

JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA • MARS 2013

Liahona

**Hur man fostrar
motståndskraftiga
barn, s. 10**

**När är det rätt tid att
gifta sig? s. 38**

**Personer med bra karaktär
bär inte mask, s. 48**

**Påskaktivitet:
Kom ihåg Jesus Kristus, s. 68**



*"Vi är inte lydiga
därför att vi
är blinda, vi är
lydiga därför
att vi kan se."*

President Boyd K. Packer,
president för de tolv
apostlarnas kворum,
"Fri vilja och självkontroll",
Nordstjärnan, okt. 1983,
s. 115.

Se också "Du är fri" på
sidan 16



BUDSKAP

- 4 Budskap från första president-
skapet: Frid, var lugn**
President Thomas S. Monson
- 7 Besökslärares budskap:
Aktivering**

ARTIKLAR

- 10 Fostra motståndskraftiga barn**
Lyle J. Burrup
*Barn behöver motståndskraft
för att kunna övervinna pro-
blem. Här är några förslag på
hur föräldrar kan hjälpa barnen
utveckla denna viktiga egenskap.*
- 16 Du är fri**
D. Todd Christofferson
*Vårt val i livet gäller vilken
myndighet vi ska lyda: Guds eller
Satans.*
- 20 Följ oberoendets principer**
Larry Hiller och Kathryn H. Olson
*Oberoende är inte bara viktigt
i svåra tider utan också under
fridfulla tider.*

22 Kraften i Guds ord

Michael John U. Teh

*När vi dagligen dricker ur skrift-
ernas källa hjälper de oss att
bygga andlig styrka och avslöja
den ondes bedrägerier.*

26 Tiondets välsignelser

*Fem medlemmar bär det vittnes-
börd de har fått om att betala
tionde.*

30 Skapa påsktraditioner som är inriktade på Kristus

Diane L. Mangum

*Försoningen är det centrala i
påskan. Rättfärdiga traditioner
hjälp oss att fokusera på den
här gåvan från Frälsaren.*

AVDELNINGAR

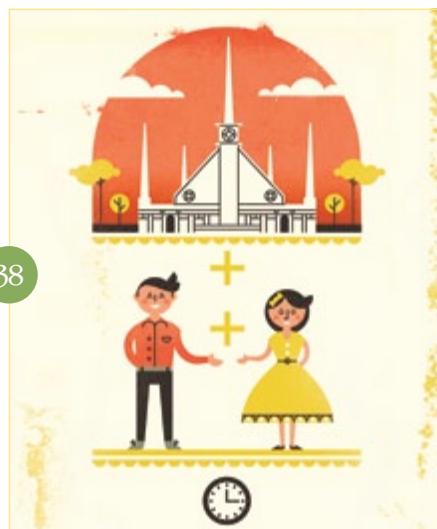
- 8 Anteckningar från
oktoberkonferensen**
- 33 Undervisning till vägledning för
de unga: Familjens betydelse**
- 34 Sista dagars heliga berättar**
- 74 Kyrkonytt**
- 80 Tills vi möts igen:
Minfälsräddningen**
Russell Westergard

PÅ OMSLAGET

Framsidan: Fotoillustration Cody Bell. Baksidan:
Fotoillustration Craig Dimond. omslagets fram-
sida: Fotografi av fyren Heceta Head i Oregon,
USA, Royce Bair © Getty Images.

UNGA VUXNA

38



- 38 Rätt tid att gifta sig**
Alissa Strong
*När det är rätt person och
rätt plats så är det rätt tid.*



*Se om du
kan hitta
Liahonan som
är gömd i det
här numret.
Ledtråd: Vicka
inte på båten.*



48

UNGDOMAR

- 42 Rakt på sak**
- 44 Vad händer när vi har dött?**
*Har du frågor om andevärlden
eller uppståndelsen? Här är
några svar.*
- 48 Bär inte mask**
Quentin L. Cook
*Rättfärdiga personer behöver
inte bära masker för att dölja
sin identitet.*
- 51 Min bror trodde på mig**
David Dickson
*Om Dan hade retat mig skulle
han ha fått mig att låta bli att
sjunga, kanske hela livet.*
- 52 Vägledning för de unga:**
**Jag har ett vittnesbörd
om familjen**
Ann M. Dibb
- 54 Dolda faror**
Joshua J. Perkey
*Buden begränsar inte vår hand-
lingsfrihet — de ger oss bästa
chansen till glädje och framgång.*
- 57 Från missionsfältet:**
Berörd av ett vittnesbörd
Michael Harken

BARN

70



- 58 På vandringsleden: Var
publicerades Mormons bok?**
Jan Pinborough
- 60 Rics nya bok**
Laura Byrd
*Vad kunde Ric göra för att hjälpa
syster Bird, vars händer gjorde ont
när hon försökte hålla i skrifterna?*
- 62 Megans lamm**
Julina K. Mills
*Megan kommer på ett kreativt
sätt att ta hand om sina lamm
och utveckla en vänskap.*
- 64 Särskilt vittne: Varför är
Jesus Kristus så viktig för oss?**
Dallin H. Oaks
- 65 Därför att han lever**
Marivic Pasigay och Marissa Widdison
*Watoy får en chans att bära sitt
vittnesbörd om Jesus Kristus för
sin lärare i skolan.*
- 66 Ta med Primär hem:**
Jesus Kristus är vår Frälsare
- 68 Skapa en bild av påskan**
*Gör nedräkningen till påsk
med hjälp av det här pusslet.*
- 70 För små barn**
- 81 Porträtt av en profet:**
John Taylor



President
Thomas S. Monson

Frid, VAR LUGN

En dag för några år sedan, efter att jag blivit klar på kontoret, kände jag starkt att jag borde åka och hälsa på en gammal änka som var inlagd på ett ålderdomshem i Salt Lake City. Jag körde genast dit.

När jag kom till hennes rum var det tomt. Jag frågade en skötare var hon var och blev skickad till sällskapsrummet. Där satt den rara änkan och samtalade med sin syster och en annan vän. Vi fick en trevlig stund tillsammans.

Medan vi satt där och pratade kom en man in genom dörren för att köpa en läskburk från en varuautomat. Han tog en titt på mig och sade: "Men du är ju Tom Monson."

"Ja", svarade jag. "Och du ser ut som en Hemingway."

Han sade att han hette Stephen Hemingway, att han var son till Alfred Eugene Hemingway som hade varit min rådgivare när jag var biskop för många år sedan och som jag hade kallat Gene. Stephen berättade att hans far fanns på samma ålderdomshem och låg nära döden. Gene hade ropat mitt namn och familjen hade försökt kontakta mig, men hade inte kunnat få tag på mitt telefonnummer.

Jag sade adjö till änkan och hennes vänner och följde med Stephen upp till rummet där

min före detta rådgivare låg. Där hade fler av hans barn samlats; hans hustru hade gått bort några år tidigare. Familjen såg mitt sammanträffande med Stephen i sällskapsrummet som ett svar från av vår himmelske Fader på deras starka önskan att jag skulle träffa deras far innan han dog. Det kände jag också, för om Stephen inte hade kommit in i rummet samtidigt som jag var där, skulle jag inte ha vetat att Gene ens fanns på ålderdomshemmet.

Vi gav honom en välsignelse. En anda av frid rådde. Vi fick en fin stund tillsammans innan jag gick.

Följande morgon fick jag per telefon besked om att Gene Hemingway hade gått bort — bara 20 minuter efter att han hade fått en välsignelse av sin son och mig.

Jag uppsände en tyst bön av tacksamhet till min himmelske Fader för hans vägledande inflytande som hade manat mig att besöka ålderdomshemmet och lett mig till min käre vän, Alfred Eugene Hemingway.

Jag föreställer mig att Gene Hemingways tankar den kvällen, när vi värmdes oss i Andens glöd, deltog i ödmjuk bön och uttalade en prästadömsvälsignelse, genljöd av orden från psalmen "Mästare, hör hur det stormar":



*Frälsare, aldrig mig lämna,
dröj i min farkost kvar.
Då jag vet jag skall alltid i trygghet
i starkaste vind gå klar.*

Jag älskar fortfarande den psalmen och vittnar för er om den tröst den skänker:

*Mörker och synd och allt ont på jord
ger vika för dina befallande ord.
Ett skepp går ej under med dig ombord,
du jordens och himmelens Konung smord!
De lyder alla din viljas bud:
Frid, var lugn.¹*

Genom tårar och provningar, genom fruktan och sorger, genom sorger och ensamhet på grund av att vi mist nära och kära, finns det en förvissning om att livet är evigt. Vår Herre och Frälsare är det levande vittnet på att det är så.² Hans ord i de heliga skrifterna är nog: "Bli stilla och besinna att jag är Gud" (Ps. 46:10). Jag vittnar om den sanningen. ■

SLUTNOTER

1. "Mästare, hör hur det stormar", *Psalmer*; nr 66.
2. Se Richard L. Evans, "So Let Us Live to Live Forever", *New Era*, juli 1971, s. 18.

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

Det här budskapet kan trösta dem som har en närstående som dött eller dem som kämpar med en provning. Förutom att använda president Monsons budskap kan du läsa ett av följande skriftställ, beroende på deras behov som du undervisar: Job 19:25–26; Första Korintierbrevet 15:19–22; Mosiah 24:13–15; Läran och förbunden 122:7–9. Om du känner dig manad kan du vittna om friden som Frälsaren har gett dig i dina provningar.

Snälla, hela mitt hjärta

Kelsey LeDoux

På årsdagen efter min brors död tänkte jag på mitt liv sedan dess. Jag mindes inte bara den enorma smärta jag kände utan också välsignelserna som Gud gav mig.

Jag förstod aldrig hur andra kunde säga att en närståendes död kunde innebära välsignelser. Jag kunde inte förstå hur jag skulle kunna känna glädje och tacksamhet över något som gjorde så ont. Men en natt förändrades hela mitt perspektiv.

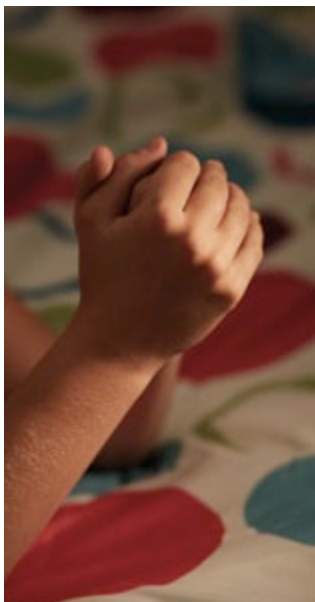
Jag vaknade mitt i natten med den sorgsaste känsla jag någonsin haft. Smärtan var kvävande. Jag föll ner på knä och grät medan jag bad en bön till min himmelske Fader. I hela mitt liv hade jag blivit undervisad om försörningen och Jesu Kristi förunderliga helande kraft. Nu prövades min tro. Hade jag verkligen en tro? Jag bad min

Fader i himlen att hela mitt hjärta. Smärtan var för stor att hantera ensam.

Då svepte en känsla av frid, tröst och kärlek över hela kroppen. Det kändes som om Gud hade lagt sina armar om mig och skyddade mig från den intensiva smärta jag hade känt. Jag saknade fortfarande min bror, men jag kunde se med nya ögon. Det fanns så mycket jag kunde lära mig av den här upplevelsen.

Jag vet att Herrens kärlek och frid är tillgängliga. Vi behöver bara ta del av den.

Kelsey LeDoux bor i Minnesota i USA.



Välj att vara lugn

President Monson säger att när vi är lugna och vördnadsfulla kan vi känna frid och få ett starkare vittnesbörd om vår himmelske Fader. Och den Helige Anden kan lättare tala om för oss hur vi kan hjälpa andra.

Vilka av barnen här nedanför är lugna?



Skriv ner eller prata med dina föräldrar om vad du kan göra för att vara lugn. Försök sedan göra det den här veckan. När du har gjort det kan du skriva i din dagbok om känslorna och meningarna du fick.

Studera materialet under bön 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 verksam del av ditt liv. För mer information, gå till reliefsociety.lds.org.

Aktivering

Vår profet president Thomas S. Monson har uppmuntrat oss att "nä ut till och rädda dem som behöver vår hjälp och lyfta dem till den högre och bättre vägen ... Det är Herrens verk och när vi går Herrens ärenden är vi berättigade till Herrens hjälp."¹

För många år sedan besökte LaVene Call och hennes besökslärarkamrat en mindre aktiv syster. De knackade på dörren och en ung mor i morgonrock öppnade. Hon såg sjuk ut men de insåg snart att hon hade problem med alkohol. Besökslärarna satt och pratade med den kämpande unga modern.

När de hade gått sade de: "Hon är ett Guds barn. Vi har ansvaret att hjälpa henne." Så de besökte henne ofta. Varje gång kunde de se och känna en förändring till det bättre. De inbjöd systemen till Hjälpföreningen. Fastän motvilligt började hon så småningom komma regelbundet. Efter uppmuntran kom hon och hennes make och dotter till kyrkan. Maken kände den Helige Anden. Han sade: "Jag ska göra det som biskopen föreslår." Nu är de aktiva i kyrkan och har beseglats i templet.²



Från skrifterna

3 Nephi 18:32; Läran och förbunden 84:106; 138:56

SLUTNOTER

1. Thomas S. Monson, "Det heliga kallet att tjäna", *Liahona*, maj 2005, s. 55, 56.
2. Brev till Hjälpföreningens generalpresident-skap från dottern till LaVene Call.
3. Brigham Young i *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet*, (2011), s. 107.
4. Eliza R. Snow, i *Döttrar i mitt rike*, s. 83.



Tro, Familj, Tjänande

Från vår historia

Att hjälpa dem som har gått vilse att komma tillbaka till Jesu Kristi evangelium har alltid varit en del av att vara sista dagars helig och medlem i Hjälpföreningen. President Brigham Young (1801–1877) sade: "Må vi ha medlidande med varandra. ... Och låt de som kan se vägleda de blinda tills de kan se vägen själva."³

Eliza R. Snow, Hjälpföreningens andra generalpresident, erkände tacksamt arbetet som systrarna i Ogden i Utah hade gjort för att stärka varandra. "Jag är väl medveten om att en stor mängd doneras [i form av tjänande] som aldrig når [upptecknings-]böckerna", sade hon. Men eftersom hon insåg att en himmelsk uppteckning förs över systrarnas arbete när de sträcker sig ut mot dem vilkas hjärtan har kallnat, sade hon: "President Joseph Smith sade att denna förening organiserats för att rädda själar. ... En annan bok förs över er tro, er vänlighet, era goda gärningar och ord. ... Inget går förlorat."⁴

Vad kan jag göra?

1. Har jag självförtroende nog att be en mindre aktiv syster att följa med mig till ett hjälpföreningsmöte?
2. Känner systrarna jag vakar över att de kan ställa frågor till mig om evangeliet?

ANTECKNINGAR FRÅN OKTOBERKONFERENSEN

"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).

När du går igenom talen från konferensen i oktober 2012 kan du använda de här sidorna (och konferensanteckningarna i framtida nummer) för att hjälpa dig studera och tillämpa de lärdomar som levande profeter och apostlar och andra ledare i kyrkan nyligen undervisat om.

BERÄTTELSE FRÅN KONFERENSEN

Njut av stunden

Min hustru Harriet och jag tycker om att cykla. Det är underbart att ge sig ut och njuta av naturens skönhet. Det finns vissa leder som vi gillar att cykla, men vi bryr oss inte så mycket om hur långt vi cyklar eller hur fort det går jämfört med andra cyklister.

Men ibland har jag tyckt jag att vi borde vara lite mer tävlingsinriktade. Jag tänker till och med att vi kunde få en bättre tid eller cykla snabbare om vi bara ansträngde oss lite mer. Och ibland gör jag till och med det stora misstaget att nämna det här för min underbara hustru.

Hennes vanliga reaktion när jag kommer med sådana förslag är alltid mycket vänlig, mycket tydlig och mycket direkt. Hon ler och säger: "Dieter, det här är ingen tävling, det är en resa. Njut av stunden."

Hur rätt har hon inte!

Ibland blir vi så fokuserade på målet att vi inte gläds åt själva resan. Jag ger mig inte ut och cyklar med

min hustru för att jag vill att det ska vara över. Jag gör det för att upplevelsen att vara tillsammans med henne är härlig och trevlig.

Är det inte dåligt att förstöra härliga och glada upplevelser därför att vi hela tiden tänker på ögonblicket när de är över?

Lyssnar vi på vacker musik och väntar på att sista tonen ska dö bort i stället för att verkligen njuta av den? Nej. Vi lyssnar och njuter av melodins skiftningar, rytmen och harmonin i stycket.

Har vi bara "amen" eller slutet i åtanke när vi ber våra böner? Naturligtvis inte. Vi ber för att komma närmare vår himmelske Fader, för att ta emot hans Ande och känna hans kärlek.

Vi bör inte vänta med att vara lyckliga till ett framtida ögonblick, bara för att upptäcka att vi kunde ha varit lyckliga — hela tiden! Det är inte meningen att vi bara ska glädjas åt livet när vi ser tillbaka på det. "Detta

är den dag som HERREN har gjort", skrev psalmisten. "Låt oss på den jubla och vara glada." [Ps. 118:24.] ■

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Om ånger och beslut", Liahona, nov. 2012, s. 23–24.

Frågor att begrunda

- Hur kan du finna glädje under ditt livs resa?
- Hur kan du glädja människorna runt omkring dig?
- Vad är sambandet mellan tacksamhet och glädje?

Du kan skriva ner dina tankar i din dagbok eller berätta om dem för andra.

Annat material om det här ämnet: *Stå fast i din tro* (2004), "Försoning, Jesu Kristi", s. 55–61; "Gratitude", "Happiness" och "Repentance" under Gospel Topics på LDS.org; Richard G. Scott, "Hur vi finner glädje i livet", *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 25–27.

Gå till conference.lds.org för att läsa, se eller lyssna på generalkonferenstal.

Dra paralleller: Äktenskapet och familjen



Några av de viktigaste ämnena tas upp av mer än en talare på generalkonferensen. Här är vad fyra talare sade om äktenskapet och familjen. Försök hitta andra paralleller när du studerar konferenstalen.

- "Föreningen av en man och en kvinna så att de är lagligt och rättmätigt vigda sker inte bara för att ge framtida generationer möjlighet att arva jorden, den för också med sig den största glädje och tillfredsställelse som finns att få under jordelivet."¹ — Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kvorum
- "Barn behöver den känslomässiga och personliga styrka som fås genom fostran av två föräldrar som är eniga i sitt äktenskap och sina mål."² — Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum

- "Grunden för vänlighet och hövlighet läggs i våra hem. Det förvånar mig inte att det offentliga samtalet har förfallit i takt med familjens sönderfall."³ — Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kvorum
- "Vi har mycket att göra för att stärka äktenskapet i ett samhälle som alltmer trivialiserar dess betydelse och avfärdar dess syfte."⁴ — Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum ■

SLUTNOTER

1. L. Tom Perry, "Bli goda föräldrar", *Liahona*, nov. 2012, s. 27.
2. Dallin H. Oaks, "Skydda barnen", *Liahona*, nov. 2012, s. 45.
3. Quentin L. Cook, "Har ni den känslan nu?" *Liahona*, nov. 2012, s. 7.
4. D. Todd Christofferson "Bröder, vi har ett arbete att utföra", *Liahona*, nov. 2012, s. 49.

VAD INNEBÄR DET ATT VARA KRISTEN?

1. "En kristen tror på Herren Jesus Kristus. ...
2. En kristen tror att genom Gud Faderns nåd och hans Son Jesus Kristus kan vi omvända oss, förlåta andra, hålla buden och arva evigt liv.
3. Att vara *kristen* innebär att ta på sig Kristi namn. Vi gör det genom att låta döpa oss och ta emot den Helige Andens gåva.
4. En kristen vet att Guds profeter genom tiderna alltid har vittnat om Jesus Kristus."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum, "Var en mera kristen kristen", *Liahona*, nov. 2012, s. 90.

Profetiskt löfte

"Frälsaren kan torka bort alla våra tårar av ånger och ta bort bördan av våra synder. Hans försoning tillåter att vi lämnar det förflutna bakom oss och strävar vidare med oskyldiga händer och rent hjärta, och med en beslutsamhet att göra bättre och framför allt att bli bättre."

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Om ånger och beslut", *Liahona*, nov. 2012, s. 24.

FOSTRA motståndskraftiga barn

A photograph of a man and a young girl in a park. The man, who is bald and wearing a light-colored hoodie, is leaning forward and holding a football. The girl, wearing a green shirt and blue jeans with a yellow stripe, is standing and looking up at him. They are both looking at each other with a sense of connection. The background is a blurred park with trees and grass.

*Hur väl barn
reagerar på
motgångar beror
till stor del på hur
väl deras föräldrar
hjälper dem utveckla
en inställning och
förmågor som gör dem
motståndskraftiga.*

Lyle J. Burrup

Kyrkans familjeservice

Livet är fullt av prövningar. Herren säger att han har utvalt oss ur "lidandets ugn" (Jes. 48:10), att vi ska "prövas, ja, liksom Abraham" (L&F 101:4) och att motgångar ska "ge [oss] erfarenhet och tjäna [oss] till godo" (L&F 122:7). Det här låter ganska skrämmande. Vi kanske undrar: Kan vi vara lyckliga och känna frid mitt i våra prövningar? Skrifterna lär oss att vi kan det (se 2 Kor. 12:10; Hebr. 5:7–8; L&F 127:2).

När jag arbetade som terapeut på missionskolan i Provo, Utah, märkte jag att den vanligaste orsaken till känslomässiga problem var bristen på motståndskraft. När en intelligent, begåvad missionär utan några tidigare känslomässiga problem hade det svårt, undrade prästdömsledarna och andra ofta varför. I många fall hade missionären helt enkelt inte lärt sig hur man hanterar prövningar. Föräldrar kan hjälpa sina barn att undvika sådana problem genom att undervisa om principer som ger större motståndskraft.

Rätt inställning

Vi vet två saker om motgångar och motståndskraft: För det första finns det "en motsats till allting" (2 Nephi 2:11). För det andra krävs det ofta stora uppoffringar för att man ska få något att stort värde.

När barnen utvecklar motståndskraft,



förstår och accepterar de dessa två fakta. De ser livet som svårt och i ständig förändring, men de tror att de kan hantera dessa svårigheter och förändringar. De ser misstag och svagheter som möjligheter till att lära, och de inser att man kanske måste förlora något för att kunna vinna något.

När barnen utvecklar motståndskraft känner de att de kan påverka och till och med kontrollera situationer i livet genom ansträngning, fantasi, kunskap och förmåga. Med den inställningen fokuserar de på vad de *kan* göra i stället för på det som ligger utanför deras kontroll.

Ett annat tecken på sådan motståndskraft är förmågan att se ett stort ändamål och mening med sitt eget och andra människors liv. En känsla av målmedvetenhet hjälper våra barn att inte ge upp trots bakslag och pressen att göra det. Om våra barn är mer motståndskraftiga utvecklar de viktiga värderingar som vägleder dem: barmhärtighet, dygd, redbarhet, ärlighet,



arbetsmoral och tro på Gud. De engagerar sig i det som händer runtomkring dem och väljer att följa sådana värderingar i stället för att känna sig utanför och låta bli att kämpa.

Evangeliet undervisar om och förstärker dessa värderingar och uppfattningar.

Vad jag lärt mig av att ha varit motståndskraftig från barnsben

När jag var liten blev jag och mina bröder och systrar undervisade om följande av många vuxna i mitt liv — föräldrar, grannar, lärare och ledare i kyrkan. De här fem principerna kan vara till hjälp för dina barn:

1. *Betala priset för att få förmåner.*

Jag lärde mig att friheten att leka med mina vänner under de kommande dagarna berodde på om jag kom hem i tid.

2. *Skördelagen.*

Om jag ville ha några pengar fick jag dela ut dagstidningar och hämta pengarna varje månad.

3. *Personlig ansvarighet.*

Jag fick göra mina läxor, genomföra vetenskapsprojekt och förtjäna utmärkelser.

4. *Lagen om återställelse.*

Jag kunde kompensera det jag gjort fel genom att be om förlåtelse och rätta till det som blev fel. Mina föräldrar föreslog ibland att jag skulle göra mer hemma, till exempel rensa ogräs.

5. *Lära sig av misstag.*

Om jag bäddade sängen illa, inte diskade ordentligt eller slarvade med att rensa ogräs, fick jag göra om det på rätt sätt.

—Lyle J. Burrup

Perfektionism undergräver motståndskraft

Något som hindrar utvecklingen av motståndskraft är ett missförstånd angående befallningen att vi ska vara fullkomliga (se Matt. 5:48). Detta missförstånd är den vanligaste faktorn som jag har sett undergräva motståndskraften hos nya missionärer. De vill vara fullkomliga i allt eftersom de älskar sin himmelske Fader och Jesus Kristus och inte vill göra dem besvikna. Men de förstår inte att Herren arbetar genom svaga, enkla tjänare (se L&F 1:19–23) och att denna strävan mot fullkomning inte innebär att vi aldrig gör misstag, utan i stället att vi blir fullt utvecklade eller fullkomliga genom Kristi försoning när vi strävar efter att följa honom (se Matthew 5:48, fotnot b, King James Version).

Detta missförstånd kan också ha sitt ursprung i vad samhället lär våra ungdomar: att deras värde har att göra med talanger och prestation. I skolan och samhället, och ibland även i kyrkan och hemmet, ser ungdomarna sina kamrater bli accepterade, beundrade, godkända och få beröm för att de är duktiga på något. Därför försöker de också uppfylla andras förväntningar. När de gör det börjar de bli rädda för att misslyckas och göra misstag. De väljer vad de ska göra efter hur väl de tror att de lyckas med det. De skjuter saker framför sig när de inte känner sig säkra. De oroar sig över vad andra ska tycka om de gör misstag. De är rädda för att inte accepteras. De ser sina prestationer som en måttstock på sitt värde. Deras perfektionism blir en hård läromästare och deras motståndskraft försvagas.

Till exempel: Eftersom missionärerna på missionskolan inte kan välja vad de ska göra eller inte göra som en del av sin utbildning så gör de misstag när de lär sig att tala ett nytt språk, undervisa om evangeliebegrepp och göra annat missionärsarbete. De gör dessa misstag inför främlingar, och om de inte har utvecklat någon motståndskraft så känner de sig missmodiga och överväldigade.

Hjälp barnen att utveckla motståndskraft

Hur hjälper vi då våra barn att utveckla motståndskraft? Vår Fader i himlen är vårt föredöme. Han behandlar oss med stor kärlek och respekt också när vi gör misstag. Han påminner oss om våra möjligheter (se Mose 1:39) och om vårt stora värde (se L&F 18:10) som är baserade på vår identitet som hans son eller dotter. Han ger oss lagar så att vi vet vad han förväntar sig (se L&F 107:84), låter oss välja (se 2 Nephi 2:15–16) och respekterar våra val (se L&F 130:20). Han ger oss möjlighet att lära oss hur vi rättar till misstag (se L&F 1:25–26) och hur vi omvänder oss från våra synder (se L&F 1:27–28).

Här är några rekommendationer för hur vi kan tillämpa de här principerna i vårt hem:

- Be om att kunna se dina barns starka sidor och om hur du kan hjälpa dem med deras svagheter.
- Ha tålamod och tänk på att barnen behöver tid att utveckla motståndskraft.
- Sträva efter att förstå att misstag och misslyckanden är tillfällen att lära.
- Låt de naturliga, logiska konsekvenserna vara tillrättavisare.

När barnen utvecklar motståndskraft känner de att de kan påverka situationer i livet genom ansträngning, fantasi, kunskap och förmåga. De fokuserar på vad de kan göra i stället för på det som ligger utanför deras kontroll.

- Respektera barnens beslut även om de dåliga valen leder till förlorade förmåner.
- Undvik att gräla på barnen när de bryter mot reglerna.
- Hindra inte deras ansträngningar genom hård kritik.
- Uppmuntra och beröm ansträngningar i stället för att berömma slutresultatet.
- ”Beröm era barn mer än ni kritiserar dem. Beröm dem för det allra minsta framsteg.” (President Ezra Taft Benson (1899–1994), ”Kvinnans upphöjda ställning”, *Nordstjärnan*, apr. 1982, s. 191.)

När vi under bön arbetar på den stora utmaningen att fostra motståndskraftiga barn, välsignar Herren oss med den vägledning och inspiration vi behöver för att hjälpa dem få den känslomässiga och andliga styrkan att hantera livets prövningar. ■



Rekommendationer för att fostra dugliga, motståndskraftiga barn

Föräldraskap kräver en personlig fostran som är olika för varje barn, men vissa principer tycks vara nästan universella. Följande principer har visat sig vara effektiva.



I stället för att göra så här ...

Fastställa slumpvisa eller godtyckliga regler och konsekvenser.

Låta barnen slippa ta konsekvenserna av sina val.

Tillrättavisa för det mesta.

Vara godtyckliga och inkonsekventa när det gäller att kräva lydnad.

Bara berömma slutresultatet.

Ge barnen budskapet att deras egenvärde är beroende av slutresultat.

Prata om misslyckanden eller framgångar som om de hade att göra med tur eller talang.

Försöka lösa barnens problem genom att ge dem alla svar.

Få barnen att känna sig dumma genom att kritisera dem, deras ansträngningar och deras prestationer.

Gör så här ...	Och få det här resultatet ...
Samtala om regler och fastställ logiska konsekvenser som är rimliga, relaterade till uppförandet och respektfulla, både för förälder och barn.	Barnen vet vad det har att vänta sig och lär sig att val har konsekvenser.
 Låta barnen uppleva de naturliga och logiska konsekvenserna av sina val.	Barnen lär sig att ta ansvar för sina val.
Ge beröm för det mesta. Beröm små steg i rätt riktning.	Barnen lär sig vad det är föräldrarna vill. De känner sig uppmuntrade, värdefulla och uppskattade.
Ge hela tiden önskvärda belöningar för de handlingar och det beteende som du vill förstärka.	Barnen lär sig att de inte behöver vilja göra sådant som är svårt; de behöver bara göra det.
Beröm ansträngningar oavsett slutresultat.	Barnen känner sig uppmuntrade, trygga i sig själva och är villigare att hantera prövningar.
Säg till barnen att de har ett inneboende värde eftersom de är söner och döttrar till Gud och har gudomlig potential.	Egenvärdet sammankopplas med barnets eviga potential i stället för med tillfälliga framgångar eller misslyckanden.
Prata om misslyckande som att det är tillfälligt och ett tillfälle att lära. Prata om framgång som en produkt av hårt arbete och uppoffringar.	Barnen blir mindre missmodiga över eller rädda för bakslag och mer villiga att vara ihärdiga.
Hjälp barnen 1) fastställa vad som hände, 2) analysera vad som bidrog till slutresultatet och 3) fastställa vad de kan göra för att undvika det här problemet nästa gång.	Barnen utvecklar uppfattningen att de är duktiga, de tar tag i och löser sina problem och ser att de har kontroll över sitt liv och kan övervinna prövningar.
Lyssna och stötta och uppmuntra barnen så att de vill komma till dig igen för att få hjälp.	Barnen känner sig bättre till mods över att prata om sina misstag och problem med dig.





Äldste D. Todd
Christofferson

i de tolv apostlarnas kворum

Du är fri

Det Gud kräver är den hängivenhet som Jesus visade.

Evangeliet, sade president Gordon B. Hinckley (1910–2008), "är en frihetsplan som ger aptiten disciplin och handlingarna inriktning."¹ Den här planen för oss in på en stig med ökande kunskap och förmåga, ökande nåd och ljus. Det är friheten att bli vad du kan och borde bli. Men för att din frihet ska bli fullkomlig måste du vara villig att överge alla dina synder (se Alma 22:18), din egensinnighet, dina högt värdesatta men osunda vanor, kanske också några bra saker som inkräktar på det som Gud ser är viktigt för dig.

Mästarens röst

Min moster Adena Nell Gourley berättade om en upplevelse för länge sedan med sin far — min morfar, Helge V. Swenson, som nu är död — som illustrerar vad jag menar. Hon berättade:

"Min dotter och jag var på besök hemma hos mina föräldrar. Vid solnedgången frågade mor om vi ville komma ut på verandan på

baksidan och se på när far kallade på sina [fem] får att komma under skydd för natten. Far ... är stavspatriark och ... personifierar allt som är gott och vänligt och sant hos en Gudsman ...

"...Far gick till kanten av fältet och ropade: 'Kom hit.' Omedelbart, utan att ta en tugga av gräset som de sträckte sig mot, vände sig alla fem huvudena mot honom, och sedan sprang [fåren] tills de hade nått fram till honom och fått en klapp på huvudet.

Min lilla dotter sade: 'Å, mormor. Hur fick morfar dem att göra det där?'

Min mor svarade: 'Fåren känner igen hans röst och de älskar honom.' Jag måste erkänna att det var fem får på fälten, och fem huvuden lyftes när han ropade, men bara fyra sprang till far. Längst bort, på andra sidan av fältet, stod [en] stor [tacka] och tittade på far. Far ropade till henne: 'Kom hit.' Hon rörde lite på sig som för att börja gå, men kom inte. Far ropade till henne: 'Kom hit. Du är inte bunden.' De andra fyra fåren följde honom i hälarna.



Mor sade att för några veckor sedan hade en bekant till dem tagit med sig [tackan] och gett den till far med förklaringen att han inte längre ville ha den i sin egen flock. Mannen hade sagt att hon var vild och egensinnig och alltid ledde hans andra får ut genom stängslet och orsakade så mycket besvär att han ville göra sig av med henne. Far tog glatt emot fåret och under de följande fem dagarna höll han henne fastbunden i fältet så att hon inte kunde ta sig ut. Sedan lärde han henne tålmodigt att älska honom och de andra fåren. Sedan, när hon kände sig tryggare i sitt nya hem, fäste far ett kort rep runt hennes hals, men lät det hänga löst.

När mor berättade det här för oss hade far och hans får nästan kommit fram till [efter-släntraren] i kanten av fältet, och genom tystnaden hörde vi honom återigen kalla: 'Kom hit. Du är inte fastbunden längre. Du är fri.'

Jag kände tårarna bränna i ögonen när jag såg [fåret] ta ett steg fram till fars sida. Och med sin kärleksfulla hand på hennes huvud vände han och alla medlemmarna i hans lilla flock om och gick tillbaka till oss igen.

Jag tänkte på hur en del av oss, som alla är Guds får, är bundna och ofria på grund av våra synder i världen. När jag stod där på verandan tackade jag tyst min himmelske Fader för att det finns sanna underherdar och lärare som är tålmodiga och vänliga och villiga att undervisa oss om kärlek och lydnad och erbjuda oss trygghet och frihet i flocken så att vi, fastän vi är långt hemifrån, känner igen Mästarens röst när han kallar: 'Kom hit. Nu är du fri.'"²

Det är

spännande

att inse att vi

kan utöka vår

frihet genom

att fullkomna

vår lydnad.

Det är spännande att inse att vi kan utöka vår frihet genom att fullkomna vår lydnad. President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kворum, har sagt: "Vi är inte lydiga därför att vi är blinda, vi är lydiga därför att vi kan se."³

Vårt val i det här livet handlar inte om huruvida vi ska eller inte ska underkasta oss en makt. Vårt val handlar om vilken makt vi ska lyda: Guds eller Satans. Som Lehi sade är det ett val mellan frihet och fångenskap (se 2 Nephi 2:27). Om det inte är den ene så är det av nödvändighet den andre.

När vi underkastar oss Gud och hans rätt att styra och regera över oss får vi andra välsignelser. Bland de främsta är tron och tilliten som gör att vi kan leva i frid. Herren sade till Josua:

"Ingen skall kunna stå dig emot i alla dina livsdagar. Så som jag har varit med Mose, så skall jag också vara med dig. Jag skall inte lämna dig eller överge dig ...

Var stark och mycket frimodig så att du håller fast vid och följer all den undervisning som min tjänare Mose har givit dig. Vik inte av från den vare sig till höger eller till vänster, så skall du ha framgång vart du än går" (Jos. 1:5, 7).

"Jag har övervunnit världen"

Om vi på samma sätt "håller fast vid och följer all ... undervisning", får vi också tillit till att Gud är med oss på samma sätt som han var med Mose. Vi kan då säga som psalmisten: "På Gud förtröstar jag och fruktar inte. Vad

kan människor göra mig?" (Ps. 56:12). Har inte Herren lovat: "I världen får ni lida, men var vid gott mod. Jag har övervunnit världen" (Joh. 16:33)?

För många år sedan presiderade jag vid ett av kyrkans disciplinråd. Mannen vars synder togs upp under rådet satt framför oss och berättade lite om sitt liv. Hans synder var förvisso allvarliga, men han hade själv blivit fruktansvärt drabbad av andras synder. När vi begrundade situationen kände jag mig orolig och bad om att bli ursäktad så att jag kunde gå och tänka och be om det själv innan jag kom tillbaka till rådet.

Jag stod framför en stol på mitt kontor och vädjade till Herren att hjälpa mig förstå hur någon kunde begå sådana synder. Då kände jag, snarare än såg, ett enormt övertäckt hål. Ett hörn av täckningen veks upp en aning för ett ögonblick och i hålet såg jag djupet och vidden av den ondska som finns i den här världen. Den var större än jag egentligen kunde förstå. Jag blev överväldigad. Jag satte mig med en duns på stolen bakom mig. Upplevelsen hade tagit andan ur mig. Jag grät tyst: "Hur kan vi någonsin hoppas på att kunna övervinna sådan ondska? Hur kan vi överleva något så mörkt och överväldigande?"

I det ögonblicket kom jag att tänka på följande ord: "Var vid gott mod. Jag har övervunnit världen" (Joh. 16:33). Sällan har jag känt en sådan frid sida vid sida med onskans verklighet. Jag kände större uppskattning för intensiteten i Frälsarens lidande och en större, och mer skrämmande, förstånd om djupet av det som han var tvungen att övervinna. Jag kände frid inför mannen som skulle dömas, med vetskap om att han hade en Återlösare vars nåd var tillräcklig för att rena honom och tillrättalägga orättvisorna han hade lidit. Jag kände större förvisning om att det goda ska segra tack vare Jesus Kristus. Utan honom skulle vi inte ha en chans. Jag kände frid, och den var ljuvlig.

Profeten Joseph Smith insåg detta när han sade: "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). Löftet till dem som underkastar sig Gud är att hans arm, hans makt, uppenbaras i deras liv. Frälsaren sade:

"Frukta inte, små barn, ty ni är mina, och jag har övervunnit världen och ni är bland dem som min Fader har givit mig,

och ingen av dem som min Fader givit mig skall gå förlorad" (L&F 50:41–42).

Att leva med denna försäkran är en välsignelse som kanske är större än vi kan förstå. Vi kan alla — förr eller senare, i ett ögonblick av överhängande katastrof eller utmattande förvirring, med Gud som vår guide — sjunga med övertygelse: "Frid ger Guds evangelium."⁴

Vi ska inte vänta oss frid eller frihet eller tro eller någon annan sådan gåva av vårt gudomliga överhuvud om vårt godtagande av hans ledarskap är ljummet eller motvilligt. Om det är rituellt i stället för verklig rättfärdighet ska vi inte förvänta oss någon belöning. En likgiltig, avvaktande lojalitet är för honom ingen lojalitet alls. Vår underkastelse måste vara fullständig, helhjärtad och osjälvvisk. Det Gud kräver är den hängivenhet som Jesus visade, han som fick dricka en så bitter kalk att det till och med förundrade honom, den store Skaparen (se Mark. 14:33–36; L&F 19:17–18). Ändå gjorde han det, "och Sonens vilja [införlivades] i Faderns vilja" (Mosiah 15:7).

Jag lämnar mitt vittnesbörd att vi, genom Jesus Kristus, Guds Son, kan bli ett med Gud, precis som Jesus bad om att vi skulle bli (se Joh. 17:20–23). Må din lojalitet mot dem för evigt vara ditt livs lysande exempel. ■

Från ett tal under ett andligt möte vid Brigham Young-universitetet den 19 oktober 1999. För att se hela texten på engelska, gå till speeches.byu.edu.

SLUTNOTER

1. Gordon B. Hinckley, "A Principle with Promise", *Improvement Era*, juni 1965, s. 521.
2. Adena Nell Swenson Gourley, "I Walked a Flowered Path" (opublicerat manuskript, 1995), s. 199–200.
3. Boyd K. Packer, "Fri vilja och självkontroll", *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 115.
4. "Frid ger Guds evangelium", *Psalmer*, nr 26.

FÖLJ

oberoendets PRINCIPER

Larry Hiller, Kyrkans tidningar
och Kathryn H. Olson, Kyrkans välfärdstjänst



Luis Quispe från La Paz i Bolivia kanske bara ser med ett öga, men han har en tydlig vision av sitt mål att vara oberoende och kunna ta hand om sin familj. Fastän Luis ställs inför ekonomiska prövningar och hälsoproblem känner han tillförsikt inför framtiden. Han gör allt han kan för att hjälpa sig själv samtidigt som han erkänner sitt beroende av sin Fader i himlen. ”Jag har lärt mig att inget är omöjligt när man har vår himmelske Faders hjälp”, säger han.

Oberoende: En andlig och timlig princip

Under de senaste åtta åren har denna 46-åriga far till sex barn växelvist arbetat och studerat för att kunna ta examen i agronomi. Under sin studietid har Luis rest nästan 10 mil från sitt lilla samhälle Achacachi för att kunna studera vid Universidad Mayor de San Andres. Trots denna uppoffring är Luis nu klar med sin utbildning och kan fokusera på sitt nästa mål att skaffa sig en egen gård.

Luis är ett bra exempel på oberoende i timliga saker så som arbete, välfärd och matförråd. Men oberoendets princip är lika mycket andlig som den är timlig. Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum har sagt

att "oberoende" innebär att vi tar ansvar för vår andliga och timliga välfärd och för dem som vår himmelske Fader anförtrott i vår vård."¹

Herren har sagt att han aldrig har instiftat någon lag som bara var timlig (se L&F 29:34–35). Kanske är det meningen att befallningen att arbeta ska välsigna oss lika mycket andligt som den ska försörja oss fysiskt (se 1 Mos. 3:17–19).

Andligt oberoende

Det timliga oberoendets välsignelser blir särskilt tydliga i kristider, till exempel vid naturkatastrofer, arbetslöshet eller ekonomiskt kaos. Men det andliga oberoendet är lika viktigt under sådana tider. De som har en fast andlig grund välsignas med frid, försäkras och större tro när de ropar till sin himmelske Fader om hjälp.

Kyrkans ledare råder oss att förbereda oss för andliga kriser. President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt:

"Vi har undervisats om att lagra ... föda, kläder och om möjligt bränsle — *hemma*. ...

Kan vi inte se att samma princip kan tillämpas på inspiration och uppenbarelse, på lösandet av problem, på rådgivning och på ledning? ...

Om vi förlorar vårt känslomässiga och andliga oberoende, vår självtillit, kan vi försvagas lika mycket, kanske mer, än om vi blir materiellt beroende."²

Ge och ta emot

Oberoende ska inte förväxlas med fullkomlig självständighet. Vi är trots allt i slutändan beroende av vår himmelske Fader i allting

(se Mosiah 2:21). Vi behöver hela tiden hans vägledning, omsorg och beskydd.

Vi är också beroende av varandra. Eftersom vi får olika andliga gåvor förväntas vi dela med oss av det vi har fått så att alla kan välsignas (se L&F 46:11–12). Nyckeln är att bli oberoende i det vi har kraft till, att tjäna andra när vi kan och att låta andra få välsignelsen att tjäna oss när så behövs.

Ju mer oberoende vi är — både andligt och timligt — desto större förmåga har vi att göra gott. Äldste Hales har sagt: "Vårt yttersta mål är att bli lika Frälsaren, och det målet uppnås bättre när vi osjälviskt tjänar andra. Vår förmåga att tjäna ökar och minskar med nivån av vårt oberoende."³

Ett personligt ansvar

Luis Quispe har sett sin ihärdighet och tillit till Herren resultera i timliga välsignelser som arbete, en universitetsexamen och en starkare familj. Dessa timliga välsignelser har i sin tur stärkt hans tro. Han följer uppmaningen från president Spencer W. Kimball (1895–1985): "Ingen sann sista dagars helig vill, så länge som han är fysiskt eller känslomässigt i stånd till det, frivilligt flytta bördan av sin egen eller sin familjs välfärd på någon annan. Under inspiration från Herren och med sitt eget arbete kommer han så länge han kan, försörja sig själv och sin familj med livets andliga och timliga förnödenheter."⁴ ■

SLUTNOTER

1. Robert D. Hales, "A Gospel Vision of Welfare: Faith in Action", *Basic Principles of Welfare and Self-Reliance* (2009), s. 1–2.
2. Boyd K. Packer, "Att lösa känslomässiga problem på Herrens eget sätt", *Nordstjärnan*, okt. 1978, s. 160, 161.
3. Robert D. Hales, "A Gospel Vision of Welfare", s. 2.
4. Spencer W. Kimball, "Välfärden: Evangeliet i verksamhet", *Nordstjärnan*, apr. 1978, s. 121.

Ju mer oberoende vi är — både andligt och timligt — desto större förmåga har vi att göra gott.





Äldste Michael
John U. Teh
i de sjuttios kvorum

Kraften

I GUDS ORD

Få andra aktiviteter ger oss större andliga förmåner än att dagligen, konsekvent studera skriftena.

När jag verkade som biskop för många år sedan bestämde mina rådgivare och jag oss för att besöka alla medlemmar en gång om året. Under ett sådant besök gick vi längs ett övergivet järnvägsspår som på varje sida var kantat med små hyddor av kartong som inte var större än två gånger två meter. Denna lilla yta rymde en familjs vardagsrum, matrum, sovrum och kök.

De vuxna som bor i det området har bestämda vanor och rutiner. Männen är för det mesta helt eller delvis arbetslösa. De tillbringar mycket av sin tid tillsammans runt provisoriska bord där de röker och dricker öl. Kvinnorna samlas också. De samtalar om de mest kontroversiella nyheterna, med inslag av förtal och skvaller. Hasardspel är en favoritsysselsättning för både unga och gamla.

Det som störde mig mest var att de verkade nöjda med att leva hela sitt liv på det sättet.

Jag kom senare fram till att för de flesta så har kanske hopplösheten gjort att de har trott att det här livet är deras öde. Det var verkligen en beklämmande syn.

Senare fick jag veta att min rådgivare, som var ingenjör, hade bott i det området. Jag skulle aldrig ha kunnat gissa det eftersom hans familj var så annorlunda mot familjerna jag såg där. Alla hans syskon var utbildade och fostrade goda familjer.

Min rådgivares far var en enkel man. Efter att ha träffat honom började jag fundera. Hur hade han höjt sig över detta? Hur hade han lyft upp sin familj ur sådana omständigheter? Vad fick honom att fånga visionen av vad han kunde bli? Varifrån fick han hopp när allt omkring honom verkade hopplöst?

Många år senare i templet i Manila i Filippinerna var jag med på ett möte med alla missionspresidenter och deras hustrur som





UPPTÄCK SKRIFTERNA PÅ NYTT

”Jag är övertygad om att var och en av oss någon gång i vårt liv måste upptäcka skrifterna för egen räkning — och inte bara upptäcka dem en gång, utan återupptäcka dem gång på gång.”

**President Spencer W. Kimball (1895–1985),
Kyrkans presidenters
lärdomar: Spencer W.
Kimball (2006), s. 64.**

verkade i Filippinerna. En underbar överraskning väntade mig när jag kom in i ett av rummen i templet. Framför mig stod fadern till min rådgivare — den tyste, anspråkslöse mannen — klädd i vitt.

I det ögonblicket såg jag två scener framför mig. Den första scenen skildrade en man som drack öl med sina kompisar och slösade bort sitt liv. Den andra scenen skildrade samme man klädd i vitt som utförde förrättningar i det heliga templet. Den skarpa kontrasten av den andra härliga scenen blir för alltid kvar i mitt hjärta och sinne.

Ordets kraft

Vad fick denne gode broder att lyfta sig själv och sin familj? Svaret finns i kraften i Guds ord.

Jag tror att det finns få andra aktiviteter som ger oss större andliga förmåner än att dagligen, konsekvent studera skrifterna. I kapitel 26 i Läran och förbunden — en uppenbarelse given ”för att stärka, uppmuntra och undervisa”¹ profeten Joseph Smith och andra — sade Herren: ”Se, jag säger er att ni skall ägna er tid åt att studera skrifterna” (vers 1).

I Mormons bok står det: ”Ordets predikan ... hade gjort ett mäktigare intryck på människornas sinnen än svärdet eller något annat som hade hänt dem” (Alma 31:5).

President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt: ”Sann lära, som blir förstådd, förändrar attityder och beteende. Att studera evangeliets lärdomar förbättrar beteendet snabbare än studier av själva beteendet.”²

President Ezra Taft Benson (1899–1994) sade: ”Herren arbetar inifrån och ut. Världen arbetar utifrån och in. Världen vill ta bort människorna

ur slummen. Kristus tar bort slummen ur människorna, och sedan tar de sig själva ur slummen. Världen vill forma människorna genom att förändra deras omgivning. Kristus förändrar människorna, som sedan förändrar sin omgivning. Världen vill forma det mänskliga beteendet, men Kristus kan förändra människans natur.”³

Jag växte upp i Filippinerna och fick veta att så sent som i början av 1900-talet var tillgången till Bibeln begränsad till religiösa ledare. Folket fick inte äga eller ha tillgång till heliga skrifter.

Som kontrast lever vi i en tid när det finns en aldrig förut skådad tillgång till skrifterna. Aldrig tidigare i världshistorien har Guds barn haft möjlighet att glädjas åt detta heliga material så mycket som de har nu. Tryckta exemplar av skrifterna kan lätt inhandlas i bokhandlar eller på internet. Elektroniska exemplar kan snabbt fås via World Wide Web och laddas ner på ett flertal apparater. Det har aldrig varit lättare att förbereda tal, skriva artiklar och söka efter information.

Gud har gett oss denna nya teknologi i en vis avsikt. Men motståndaren har stärkt sin offensiv och använder de teknologiska framstegen — som Gud avsett till vår hjälp — för att främja sitt ändamål att göra oss ”lika olyckliga som han själv är” (2 Nephi 2:27).

Därför har vi ansvaret att lära oss använda det som vår himmelske Fader har gett oss på ett effektivt, konsekvent och lämpligt sätt.

Det heliga ordet

Vi sista dagars heliga erkänner och värdesätter skrifterna, men våra handlingar och vår aktning för dem säger ibland något annat. Det faktum att man inte förstod värdet och vikten av skrifterna beskrivs träffsäkert i Lehis dröm:

”Och jag såg otaliga människoskaror, ur vilka många trängde sig fram för att nå stigen som ledde till trädet bredvid vilket jag stod.

Och det hände sig att de kom fram och började gå på stigen som ledde till trädet.

Och det hände sig att en mörkrets dimma uppstod, ja, en mycket tät mörkrets dimma, så att de som börjat gå på stigen gick vilse så att de vandrade bort och gick förlorade” (1 Nephi 8:21–23).



Tanken att vi bara behöver börja gå på stigen utan att hålla fast i ledstången av järn är dåraktig och leder helt säkert till undergång. Nephi förklarade vad det innebär att hålla fast vid ledstången av järn: ”Därför måste ni sträva framåt med ståndaktighet i Kristus, med fullkomligt klart hopp och kärlek till Gud och till alla människor. Om ni alltså strävar framåt, *mättar er med Kristi ord* och håller ut intill änden, se, så säger Fadern: Ni skall få evigt liv” (2 Nephi 31:20; kursivering tillagd).

Låt oss så undersöka vad som hände med dem som insåg betydelsen av ledstången av järn när de försökte nå trädet:

”Och de som hörsammar Guds ord och håller fast vid det, de skall aldrig förgås. Inte heller skall motståndarnas

frestelser och brinnande pilar slå dem med blindhet för att leda dem till undergång” (1 Nephi 15:24).

I Almas bok läser vi:

”Det är många givet att känna till Guds hemligheter, men de har fått sträng befallning att de inte skall avslöja annat än den del av hans ord som han ger till människobarnen enligt den lydnad och flit som de visar honom.

Och därför får den som förhärdat sitt hjärta en mindre del av ordet, men till den som inte förhärdat sitt hjärta ges en större delen av ordet, till dess det blir honom givet att känna Guds hemligheter, till dess han känner dem till fullo.

Och till dem som förhärdat sina hjärtan ges en allt mindre del av ordet till dess de inte vet något om hans hemligheter. Och därefter tas de tillfånga av djävulen och leds av hans vilja ned till undergång” (Alma 12:9–11).

Jag tror att när vi struntar i att studera skrifterna regelbundet så är det en form av att förhärda hjärtat. Jag är rädd att om vi fortsätter i den riktningen så kommer vi att få en allt mindre del av ordet och så småningom inte veta något alls om Guds hemligheter. Om vi i stället dricker dagligen ur skrifterna får vi hjälp att bygga upp styrka och kunskap, avslöja djävulens bedrägerier och upptäcka de snaror han har lagt ut för att fånga oss.

När du ställer följande frågor till dig själv inbjuder jag dig att låta den Helige Anden tala till ditt sinne och hjärta:

- Tar jag mig tid att studera skrifterna varje dag?
- Om inte, vilken ursäkt har jag för att inte göra det?
- Är min ursäkt godtagbar för Herren?

Jag uppmanar dig att börja läsa skrifterna varje dag. Gå inte och lägg dig ikväll förrän du har läst. När du läser får du en större önskan att göra Herrens vilja och att åstadkomma förändringar i ditt liv. ■

Från ett tal under ett andligt möte vid Brigham Young-universitetet–Hawaii den 22 mars 2011. För att se hela texten på engelska, gå till devotional.byuh.edu/archive.

SLUTNOTER

1. Läran och förbunden 24, kapitelingressen.
2. Se Boyd K. Packer, ”Frukten icke”, *Liahona*, maj 2004, s. 79.
3. Ezra Taft Benson, ”Födda av Gud”, *Nordstjärnan*, okt. 1989, s. 5.

Tiondets välsignelser

Herren har befallt oss att betala tionde. I gengäld lovar han att "öppna ... himlens fönster och låta välsignelse strömma ut ... i rikt mått" (Mal. 3:10). Men hans välsignelser kommer på hans eget sätt och i hans egen tid och de kan vara andliga eller timliga.

Under tider då det finns ekonomiska problem eller problem i familjen kan Herrens utlovade välsignelser till dem som trofast betalar tionde verka avlägsna. Men som följande sista dagars heliga har observerat, hjälper tiondet kyrkans medlemmar att bättre känna igen Herrens hand i sitt liv.

*När vi betalar tionde får vi stora välsignelser,
särskilt när det gäller att vi bättre kan se
Herrens hand i vårt liv.*

Tiondet stärker tro

Strax efter att vi hade gift oss flyttade min make och jag långt bort till en stad i östra Bolivia där vi var de enda medlemmarna i kyrkan. Min make var nyomvänd och vi ville följa alla Herrens bud.

Varje månad förvarade vi vårt tionde i ett kuvert tills vi kunde ge det till vår biskop. Min make var starkt övertygad om att om vi följde den här lagen så skulle vi välsignas och beskyddas. Min make var starkt övertygad om att om vi följde den här lagen så skulle vi välsignas och beskyddas.

Vi bodde i ett varmt, dyrt och obekvämt hotellrum medan vi letade efter ett hem att hyra. Vårt sökande var fruktlöst i många dagar. Det enda huset vi hittade var ett litet fint hus vars ägare bodde i en annan stad. Många hade försökt hyra huset men kunde aldrig få tag på ägaren.

En morgon när vi hade bett om vår situation knackade en ung man på vår dörr. Han sade att den som ägde huset hade kommit på ett kort besök. Min make rusade ut för att träffa henne medan jag fortsatte att be om att vi skulle få huset. När han kom tillbaka sade han att kvinnan hade hyrt ut huset åt oss till otroligt låg hyra. Det som gjorde vår glädje ännu större var att huset redan var möblerat. Just då hade vi bara två stora lådor och en resväska fullastade med våra saker.

Tiondelagen handlar inte om pengar utan om tro. Min make tjänade inte mycket, men när vi trofast betalade vårt tionde, välsignade Herren oss så att vi kunde hitta ett bra hem och försörja oss själva.

Lourdes Soliz de Duran, Bolivia

Tiondet ger frid

Jag har alltid litat på Herren och på hans bud. Den ekonomiska situationen förvärrades och jag förlorade min övertid och lönen sjönk. Jag slutade betala tionde och sade till mig själv att Herren skulle förstå. Men mina skulder ökade och lönen krympte.

När mina släktingar såg hur jag kämpade sade de att jag först och främst skall betala mitt tionde eftersom det skulle hjälpa mig att övervinna mina prövningar. Men det slutade alltid med att jag betalade räkningarna i stället. Jag var villig att betala tionde när mitt ekonomiska hav var lugnt, men



jag blev rädd när min ekonomiska situation blev stormig (se Matt. 14:28–31).

En eftermiddag när jag på väg hem från arbetet efter att ha fått lön tänkte jag på alla mina skulder. Jag blundade och bad: "Fader, vad ska jag göra?" Sedan öppnade jag ögonen och såg att det satt en affisch i taket av när Petrus sjunker i det stormande havet och Frälsaren sträcker ut handen för att rädda honom. Längst ner på affischen

TILL FÖRÄLDRAR

I berättelsen "Bara ett enda mynt" (*Liahona*, aug. 2011, s. 70–71) lär sig Daniel att det är ett bra val att betala tionde — även om bidraget bara är ett enda mynt. En tillhörande aktivitet förklarar hur tiondepengarna används. Ett bra sätt att inleda ett samtal om tionde är att läsa den här artikeln som familj. För att hjälpa dina barn komma ihåg hur kyrkan använder tiondet kan du använda några av bilderna i aktiviteten och dekorera deras tiondeburk eller tiondeask med dem.

Tidigare nummer av *Liahona* finns på internet på liahona.lds.org.

stod det "Orubblig tro". Jag insåg att jag behövde betala mitt tionde om jag någonsin skulle kunna betala av mina skulder.

När jag kom hem tog jag fram ett tiondekuvert och lade mitt tionde i det. När jag förseglade kuvertet hörde jag orden "Allt är väl" och kände stor glädje och frid.

Jag vet att Gud ger mig välsignelser när han anser det lämpligt att göra det. Till dess kanske havet fortfarande är stormigt, men friden jag känner när jag lyder är mer än nog.

Ricardo Reyes Villalta, El Salvador

Tiondet leder till omvändelse

Bruket att betala tionde startade i familjen när vår dotter blev medlem i kyrkan. Då var varken min make eller jag medlemmar. Min dotter tjänade egna pengar, men eftersom hon bodde hos min make och mig delade alla på det vi tjänade. Jag kunde inte förstå hur vi skulle klara oss utan de tio procenten av hennes inkomst som hon bestämde sig för att betala i tionde, men jag vande mig gradvis vid min dotters beslut. Det första jag frågade när hon kom hem med sin lönecheck var: "Har du lagt undan ditt tionde?"

Så småningom blev jag intresserad av att lära mig om evangeliet, men jag bestämde mig för att inte bli medlem i kyrkan eftersom jag skulle behöva betala tionde. Två tiondebetalningar från en familjebudget var bara för mycket!

Efter att ha gått till kyrkan i över ett år började jag känna mig otillfredsställd och orolig. När jag funderade och bad om det insåg jag att jag ville betala tionde. Jag blev förvånad över min önskan med tanke på mitt tidigare motstånd.

Söndagen därpå bad jag grenspresidenten om en tiondetalong. Jag blev besviken när jag fick höra att jag inte fick betala tionde förrän jag blivit medlem. Men vad jag kunde göra vara att ge en donation. Så jag donerade tio procent av min inkomst till Herrens kyrka. Jag kände mig genast tröstad, glad och tillfreds. Jag kunde knappt vänta till min dopdag så att jag kunde betala tionde på riktigt.

Jag vet att de timliga välsignelserna vi får i familjen kommer tack vare att vi betalar tionde. Men de största välsignelserna är de ojämförliga känslor vi får när vi lyder vår himmelske Fader: tillfredsställelsen av att vara lydig, tilliten att vår himmelske Fader aldrig överger oss, och känslorna av frid och lycka.

Ol'ga Nikolajevna Xripko, Ukraina

Tiondet välsignar familjer

Jag växte upp i kyrkan men gled bort från den i tonåren. När jag kom tillbaka till kyrkan stöttade min make Dale mig, men han var inte intresserad av att träffa missionärerna.

När jag hade blivit aktiv träffade jag biskopen för en tempelrekommendationsintervju. Han frågade om jag betalade ett fullt tionde, och jag var glad att kunna säga att jag gjorde det. Till min förvåning frågade biskopen: "Vet din make att du betalar tionde?" Jag blev chockad — varför spelade det någon roll? Biskopen bad mig vänligt att komma tillbaka när jag hade berättat för Dale att jag betalade tionde.

En söndagsmorgon fattade jag äntligen modet att tala om

för min make att jag betalade tionde. Dale chockade mig med att helt enkelt säga: "Jag vet." Detta var den första av många tiondeunderverk.

En kort tid senare lät Dale mig ta hand om familjens ekonomi. När jag sade att jag skulle betala ett fullt tionde på hela vår inkomst gick han med på det eftersom han hade sett vilka välsignelser tiondet kan ge.

Nu är våra skåp alltid fyllda, vi har familjebön varje dag, missionärerna kommer hem till oss minst en gång i månaden och min make är med på hemaftnarna. Jag tror att Dale en dag blir medlem i kyrkan och att hans omvändelse började med vårt beslut att betala ett fullt tionde tillsammans. Sandie Graham, New York, USA

Tiondet öppnar himlens fönster

För flera år sedan förlorade min make sitt jobb. Vi kämpade för att kunna betala räkningarna och köpa



BESVARA FRÅGOR

Hur används tiondet?

Principen om tionde — att frivilligt ge en tiondel av sin inkomst till Guds verk — har undervisats om sedan Gamla testamentets tid (se 1 Mos. 14:17–21). Det är så här Herren bekostar kyrkans utgifter. I dag används tiondepengarna till att 1) bygga tempel, möteshus och andra kyrkobyggnader; 2) betala kyrkans driftskostnader; 3) bekosta missionsprogrammet (det inbegriper inte enskilda missionärsutgifter); 4) förbereda det material som används i kyrkans klasser och organisationer samt att 5) bekosta annat viktigt arbete, som till exempel tempeltjänst och släktforskning.

mat med den lilla pension jag fick, men vi klarade oss.

Fastän min make stöttade mig i min hängivenhet mot kyrkan var han frustrerad över att jag betalade tionde när vi knappt hade råd att betala räkningarna. Men jag kände att jag skulle fortsätta följa tiondebudet.

Vi hade inte mycket pengar men vi hade en liten trädgård. När våren kom planterade vi bland annat morötter, potatis, ärtor, tomater, paprika och örter. Våra rabatter frodades över sommaren och vi fick en riklig skörd. Våra plommonträd bröts nästan av på grund av fruktens tyngd. Jag tillbringade sommaren med att konservera och frysa frukt och grönsaker, göra sylt, baka pajer och ge överskottet till våra grannar.

En dag när jag gick runt i vår lilla trädgård kom jag ihåg Guds löfte att han skulle öppna himlens fönster och "låta välsignelse strömma ut över er i rikt mått" (Mal. 3:10).

Jag tänkte på min frys som var full av frukt och grönsaker och insåg att vår himmelske Fader verkligen hade välsignat oss. Vår lilla trädgård gav oss tillräckligt med mat så att vi klarade oss under den svåra tiden — mer än tillräckligt. Jag är så tacksam för att Gud välsignar oss när vi följer hans bud. ■

Jacqueline Kirbyson, England

SKAPA påsktraditioner som är INRIKTADE PÅ KRISTUS

*Vid påsken firar vi vår Frälsares gåva:
Försoningen.*

Diane L. Mangum

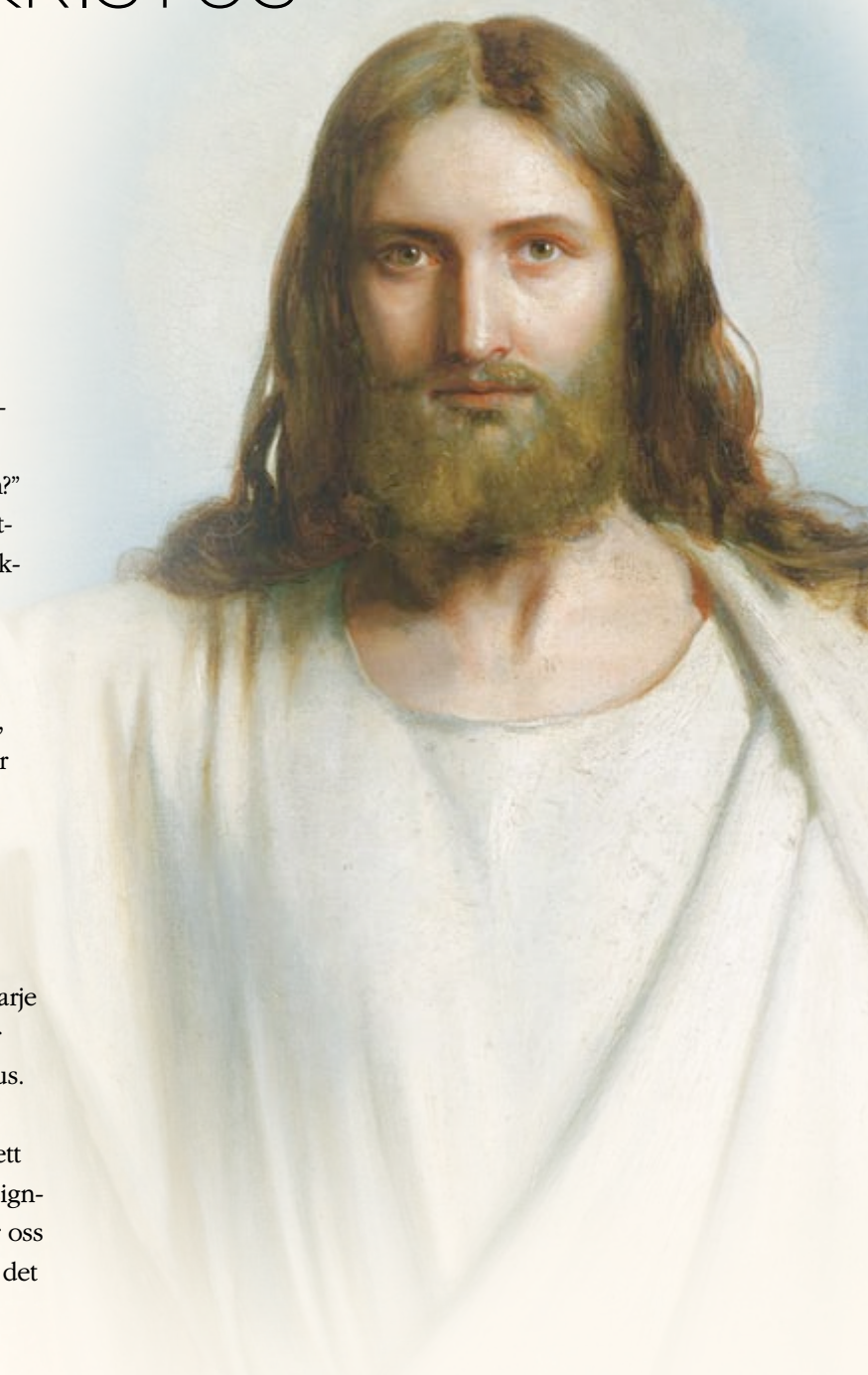
På påsksöndagen för några år sedan kom min fyraårige son Ben nerför korridoren i vårt möteshus efter Primär och vinkade glatt med papperet som han hade färglagt. Han ropade med stor iver: "Mamma, mamma, har du hört talas om uppståndelsen?" Han ville vara säker på att jag hade hört de goda nyheterna. Något som Bens primärlärare hade sagt hade verkligen berört hans hjärta så att han med glädje började förstå vad uppståndelse är. Vad trevligt det vore om vi alla kände samma glädje varje påsk!

Jesu Kristi försoning, som inbegriper uppståndelsen, är själva kärnan i påskfirandet. När vi skapar traditioner som är inriktade på Kristus hjälper det oss att fokusera på dessa gåvor från vår Frälsare.

Söndagsmöten och traditioner

Utan extra fester, parader eller andra evenemang samlas vi sista dagars heliga på påsken liksom vi gör varje annan söndag. Våra församlings- och grensledare utser talare och musiknummer som fokuserar på Jesus Kristus. Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum sade följande om påsken: "Herren har inte uttryckligen försett oss med religiösa seder för att påminna oss om de välsignelser vi får av honom i dag. Seden att ha traditioner för oss emellertid närmare det stora arv vi fått att njuta av och det

DETAJ FRÅN KRISTUS, TRÖSTAREN, AV CARL HEINRICH BLOCH © IRI; BÅRD PATRIC GERBER



är något som varje familj borde försöka hålla levande” (“Familjetraditioner”, *Nordstjärnan*, juli 1990, s. 17).

Här följer några olika traditioner från familjer när de firar påsken och samlar nära och kära.

Bära vittnesbörd om Kristi uppståndelse

- Janice och Kirk Nielson startade en speciell ”Far- och morföräldrarnas kväll” som har blivit en påsktradition. Syster Nielson säger: ”Jag tror att det bästa vi kan göra som far- och morföräldrar är att gå hem till våra barn och sätta oss ner med våra barnbarn och låta dem veta att vi har ett vittnesbörd om Frälsaren.”
- När Hector och Sherilyn Albas barn var små tog de sig tid varje kväll under veckan före påsk att ha en kort lektion om det som hände under den sista veckan i Frälsarens liv.
- En del familjer besöker sina närståendes gravar. De berättar för sina barn om släktingar som har dött och uttrycker tacksamhet för Jesu Kristi uppståndelse.

Ägget har blivit en nästan universell symbol för påsken i det att den representerar hur Frälsaren bröt dödens band genom sin uppståndelse. Därför har det blivit en vanlig tradition runtom i världen under påsken att måla och gömma ägg för en äggjakt och ge bort påskkorgar.

- I Ryssland hälsar man ofta på varandra under påsken genom att säga: ”Jesus har uppstått.” Den andra personen svarar: ”Sannerligen, han har uppstått.” I Albanien finns det en liknande tradition. De slår ihop röda stenägg och säger: ”Kristus har uppstått.”
- Karen Spencer värdesätter minnena från sin danska mormors påskfirande och tycker fortfarande om att färga ägg med kokta lila lökskal precis som hennes mormor gjorde. Hennes familj tycker att det är ett bra tillfälle att prata om ägget som symbol för nytt liv och uppståndelsen.

- En del familjer där det finns små barn tycker om att ha påskäggsjakter med ett budskap. De lägger en liten sak som har med Kristi död och uppståndelse att göra i små plastägg tillsammans med ett skriftställe. De numrerar äggen i den tidsordning som påskberättelsen har. När barnen öppnar äggen i ordning kan de lära sig om Kristi försoning och uppståndelse.

Njuta av påskmusik

Musik kan ha ett gott inflytande på oss under påsken.

- David och Joyce Beer tycker om att söka upp påskkonserter som hjälper dem att komma ihåg Frälsarens offer.
- David och Nancy Harmon tycker om att lyssna på Georg Friedrich Händels *Messias*. Syster Harmon tycker att ”den egentligen handlar mer om påsken än om julen”.
- En mamma uppmuntrar sina barn som tar musiklektioner att öva på en påsksång den månaden.
- Dale och Sara Okerlund med familj samlas vid pianot för att sjunga psalmer och primärsånger som handlar om påsken.

Äta påskmåltid tillsammans

En familjemåltid är en annan betydelsefull påsktradition världen över.

- En familj äter skinka och pratar om hur Kristus uppfyllde Moselagen. En annan familj äter fisk för att minnas det som Jesus åt. Eliza och Michael Pereira med familj äter en måltid bestående av lamm, och de pratar om den judiska påskhögtidens symbolik.
- När min familj har ätit påskmiddag tar vi ett foto av alla familjemedlemmarna och andra kära vänner som ätit tillsammans med oss. Vi har en urklippsbok med påsktema som nu innehåller glada familjeminnen sedan 30 år.
- Ett par vars barn är vuxna bjuder hem andra vuxna vänner på en särskild middag. Då pratar de gamla

minnen och minns vad påskan betyder.

- I vissa länder firar man även påsk på fredagen och måndagen. På Tahiti har familjerna ofta picknick tillsammans på andra öar. I Centralamerika använder en del sista dagars heliga de extra dagarna till att besöka sina släktingar, äta tillsammans och besöka templet.

Påsktraditioner utan religiöst tema uppehålls en annan dag

Sista dagars heliga familjer uppehåller ofta påsktraditioner utan religiöst tema på en annan dag än söndagen.

- I Brasilien, på fredagen eller lördagen före påsk, lägger en mormor som är sista dagars helig en eller två morötter, som någon knaprat på, på en plats och gömmer sedan påskägg i närheten.
- På måndagen efter påsk tycker Joyce och Scott Hendricks med familj om att laga mat ute och ha en speciell påskäggsjakt.

Låt alltid Kristus vara en del av påskan

Att lära sig mer om Jesus Kristus under hemaftnar, lyssna på påskmusik eller äta en speciell måltid kan vara andligt upplyftande när som helst. Man behöver inte fira något tillsammans med en stor grupp. En personlig tradition med påskfirande som innefattar en familj eller ett hjärta är lika meningsfull.

Vi kan också minnas och fira påskens glädje precis som lille Ben som sprang längs möteshusets korridor och ville berätta de goda nyheterna om uppståndelsen. ■

Diane L. Mangum bor i Utah i USA.



FAMILJENS BETYDELSE

Familjen är utsatt för angrepp i dagens värld. Därför är det viktigare än någonsin att barn och ungdomar får ett vittnesbörd om familjens betydelse i vår himmelske Faders plan (se *Vägledning för de unga* [2011], s. 14). På sidan 52 i det här numret rekommenderar Anne M. Dibb, andra rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap, olika sätt att hjälpa ungdomar få ett vittnesbörd om familjen.

Hon skriver till exempel: "När du läser tillkännagivandet kan du göra anteckningar om lärdomarna, råden, varningarna och de utlovade välsignelserna och vad de betyder för dig personligen."

Förslag för att undervisa ungdomar

- Läs "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" och avsnittet som handlar om familjen i *Vägledning för de unga*. Samtala om hur de här riktlinjerna kan tillämpas på din familj. Du kan bära ditt vittnesbörd om hur viktig familjen är.
- Du kan ha en hemafton om hur viktig familjen är (en bra resurs är ämnet "Äktenskap och familj" i det nya studiekursmaterialet på lds.org/youth/learn).

- Gå till youth.lds.org. Välj "For the Strength of Youth" och sedan "Family" för att hitta resurser som hjälper dig att bättre förstå läran om familjen: skriftställehänvisningar, filmer (se till exempel "Fathers and Sons"), radioprogram från Mormon Channel, frågor och svar och artiklar, däribland tal av generalauktoriteter.

Förslag för undervisning av barn

Här är några exempel på hur man på ett visuellt sätt kan följa familjens framsteg mot ett andligt mål:

- Skaffa en liten, genomskinlig burk. Sätt tillsammans med dina barn upp ett realistiskt mål som ska stärka familjen, till exempel att ha hemafton varje måndag eller läsa skrifterna varje dag som familj. Be dina barn att göra en etikett till burken som de skriver målet på. Varje gång din familj har haft aktiviteten lägger ni ett litet föremål, till exempel en glaskula eller en pärla i burken. När burken är full kan ni fira genom att ha en speciell familjemiddag eller familjeaktivitet.
- Be varje barn att rita en bild av när familjemedlemmarna gör en



Genom att följa råden i "Familjen: Ett tillkännagivande till världen" kan vi stärka och skydda vår familj.

daglig aktivitet som du vill uppmuntra till, till exempel att be eller läsa skrifterna tillsammans. Sätt upp bilderna på en plats där alla kan se dem. Börja dagen med att bilderna är vända med teckningen fram. När familjen har gjort aktiviteten på teckningen så vänder ni på bilden. De bilder som fortfarande syns påminner din familj om era mål och vad de kan göra för att stärka familjen varje dag. Vänd på bilderna så att alla har teckningen framåt i början av varje dag.

Hjälp också dina barn att se välsignelserna som kommer till familjen när ni gör de här aktiviteterna. Genom att hjälpa barnen känna igen de goda känslor som kommer av att ha Anden i hemmet ökar du deras önskan att följa de mönster för rättfärdigt uppförande som stärker familjen. ■

VAD ÄR DET HÄR FÖR KYRKA?

För ett antal år sedan behövde jag få min bil besiktigad för säkerhets- och utsläppsstandard. Jag kom till bilverkstan en eftermiddag och det var åtta eller nio bilar före mig.

Det var en vacker vårdag så jag bestämde mig för att rulla ner rutorna, stänga av motorn och ta fram ett exemplar av "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" som jag hade i bilen bland annat kyrkmaterial. Min stavsresident hade nyligen uppmanat stavsmedlemmarna att lära sig tillkännagivandet utantill. Den här lediga tiden gav mig ett perfekt tillfälle att göra det. Så småningom var det min tur att få bilen besiktigad.

En av männen som utförde besiktningen sade att han skulle köra in bilen i verkstaden. Sedan bad han

mig vänta i ett rum bredvid tills besiktningen var klar. Tiden gick medan jag såg andra kunder komma och gå. Efter ett tag började jag tro att det måste vara något allvarligt fel på min bil.

Till slut kom mekanikern in från verkstaden till väntrummet och sade att bilen hade klarat besiktningen. Vilken lättnad! Jag betalade kassören och gick ut dit där bilen var parkerad. Mekanikern stod där och väntade på mig.

Han tittade mig rakt i ögonen och sade: "Kan jag få prata med dig en minut?"

"Javisst", sade jag.

"Jag ber om ursäkt för att det tog en sådan tid att besiktiga din bil. Du förstår att när jag körde in bilen i verkstaden lade jag märke till ett papper på passagerarsätet som handlade

om familjen. I stället för att genast lämna tillbaka bilen till dig satt jag i verkstaden och läste vad som stod på papperet om och om igen."

Han fortsatte: "Vad är det här för kyrka? Vad är det här för dokument om familjen? Kan jag få ett exemplar? Det står att det var skrivet av apostlar. Menar du att det finns apostlar på jorden idag precis som på Jesu tid? Snälla, jag måste få veta."

Jag var nästan mållös men samlade mina tankar. Jag sade till honom att det finns apostlar *och* profeter på jorden, precis som på Jesu tid. Jag berättade för honom om profeten Joseph Smith och evangeliets återställelse. Sedan gav jag honom allt material om kyrkan som jag hade i bilen. Han gav mig sitt namn och telefonnummer så att missionärerna kunde kontakta honom. Vårt samtal avslutades med hans uppriktiga uttryck av tacksamhet.

När jag körde iväg fylldes ögonen av tårar. Jag var tacksam över att jag hade lämnat ett exemplar av "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" på bilsätet.

Jag har aldrig glömt det ivriga uttrycket i den mannens ögon. Den upplevelsen var en oförglömlig lektion om kraften i tillkännagivandet om familjen, om att uppenbarelser ges än idag och om hur viktigt det är att sprida evangeliet i vardagliga — och ibland oväntade — situationer. ■

Angela Fallentine, Nya Zeeland

"Jag lade märke till ett papper på passagerarsätet som handlade om familjen", sade mekanikern till mig. "Jag satt i verkstaden och läste vad som stod på papperet om och om igen."



VÅRT TIONDE KOM FÖRST

Sommaren 2006 arbetade min make som lastbilschaufför. Eftersom han var iväg hemifrån omkring två veckor åt gången så vilade ansvaret för att betala räkningarna huvudsakligen på mig. Hans arbete var sådant att vår inkomst varierade från månad till månad, vilket gjorde det svårt att budgetera våra pengar.

I juli det året var lönen mindre än vanligt och mindre än vad jag hade planerat. När jag hade löst in checken jämförde jag beloppet i banken med vår lista över utgifter. Jag kom fram till att för att kunna betala allt, inklusive vårt tionde,

behövde vi ha ytterligare 30 dollar. Vi betalade ett fullt tionde. Vi lärde oss nämligen en läxa några år tidigare när vi hade kommit efter med tiondebetalningen. Att hoppa över tiondet den här gången var inte ett alternativ.

Jag mindes att jag hade hört berättelser om människor som skrev sina tiondecheckar fastän de hade ont om pengar, och att de sedan fick pengar på mirakulösa sätt. Jag skrev oftast checkarna i den ordning som de

behövde skickas den dagen, så tiondechecken var sällan den första jag skrev.

Men den här dagen

bestämde jag mig för att jag behövde skriva tiondechecken först, med vetskap om att Herren skulle bereda ett sätt för oss att betala våra räkningar.

Måndagen därefter fick jag veta att en kurs som jag hade anmält min äldste son till hade ställts in, och checken på 20 dollar som jag hade skrivit månaden innan kom tillbaka. När jag salderade min checkbok och räknade in de 20 dollarna såg jag att jag hade räknat fel veckan innan. Dessutom fick jag två dagar senare tillbaka 36 dollar från en läkarmottagning eftersom vi hade betalat för mycket på en räkning. Så i stället för att ha 30 dollar för lite, hade vi nu nästan 50 dollar extra.

Herren hade uppfyllt sitt löfte i Malaki 3:8–12 att om vi betalar vårt tionde så ska han låta välsignelser strömma ut. Jag vet att vi blev välsignade därför att vi följde Herrens befallning att betala vårt tionde först. ■

Carrie Dalby Cox, Alabama, USA

Jag kom fram till att för att kunna betala alla våra utgifter behövde vi ha omkring 30 dollar. Men att hoppa över tiondet var inte ett alternativ.



STANNA I KAPSTADEN

Ända sedan jag verkade som missionär i Englandmissionen London ville jag återvända för att bo och arbeta där. Eftersom jag nyligen hade tagit magisterexamen bestämde jag mig för att det nog var rätt tid för mig att flytta till London. Jag skaffade ett jobb och kände mig positiv inför flytten.

Men en kväll bad jag för att få veta Herrens vilja och om det var rätt för mig att flytta till London. När jag försökte somna kom en tanke tillbaka till mig om och om igen: "Du behöver stanna i Kapstaden." Detta fortsatte i flera timmar. Till slut insåg jag att Gud ville att jag skulle vara i Kapstaden. Så fastän jag ville flytta bestämde jag mig för att stanna kvar. Sedan somnade jag med en gång.

Dagen därpå började jag komma med bortförklaringar till vad som hade hänt kvällen innan och fortsatte fundera på om jag inte skulle åka till London i alla fall. Men på kvällen upprepades det som hade hänt kvällen innan. Tanken "Du behöver stanna i Kapstaden" upprepades om och om igen. När jag begrundade allt detta blev jag övertygad om att Herren verkligen ville att jag skulle stanna kvar i Kapstaden, och jag ville göra det som Herren ville att jag skulle göra.

Veckan därpå ringde min stavspresident och bad mig träffa honom. Jag förstod genast att Herren hade ett ämbete i åtanke för mig. Anden vittnade om att anledningen till att jag behövde stanna

kvar i Kapstaden var att Herren hade ett arbete för mig att utföra.

Jag tackade ja till ämbetet som stavens president för Unga kvinnor, och medan jag verkade under åren som följde kunde jag vara ett redskap i Herrens händer. Till följd därav välsignades jag och de personer jag tjänade. Min ledarförmåga stärktes och Herren lärde mig mycket när jag tjänade andra.

Sedan dess har jag utvecklat en större tillit till Herren. Jag är så tacksam för de milda maningarna från Anden som vägleder mig så att jag kan veta och göra hans vilja. Genom att tvivla mindre och vara villig att följa inspirationen jag får, leds jag till att uppleva stor glädje och frid, med vetskapen om att min himmelske Fader är nöjd med mitt liv. ■

Nicky Burgoyne Smith, Utah, USA

En kväll bad jag för att få veta Herrens vilja och om det var rätt för mig att flytta till London.



VARFÖR BETALAR NI FORTFARANDE TIONDE?

För några år sedan blev min man friställd från sitt jobb. Hans arbetsgivare, som uppenbarligen var ledsna över det de gjort, erbjöd honom ett annat jobb, men det skulle kräva en svår flytt. Men vi tittade på alla välsignelser det skulle innebära, inklusive fortsatt anställning.

När vi hade flyttat upptäckte vi dock att jobbet inte längre var tillgängligt. Ingen hade en vettig förklaring till det. Det enda vi visste var att vi var på en ny plats, utan arbete och nästan utan pengar eftersom vi hade betalat våra skulder innan vi flyttade och använt de sista sparpengarna till flytten.

Min make försökte hitta ett heltidsjobb på alla tänkbara sätt. Under tiden utförde han mindre jobb och gjorde en del hantverk som gav så pass mycket pengar att vi kunde försörja oss efter att vi hade betalat vårt tionde till Herren. Vi var sparsamma med allt, men det var inte lätt att betala skolväxter, köpa mat och kläder och få ihop de pengar som behövdes för att min man skulle kunna ge sig ut och leta jobb.

Vi grät mycket, men vi slutade aldrig att lita på att Herren skulle välsigna oss. Och vi tackade för välsignelserna vi redan hade: döttrar som var friska och trofasta, ett enigt äktenskap och stöttande släktingar och församlingsmedlemmar.



När vi hade flyttat upptäckte vi att min makes jobb inte längre var tillgängligt. Vi var på en ny plats, utan arbete och nästan utan pengar.

Många vänner som inte tillhörde kyrkan frågade oss: "Om ni har så dålig ekonomi, varför betalar ni då fortfarande tionde?" Svaret var alltid detsamma: Eftersom Herren har befallt det, och vi vill inte stjäla från Gud (se Mal. 3:8–9).

Vi visste alltid att om vi var lydiga så skulle Herren välsigna oss — kanske inte på det sätt som vi hoppades på, men ändå med det han ansåg vara bäst för vår familj. Vi använde aldrig våra ekonomiska problem som ursäkt

för att sluta tjäna Herren. Faktum är att vår önskan att tjäna honom växte.

I dag har min make ett jobb som hjälper oss att betala av skulderna vi drog på oss när han var utan arbete. Det kommer att dröja länge än innan vi kan slappna av ekonomiskt sett, men vi vet att om vi "för allt tionde till förrådshuset" så ska Gud öppna himlens fönster och "låta välsignelse strömma ut över [oss] i rikt mått" (Mal. 3:10). ■

Raquel Pedraza de Brosio, Argentina

Rätt tid

ATT GIFTA SIG

Ane och Benjamin insåg att utbildning var något viktigt och de ville båda studera vid ett universitet.

Hur skulle ett eventuellt äktenskap passa in i den planen?

Alissa Strong
Kyrkans tidningar

När Ane gick på gymnasiet såg hon fram emot dagen när hon skulle gå på ett universitet.

Det var så många ämnen hon kunde studera och så många yrken att välja bland! "Jag hade många, många intressen och kunde göra så många olika saker", säger hon.

Fastän Ane bodde i ett litet samhälle i Norge gick hon på ett mycket bra gymnasium. Hennes skola uppmuntrade eleverna att arbeta hårt för att få bra betyg och att gå på ett universitet. Många elever vid Anes skola började studera vid universitetet direkt efter sin examen. Ända sedan Ane var liten hade hon tänkt göra det också. Men att studera var bara ett av de mål som Ane hade satt upp.

"Jag hade blivit undervisad väl i Unga kvinnor genom lektionerna och Personlig tillväxt-programmet", säger Ane. "Jag har alltid haft som mål att gifta mig i templet."

När är den "rätta tiden"?

En kväll på det lokala institutet träffade Ane en nyligen återvänd

missionär som heter Benjamin. "Ända från första gången jag såg honom imponerade han på mig på många sätt", säger Ane. "Det var så lätt och trevligt att prata med honom. Det var lätt att prata om evangeliet."

Benjamin bjöd ut henne på en dejt, och den gick bra. Under månaderna som följde träffades Benjamin och Ane mer. De spelade fotboll och volleyboll, fotvandrade och tittade på film. Gradvis lärde de känna varandra bättre och deras vänskap utvecklades till en romans.

När de fortsatte träffas började de tänka på och planera för ett äktenskap. Ane och Benjamin var glada att de hade hittat personen de ville vara med i evigheten. Men deras relation blev allvarlig fortare än vad någon av dem hade väntat sig. Vad skulle hända med alla planer de hade gjort upp när de var små? Skulle de fortfarande kunna få en utbildning? Skulle beslutet om äktenskap innebära att

deras andra mål behövde skjutas på framtiden?

Några av deras vänner och släktingar trodde att det skulle bli så.

"Många omkring oss — hemma, i skolan och på jobbet — oroade sig för hur den här relationen skulle påverka min utbildning", säger Ane. "De ifrågasatte om jag ens visste att den här relationen skulle bli varaktig."

Mina vänner i samma ålder som jag trodde att ett äktenskap skulle hindra mig från att studera vid universitetet", säger hon. "För dem var det som om jag skulle slösa bort mina talanger och möjligheter."

Några av Benjamins bekanta tyckte samma sak. "Andra ville få mig att tro att vi var för unga, att min blivande hustru borde utbilda sig färdigt först och att om vi gifte oss, så skulle det innebära att vi fick barn, vilket vi också var för unga för", säger han.

Fastän Ane och Benjamin trodde på evangeliets betoning på familjen



och äktenskapet, delade andra som inte tillhörde kyrkan vanligtvis inte den prioriteringen — åtminstone inte för unga vuxna. ”Folket här i samhället är mycket inriktade på utbildning och arbete”, förklarar Ane. ”Det är bra, men det lämnar inget större utrymme för familj — eller religion.”

Benjamin säger: ”Jag har alltid trott att det rätta att göra var att återvända från missionen, hitta någon jag tyckte om och sedan älskade, och sedan, efter att ha beslutat att gifta mig och fått bekräftelse från den Helige Anden, gifta mig. Det verkade så enkelt för mig, men plötsligt hade allting blivit förvirrande, mörkt och svårt.”

Vad säger Herren?

Både Benjamin och Ane oroade sig för råden och åsikterna som deras vänner hade gett. Ett helt år kämpade de med att bestämma när det var rätt tid för dem att gifta sig. De visste att i slutändan skulle den viktigaste vägledningen komma från Herren, så de använde mycket tid till att söka i skrifterna och i profeternas ord efter tal om familj, äktenskap och utbildning.

”Alla dessa källor nämnde hur viktigt det är med både äktenskap och utbildning”, säger Ane. När hon fortsatte i sitt sökande efter vägledning fick hon slutligen klarhet under ett samtal med en institutledare. ”Hon sade till mig: ’När man har rätt person och rätt plats (templet) så är det rätt tid!’” minns Ane. ”Det gjorde mig verkligen lättad. Jag fick många

**Benjamin
och Ane med
dottern Olea.**



maningar från Anden som bekräftade att det här var vägen jag skulle ta. Jag fick veta att Benjamin och jag skulle gifta oss och att det var det rätta för mig att göra just då.”

Ane ville fortfarande arbeta på att få en utbildning, för det var också något som Herrens profeter uppmuntrar till. Men just nu visste hon att äktenskap var hennes första prioritet.

Ane var ledsen eftersom hon visste att det var få som skulle se hennes äktenskap i den åldern som något att vara glad över. Men hon valde att fokusera på att lära sig känna igen Andens maningar och på vad Herren tyckte istället för vad hennes kamrater tyckte. ”Jag behövde det för att hålla mig stark och hålla fast vid valet jag hade gjort”, säger hon.

Benjamin upplevde aldrig någon särskild vändpunkt då han insåg att äktenskap var rätt beslut i rätt tid för honom. I stället säger han: ”Jag insåg att jag behövde gå tillbaka till det grundläggande. Varför var jag här? Vad hade jag för syfte på jorden?”

Medan Benjamin sökte i skrifterna och i profeternas och apostlarnas ord vände han sig till sin himmelske Fader i bön. Han fick också prästadömsvälsignelser. ”Det stod klart att jag hade

kommit till jorden för att återvända till Gud med min familj”, säger han. ”Det fanns inget större arbete eller någon annan uppgift som gick upp mot det. Det står ju i ’Familjen: Ett tillkännagivande för världen.’ Om jag medvetet hade struntat i det här och gjort något annat, skulle jag inte ha lytt Guds bud.

”När jag hade fått uppenbarat för mig att det jag hade fått undervisning om i hela mitt liv var så sant att det gick före andras åsikter, kände jag mig upplyst. Jag bestämde mig för att följa det som jag hade fått undervisning om.”

Ane och Benjamin gifte sig den 16 juli 2009 i templet i Stockholm. ”När dagen då vi skulle beseglas i templet kom kände jag en sådan frid”, säger Ane. ”Det var mycket enkelt. Vackert. Inga världsliga distraktioner. Det kändes så bra att vara med mina föräldrar och syskon i templet — och med Benjamin. Det var en tid fylld av sann kärlek.”

Välsignelserna som följer

Fastän tiden före vigseln var svår är Ane tacksam för provningarna hon gick igenom. ”Det tvingade mig att ta ställning”, säger hon. ”Gud hjälpte och stärkte mig genom skrifterna, bön

och prästadömsvälsignelser. Många av dem som i början var negativa har insett att det jag valde var gott och rätt. De ser att jag verkligen har funnit lycka. De har tackat mig för att jag har litat på mig själv och på Herren.”

Efter vigseln flyttade Ane och Benjamin till en annan stad där de började studera vid ett universitet. Snart kom deras dotter Olea, och Ane lade tillfälligt studierna åt sidan. Ane kommer att fortsätta med sin utbildning på deltid och via internet, vilket gör det möjligt för henne att både få en utbildning och att vara hemma och ta hand om deras dotter. Hon vet att ett sådant arrangemang innebär hårt arbete, men Ane kan ändå få den utbildning hon vill ha.

Många kanske har trott att jag skulle behöva göra många uppoffringar för att kunna gifta mig och bilda familj”, säger hon, ”och det kan ha sett ut så. Men faktum är att jag har fått allting. Jag vet att när jag väljer att sätta Herren främst så får jag allting annat. Jag är mycket glad och tacksam för att kunna ta examen. Men jag är framför allt tacksam för att vi har möjligheten att vara en evig familj!”

Benjamin håller med. ”Gud har väglett mig i livet på ett sådant sätt att jag har fått lära mig att sätta honom främst”, säger han. ”För mig var det inte ett val mellan familj eller utbildning. Det var familjen först och utbildning samtidigt. Det är likadant med andra beslut. Det är inte antingen Gud eller ingenting. Det är Gud först och sedan följer allt annat.” ■



HUR MAN ÖVERVINNER HINDREN FÖR ÄKTENSKAP

Earl C. Tingey, emeritusmedlem i de sjuttios första kворum, tog upp sex orosmoment som unga ensamstående vuxna känner inför äktenskapet under en brasafton för unga vuxna:

1. En del tycks tro att det är mindre uppmuntran till återvända missionärer att gifta sig. Om det är det ni tror så är det fel. Alla återvända missionärer bör uppmuntras när de återvänder hem att förbli aktiva i kyrkan, skaffa sig en utbildning, skaffa sig ett yrke och börja söka efter en evig livskamrat.

2. En del unga män tror att de inte kan uppfylla vissa unga kvinnors förväntningar ... God kommunikation kan avhjälpa den osäkerheten.

3. En betoning på utbildning kan göra att äktenskapet kommer i andra hand. Äktenskap, utbildning och yrkesliv kan samverka. En karriär eller ett yrke utan familj, där en familj vore möjlig, är en tragedi.

4. Låt inte livet bara bli en tillvaro som är rolig, spännande eller självisk. Livet är mer än ett nöjesfält. Bli inte fixerade vid att skaffa ägodelar. Ta på er ansvar.

5. En negativ uppfattning om äktenskapet ... kan avskräcka en från äktenskap. En del säger: ”Varför gifta sig när det blir så många skilsmässor?” Det faktum att det finns skilsmässor hindrar inte att du kan få ett lyckligt och framgångsrikt äktenskap. Låt inte andras handlingar påverka ditt beslut. Bestäm dig för att ditt äktenskap inte ska misslyckas.

6. Några skjuter på äktenskapet av ekonomiska orsaker. Att skjuta på äktenskapet tills det finns tillräckligt med pengar för en flott livsstil är inte vist. Så mycket av livet tillsammans — kampen, anpassningarna och att lära sig klara av livets svårigheter — går då förlorat.”

Från ”Tre budskap till unga vuxna”, *Liahona*, apr. 2007, s. 30.

Hur pratar jag om evangeliet när den andra personen bara försöker vinna en debatt? Sådana personer vill inte höra ett vittnesbörd.

Logik och förnuft kan naturligtvis hjälpa oss förstå sanningen, och det är möjligt att använda logiska argument för att försvara kyrkan och dess lärdomar. Men när den ena är mer intresserad av att vinna en diskussion än att förstå den andres tro, slutar det alltid med en strid. Var bestämd med att bära ditt vittnesbörd om det du tror och vet är sant.

Om personen du pratar med vill fortsätta argumentera låter du personen veta att du respekterar vad han eller hon tror på men att du är av en annan åsikt. Samtal om religion bör inte handla om att någon ska "vinna". Och om du blir irriterad eller arg kan du inte vara ett exempel på det du tror på, och du har inte den Helige Anden med dig.

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum har sagt att när vi pratar med andra om kyrkan, bör "vårt mål ... vara att hjälpa dem förstå sanningen, inte att försvara vårt ego eller ta hem poäng i en teologisk debatt. Vårt uppriktiga vittnesbörd är det kraftfullaste svar vi kan ge dem som anklagar oss. Och sådana vittnesbörd kan vi bara bära i kärlek och mildhet."¹

Det som är andligt lär vi oss "inte [genom] ord som skulle övertyga genom mänsklig visdom utan genom en bevisning i Ande och kraft" (1 Kor. 2:4). Även om det kanske inte ändrar någons åsikt bör du bära ditt vittnesbörd och låta andra veta vad du tror på. Och när du berättar om evangeliet är det lika viktigt *hur* du säger något som *vad* du säger. Tala tålmodigt och kärleksfullt. När du följer Anden blir du manad till att veta vad du ska säga (och vad du inte ska säga) och vad du ska göra. ■

SLUTNOT

1. Robert D Hales, "Kristligt mod: Lärjungeskapets pris", *Liahona*, nov. 2008, s. 73–74.

Vad är meningen med att ha **klass- och kvorum-presidentskap** för ungdomarna?

Unga kvinnors klasspresidentskap och aronska prästadsörets kvorumpresidentskap är till nytta både för dem som har ett visst ämbete och dem som de tjänar.

Medlemmarna i presidentskapen har rätt att få inspiration om klassen eller kvorumet. Det kan hjälpa dem att veta hur de ska be för och vara vän med medlemmarna i sin klass eller sitt kvorum, särskilt dem som är nya eller mindra aktiva. Genom att vara i ett presidentskap får ungdomarna lära sig sådana ledarförmågor som att delegera, tjäna, kommunicera och delta i råd. Genom att lära sig organisera och leda möten och aktiviteter kan ungdomarna förbereda sig för en mission eller andra framtida kallelser då de lär sig vikten av att göra sin plikt och hur man gör upp en plan och genomför den.

Klass- och kvorummedlemmarna får också vissa välsignelser genom dessa ledare. De har någon i sin egen ålder att prata med som kan hjälpa och uppmuntra dem att följa evangeliet och göra många saker, särskilt när de ska fullfölja Personlig tillväxt eller Plikt mot Gud. Eftersom presidenterna för klasserna eller kvorumen sitter i biskopsrådets ungdomskommitté kan



de berätta för biskopen om problem, bekymmer eller goda gärningar i sin klass eller sitt kvorum.

Att kallas till ett klass- eller kvorumpresidentskap är ett stort ansvar som hjälper ungdomarna att få större självförtroende, att bli en ledare och ett föredöme, och att utveckla kärlek och enighet i klassen eller kvorumet. ■

I **Vägledning för de unga** står det att vi ska **undvika extrema frisyrrer.**

Vilka frisyrrer anses vara för extrema?

Vad som anses vara extremt varierar från kultur till kultur och från tid till tid, så det är svårt att säga exakt vilka frisyrrer som är för extrema för alla. Hur vet man då om en frisyrr är "extrem"? Fråga dig själv: "Varför gör jag det här?" Om du har ansträngt dig för att ha en ovanlig färg, längd och stil på håret enbart för att utmärka dig eller få uppmärksamhet så kanske

du är extrem, enligt det som står i *Vägledning för de unga*.¹

Ber kyrkans ledare dig att undvika sådant som är extremt bara för att de vill att du ska se alldaglig och tråkig ut, utan stil eller personlighet? Naturligtvis inte. De har gett det här rådet eftersom ditt utseende säger något om dig. "Genom din klädsel och ditt utseende visar du att du vet hur värdefull din kropp är. Du kan visa att du är en Jesu Kristi lärjunge."² En extrem frisyrr kan överskugga det budskapet och ge ett mer världsligt budskap om dig. ■

SLUTNOTER

1. Se *Vägledning för de unga* (häfte, 2011), s. 7.
2. *Vägledning för de unga*, s. 6.

VAD.. HÄNDER NÄR VI HAR DÖTT?

*Det är en grundläggande fråga,
och Gud har gett oss svaren
genom forntida och
nutida profeter.*

Vår kärleksfulle himmelske Fader har gett oss en del kunskap om vad vi kan vänta oss när vi går vidare efter det här livet. Här är några sanningar som kan hjälpa dig förstå var dina avlidna närstående är nu och vart vi alla kommer så småningom.

Vad vet vi om andevärlden?

Var är andevärlden?

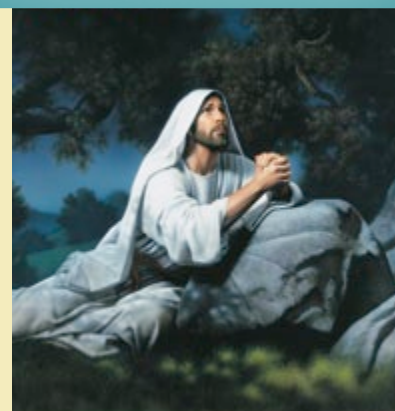
President Brigham Young (1801–1877) lärde att de andar som tillhörde dem som levde på jorden finns kvar runtomkring oss på den här jorden, men vi kan inte se dem.¹

Hur är det i andevärlden?

Det beror på. De rättfärdiga får uppleva ett paradiset — glädje, vila och frid utan besvärigheter, möda och sorg (se Alma 40:12). De ogudaktiga får uppleva helvetet (se Alma 40:13–14). Helvetet kan definieras som "besvikelsen [som] plågar människans sinne".²



DELTA I SAMTALEN



I hela mars studerar ni Jesu Kristi försoning i era prästadömskvorum och i Unga kvinnor och Söndagsskolans klasser. En av försoningens många välsignelser är att vi alla genom den kommer att uppstå. Tänk på hur kunskapen om försoningen och uppståndelsen förändrar ditt perspektiv under svåra tider. Försök minnas en viss situation och hur ditt vittnesbörd om försoningen och uppståndelsen välsignade dig. Du kan berätta om upplevelsen för din familj eller under en kommande söndagslektion.

Hur ser andarna ut?

Människans ande hade en vuxen form i förtullvaron och kommer att ha samma form i andevärlden, även om de dör som nyfödda eller barn.³

Kan andarna i andevärlden se oss?

Ja, när det behövs. President Joseph F. Smith (1838–1918) sade att de som är i andevärlden kan se oss tydligare än vad vi kan se dem och att ”deras ivriga omsorg om oss och kärlek till oss, samt deras önskan om vår välgång [är] större än den vi känner för oss själva”.⁴

Kan andarna i andevärlden fortfarande bli frestade?

Om du är trofast i det här livet har Satan ingen makt över dig i

andevärlden. De ogudaktiga underkastas Satan där precis som de gjorde på jorden.⁵ Som äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum har förklarat är det här livet tiden för omvändelse, eftersom ”det är när vi är här under jordelivet som kroppen och anden kan lära tillsammans”.⁶

Vad gör andarna i andevärlden?

En sak vi vet är att andarna till de trofasta som ännu inte har uppstått utför missionsarbete bland andarna i fängelset.⁷ Vi vet också att bland dem som var trofasta finns det familjer och en organiserad kyrka.⁸

MENING, MOTIVATION OCH HOPP

”Uppståndelsen är en grundpelare i vår tro. Den tillför mening till vår lära, motivation till vårt uppförande och hopp inför vår framtid.”

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum, ”Uppståndelsen”, *Liahona*, juli 2000, s. 16.





Vad vet vi om uppståndelsen?

Hur många människor kommer att uppstå?

Alla människor som någonsin har levat på jorden kommer att uppstå (se 1 Kor. 15:21–23).

Hurdan är en uppstånden kropp?

En uppstånden kropp är:

- **Odödlig.** ”Denna dödliga kropp skall uppstå till en odödlig kropp ... [som] inte längre kan dö” (Alma 11:45).
- **Fullkomlig.** ”Anden och kroppen skall återförenas i sin fullkomliga form” (Alma 11:43).

Profeten Joseph F. Smith förklarade: ”Missbildningar kommer att tas bort, defekter kommer att försvinna och män och kvinnor uppnår då sina andars fullkomning, den fullkomning som Gud utformat i begynnelsen.”⁹

- **Vacker.** President Lorenzo Snow (1814–1901) sade: ”Det finns inget vackrare att skåda än en uppstånden man eller kvinna.”¹⁰
- **Förhärligad.** President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt: ”Din ande är ung, livfull och vacker. Även om din kropp är gammal och sjuk eller handikappad på något sätt kommer du att bli förhärligad den dag då anden och kroppen förenas i uppståndelsen.”¹¹
- **Utan sorg eller smärta.** ”Döden skall inte finnas mer och ingen sorg och ingen gråt och ingen plåga” (Upp. 21:4).

Vad händer med de personer som dött som barn?

Enligt profeten Joseph Smith kommer föräldrarna till ett barn som dött i barndomen att ”få glädjen, nöjet och tillfredsställelsen att efter uppståndelsen fostra detta barn, tills det når sin andes fulla gestalt”.¹²

Vad händer med de personer som kremeras eller inte begravs?

Kyrkan uppmuntrar inte kremering, men oavsett det tror vi att alla människor kommer att uppstå med en fullkomlig kropp. President Brigham Young lärde att i uppståndelsen ”kommer de speciella beståndsdelar som format vår kropp här, om vi gör heder åt dem — och om de än läggs i havets djup och en del är i norr, en annan i söder, en annan i öster och en annan i väster — att sammanfogas på ett ögonblick, och vår ande kommer att ta dem i besittning”.¹³

Vem kommer att uppstå och när?

DEN FÖRSTA UPPSTÅNDELSEN, ELLER ”DE RÄTTFÄRDIGAS UPPSTÅNDELSE” (L&F 76:17)

▲ Vid Kristi uppståndelse

Profeter och vissa andra religiösa personer som får en celestial härlighet (se Mosiah 15:21–25).

▲ Vid Kristi andra ankomst

De som får en celestial härlighet (se L&F 76:50–70; 88:96–98).

▲ I början av tusenårsriket

De som får en terrestrial härlighet (se L&F 88:99).

DEN ANDRA UPPSTÅNDELSEN, ELLER ”DE ORÄTTFÄRDIGAS UPPSTÅNDELSE” (L&F 76:17)

▲ I slutet av tusenårsriket

De som får en telestial härlighet (se L&F 76:85; 88:100–101).
Förtappelsens söner (se L&F 76:43–48; 88:102).

Varför finns det en fysisk uppståndelse?

Den fysiska uppståndelsen är en del av Guds plan och har undervisats om av profeter sedan Adams dagar (se Mose 5:10). Men "djävulen har ingen kropp och häri ligger hans straff",¹⁴ så han förvränger denna lära så att människorna inte ska tro på en fysisk uppståndelse.

Många tror att den fysiska kroppen är som ett fängelse för anden och att vi bara kan bli verkligt lyckliga när anden befrias från kroppen, men det är inte sant. Herren har uppenbarat att en fysisk uppståndelse är nödvändig därför att:

- **Det är så vi kan uppleva fullkomlig glädje.** Endast "ande och element [en fysisk kropp], oskiljaktigt förenade, mottar

glädjens fullhet" (L&F 93:33). Vi vet också att de som dog och väntade i andevärlden på Kristi uppståndelse "hade betraktat sina andars långa frånvaro från sina kroppar som en fångenskap" (L&F 138:50).

- **Det är en välsignelse som vi får för att vi har valt vår himmelske Faders plan.** Innan vi föddes på jorden valde alla andar som någonsin skulle leva på jorden att följa vår himmelske Faders plan i stället för Satans uppror (se Abraham 3:23–28). Som en följd därav får vi en jordisk kropp och sedan, genom Kristi uppståndelses gåva, uppstår vi med en odödlig kropp. De som följde Satan i förutställvaron kommer aldrig att få en fysisk kropp.

- **Den för oss tillbaka till Guds närhet för att dömas.** Mormons bok lär tydligt att det är uppståndelsens makt som gör att vi kan komma tillbaka till Guds närhet för att dömas enligt våra gärningar.¹⁵
- **Den krävs för vår frälsning.** Joseph Smith lärde: "Ingen människa kan ha denna frälsning utom genom en kropp."¹⁶
- **Det är så vi blir lika vår himmelske Fader och Jesus Kristus.** "Fadern har en kropp av kött och ben, lika påtaglig som en människas, och likaså Sonen" (L&F 130:22). ■

SLUTNOTER

1. Se *Kyrkans presidenters lärdomar*: Brigham Young (1997), s. 279.
2. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph Smith (2007), s. 222.
3. Se *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph F. Smith (1999), s. 130–131.
4. Joseph F. Smith, *Evangeliets lära*, (1982), s. 362.
5. Se *Kyrkans presidenters lärdomar*: Brigham Young, s. 282; Alma 34:34–35.
6. M. Russell Ballard, "Is It Worth It?" *New Era*, juni 1984, s. 42.
7. Se L&F 138:30; se också *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph Smith, s. 469.
8. Se *Evangeliets principer* (2009), s. 241; för mer om andevärlden, se Dale C. Mouritsen, "Andevärlden, vårt nästa hem", *Nordstjärnan*, dec. 1977, s. 3–7.
9. Joseph F. Smith, *Evangeliets lära*, s. 19.
10. Lorenzo Snow, *The Teachings of Lorenzo Snow*, sammst. av Clyde J. Williams (1996), s. 99.
11. Boyd K. Packer, "20-markssedeln", *Liahona*, juni 2009, s. 23.
12. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph Smith, s. 175.
13. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Brigham Young, s. 276.
14. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph Smith, s. 209.
15. Se 2 Nephi 9:22; Jakob 6:9; Mosiah 16:8–10; Alma 11:41; 33:22; 40:21; Helaman 14:17; Mormon 7:6; 9:13.
16. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Joseph Smith, s. 210.







Äldste Quentin L. Cook

i de tolv apostlarnas
kvorum

BÄR INTE MASK

Ett av era största skydd mot att göra dåliga val är att inte bära anonymitetens mask.

När jag har reflekterat över vilka ni är, har jag fått känslan att ni kanske inte helt förstår hur betydelsefull er generation är. Jag tror att ni har bakgrunden och grundvalen till att bli den bästa generationen någonsin, särskilt när det gäller att föra vår himmelske Faders plan framåt.

Med tanke på den enorma potential för gott som ni har, vad är det då som bekymrar mig angående er framtid? Vilka råd kan jag ge er? Ni kommer att utsättas för trycket att agera okarakteristiskt — att till och med bära mask — och bli någon som egentligen inte speglar den ni är eller den ni vill vara.

Ett exempel från USA:s historia

År 2011 träffade äldste L. Tom Perry och jag Abraham Foxman, den nationella chefen för Anti-Defamation League. Dess uppdrag är att stoppa kränkning av det judiska folket.

I vårt möte med Mr Foxman frågade jag honom vilka råd han hade åt oss med tanke på vårt ansvar inom kyrkans informationstjänst. Han tänkte en stund och förklarade

sedan hur viktigt det var att uppmuntra folk att inte bära masker. Han berättade om Ku Klux Klan. Det var en organisation som var mycket inflytelserik och skrämmande för de flesta amerikaner i början av 1900-talet. Klädda i identiska dräkter och masker som gjorde det omöjligt att identifiera deltagarna, brände de kors på gräsmattor som tillhörde personer de ville åt och utnämnde sig själva till moralens väktare. Bland dem som de mest ville åt fanns afroamerikaner, men även katoliker, judar och invandrare. De mer militanta bland klanmedlemmarna var engagerade i piskningar, annan fysisk misshandel och till och med mord. Mr Foxman påpekade att majoriteten av Ku Klux Klan var vanliga normala människor, inklusive affärsmän och personer som gick i kyrkan. Han framhöll att de, genom att dölja sin identitet och bära masker, kunde delta i aktiviteter som de normalt hade undvikit. Deras beteende hade en fruktansvärd inverkan på det amerikanska samhället.

Mr Foxmans råd var att betona hur viktigt det är att undvika masker som gömmer den sanna identiteten.¹

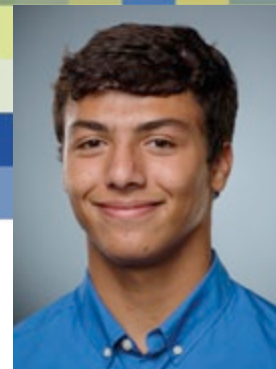
Exempel från kyrkans historia

Under kyrkans första dagar befann sig profeten Joseph, Emma och deras elva månader gamla tvillingar Joseph och Julia i Hiram, Ohio på Johnsons gård.

Under natten störtade en grupp män med svärtade ansikten in genom dörren och drog ut profeten utomhus där de slog honom och kastade tjära på honom och på Sidney Rigdon.

”Fastän profeten hade fått en tand utslagen, hade flera allvarliga skador i sidan, hade fått en del av håret bortrivet och hade brännskador av salpetersyra, predikade han som vanligt på söndagens möte. Bland de heliga som hade samlats för mötet var minst fyra av medlemmarna med i pöbelhopen.”²

Det är också intressant att de som hade del i profeten Joseph och hans bror Hyrums martyrdöd målade sina ansikten för att försöka dölja sin identitet.³



Undvik att bära mask och att agera okaraktäristiskt

Jag menar inte att någon av er skulle vara inblandad i något liknande det hemska som jag just har beskrivit. Men jag anser att i vår tid, när det är lättare än någonsin att vara anonym, så finns det en del viktiga principer som är förknippade med att inte bära mask och att vara "fasta i tron våra fäder förfäktat".⁴

Ett av era bästa skydd mot att göra dåliga val är att inte bära anonymitetens mask. Om ni någonsin får en önskan att göra det, var medvetna om att det är ett allvarligt tecken på fara och ett av motståndarens redskap för att få er att göra något som ni inte bör göra.

Det är intressant att de som hänger sig åt pornografi ofta antar en falsk identitet och döljer sina gärningar. De döljer sitt beteende som de vet är förkastligt och destruktivt för alla de bryr sig om. Pornografin är en farsot som inte bara är nedbrytande för en persons moraliska ställning inför Gud — den kan också förstöra äktenskap och familjer, och har en skadlig inverkan på samhället.

För dem som har fallit för denna destruktiva vana: Var övertygade om att ni kan omvända er, och att ni kan bli botade. Omvändelsen måste komma före helandet. Det kan vara en lång process att bli botad. Din

biskop eller grenspresident kan tala om för dig hur du kan få den hjälp du behöver för att bli botad.

Handla efter det du tror på

Det är vanligt i dag att folk döljer sin identitet när de skriver sådant som är hatiskt, giftigt och trångsynt anonymt på internet. En det kallar det för att flejma. Vissa institutioner försöker sälla kommentarerna. *New York Times* tolererar till exempel inte kommentarer som innehåller personliga angrepp, är oanständiga, vulgära, [eller som] innehåller ... imitationer eller motsägelser ...

"*The Times* uppmuntrar folk att använda sitt riktiga namn eftersom 'vi har märkt att folk som använder sitt namn har en mer engagerade och respektfulla samtal'."⁵

Aposteln Paulus skrev:

"Låt er inte föras vilse. Dåligt tal fördärvar gott uppförande.

Nyktra till på allvar och synda inte, ty några av er har ingen kunskap om Gud" (se 1 Corinthians 15:33–34 i King James Bible).

Det är tydligt att dåligt tal inte bara handlar om dåligt uppförande. Om det används av dem som är sista dagars heliga, kan de ha en dålig inverkan på dem som inte har någon kunskap om Gud eller ett vittnesbörd om Frälsaren.

Att på något sätt använda internet för att håna, förstöra någons goda rykte eller framställa någon i ofördelaktig dager är förkastligt. Det vi ser i samhället är att när folk bär en mask av anonymitet är det troligare att de uppför sig på detta sätt, vilket är mycket destruktivt för det offentliga samtalet. Det inkräktar också på de grundläggande principer som Frälsaren undervisade om.

De rättfärdiga behöver inte bära mask för att dölja sin identitet.

Vad än du gör, gör det väl

Vi har stort förtroende för er. Kyrkans ledare tror verkligen att ni kan bygga upp riket som ingen annan generation. Ni har inte bara vår kärlek och tillit, utan också våra böner och välsignelser. Vi vet att er generations framgång är nödvändig för att kyrkan ska fortsätta etableras och växa. Vi ber att ni gör er del väl när ni låter bli att bära mask. ■

Från ett tal under KUV:s brasafton för unga vuxna den 4 mars 2012 vid Brigham Young-universitetet-Idaho.

SLUTNOTER

1. Möte med Abraham Foxman på hans kontor i New York City, New York den 14 juni 2011.
2. Mark L. Staker, "Remembering Hiram, Ohio", *Ensign*, okt. 2002, s. 35, 37.
3. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 529.
4. "Skall väl Sions ungdom vackla", *Psalmer*, nr 176.
5. Mark Brent, i "The Public Forum", *The Salt Lake Tribune*, 27 juli 2011, s. A16.



MIN BROR TRODDE PÅ MIG

Dan hjälpte mig utveckla en talang
jag var säker på att jag inte hade.

David Dickson
Kyrkans tidningar

Jag var 15 år när jag insåg en sanning om mina talanger — eller för att vara noga, min brist på dem — inom ett visst område: Jag kunde inte sjunga.

Jag försökte få en roll i en pjäs och mitt solo, utan ackompanjemang, lät så illa att en ackompanjator kom fram efter halva sången och började spela av medlidande. Efter det lovade jag mig själv att ingen skulle få höra mig sjunga igen. Det var dags att gå vidare och hitta en annan hobby, för en förödmjukande upplevelse räckte mer än väl.

Men min storebror Dan, som var en mycket duktig sångare, hade andra planer. Flera månader efter provsjungningen frågade han varför jag hade varit så rädd för att sjunga på sista tiden.

"Jag låter hemskt", sade jag till honom. "Jag kan inte sjunga." Dan trodde inte på mig. Trots mina protester övertalade han mig att sjunga något på en gång. Jag var nervös.

Jag minns inte vad jag sjöng, men det var kort och knappt hörbart, och bevisade att jag inte hade någon märkbar talang för att sjunga. Det Dan sade då kommer jag att

STÄRK DINA SYSKON

"Stärk relationen till dina bröder och systrar. De kan bli dina närmaste vänner. Stötta dem i deras intressen och hjälp dem med eventuella problem som de har."

Vägledning för de unga (häfte, 2011), s. 15.

minnas i resten av mitt liv. "Just det", sade han till mig. "Jag visste att du hade en bra röst. Du behöver bara öva."

I Läran och förbunden 38:25 står det att vi ska låta "var och en högakta sin broder som sig själv". Om Dan hade retat mig och min sång, som många andra syskon kanske hade gjort, skulle han säkert ha fått mig att låta bli att sjunga, kanske hela livet. I stället lyfte Dan upp mig. Han uppmuntrade mig.

Det slutade med att jag följde hans råd och övade. Till min förvåning blev jag gradvis bättre. Att sjunga blev en stor glädje i livet. Jag sjöng i många körer i

high school och sedan på college och under vidare studier. Sången är fortfarande ett av mina största glädjeämnen.

Frälsaren lärde: "Se, tändar man ett ljus och sätter det under en skäppa? Nej, utan på en ljusstake och det ger ljus till alla som är i huset" (3 Nephi 12:15). Jag har kunnat låta det ljuset lysa och glatt mig åt och tagit del av musik i många år nu, men jag skulle aldrig ha kunnat göra det utan min bror Dans uppmuntran. ■



Ann M. Dibb

andra rådgivare
i Unga kvinnors
generalpresidentskap



JAG HAR ETT VITTNESBÖRD OM FAMILJEN

Får några år sedan lyssnade jag när en syster i min församling bar sitt vittnesbörd. Jag minns vad hon sade och hur jag kände mig. Syster Reese uttryckte tacksamhet för sin rättfärdiga familj och för glädjen och trösten som kunskapen om den eviga familjen gav henne. Jag kände Anden bekräfta min uppriktiga önskan att ha samma välsignelse och vittnesbörd om familjen.

Jag skulle vilja ge några förslag på sådant som kan hjälpa dig att få ett

vittnesbörd om familjens betydelse:

1. Sök under bön Herrens inspiration och skriv ner dina intryck när du studerar. Rena ditt liv genom att hålla buden. Det hjälper dig att kvalificera dig för Anden som hjälper dig i din strävan.

2. Läs "Familjen: Ett tillkännagivande för världen",¹ som först gavs av en profet för nästan 20 år sedan. Mitt vittnesbörd om profeter, siare och uppenbarare stärks när jag läser det dokumentet och tänker på

förändringarna som har ägt rum i världen med tanke på familjen. När du läser tillkännagivandet kan du göra anteckningar om lärdomarna, råden, varningarna och de utlovade välsignelserna och vad de betyder för just dig.

3. Studera profeternas och generalauktoriteternas ord. Deras ord är inspirerade och välsignar dem som tror på och följer dem. President Thomas S. Monson har till exempel sagt: "Familjen måste bibehålla sin framträdande plats i vår livsstil, eftersom den är den enda möjliga grund på vilken ett samhälle av ansvarsfulla människor någonsin har funnit det möjligt att bygga för framtiden och upprätthålla de värderingar de omhuldar just nu."²

4. Studera skrifterna. De innehåller många exempel på familjer som är grundade på rättfärdighet, lydnad och tro på Jesu Kristi vittnesbörd. Läs skrifterna, särskilt Mormons bok, med frågan: "Vilka lärdomar kan välsigna mig om jag tillämpar dem på min nuvarande situation och på min framtida familj?"

5. Studera *Vägledning för de unga*, särskilt avsnittet som handlar om familjen. Lär dig mer om en familjs ansvarsuppgifter och välsignelser. Lägg märke till vilket arbete som krävs av varje medlem för att skapa och bevara en enig, evangeliecentrerad familj. Inse hur du kan stärka relationerna i din familj. Sök efter den försäkran och tröst som finns i kolumnen till höger.

Varje avsnitt i *Vägledning för de unga* har verkligen att göra med familjerelationer och hur man förbättrar dem. När varje medlem följer normerna och buden välsignas de med den Helige Andens sällskap och kvalificerar sig för heliga förrättningar och förbund i templet som välsignar



GUDS PLAN FÖR FAMILJEN

"Gud önskar att alla hans barn får komma till världen som del av en familj, med en mor och far som älskar och tar hand varandra och om sina barn. Om det inte är så för dig, ha tålamod och fortsätt att leva rättfärdigt. Se dig om efter värdiga förebilder. Förbered dig nu för att uppfylla dina gudomliga roller som man eller hustru och som förälder. Fatta beslutet att gifta dig i templet och skapa din egen eviga familj."

Vägledning för de unga (häfte, 2011), s. 15.

enskilda familjer nu och för evigt.

6. Handla efter vad du har lärt dig i dina studier och *tillämpa* vad du har lärt dig i din familj (se L&F 88:119).

Jag har hört rörande vittnesbörd av unga kvinnor som har arbetat på en uppgift i avsnittet om gudomlig natur i Personlig tillväxt, där de unga kvinnorna uppmanas att göra en särskild ansträngning att stärka sina familjerelationer i två veckor (unga män har en liknande plan i *Min plikt mot Gud* [2010], s. 80–81). En ung kvinna berättar: "Jag har upplevt ett underverk. Jag älskar min syster, och det hände på bara två veckor! Jag har satt upp som mål att upprepa den här upplevelsen för varje medlem i familjen varje år. Varför? Därför att det har gjort mig så glad!"

7. Be om och sök bekräftelse genom Anden på hur viktig familjen är. Var tålmodig och uppmärksam. Ett vittnesbörd kommer genom Anden eftersom "familjen är instiftat av Gud" och "den är den viktigaste enheten i tiden och i evigheten".³

Jag vet att genom att göra allt detta kommer dagen när du, liksom syster Reese, kan stå upp och säga: "Jag har ett vittnesbörd om familjen, och den kunskapen ger mig tröst och glädje." ■

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. *Teachings of Thomas S. Monson*, sammanst. av Lynne F. Cannegieter (2011), s. 112.
3. *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 1.1.1.

*För att undvika att ramla ner i dolda
gropar ska du stanna kvar på vägen!*

DOLDA FAROR



Joshua J. Perkey

Kyrkans tidningar

Nära toppen på Santa Cruz, en ö bland Galapagosöarna, ligger Los Gemelos, "Tvillingarna". Var och en av dessa två enorma gropar är så stor att den rymmer flera fotbollsplaner. Från toppen ser de ut som forntida människotillverkade stenbrott som tillhandahållit sten till svunna tempel.

Trots områdets naturskönhet är inte allt som det verkar. Tjock vegetation täcker den tropiska terrängen utom där stigarna går. Stigarna har valts för att det är fasta att gå på.

Marken på varje sida av stigarna är inte alltid lika fast, trots att den är täckt med buskar, plantor och träd.

Om du skulle lämna stigarna som går runt Los Gemelos för att undersöka regnskogen, kan du när som helst trampa på en jordskorpa som inte är stark nog att hålla upp din vikt. Hur långt skulle du falla? Det vet du inte förrän du slår i marken. Några av groparna i Santa Cruz är över 30 meter djupa. Enligt lokala berättelser är ett av hålen så djupt att man aldrig har hittat botten.

Stigarna följer ett visst mönster som du kanske inte kan tänka dig att du vill följa. Men det finns trygghet i stigarna och en försäkran om vart de leder.

Akta dig för den tunna jordskorpan

Ur evangeliets synvinkel kan de där stigarna runt Los Gemelos symbolisera många saker, till exempel buden, profeternas lärdomar, råden i Plikt mot Gud och Personlig tillväxt, normerna i *Vägledning för de unga* och evangeliet i sig. När vi tar del av evangeliet, när vi följer profeternas lärdomar, när vi lever efter budens vägledning, känner vi trygghet och frid. När vi inte gör det ... kan saker och ting bli farliga.

Ibland kanske vi frestas att sluta följa buden eller strunta i kyrkans lärdomar för att vi känner att de begränsar oss. Vi vill välja vår egen väg i livet.

Men precis som stigarna runt Los Gemelos hjälper människorna att inte ramla ner genom den tunna jordskorpan, begränsar buden inte vår handlingsfrihet — i stället ger de oss bästa chansen till glädje och framgång. Vi kan alltid välja att göra det vi vill göra. Vi kan bestämma oss för att gå vår egen väg i stället för att följa den som vår himmelske Fader har berett åt oss. Vi kommer definitivt inte till vår destination fortare än om vi följde den beprövade stigen, och det kan vara smärtsamt och svårt att hitta vår egen väg.

Samma sak gäller buden, till exempel Vidsdomsordet. Vår himmelske Fader och hans kyrka tar inte bort vår handlingsfrihet genom att kräva att vi avstår från att dricka alkohol. Vi kan välja om vi ska följa



PÅ STIGEN

Gör därför det som jag har berättat för er att jag har sett er Herre och Återlösare göra, ty ... då är ni inne på den trånga och smala stigen som leder till evigt liv. Ja, ni har gått in genom porten, ni har handlat enligt Faderns och Sonens befallningar och ni har tagit emot den Helige Anden vilken vittnar om Fadern och Sonen, varför löftet som han har givit, att om ni går in på den vägen skall ni få den Helige Anden, har blivit uppfyllt" (2 Nephi 31:17–18).

det budet eller inte. Men när vi gör det valet, väljer vi också följderna som tillhör det.

Om vi väljer att bryta mot dessa bud så riskerar vi att gå miste om alla välsignelser. Valet handlar inte om huruvida vi får dricka alkohol eller göra det ena eller andra. Det handlar om huruvida vi vill ha himmelrikets välsignelser och om att göra det som Herren uppmanar till eftersom vi älskar honom och har omvänt oss till honom.

Trygghet på stigen

Jessica P. och Nory A., två unga kvinnor som bor på Santa Cruz, vet det här av egen erfarenhet. De är båda nyomvända och har båda sett skillnaden som har blivit sedan de började följa buden. Det finns inte så många medlemmar på Galapagosöarna (bara 125 medlemmar i grenen av de 25 000 personer som bor på deras ö). Det kan vara svårt att hålla sig kvar på den raka och smala vägen (se 1 Nephi 8:20; 2 Nephi 4:33; 31:17–19;

Alma 7:19) med sådana frestelser som alkohol och droger överallt.

Nory har sett svårigheterna i sin egen familj. Ett år efter att hennes familj hade döpts beseglades de i templet i Guayaquil i Ecuador. Men det dröjde inte länge förrän flera av familjemedlemmarna avföll. Ett tag var hon och hennes mamma de enda som gick till kyrkan. Hur höll hon sig stark?

"Hemmaftnar", säger hon. "Ett tag var det bara mamma och jag som hade hemmafton. Senare började min storebror och min pappa att vara med. Och varje gång vi studerar evangeliet säger pappa: 'Det här är något för mig.' Nu har han blivit starkare och min bror också."

Jessica har haft en annan svårighet. "Det är svårt att vara den enda medlemmen i kyrkan i min familj" säger hon. Några av familjemedlemmarna tycker inte om att hon går i kyrkan. Faktum är att det kan leda till gräl.

"Ibland önskar man att föräldrarna, familjen, var medlemmar i kyrkan",

säger hon, "så att man kan berätta om olika saker för dem. Det är svårt.

När man har problem kan man inte gå ut på gatan eller vända sig till alkohol eftersom det inte hjälper alls. I stället kommer jag till kyrkan där jag har goda vänner.

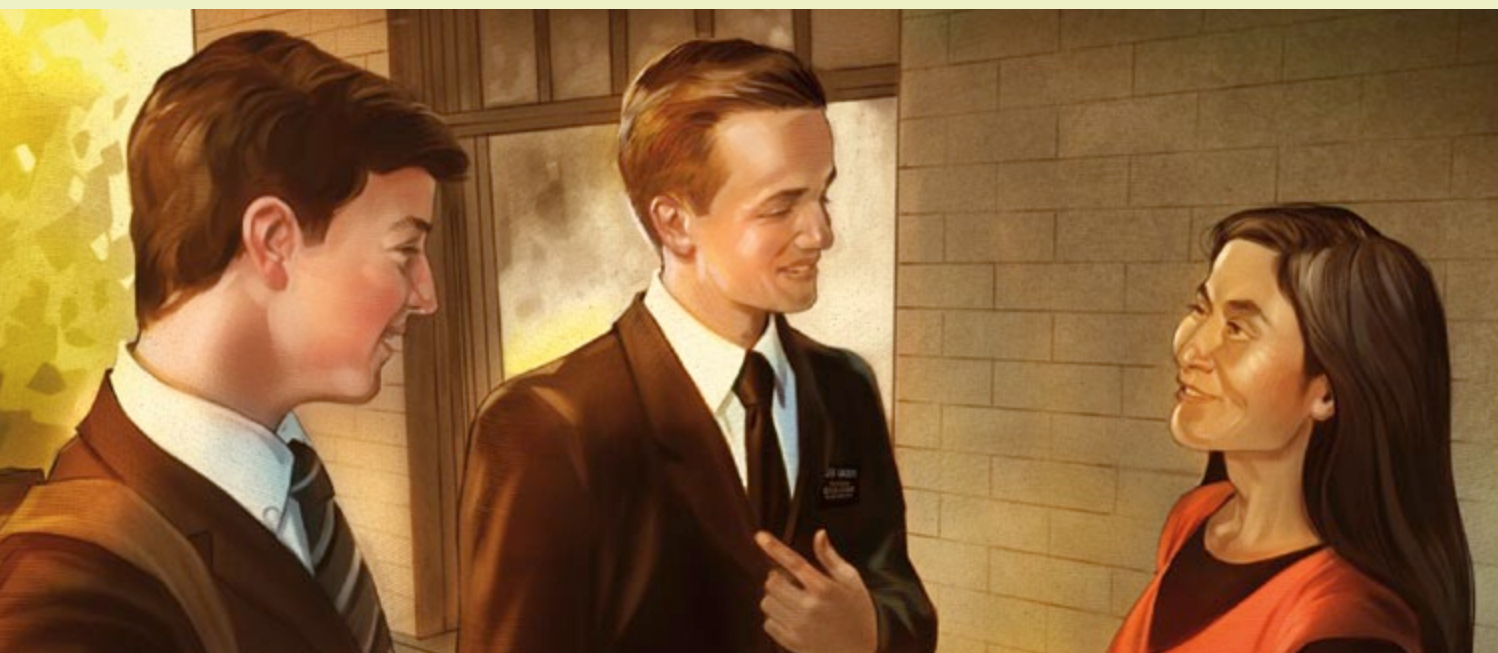
De hjälper mig mycket. Om jag känner mig nere finns alltid Nory där, eller andra unga kvinnor. När jag kommer till kyrkan känner jag att jag lever. Jag känner lättnad från problemen i mitt liv."

Att välja rätt stig

Jessica och Nory har funnit glädje i att följa evangeliet. Eller, snarare funnit glädje *tack vare* att de följer evangeliet.

Varken buden eller stigarna runt Los Gemelos begränsar oss. De vägleder oss så att vi kan bli fullkomliga genom Frälsarens försoning (se L&F 82:8–9). När vi väljer att följa buden, väljer vi att visa kärlek till och hängivenhet mot Gud. Vi väljer att vara värdiga den Helige Andens sällskap. Vi väljer att vara värdiga att ta emot inspiration, att kunna tjäna, att kunna besöka templet och att hedra prästadömet.

Viktigast av allt: Vi väljer att arbeta mot evigt liv i det celestialet riket med vår Fader i himlen. Det är vägen till frid och glädje. ■



BERÖRD av ett VITTNESBÖRD

Michael Harken

I början av min mission verkade jag i ett litet samhälle i Sydkorea. En regnig dag hade vi inte så stor framgång men vi ville fortsätta arbeta tills det var dags att åka hem. Min kamrat och jag bestämde oss för att knacka på fem dörrar till.

Vid en dörr öppnade en kvinna och min kamrat började prata med henne. Som ny missionär var det svårt för mig att förstå, men efter några minuter började hon prata med oss på engelska. Vi fick veta att hon var från Chicago i USA och hon hade flyttat hit med sin familj. Hennes make var pastor i en kyrka som inte hade några goda känslor gentemot vår tro.

Kvinnan var trevlig men ivrig att motbevisa Mormons bok och övertyga oss om att vår kyrka hade fel. Jag stod där med min kamrat medan han försökte besvara hennes svåra frågor.

Min kamrat försökte vittna för henne om att Mormons bok var sann och att den kunde hjälpa henne, men hon hävdade envist att han hade fel.

Efter omkring 30 minuters samtal vid dörren frågade hon min kamrat: "Vart kommer vi efter det här livet?" Jag kunde se att hon vara angelägen om att motbevisa det min kamrat sade, som förut. Min kamrat vittnade om frälsningsplanen och att vi kan leva med vår familj för evigt i det celestialet riket. Innan han kunde fortsätta avbröt hon honom och bad honom upprepa det han just hade sagt om att familjen kan vara tillsammans. Han gav samma svar. Jag kände Anden så starkt och jag kunde se i hennes ögon att något hade berört henne djupt också. Efter det korta men mäktiga vittnesbördet slutade hon att säga emot oss, tog Mormons

bok och bad oss komma tillbaka och prata med henne och hennes make om Mormons bok.

Jag minns att jag var förundrad över effekten av min kamrats vittnesbörd när jag gick hem tillsammans med honom på kvällen. Jag förstod då att ett vittnesbörd som ges genom Anden är det mäktigaste undervisningsredskapet vi har. Jag ska aldrig glömma min kamrat och hans vittnesbörd den där kvällen. Efter den upplevelsen bestämde jag mig för att jag trots min begränsade förmåga att prata koreanska skulle försöka bära mitt vittnesbörd oavsett vad som händer. När jag gjorde det började jag känna Anden mer och mer. Jag lärde mig att den bästa kommunikationen sker när man undervisar genom Anden. ■

Michael Harken bor i Utah i USA.

Var publicerades Mormons bok?

*Följ med mig och
upptäck en viktig plats
i kyrkans historia!*

Jan Pinborough

Kyrkans tidningar

En sommardag 1829 gick Joseph Smith in i en röd tegelbyggnad i Palmyra i staten New York där Egbert B. Grandin hade en tryckpress. Profeten hade precis avslutat översättningen av orden på guldplåtarna och han ville att mr Grandin skulle publicera de första 5 000 exemplaren av Mormons bok. På våren året därpå var den nya heliga skriften tryckt och klar att läsas.

Luke S. som är åtta år besökte Grandinbyggnaden för att höra den spännande berättelsen om hur Mormons bok publicerades för 183 år sedan den här månaden. ■

Mr Grandins nya tryckpress kunde trycka sexton sidor åt gången — dubbelt så många som andra tryckpressar.

I det här rummet finns det kopior av den utrustning som användes för att trycka Mormons bok.



FOTO BRENT WALTON





I de här facken finns det tusentals små metallbokstäver som kallas typer. De stora bokstäverna förvarades i de övre facken.



Sättaren fick lägga en bokstav åt gången i något som kallas sätthake.



De här verktygen användes när man skulle stryka bläck på typerna.

Sidorna hängdes upp så att bläcket kunde torka.



De stora sidorna som kallades för ark gick till bokbinderiet. Där veks de ihop, skars till mindre sidor, och bands ihop.

Mormons bok började säljas den 26 mars 1830. Varje exemplar kostade 1,75 dollar. (Det motsvarar ungefär 170 kronor idag.) De flesta behövde arbeta omkring två dagar för att tjäna den summan.

Idag publiceras tusentals exemplar av Mormons bok varje år på 85 olika språk. Delar av boken översätts också på ytterligare 23 språk.



Joseph Smith ville att Mormons bok skulle ha ett fint läderomslag med guldbokstäver, som Bibeln hade.

DET VAR INTE LÄTT!

Lukes favoritberättelse i Mormons bok är den om när Nephi hämtar mässingsplåtarna (se 1 Nephi 3–4). Han tycker om att Nephi arbetade hårt för att göra det Herren hade bett honom om. Luke lärde sig något liknande om publiceringen av Mormons bok. "Jag lärde mig att det inte var lätt", säger han. "De var tvungna att sätta alla bokstäverna upp och ner och bak och fram!"



Rics nya bok

Laura Byrd

Baserad på en sann berättelse

"När jag är god och snäll och hjälper någon, känner jag mig så glad" (se *"A Happy Helper"*, Children's Songbook, s. 197).

Ric strök med händerna över guldbokstäverna på framsidan av sin nya bok. Hans vänner kom närmare.

"Vad coolt!" sade Jake. "Jag har aldrig sett en röd Mormons bok förut."

"Det ser ut som om du får plats med den i skjortfickan", tillade Jarom.

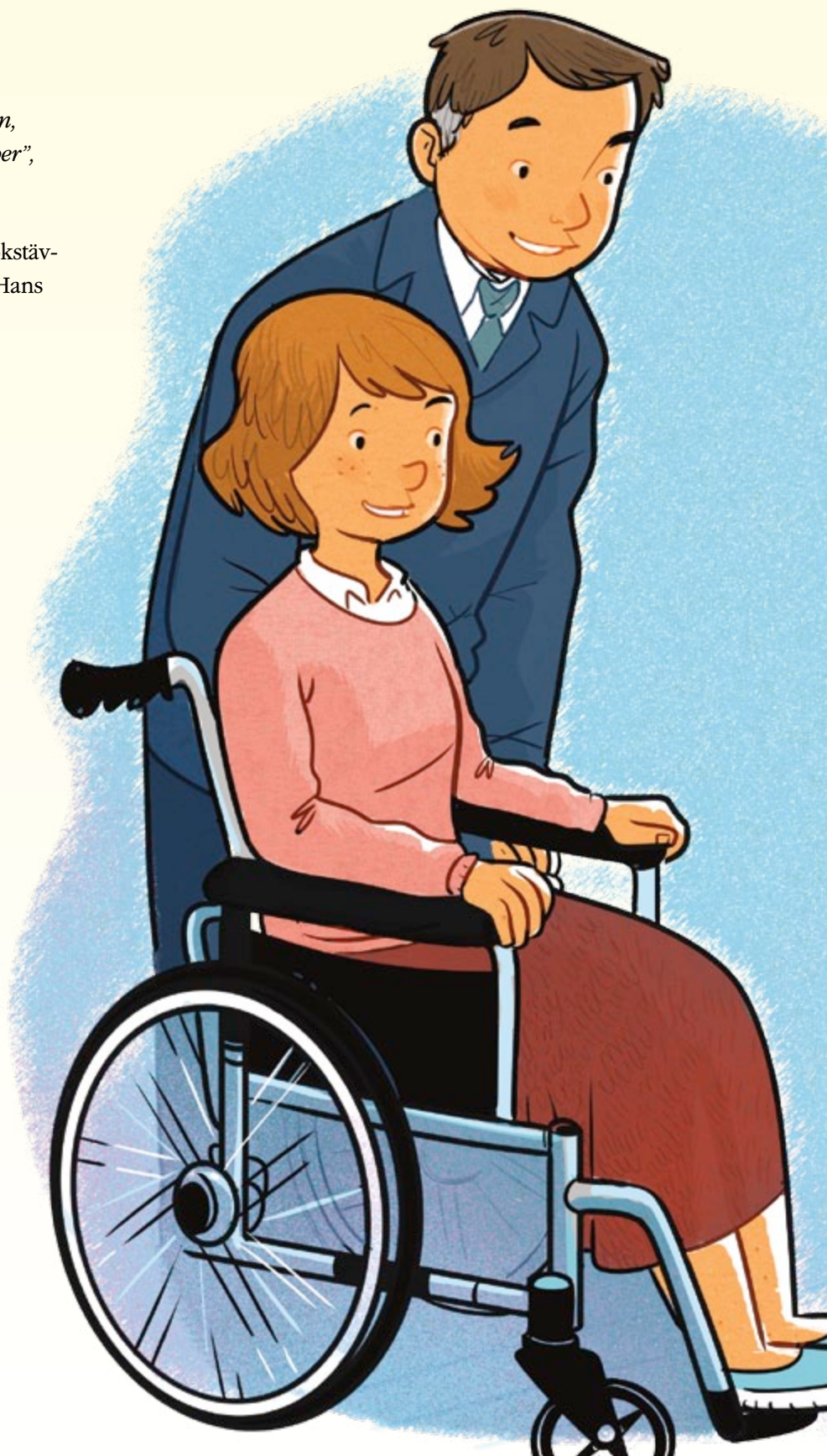
"Det får jag", sade Ric och stoppade den i fickan och tog upp den igen. Just då sade Primärs president välkomna till samlingsstunden, så pojkarna slutade prata. Men Ric kunde inte låta bli att snegla ner på sin bok då och då.

När Primär var över gick Ric förbi barntillsynen för att hämta sin lillasyster. Pappa var redan där.

"Har du sett mamma?" frågade pappa.

"Nej, men jag hoppas hon är klar att åka", sade Ric. "Jag är hungrig!"

Det kurrade i Rics mage när de väl hittade mamma, men han log när han såg att broder och syster Bird stod bredvid henne. Fast det var bara broder Bird som stod upp. Syster Bird satt i sin rullstol som vanligt. Mamma sade att syster Bird hade en sjukdom som kallas multipel skleros, eller MS, som gör att hon har svårt att använda sina muskler. Ibland har hon ont, men hon har alltid ett leende till alla. Broder och syster Bird var två av Rics favoritpersoner i församlingen.



"Nämen hej, unge man", sade broder Bird och skakade Rics hand.
"Hur var Primär i dag?"

"Det var toppen! Jag fick visa alla den här." Ric höll upp sin lilla röda bok.

"Vad är det?" frågade syster Bird.

"Det är min nya Mormons bok. Farmor och farfar skickade den till mig", sade Ric och gav den till henne.

"Jag har aldrig sett en sådan Mormons bok", sade syster Bird och vände på den lilla röda boken.
"Den är så liten och lätt. Jag tycker om att läsa Mormons bok, men mina händer blir så trötta av att hålla i skrifterna att jag måste sluta efter några minuter. Men den här skulle jag kunna hålla i länge." Hon lämnade tillbaka den.

Ric tittade på sin fina bok. Sedan tittade han på syster Bird.

"Här, syster Bird. Jag vill att du ska ha den." Ric lade tillbaka Mormons bok i hennes händer.

"Är du säker?" frågade broder Bird.



"Javisst", sade han.

"O Ric, tack!" Syster Bird ögon fylldes med tårar. "Genom att läsa skrifterna kan jag ta mig igenom de dagar när jag har ont. Din lilla bok kommer att vara till stor hjälp för mig." Hon sträckte sig fram och gav honom en stor kram.

När de gick till bilen sade mamma: "Du är väldigt tyst. Är du ledsen för att du gav bort boken?"

"Egentligen inte. Den var cool, men jag har ju en annan Mormons bok hemma. Förresten tycker jag att det som är inuti boken är viktigare än det som är utanpå."

Mamma kramade kärleksfullt hans axel.

"Jag hoppas bara att farmor och farfar inte blir ledsna för att jag gav bort min Mormons bok."

"Jag lovar dig att de inte blir det, Ric."

Ric hade en känsla av att mamma hade rätt. ■

Laura Byrd bor i Oregon, USA.



"Om du gör mer än det som är lätt att göra, kommer det att kännas så bra inombords att vänlighet så småningom blir en del av ditt dagliga liv."

Mary N. Cook, första rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap: "Vänlighet börjar inom mig", *Liahona*, maj 2011, s. 120.

Megans lamm

Julina K. Mills

Baserad på en sann berättelse

"Arbeta för att tjäna varandra"

(Mosiah 2:18).

Djuren måste förtjäna sitt uppehälle." Pappas ord ekade i Megans huvud.

Hundarna vaktade fåren och hönsen lade ägg. Fåren producerade ull som såldes. Megan hjälpte till att klippa dem varje vår, och den tjocka ullen såg alltid ut som smältande snö på det gröna fältet.

Men det var annorlunda med Megans lamm. De var småttingar som hade fötts året innan, och de

ILLUSTRATION GUY FRANCIS

var för små för att producera tillräckligt med ull för att förtjäna sitt uppehälle. Pappa hade velat ta dem till slaktaren, men de två små ynkliga lammen hade fångat Megans hjärta. Hon hade vädjat om att få behålla dem och pappa hade gått med på det till slut. "Men", hade han varnat henne, "du får ta hand om dem helt och hållet själv."

Först hade allt gått bra. Megan hade använt sina födelsedagspengar till att köpa hö när lammen började äta. Men nu var födelsedagspengarna slut och pappa sade att det var för dyrt att låta lammen beta på fälten som han hyrde utanför samhället. Dessutom visste Megan att hon knappt skulle se dem om de var ute på fältet. Hon suckade när hon

såg lammen tugga i sig det sista av höet. Det skulle vara slut i morgon och hon behövde komma på ett sätt att mata lammen.

Megan lutade sig mot fällan och klappade på ullen på lammens huvud. Nere på gatan kunde hon se herr Flowers som tog hand om sina rosor. Några hus bort gick fru Wilmot långsamt ut för att hämta posten. Fru Wilmot var änka och bodde ensam. Ibland räfsade Megans bror löv åt fru Wilmot, men han klagade alltid därför att fru Wilmot inte hade råd att betala honom.

Megan lade märke till hur långt fru Wilmots gräs var. "Jag ska erbjuda mig att klippa gräset åt henne", bestämde Megan. "Men inte nu. Jag måste komma på ett sätt att mata lammen."

Plötsligt fick Megan en idé. Fru Wilmot hade gräs, och Megan hade får som behövde beta — en perfekt kombination! Megan klappade lammen snabbt på huvudet och

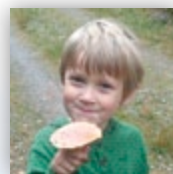
sprang till fru Wilmots hus. När fru Wilmot öppnade dörren log hon mot Megan och var glad över att få besök. Orden forsade ut ur Megans mun när hon förklarade sin idé.

"Fru Wilmot, jag tror det här skulle vara bra för oss båda!" sade Megan till slut. Hon höll andan och väntade på ett svar.

"Det tror jag också!" sade fru Wilmot. "Jag kan behöva sällskap, och min gräsmatta kan behöva hjälp. Ta med dig lammen hit i morgon bitti." Megan och fru Wilmot log mot varandra, och Megan log hela vägen hem.

Dagen därpå började en lång och underbar vänskap. Megan tog med sina får till fru Wilmots hus varje morgon före skolan, och på eftermiddagarna stannade hon kvar och pratade en stund innan hon tog hem lammen för natten. Fru Wilmots gräs hade hela tiden perfekt längd och Megans lamm förtjänade sitt uppehälle. ■

Julina K. Mills bor i Arizona, USA.



Min granne kom tillbaka från en tur till skogen där hon hade plockat svamp. Vår familj fick lite av henne, och jag hjälpte mamma att rensa dem. När vi var klara tänkte jag på min granne och hur mycket hon hade att rensa själv. Jag knackade på hennes dörr och hon släppte in mig, och jag hjälpte henne. Om Jesus hade bott här skulle han ha hjälpt min granne också.

Jonatan L., 5 år, Sverige





Varför är Jesus Kristus så viktig för oss?

Dallin H. Oaks

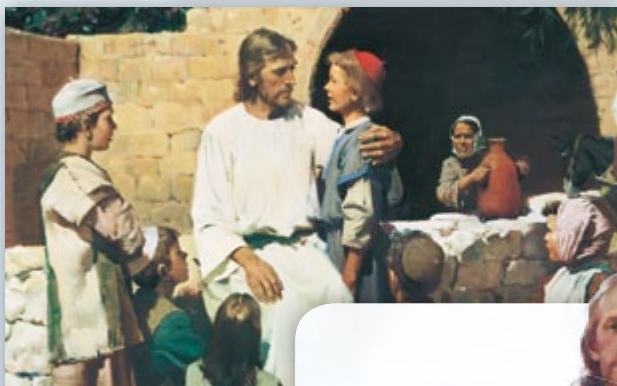
i de tolv apostlarnas kворum

Medlemmarna i de tolv apostlarnas kворum är särskilda vittnen om Jesus Kristus.

Han är vår Skapare.



Han gav prästadörets makt till sina apostlar och till andra.



Hans lärdomar lyser upp vår väg och visar oss vägen tillbaka till vår himmelske Fader.



Jesu Kristi försoning ger oss möjlighet att få det eviga livets välsignelser.

Tack vare hans uppståndelse kommer vi att leva igen.

Det här är den viktiga kunskapen på jorden. Den Helige Anden har uppenbarat det för mig, och han kommer att uppenbara det för dig.

Ur "Jesu lärdomar", Liahona, nov. 2011, s. 90–91, 93.

Därför att HAN lever

Marivic Pasigay, Negros Occidental, Filippinerna
och Marissa Widdison, Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse

"Herren har verkligen uppstått"
(Luk. 24:34).

Watoy stannade till under den färgglada filippinska flaggan utanför skolan innan han gick in.

"God morgon, barn", sade hans lärare. "Det är dags för vår morgonbön."

Runtomkring Watoy rörde hans vänner vid pannan, bröstet och axlarna för att forma ett kors. Sedan uttalade de samma bön som de alltid hade sagt i början av lektionen. Som vanligt gjorde inte Watoy det. I stället blundade han, böjde huvudet och bad en egen tyst bön. Han bad om olika saker varje gång, så som han hade fått lära sig att be hemma och i Primär.

När han var klar och tittade upp, såg han att hans lärare tittade på honom med ett förvirrat uttryck i ansiktet.

"Kan jag få prata med dig efter skolan?" frågade hon.

Watoy svalde och nickade. Skulle han få skäll?

När skolan var slut för dagen gick Watoys lärare fram till honom.

"Jag ser att du aldrig gör kors-tecknet eller säger morgonbönen", sade hon. "Kan du tala om för mig varför?"

Watoy drog en suck av lättnad. Hans lärare var inte arg utan bara

nyfiken! Han funderade på hur han skulle svara.

"Jo", började han, "i min kyrka talar vi med vår himmelske Fader om många olika saker när vi ber. Och korset påminner oss om när Jesus dog. Men Jesus är inte död. Han lever!"

Hans lärare tänkte på det för ett ögonblick och nickade sedan sakta.

"Tack för att du talade om det för mig", sade hon.

När Watoy gick till fotbollsträningen kändes det varmt och gott inuti. Han tyckte om att undervisa andra om Jesus Kristus. ■

På påsken firar vi Jesu Kristi liv. En nedräkningsaktivitet om påsken på sidorna 68–69 kan hjälpa dig att förbereda dig för denna speciella helg.



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

Jesus Kristus är vår Frälsare

En gång när äldste LeGrand R. Curtis Jr i de sjuttios kvorum var liten, lekte han och hans syster i en liten båt på en flod. Först var deras äventyr roligt, men när båten drev längre bort från stranden insåg de att de var på väg mot den farliga forsen längre ner.

Barnen började ropa på hjälp. Deras pappa hörde dem och rusade ut till båten för att rädda dem. Han räddade dem. Det var något de inte kunde göra själva. Han gjorde det för att han älskar dem.

Ibland väljer vi fel och gör sådant som andligt sett tar oss bort från vår himmelske Fader. Vår himmelske Fader sände sin Son Jesus Kristus för att rädda oss. Jesus Kristus led för våra synder så att vi kan omvända oss och återvända hem i trygghet för att bo hos vår himmelske Fader. Frälsaren gjorde något som vi inte kunde göra själva. Han var villig att göra det för att han älskar oss. ■

SÅNG OCH SKRIFTSTÄLLE

- "Han sände sin Son"
(*Barnens sångbok*, s. 20)
- Johannes 3:16



PROFETER VITTNAR OM FRÄLSAREN

Para ihop varje vittnesbörd här nedanför med bilden av profeten som bar det. Skriv profetens nummer i rutan.

☐ "Vi har sett och vittnar om att Fadern har sändt sin Son som världens Frälsare" (1 Joh. 4:14).

☐ "Därför befann sig hela människosläktet i ett förlorat och i ett fallet tillstånd, och skulle evigt så förbli om de inte förlitade sig på denne Återlösare" (1 Nephi 10:6).

☐ "Jag vet att Jesus Kristus skall komma, ja, Sonen, den av Fadern Enfödde, full av nåd och barmhärtighet och sanning. Och se, det är han som kommer för att ta bort världens synder, ja, varje människas synder som ständaktigt tror på hans namn" (Alma 5:48).

☐ "Och det skall ske att var och en som tror på Guds Son skall få evigt liv" (Helaman 14:8).

☐ "Jag [såg] två personer, vilkas glans och härlighet trotsar all beskrivning, stående över mig i luften. En av dem talade till mig och nämnde mig vid namn och sade, medan han pekade på den andre: *Denne är min älskade Son. Hör honom!*" (Joseph Smith — Historien 1:17).

☐ "Jesus är ... Faderns Enfödde i köttet. Han är vår Återlösare. Han är vår Medlare hos Fadern. Han var den som dog på korset för att sona våra synder" ("Han lever, min Förlossare!" *Liahona*, maj 2007, s. 25).



1. Alma



2. Joseph Smith



3. Lamaniten Samuel



4. Johannes



5. President Thomas S. Monson

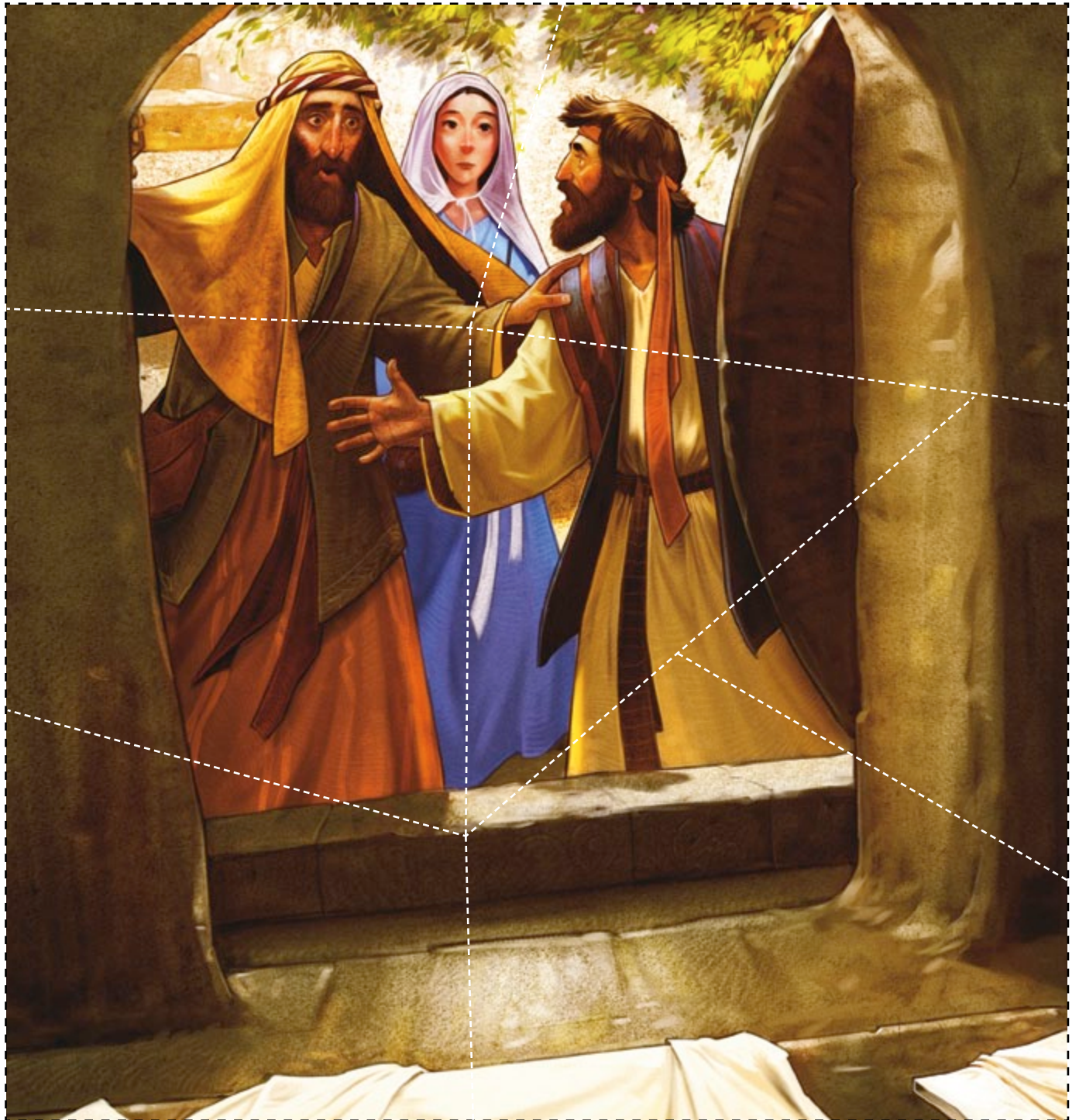


6. Lehi

DAGS FÖR SAMTAL

Sjung "Han sände sin Son" och samtala om frågorna i sången. Fundera över vad ni kan göra som familj för att leva som Jesus Kristus.

Skapa en bild av påskan



Du kan använda den här nedräkningsaktiviteten för att förbereda dig för påsken, som är en tid när vi minns och firar Jesu Kristi liv och hans försoning. Klipp ut pusselbitarna som är markerade på bilden till vänster. En vecka före påsken kan du börja välja en pusselbit per dag. Hitta platsen den tillhör här nedanför och gör det som står skrivet där innan du limmar fast biten på dess plats. När bilden är klar så är påsken här! ■

Sjung en primärsång som handlar om Jesus Kristus. Hur kan du följa hans exempel i dag?

Läs vad levande apostlar skrev om Jesus Kristus: "Han är världens ljus, liv och hopp. Hans väg är den stig som leder till lycka i detta liv och evigt liv i den kommande världen" ("Den levande Kristus: Apostlarnas vittnesbörd", Liahona, apr. 2000, s. 2–3).

Vi tar sakramentet varje vecka för att minnas Jesus Kristus. Vad kan du göra för att vara särskilt vördnadsfull under sakramentsmötet på söndag?

Sjung din favoritsång om julen. Vad minns du att du har lärt dig om Jesu Kristi födelse?

Läs Johannes 3:16–17 med en förälder och prata om vad det betyder. Hur vet du att din himmelske Fader älskar dig?

Läs berättelsen "Därför att han lever" på sidan 65. Hur kan du ge ett meningsfullt påskbudskap till dina vänner?

Rita en bild av din favoritberättelse om Jesus i skrifterna. Du kan be dina föräldrar hjälpa dig att se filmerna som handlar om Jesu Kristi liv på biblevideos.lds.org för att få några idéer.

En gåva från vår himmelske Fader

Chad E. Phares

Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse



Isabelle var glad för att det var vår. Hon tyckte om att lyssna på fåglarna. Hon tyckte om att leka i gröngräset.

Isabelle var glad för att det var påsk. Hon visste att påskan var en speciell högtid. På påskan firar vi när Jesus blev levande igen.



I Primär gav syster Martin färgkritor till alla barnen i klassen. Hon bad dem rita den största gåva som vår himmelske Fader har gett dem.

Michael ritade en bild av sin familj.

Eliza ritade en bild av sin vän.

Anthony ritade en bild av sitt hus.



Isabelle tittade på teckningarna. De var mycket bra.

Isabelle funderade på vad hon skulle rita. Hon var glad att hon hade en familj. Hon var glad att hon hade vänner. Hon var glad att hon hade ett hem.



Isabelle kom på en annan gåva som vår himmelske Fader har gett alla människor. Han har gett alla en Frälsare. Isabelle plockade upp sina kriter. Hon ritade en bild av Jesus Kristus.

Syster Martin frågade Isabelle vad hon hade ritat.

”Jag ritade en bild av Jesus”, sade Isabelle.

”Han är den största gåvan.” ■



Jesus Kristus lever

Chad E. Phares

Kyrkans tidningar



Efter att Jesus Kristus hade korsfäst, uppstod han. Det betyder att hans kropp blev levande igen och att han kommer att leva för evigt. Tack vare hans uppståndelse kommer vi också att leva för evigt.

Titta på bilderna som visar några av händelserna i Jesu liv. Skriv 1, 2, 3 eller 4 i rutorna för att visa i vilken ordning de olika händelserna inträffade.



Ledare uppmuntrar medlemmar att koppla släktforskning till templet

Heather Whittle Wrigley

Nyheter om och händelser i kyrkan

I oktober 2012 sände första presidentskapet ut ett brev där de uppmanade medlemmarna att använda sina egna släktnamn för tempeltjänst och nämnde fem punkter som ska hjälpa medlemmarna att känna större glädje när de släktforskar och besöker templet.

Medlemmarna kan hitta, förbereda och dela med sig av namn för tempeltjänst genom att använda de redskap och resurser som finns på LDS.org och FamilySearch.org. De punkter som togs upp i brevet från första presidentskapet är:

1. "När kyrkans medlemmar hittar namn på förfäder och tar dessa namn till templet för förrättningsarbete kan tempelupplevelsen berikas avsevärt."

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "Allt arbete ni utför i templet är gott, men när ni tar emot förrättningar i en av era egna förfäders ställe blir tiden i templet ännu heligare, och ni välsignas på ett ännu större sätt. Första presidentskapet har förkunnat: 'Vårt främsta ansvar är att forska efter och identifiera *våra egna* förfäder' ("Glädjen i att återlösa de döda", *Liahona*, nov. 2012, s. 93–94).

På LDS.org kan du lära dig mer om varför vi är ombedda att förbereda namn för vår egen släkt att ta till templet genom att klicka på **Resources, Family History** och **Why should we do temple work for our own ancestors?** (filmen finns under **Why Do We Do Family History Work?**).

2. "Medlemmar med begränsad förmåga att göra sin egen släktforskning uppmuntras att utföra ställföreträdande förrättningar med namn som tillhandahållits av andra medlemmar eller av templet."

Många medlemmar i kyrkan har begränsad tillgång till ett tempel. Kyrkans ledare uppmuntrar dessa medlemmar att göra vad de kan. Medlemmar utan ett tempel i närheten kan släktforska och låta andra utföra tempelförrättningar.

Andra medlemmar kanske har en känsla av att allt släktforskningsarbete och allt arbete som kan utföras för deras förfäder redan har utförts. Dessa medlemmar uppmuntras att fortsätta komma till templet och helst ha med sig andra medlemmars släktnamn.

På lds.org/temple kan **Find a Temple** hjälpa dig att förbereda dig för nästa tempelbesök.

3. Ungdomar och unga ensamstående vuxna har blivit särskilt uppmuntrade "att använda egna släktnamn i sitt tempelarbete, eller namn på förfäder till medlemmar i den egna församlingen och staven".

"Vill ni ungdomar veta ett säkert sätt att eliminera motståndarens inflytande i ert liv?" frågade äldste Scott. "Fördjupa er i att forska efter era förfäder, förbered namn för de heliga ställföreträdande förrättningar som utförs i templet och besök sedan templet för att vara deras ställföreträdare, så att de kan ta emot förrättningar som dopet och den Helige Andens gåva utgör. När ni är äldre kan ni hjälpa dem ta emot andra förrättningar också. Jag känner inte till något bättre skydd från motståndarens inflytande i ert liv" ("Glädjen i att återlösa de döda", s. 94).

I avdelningen Family History på LDS.org, under **Getting Started**, finns fem steg för hur man förbereder släktnamn för templet.

4. Prästadömsledare bör se till att alla medlemmarna "är införstådda med läran om att vända hjärtat till sina fäder och med välsignelserna som kommer av att besöka templet".

Att vända hjärtan är en lärarhandledning som ges som tillägg till



Kyrkan har många tryckta resurser och internetresurser för att hjälpa medlemmarna förstå anledningarna till att de ska förbereda namn för templet och hur man gör det.

Handbok 2: Kyrkans förvaltning och som hjälper prästadömsledare på församlings- och stavsnivå att stödja medlemmarna i deras ansvar att söka efter sina döda och ge dem de frälsande förrättningar i templet. Det finns filmer som visar hur vissa stavar har använt tempeltjänst och släktforskning för att stärka enskilda och familjer.

Se vilka ledarresurser som finns på LDS.org genom att klicka på **Resources, All Callings, Family History** och **Leader Resources**.

5. De som har "ett stort antal släktnamn reserverade ... [uppmuntras]

att i rask takt förbereda dessa namn så att de nödvändiga förrättningar kan utföras".

Det finns för närvarande 12 miljoner namn på FamilySearch.org som har reserverats av släktingar som har för avsikt att själva utföra sina förfäders förrättningar. Många namn har emellertid varit reserverade i årtal.

"[Förfäderna] är säkert inte ... glada över att de behöver fortsätta vänta på att få sina förrättningar utförda", sade äldste Scott. "Vi uppmanar er som har reserverat många namn att dela med er så att medlemmar i er

släkt eller församling och stav kan hjälpa er att utföra arbetet. Ni kan göra detta genom att dela ut tempelkort till medlemmarna i församlingen och staven som är villiga att hjälpa till eller genom att använda FamilySearch datorsystem och skicka in namnen direkt till templet" ("Glädjen i att återlösa de döda", s. 94).

I avdelningen **Getting Started** som nämndes ovan, under **I Want to Share Names with Others**, klickar du på **Watch Video** och ser filmen **Releasing Names for Temple Work** för att få information om hur man delar med sig av reserverade namn. ■

Mediaproffs behövs för att arbeta på kyrkoprojekt

Ryan Morgenegg

Church News

I ett försök att bättre spegla kyrkans historia runtom i världen har Publishing Services Department skapat Media Professional Database (mediapro.lds.org), en databas för mediaproffs som är intresserade av att skapa och producera filmer, videor, utsändningar, direktsända evenemang och digitala media för kyrkan.

Databasens främsta syfte är att identifiera begåvade mediaproffs runtom i världen, och kyrkan vill ha med så många erkända yrkesmän, enskilda och företag som möjligt. Scott Olson, projektchef för databasen, säger: "Kyrkan söker erfarna yrkesmän med flera års erfarenhet. Det här är ingen databas för hobbyister."

Med Media Professionals Database kan kyrkan använda internationella team med mediaproffs som gör filmer runtom i världen snabbare och mer ekonomiskt.

Tidigare när ett mediaprojekt behövde göras anställdes lokala entreprenörer som flögs till en inspelningsplats för att spela in en film eller genomföra ett projekt och sedan återvända och slutföra projektet vid kyrkans huvudkontor. Kyrkan har audiovisuella yrkesmän som arbetar på projekt, men det finns så många mediaprojekt som behövs göras men som inte kan utföras av interna team. En databas med begåvade yrkesmän runtom i världen är viktig för kyrkans framtida mediaprojekt.

Broder Olson säger: "För att kyrkan ska kunna använda databasen MediaPro i större utsträckning behöver fler yrkeskunniga från hela världen läggas till. Vårt mål för webbplatsen är att erfarna mediaproffs ska associeras med kyrkans databas så att vi kan nå dem och komma igång snabbt när projekt behöver göras var som helst i världen."

En mediayrkesman som vill vara med i projekten ska skicka namn, e-postadress och en kort biografi till mediapro@ldschurch.org. En del av informationen som mediaproffsen fyller i är detaljerad information om tidigare yrkeserfarenhet, med exempel på tidigare arbete, lista över färdigheter och tillgänglighet. Broder Olson säger: "Det är viktigt att man är detaljerad när det gäller färdigheter eftersom vissa färdigheter är grundläggande för allt arbete med video, film och webb."

Bara för att man registrerar sig i Media Pro betyder det inte att man garanteras en möjlighet att arbeta för kyrkan, men om yrkeskunniga inte registrerar sig kanske de aldrig får chansen. När de registrerar sin information och sina färdigheter har kyrkan möjlighet att identifiera dem och se vad de kan göra. ■



FOTOILLUSTRATION MATTHEW REER

Kyrkans närvaro växer i Sydamerika, rapporterar äldsterna Oaks och Bednar

Jason Swensen
Church News

I det inledande kapitlet i Läran och förbunden finns en profetia om att kyrkan ska komma "ut ur dunklet och ut ur mörkret" (1:30). Den dagen kan ha kommit i en stor del av Sydamerika.

"Vi har kommit ut ur dunklet och mörkret", sade äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum efter sin hemkomst från Sydamerika i oktober. "Denna sanning reflekteras i det sätt som [sydamerikanska] regeringsämbetsmän känner till och erkänner kyrkan och som kyrkans representer tas emot vart vi än kommer."

Äldste Bednar åtföljde äldste Dallin H. Oaks, också i de tolv apostlarnas kvorum, under en resa från den 19 till den 28 oktober i området Sydamerika Syd som inbegrep en genomgång av området, möten för missionärer och ledare samt brasaftnar för unga män och unga kvinnor samt unga ensamstående vuxna som sändes via satellit till Chile, Argentina, Uruguay och Paraguay.

De besökande auktoriteterna träffade de över 1 800 missionärerna som verkar i områdets fyra nationer. "Vi skakade hand med alla missionärer vi mötte, och de såg bra ut", sade äldste Oaks. "Det var en imponerande styrka av missionärer från Nord- och Sydamerika."

Omkring 15 000 personer såg brasaftnarna för områdets unga män, unga kvinnor och unga ensamstående vuxna. Äldste Oaks presiderade över brasaftonen för unga ensamstående vuxna som sändes till 326 platser i området. Äldste



FOTO MED TILLSTÄND AV SYDAMERIKAKOMMISSIONEN
SYD OCH CHURCH NEWS

Bednar var den presiderande auktoriteten vid brasaftonen för ungdomar mellan 12 och 18 år och deras föräldrar som samlats på 439 platser.

Under varje utbildningsmöte och brasafton talade de besökande bröderna om vikten av att uppnå en högre nivå av "verklig tillväxt" genom att öka antalet närvarande på sakramentsmötena, antalet tempelbegåvningar och tempelvigslar och antalet ungdomar som verkar som heltidsmissionärer.

Under brasaftonen inbjöds de unga männen och de unga kvinnorna att ställa frågor. Generalauktoriteterna besvarade en mängd olika frågor om förberedelser för missionärstjänst och hur man förblir rättfärdig i en allt orättfärdigare värld.

Bröderna rådde också lokala prästadömsledare att verklig tillväxt bara kan uppnås i området med ökningar när det gäller missionärstjänst och att behålla och aktivera medlemmar. En aktiv grupp återvända missionärer behövs för att tillförsäkra framtida generationer av erfarna ledare, sade äldste Oaks.

Äldste Mervyn B. Arnold i de sjuttios kvorum, dåvarande områdespresident, beskrev besöket av generalauktoriteterna och deras hustrur som "inspirerande, upplyftande och mycket informativt".

"Vi ska alltid komma ihåg deras kärlek, vänlighet och undervisning", sade han. ■

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum träffar ärkebiskopen i Santiago i Chile, Monsignore Ricardo Ezzati Andrelo.

President Monson återinviger templet i Boise

Sarah Jane Weaver
Church News

I november 2012 återinvigde president Thomas S. Monson templet i Boise i Idaho — en byggnad som invigdes första gången 1984 och så småningom stängdes i 15 månader för omfattande renoveringar.

Kvällen före återinvigningen samlades en grupp av 9 200 ungdomar för ett kulturellt evenemang. Så många ungdomar deltog att de fyllde Taco Bell Arena på universitetsområdet för

President Thomas S. Monson uttrycker sin kärlek och uppskattning för kyrkans medlemmar under ett kulturellt evenemang kvällen innan han återinvigde templet i Boise i Idaho.

Boise University. Deras familjer och andra fick samlas på andra platser för att se programmet som sändes till stavscentrer i hela tempeldistriktet.

Produktionen handlade mindre om dans och mer om förberedelse för templet, säger Gary Walker, ordförande för evenemangets underkommitté.

Under evenemanget sade president Monson till ungdomarna att templet "strålar som en rättfärdighetens ledstjärna för alla som vill följa dess ljus ... Vi värdesätter det ljuset, och vi tackar vår himmelske Fader för välsignelserna som det här templet och alla tempel ger oss."

Äldste Bednar närvarade också vid invigningssessionerna på söndagen, då han sade: "Det finns en värme, ett ljus, en klarhet och en strålgång som kommer från alla tempel överallt i världen."

Templet i Boise betjänar omkring 100 000 sista dagars heliga från 31 stavar i området. ■

Kyrkan förbereder internetresurser för ungdomsaktiviteter

I en insats att stärka sista dagars heliga unga män och unga kvinnor världen över förbereder kyrkan en internetresurs för ungdomsaktiviteter. Den nya avdelningen i LDS.org för ungdomsaktiviteter utvecklas för att hjälpa ungdomsledare och deras vuxna rådgivande att planera meningsfulla aktiviteter för aronska prästadömetts kворum och unga kvinnors klasser i stavar och församlingar runtom i kyrkan.

Webbsidan är till för att stödja kyrkans fortgående betoning på att stärka ungdomarna, vilket underströks av de nya förändringarna i åldersgränsen för heltidsmissionärer, den nya internetresursen *Kom och följ mig* och inbjudan till ungdomar att släktforska.

För unga män kompletterar sidan det andligt fokuserade Plikt mot Gud-programmet med resurser för den fysiska, sociala och utbildningsmässiga utvecklingen. ■



© RI



Dussintals volontärer i kyrkan från Tjeckien och Slovakien arbetade glatt i värmen längs de branta stränderna vid vattenreservoaren i Žilina. De plockade flaskor, papper, plast, kartong, frigolit och annat skräp under en tjänandedag i september 2012.

Tjänandedag i Slovakien

Över 130 medlemmar och från Tjeckien och Slovakien samlades med före detta missionärer i i Žilina i Slovakien den 8 september 2012 för att tjäna staden. De plockade drygt 1 ton skräp från stränderna kring stadens vattenreservoar, förbättrade stadens lekskola och daghem och rensade ogräs.

”Det är underbart att se volontärerna arbeta hårt och se deras leenden och glädjen i deras ögon!” säger volontären Hana Snajdarova, vars familj tillhör de första nyomvända i Slovakien. ”Jag tror det är därför vi tycker om de här projekten så mycket. Vi vill hjälpa till — vi vill tjäna — och vi älskar det.”

Enbart Nya testamentet på spanska finns nu att tillgå

Kyrkan gav nyligen ut en version av enbart Nya testamentet från den spanska *Santa Biblia: Reina Valera 2009*, som gör skrifterna mer tillgängliga

och lätta att använda för både medlemmar och ickemedlemmar.

Denna nya version har standardstorlek och innehåller Nya testamentets text, fotnoter och delar av Joseph Smiths översättning.

Denna utgåva av Nya testamentet på spanska finns med mjukt omslag och kan fås via kyrkans lokala distributionscentrer och på store.lds.org (artikelnr 09215002).

Ändringar i presidentskapet för området Sydamerika Syd

Den 6 januari 2013 avlöstes äldste Walter F. González från ämbetet som medlem i presidentskapet för de sjuttio och ersätts av äldste Mervyn B. Arnold som president för området Sydamerika Syd i Buenos Aires i Argentina. Äldste Arnold får ett nytt uppdrag vid kyrkans huvudkontor.

Äldsterna Jorge F. Zeballos och Francisco J. Viñas fortsätter att verka som rådgivare i områdespresidentskapet.

”Vi vill uttrycka vår tacksamhet för dessa bröders hängivna tjänande och önskar dem lycka till i sina uppdrag”, står det i ett brev från första presidentskapet.

Heliga i Botswana gläds åt att den första staven organiserats

I november 2012 samlades nästan 900 medlemmar i Botswana för att bevittna organiserandet av Gabarone stav — landets första stav.

Äldste Dale G. Renlund, president för området Afrika Sydöst, och äldste Colin H. Bricknell, områdessjuttio, presiderade över mötet. Clement M. Matswagothata kallades som stavspresident, Geoffrey Tembo som förste rådgivare och Oduetse S. Mokweni som andre rådgivare.

”Staven blir en tillflyktsort, en lärdomens plats, en godhetens och trygghetens plats, en ordningens plats, en vänlighetens och kärlekens plats och en Guds plats”, sade Daniel Hall, president för Roodepoorts stav i Sydafrika.

MINFÄLTSTRÄDDNINGEN

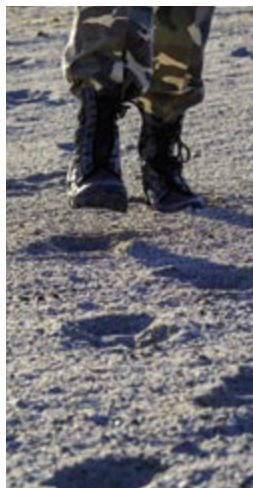
Russell Westergard

Under Gulfkriget ledde jag en grupp soldater in i Kuwait. När vi hade trängt igenom försvaret sökte vi efter fiendens stridspositioner för att vara säkra på att vi var i säkerhet och tittade efter allt som kunde ha informationsvärde.

Jag hade just kommit fram till en stridsledningscentral när jag hörde en brittisk furir frenetiskt ropa: "Stopp! Ta inte ett steg till!" Jag stack ut huvudet ur bunkern och såg att en av mina soldater var i omedelbar fara. Hon hade gått in i ett öppet området för att hämta ett dokument och stod nu mitt i ett stort minfält. När hon hörde furiren ropa stannade hon upp och insåg faran.

Vår grupp som var samlade i änden av minfältet såg att den unga soldaten var så panikslagen att hon skakade. Vi behövde agera snabbt men kunde inte skicka iväg några soldater för att hämta henne utan att riskera både deras eget liv och hennes. Utan diskussion eller tvekan började vi prata med soldaten, ropa tröstande, uppmuntrande ord och ge anvisningar. Vi såg tårar rinna nerför hennes ansikte och hörde rädslan i hennes svar, men hon började bli lugnare när hon hörde vår uppmuntran.

Efter en stund hade hon fattat tillräckligt med mod att titta tillbaka på vägen hon kommit från, och hon sade att hon kunde se svaga



Vi kunde inte ta oss till soldaten som satt fast, men vi kunde uppmuntra henne, heja på henne och glädjas när hon lyckades.

märken av sina fotspår i sanden. Med vår uppmuntran började hon tveksamt gå tillbaka längs fotspåren. Genom att försiktigt sätta ner fötterna i sina egna fotspår gick hon ut ur minfältet och flög in i våra väntande armar efter att hon tagit det sista steget. Den stora gruppen soldater på sidolinjerna ropade av glädje när vi välkomnade henne tillbaka. Tårar av rädsla ersattes av leenden och kramar.

Få av oss har stått på kanten av ett riktigt minfält. Men många av oss känner personer som har lämnat en andligt trygg mark för att fångas i livets minfält. Liksom den unga soldaten kan de också känna sig ensamma, rädda och osäkra. Men den soldaten var aldrig ensam. Hon hade en grupp på sidolinjerna som hejade på henne, vänner som behövde henne hos sig och som inte gav upp. Hon hade ledare som gav henne vägledning och uppmuntran. Hon behövde själv tar sig ut ur minfältet, men tillsammans hjälpte vi henne få styrka att göra det. I slutändan firade vi hennes räddning med uppriktig kärlek och glädje.

Andliga räddningar kan vara lika drama-tiska. Vare sig vi sträcker oss ut som familj, som vänner eller som en församling eller gren, kan våra ansträngningar göra stor skillnad. Rätt ord av uppmuntran och vägledning räddade förmodligen livet på soldaten. På samma sätt kan vi hjälpa till att rädda andra från det andliga mörkrets faror genom att erbjuda uppmuntran och vägledning som i slutändan kan föra dem tillbaka. När vi gör det får vi känna stor glädje — inte bara för ett ögonblick under det här livet utan i också i evigheten (se L&F 18:15). ■

Russell Westergard bor i Virginia, USA.



ILLUSTRATION ROBERT T. BARRETT

JOHN TAYLOR

John Taylor tyckte om att **sjunga**. När äldste Taylor var i fängelset i Carthage bad Joseph Smith honom att sjunga "En sorgbetyngd och fattig man" (*Psalmer*, nr 18). Sången tröstade profeten innan han dog. John Taylor var närvarande under Josefs martyrdöd och fastän han blev skjuten fyra gånger bevarades hans liv. Han hade ett **fickur** som gick sönder då. Medan president Taylor verkade i kyrkan var han redaktör för många av **kyrkans publikationer** och invigde **templet i Logan i Utah**.



Kloka föräldrar som vill att deras barn ska lyckas undervisar dem om motståndskraft och självtillit. "Fostra motståndskraftiga barn" på sidan 10 i det här numret påpekar att motståndskraftiga barn hanterar utmaningar och förändringar väl, och de accepterar att man kanske behöver förlora innan man vinner något. Artikeln på sidan 20, "Följ oberoendets principer", lär att oberoende stärker vår förmåga att göra gott.

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

BUDSKAP FRÅN OMRÅDESLEDARNA

Att ha en giltig tempelrekommendation

Äldste Manfred Schütze, Tyskland

Områdessjuttio

Under de månader som föregick öppnandet av templet i Freiberg 1985 hade jag som stavspre-sident en särskilt helig plikt att hålla ungefär 350 tempelintervjuer för trofasta medlemmar i Öst-tyskland. Många hade varit medlemmar i kyrkan i årtionden, men de politiska omständigheterna fram till dess hade hindrat dem från att besöka templet. Öppnandet av templet i Freiberg skulle innebära ett första besök i templet för nästan alla av dem — den första möjligheten att utföra heliga förrättningar för sig själva och för sin familj. Av alla de andliga upplevelser jag hade när jag höll dessa intervjuer, finns en som jag särskilt minns och som fortfarande är tydlig för mig över 25 år senare.

Broder Karl Pabst hade varit en trogen, stark medlem i hela sitt liv. På våren 1985 led han av en svår sjukdom och kände att hans liv snart skulle vara över. Jag kom att hålla hans tempelintervju. Han såg sorgset på mig, och med tårade ögon sade han: "Jag kommer inte att kunna besöka templet, men jag ville så gärna komma dit." Mitt svar var kort: "Broder Pabst, jag vill att du går in i den eviga världen som en tempelvärdig Guds tjänare."

Vi höll en intervju i vilken vi noggrant gick igenom alla frågorna. Efteråt utfärdade jag en tempelrekommendation åt honom. Han fick aldrig använda den för han dog före invigningen, men hans värdiga familjemedlemmar kunde fullborda alla förrättningar som fortfarande saknades efter att templet öppnats.

Det är en förmån att ha en tempelrekommendation, och vi bör använda den för att besöka



Äldste Manfred
Schütze

templet så ofta våra omständigheter tillåter.

Vi gläder oss över det antal ungdomar som är värdiga att inneha tempelrekommendation och som regelbundet besöker templet för att utföra dop för de döda.

Att ha en tempelrekommendation är en indikation på vår personliga förpliktelse mot evangeliet. I templet tjänar vi med andra medlemmar som har höga normer vad gäller uppförande och som uppriktigt strävar efter att leva värdigt och hålla de förbund de ingått. Varje gång vi besöker templet uppbyggs vi när vi åtnjuter den speciella atmosfären i templet med dem.

En sådan medlem var en syster från Tjernobyl-trakten i Ukraina. Hon hade rest många timmar med buss till templet. Hon mådde inte bra till följd av kärnreaktorolyckan i den staden, och hennes make hade dött omedelbart efter katastrofen. Hon hade fått höra om frälsningsplanen av missionärerna, blivit döpt och hade bara en önskan: att ta emot de frälsande förrättningarna för sig själv och bli besegrad till sin make. Det skedde så. Hon lyckades bara närvara vid ytterligare två tempel-sessioner under sitt besök i templet. Hon dog strax efter sin hemkomst, men allt det viktigaste hade utförts!

Vi bör göra vad som än krävs för att få och behålla en tempelrekommendation, och att snabbt ta itu med sådant som kan hindra oss från att göra detta, vare sig det handlar om ovärdighet eller likgiltighet. Även om dina personliga omständigheter eller familjeförhållanden hindrar dig från att besöka templet ofta, bör du inte desto mindre alltid inneha en tempelrekommendation. Den bekräftar att du lever i harmoni med evangeliets grundläggande lagar. Denna visshet medför själv-tillit och en tilltro till att du är på den rätta stigen. Den ger dig också en drivkraft att uppehålla den värdigheten.

I templet minns vi våra avlidna släktingar. De förrättningar som utförs i templet gäller i evigheten. Dessa förrättningar är nödvändiga för dem som lämnat det här livet, och vi välsignas när vi utför detta ställföreträdande arbete för dem. När vi tjänar våra avlidna förfäder följer vi Frälsarens exempel. Han var alltid intresserad av den enskilde. "Och han helade dem var och en." (3 Nephi 17:9).

Så välsignade vi är som kan delta i detta storslagna arbete! Jag inbjuder var och en av er, även era unga män och unga kvinnor, att delta i det genom att alltid ha en giltig tempelrekommendation. ■

Primärbarn på kurs med Civilförsvaret

Maria Hagman, Västerås gren

Västerås: Civilförsvaret inbjöd barn mellan 3 och 10 år att vara med i en "Hitta Vilse"-kurs som handlade om pojken "Vilse" som går vilse och hur han och alla andra barn ska göra om de går vilse.

Det var en kall lördagsförmiddag hösten 2012, som ca femton barn, sju av dem våra egna primärbarn, samlades för att lyssna till berättelsen om Vilse som råkade komma bort i skogen. Till en början kände han sig rädd, men så kom han ihåg vad hans morfar lärt honom om han skulle gå vilse och det är speciellt tre saker man ska tänka på om man går vilse:

1. Det absolut första man ska göra om man kommer bort är att stanna på den platsen man är, och gärna krama ett träd.
2. Det andra man ska komma ihåg är att hålla sig varm, hitta ett bra ställe där man kan söka skydd och hålla värmen.
3. Det tredje man ska tänka på var att göra upp stoppmärken eller göra området där man befinner sig annorlunda på något sätt. "Stoppmärke" är ett internationellt märke som innebär att man lägger tre likadana saker intill varandra (t.ex. tre stenar,

tre pinnar, tre kryss av pinnar, tre kottar eller andra saker) på ett synligt ställe där folk kan se, en stig eller en lite större väg. Stoppmärket ska vara i närheten av den plats som man valt att stanna på. Sedan kan man också försöka hitta ovanliga saker i skogen som man klär ett träd eller en gran med, till exempel plastpåsar, rep eller burkar. Mäniskor som går förbi dessa stoppmärken och träd kan då reagera på att någon är i närheten.

Alla barn sprang runt och gjorde stoppmärken och hittade saker att klä en gran med. De hittade bland annat ett cykelstyre, flaskor och stora plastpåsar som låg i skogen, och självklart fick alla barn hitta en trädkompis som de fick namnge och krama om.

Förutom allt detta lärde sig barnen också att försöka vila sina röster. Skogen är ofta så tät att ens röst inte orkar nå fram, så vila rösten men rör på dig! Bygg en fin koja på den plats som du valt att hålla dig varm på, bygg staket, hitta ett bra underlag att sitta på, helst granris. Mossa och löv kan vara skönt, men det är blött och håller inte värmen. När



FOTO MARIA HAGMAN

Två av Västerås grens primärbarn som deltog i Civilförsvarets Hitta Vilse-kurs, Lea och Alva, visar hur man lägger ett stoppmärke på marken med pinnar.

man bygger sin koja kan man lätt bli varm, men det är viktigt att tänka på att inte knäppa upp sina kläder och ta av sig mössan utan i stället dra upp dragkedjan och behålla mössan på, för annars blir man lätt nerkyld igen.

Andra tips som vi som föräldrar också fick var att man alltid kan ha en visselpipa på jackan som man kan blåsa i om man kommer bort. Det är också bra att fylla barnens fickor med russin eller någon frukt när de är ute, ifall de skulle komma bort. Och helst ska de inte ha jeans. Blir man blöt är jeans det svåraste tyget att torka!

I Sverige går omkring två barn vilse i skogen om dagen, alltså mer än 700 barn per år, och lika många går vilse i staden. De flesta barn hittas inom några timmar, men en del barn blir fast över natten. Vi fick reda på att brandbilar och glassbilar ofta används eftersom barnen älskar ljudet och ljusen, och tack vare dem har många barn hittats.

Det var en lärorik stund för både vuxna och barn och allt avslutades med diplom och pysselböcker där barnen blev påmindas om vad de ska göra om de går vilse. Detta var en aktivitet man kan göra många gånger och som varmt rekommenderas. ■

I Mormons boks fotspår

Maria Hagman, Västerås gren

Västerås: Lördagen den 20 oktober 2012 samlades omkring 40 personer för att delta i en aktivitet som Västerås grens primärbarn hade planerat. Det var en kulturkväll som gick i Mormons boks tecken. De stora kämparbarnen tillsammans med sin lärare Pernilla Conley Pettersson ville visa upp sådant som de jobbat med i sin klass under året.

Kulturkvällens program bestod av följande punkter: Välkomsthälsning och bön, därefter sången "Nephis mod" där alla barn, både yngre och äldre, medverkade. Vi fick sedan lyssna till en talteater där de stora barnen berättade om Lehis familj och hur det gick till när de fick befallning att hämta mässingsplåtarna. Därefter sjöng alla barn igen "Mormons boks berättelser". Vi fick sedan se en bildpresentation med figurer, konstverk och bilder som barnen själva gjort och tagit för att illustrera berättelsen om kung Benjamin och hur han undervisade folket om att följa Herren och göra det som var rätt.

Rut Ottosson spelade sedan ett fint blockflöjts-solo och efter det följde ett TV-reportage om den Helige Anden. Paula Ottosson och Benjamin Hansson Palo hade varit reportrar och filmat och intervjuat medlemmar om den Helige Anden, vad de gör för att ha den hos sig, hur den kan kännas och om deras egna erfarenheter där de har

känt Anden. Alltihop avslutades med ytterligare en sång av alla primärbarn, "Möjligheternas dag". Programmet varade i omkring 40 minuter och avslutades med tipspromenad. Barnen hade skrivit frågor för att testa de vuxna i deras kunskap om evangeliet. Det var frågor om buden, psalmer, trosartiklar, profeter, visdomsordet och böckerna i Mormons bok. Man bjöd också på fika.

Det fanns en liten utställning med bilder, tavlor, böcker om olika liknelser som barnen själva



FOTO MARIA HAGMAN

Primärbarnen i Västerås gren visade hur de försöker följa i Mormons boks fotspår på en kulturkväll för medlemmarna i grenen.

fått komma på och alla figurer till berättelsen om kung Benjamin. Dessutom fanns det bilder på de stora profeterna i Mormons bok som lärt oss, genom sina liv, hur vi bör leva och vad vi bör göra för att kunna komma tillbaka till vår himmelske Fader igen, något som vi jobbar på dagligen. Det var en uppskattad aktivitet och vi är så glada för barnen som genom sitt exempel, sin kärlek och sin glädje verkligen är bevis på att de försöker följa i Mormons boks fotspår. ■

"Gasa och be!" – en uppmaning till kvinnorna i kyrkan

Birgitta Wennerlund, Kristianstads gren

Hjälpföreningens president-skap i Malmö stav har under hösten rest runt till enheterna med ett budskap riktat till alla systrar i staven. Kirsti Wiklöf med sina rådgivare Ann-Marie Lewis och Ellen McKnight har ansträngt sig och bett mycket om att få vägledning i hur de ska kunna hjälpa systrarna att stärka sin tro och göra sin del, så att Herren kan välsigna dem, både enskilt och som stav.

Ellen McKnight inledde med att tala om Andens språk. "Vi behöver personlig uppenbarelse om hans vilja", sade hon. "Anden inte bara bekräftar för oss att det vi hör och läser är sant, han uppmanar också och tröstar, varnar, vägleder samt ger glädje och frid." För att få Andens vägledning behöver vi be om den, studera skrifterna och våga följa maningarna vi får, betonade syster McKnight och hänvisade till Alma 34:32. Hon framhöll också att Herren inte kräver fullkomlighet från vår sida för att besvara våra böner om hjälp att förstå och göra hans vilja. "Han vill att vi lär oss att lyssna och förstå Andens språk och handlar beslutsamt."

Ann-Marie Lewis inledde med att ställa frågan: "Vad slags Gud har vi?" Efter en kort diskussion

framkom det tydligt att vi tror på en underverkens och miraklens Gud. "Tänker vi på att underverk kan ske i 'varje nation' (se 2 Nephi 26:13) och att nationen kan vara vår gren, stav eller vårt eget kök och hem? För att stärka vår tro på underverk kanske vi behöver göra mer, lära mer och bli mer!" Hon hänvisade till betoningen i skrifterna om att Kristus snart kommer och om att vi är här för att förbereda inför hans ankomst. "Hans arm är inte förkortad (se L&F 35:8). Han kan göra samma underverk idag som i forna dagar, och han vill nå fram till oss allesammans. Vi kan verkligen känna att vi är döttrar till en undrens och kärlekens Gud."

Kirsti Wiklöf berättade att de själva fått se många underverk under tiden som de förberedde sitt budskap. "Men vi behöver inte få Röda havet delat! Det som hindrar oss är ofta att vi inte ber om underverken." Hon berättade sedan om två besökslärare som var på väg till en ung syster med flera små barn. I den lilla bilen hade de många förnödenheter till familjen som bodde högt uppe på en kulle i östra Finland. "Det var på vintern och den djupa snön gjorde det omöjligt för systrarna att ta sig uppför kullen. Men de visste att de var ute i Herrens tjänst och medan en av dem

Ann-Marie Lewis, Kirsti Wiklöf och Ellen McKnight, Hjälpföreningens president-skap i Malmö stav, uppmanar kvinnorna i kyrkan att be om underverk samtidigt som de "trycker på gaspedalen".



FOTO: BIRGITTA WENNERLUND

bad om underverk gasade den andra. Efteråt berättade de att det hade känts som om en stor hand lyft deras lilla bil uppför kullen till familjens hem.”

”Hjälpföreningen ska vara en livsstil för kyrkans kvinnor”, fortsatte syster Wiklöf, och menade att det är lika viktigt för kvinnorna att följa undervisningen i Hjälpföreningen som det är för bröderna att leva upp till prästadömet ed och förbund. Hon avslutade med att citera syster Beck, tidigare generalpresident för Hjälpföreningen, som i sitt sista tal på generalkonferensen i våras citerade president Kimball: ”Det finns en kraft i [Hjälpföreningens] organisation som ännu inte utnyttjats tillfullo för att stärka hemmen i Sion och bygga upp Guds rike, och den kommer inte att göra det förrän både systrarna och prästadömet fångar visionen av Hjälpföreningen.” President Kimball profeterade att ”en stor del av den kraftiga tillväxt som ska äga rum i kyrkan i de sista dagarna beror på att många av de goda kvinnorna i världen (hos vilka det ofta finns en sådan inre känsla av andlighet) ska dras till kyrkan i stora skaror. Detta kommer att ske i den mån kvinnorna i kyrkan ... betraktas som annorlunda – i positiv bemärkelse – än kvinnorna i världen” (*Liahona*, maj 2012, s. 85). ■

Många kom för att lära sig läsa gamla handstilar

Birgitta Wennerlund, Kristianstads gren



FOTO BIRGITTA WENNERLUND

Örebro: Stockholms stav har sedan 2009 anordnat utbildningar för släktforskare och indexerare två gånger om året. Vanligtvis har utbildningarna förlagts till Jakobsberg, där Marianne och Torbjörn Manell är drivande krafter. Den här hösten anordnade staven en utbildning i Örebro om hur man läser gamla handstilar, och besökare kom från såväl Göteborgs som Malmö stav för att lära. Efter en test som avgjorde vilken nivå var och en låg på, delades de läshungriga deltagarna upp i ungefär tre lika stora grupper. Tonvikten låg på att

Sven Luthman undervisar nybörjargruppen i Örebro i paleografi, det vill säga hur man ska förstå gammal handskrift.

tillsammans läsa valda texter.

”Det finns ingen genväg till att lära sig läsa gamla handstilar”, säger Jeanette Klingberg som ledde den avancerade läsningen. ”Man måste helt enkelt traggla sig igenom. Har man god självkänsla kan man lära sig mycket med hjälp av böcker, men går man en kurs kan man lära mycket av varandra.” Själva leder Jeanette kurser i släktforskning och där varvar hon forskning och läsning för att göra det lättare och roligare. ”Extra roligt är det när deltagarna själva upptäcker att de blivit mycket bättre!”

Sven Luthman, ansvarig högrådsmedlem i staven och anställd av FamilySearch ansvarade för höstens utbildning i staven. Han har många vänner och kontakter inom olika släktforskarkretsar och uppmuntrar medlemmar i kyrkan att engagera sig i lokala föreningar och knyta egna kontakter. "Då blir det lättare för oss att få hjälp av deras medlemmar, till exempel med indexeringen. När vi själva lärt oss hur det nya släktrådet Family Tree fungerar blir vi kanske inbjudna till dem att visa och berätta. Säkert finns det också vana forskare i de lokala föreningarna som gärna skulle komma till kyrkan och dela med sig av sina kunskaper. Det kan komma mycket positivt av dessa kontakter!" säger broder Luthman. Under utbildningsdagen i Örebro var det lärare från Kumla släktforsklubb som undervisade i två av grupperna.

Broder Luthman hoppas också att andan i brevet från första presidentskapet daterat den 8 oktober 2012 ska genomsyra allt arbete inom forskning, indexering och tempeltjänst. "Vi uppskattar er strävan att forska efter namnen på era förfäder och att utföra de nödvändiga tempelförrättningarna. Vi ber att andan i detta heliga arbete ska öka i hjärtat hos alla medlemmar i kyrkan", säger första presidentskapet. ■

Hemafton för ensamstående vuxna

Bo Lindbeck, Hägerstens församling

Stockholm södra stav: Måndagen den 8 oktober 2012 samlades ensamstående vuxna hemma hos syster Ulla Näslund, en liten skara på 10 personer.

Vi inledde med sång och bön. Syster Betty Fjellstedt höll en mycket bra och andlig lektion.

Lektionen handlade om vilka egenskaper en profet behöver ha. Som avslutning berättade var och en om hur och varför vi blev medlemmar i kyrkan. Vi intog förfriskningar också. ■

.....
Det blev en trevlig och givande kväll för alla.

**Hemafton för ensamstående vuxna i Stockholms södra stav. Från vänster Mari-
anne Nilsson,
Bo Lindbeck,
Mikael Riise,
Ulla Näslund,
Betty Fjellstedt,
Beth Samuelsen,
Anders Ingmarson och
Ester Hardsten.
Phyllis Ofousah
deltog också på
hemaftonen men
saknas på bilden.**



HUR JAG VET

Gud lever och håller det han lovar

Louise Nyman, Täby församling

Att känna Guds närhet var inte något jag upplevde trots min gudstro. Detta var orsaken till att jag tyckte att missionärernas budskap var intressant. För dem var det självklart att känna Guds kärlek. Både jag och min man deltog i undervisningen. Min man tyckte att missionärerna var trevliga men jag var intresserad av budskapet.

Missionärerna sade hela tiden att evangeliet är sant, att Gud lever och att Jesus Kristus är vår Frälsare. De poängterade att man vänder sig direkt till Herren om man vill veta sanningen.

Det lät mycket intressant och jag tyckte det kändes logiskt. Är det någon som med säkerhet vet så är det han. Jag insåg att om

jag inte vände mig till Herren i denna fråga så skulle jag aldrig få veta. I Mormons bok stod det att Herren lovar att uppenbara sanningen om vi ber om det och om vi har en tro på Jesus Kristus.

Nu började en tid med många böner och många funderingar om livet. Jag läste i Mormons bok och tyckte att det var som att läsa Bibeln. Jag undersökte kyrkan i smyg. Min man kände inte till det vilket kom att bli ett problem. Det dröjde inte länge förrän jag insåg att jag hade hittat det jag sökte, men hur skulle jag kunna säga det till honom? Jag kunde inte tänka mig att bli medlem i kyrkan själv.

Jag funderade mycket över detta och bad om det. En morgon när jag satt på sängkanten med mina funderingar såg jag Mormons bok. Jag tog upp den och började läsa, och då hände något som aldrig hänt varken före eller efter. Jag såg med mina ögon att texten var helt sann. Jag slog upp alla möjliga ställen och såg samma sak. Jag kände en enorm glädje, så när min man kom hem sade jag: "Det missionärerna säger är sant. Kyrkan är sann." Jag hämtade Mormons bok så han kunde läsa själv, men han såg ingenting. Han tittade på mig helt oförstående. Då rasade min tillvaro ihop. Jag insåg då att det är jag som har undersökt kyrkan och att det var jag som fick svaret.

Nu måste jag gå med i kyrkan



FOTO INGEMAR NYMAN

på egen hand, för nu visste Herren att jag visste att kyrkan är sann. Det kändes som att välja mellan min man och Herren. Det var ett grymt val men jag insåg vad jag måste göra. Jag var tvungen att ställa mig på Herrens sida. Motståndet var stort.

Dopet blev dramatiskt, det uppsköts en timme eftersom min man ringde till kyrkan och försökte stoppa det. I telefonen säger han att jag skulle få ta konsekvenserna för mitt handlande. Jag tänkte då att Herren kommer säkert att fixa det om jag bara har tro.

Så blev det. Vi utvecklades till en lycklig familj. Jag visste att jag hade en fantastisk man som bara inte hade fått ett vittnesbörd om Herren ... än.

Efter nio år var det min mans tur att döpas. Det är 25 år sedan nu och han har hunnit vara

**Louise och
Ingemar Nyman**

grenspresident, biskop och nu stavspresident. Jag kan verkligen säga att jag vet att Gud lever och att han håller det han lovar. Jag vet att Jesus Kristus är min Frälsare, att Bibeln och Mormons bok är Herrens ord och att kyrkan är sann. ■

Artiklar till Lokala sidorna

Välkommen att skicka in bidrag till Lokala sidorna under följande rubriker:

Lokala Nyheter, Hur jag vet, Sista Dagars Heliga i Sverige berättar, Favoritskriftställe (för ungdomar), Försöker likna Jesus (för barn) och Läsarkommentar.

Alla artiklar redigeras och publiceras i mån av plats, kvalitet och lämplighet. Nyhetsartiklar bör skickas in senast 2 veckor efter händelsen.

För att få artiklar och foton publicerade behövs tillstånd från artikelförfattare, fotograf och personer på fotot (undantag: om fler än 25 personer finns på fotot behövs inte tillstånd). För barn och ungdomar under 18 år behövs alltid tillstånd från föräldrar.

Speciella blanketter finns nu för dessa tillstånd som måste fyllas i och undertecknas, se kyrkans svenska hemsida www.jesukristikyrka.se under Övrigt material – Liahona – Artikelbidrag.

Kontakta redaktionen för mer information.

Eivor Hagman, redaktör
eivorhagman@hotmail.com

Medusagatan 2 A, 553 38 Jönköping
Tel. 036-719663

Obs. Ny redaktör för Stockholmsområdet:

Helena Österlund, ass. redaktör
helena.osterlund@gmail.com

Söderby Parkväg 111, 136 63 Söderby
Tel. 08-7770401 ■