

Liabona

A full-page photograph of a family of four in a living room. A man and a woman are dancing in the center, holding hands and smiling. The woman is wearing a red cardigan and khaki pants, and the man is wearing a light blue button-down shirt and dark jeans. To the left, a young girl with blonde hair and a green flower in it stands with her hands on her hips, wearing a white t-shirt and a green patterned skirt. To the right, another young girl with curly blonde hair is running or dancing, wearing a blue dress with yellow and green polka dots. The background features a stone fireplace, a dark leather sofa, and a patterned rug. The overall atmosphere is warm and joyful.

**Nio sätt att stärka
din familj, s. 26**

**Meningsfull bön: Inte min
vilja utan hans, s. 38, 48**

**Dilemmat med en
olämplig film, s. 60**

**Jag var nervös för
att döpas, s. 66**



*"Äktenskapet
ger större
möjligheter till
lycka än någon
annan mänsklig
relation."*

Äldste Russell M. Nelson
i de tolv apostlarnas
kvorum, "Vårda er om
äktenskapet", *Liahona*,
maj 2006, s. 36.



22

BUDSKAP

- 4 Budskap från första presidentskapet: Gå i cirklar**
Dieter F. Uchtdorf
- 7 Besökslärarnas budskap: Glädjen i släktforskning**

ARTIKLAR

- 14 Herren om fåren sig vårdar**
President James E. Faust
Ett budskap om hopp för föräldrar till vilsegångna barn.
- 22 Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet**
Richard M. Romney
Budskap från det senaste världsomfattande ledarutbildningsmötet välsignar enskilda, familjer, församlingar och stavar
- 26 Nio principer för ett lyckat äktenskap och en lyckad familj**
Jennifer Grace Jones
Hur kan principerna i tillkännagivandet om familjen tillämpas på din familj?

AVDELNINGAR

- 8 Vi talar om Kristus: "Jag skall inte glömma dig"**
Becky Squire
- 10 Evangelieklassiker: Dyrka den sanne och levande Guden**
Spencer W. Kimball
- 13 Tjänande i kyrkan: Tjäna personer med funktionshinder**
Becky Young Fawcett
- 34 Sista dagars heliga berättar**
- 74 Kyrkonytt**
- 80 Tills vi möts igen: Öbornas tro**
Joshua J. Perkey

PÅ OMSLAGET

Framsidan: Fotoillustration David Stoker.
Baksidan: Fotoillustration David Stoker.
Framsidas insida: Foto Justin John Soderquist.



38

38 De talade till oss: Förbättra dina personliga böner

Kevin W. Pearson

Våra personliga böner är en barometer på vår andliga styrka och ett tecken på vårt andliga välmående.



Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det

här numret. Ledtråd: Var tålmodig medan du letar.

42 Frågor och svar

Min bror har problem med pornografi. Han arbetar på det med vår biskop, så jag vill stötta honom, men det har påverkat min tillit till honom. Hur hanterar jag det?

44 Balansera kyrkans historia

Steven E. Snow

Hur vi hittar rätt balans i våra studier av kyrkans historia.

48 Starka intryck från Anden

D. Todd Christofferson

Vad kan vi göra för att vara i rätt tillstånd för att ta emot maningar från Anden?

51 O, hur storslagen är inte vår Guds plan!

Amarsanaa E.

När ett upplopp började tvingades min bror och jag att gå skilda vägar. Skulle jag se honom igen?

54 Fem sätt att följa prästadömsledarnas råd

Här är fem enkla saker som du kan göra för att stödja dina prästadömsledare.

56 Vägledning för de unga: Tacksamhet

David L. Beck

58 En present till farmor

Kimberly Sabin

Vad är den perfekta presenten till en farmor som har allting?



63

60 En olämplig film

Julia Woodbury

Klassen hade röstat. Vad kunde jag göra?

62 Särskilt vittne: Älskar vår himmelska Fader kyrkans medlemmar mer än han älskar andra människor?

Quentin L. Cook

63 En tålmodig bön

José L. Alonso

Svar på böner kommer inte alltid med en gång, men de kommer.

64 Ta med Primär hem: Jag ska följa min himmelske Faders plan genom att bli döpt och konfirmerad

66 En dopvälsignelse

Kasey Eyre

Trevor var nervös för att vara under vatten. Hur skulle han kunna döpas?

68 Hej! Jag heter Enkhjin A. och är från Mongoliet

Lär dig mer om Enkhjin, hennes familj och hennes favoritaktiviteter.

70 För små barn

81 Porträtt av en profet: Lorenzo Snow

51

Förslag till familjens hemafton

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



FOTILLUSTRATION CODY BELL © IRI

"En present till farmor", sidan 58: Läs
högt om Kimberlys present till sin farmor.
Du kan ta följande frågor till hjälp när ni
pratar om berättelsen: Varför tror du att
brevet betydde så mycket för Kimberlys far-
mor? Hur känns det när någon tackar dig
för något? Vad tror du att vår himmelske
Fader anser om tacksamhet? Du kan läsa
om tacksamhet i *Väglledning för de unga*
på sidan 18. Du kan återge berättelsen om
när Jesus Kristus botar tio spetälska i Lukas
17:11–19 och prata om hur berättelsen
undervisar om tacksamhet. Som aktivitet
kan varje familjemedlem skriva ett tackkort
och ge till någon under kommande vecka.

"En dopvälsignelse", sidan 66: Ni
kan inleda hemaftonen med att sjunga

"Nephis mod" (*Barnens sångbok*, s. 64).
Läs sedan berättelsen om Trevor som
övervinns sin rädsla för vatten och
fundera över följande frågor: Har du
någon gång varit rädd för att göra något?
Vad hjälpte dig att inte vara rädd? Be
familjemedlemmarna berätta om sådant
de behöver göra som de är oroliga för.
Samtala som familj om hur ni kan hjälpa
varandra att få större mod: Som aktivitet
kan ni göra en hinderbana i rummet. Bind
för ögonen på någon i familjen. Hjälpa
honom eller henne öva på tillit genom
att ta sig igenom hinderbanan genom att
lyssna på instruktioner. Ni kan prata om
hur Anden vägleder oss och tröstar oss i
situationer när vi är rädda.

PÅ DITT SPRÅK

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

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Bön, 34, 36, 38, 63
Danser, 35
Den Helige Anden, 64
Dop, 64, 66
Familjen, 8, 14, 22, 26, 42,
51, 58, 68
Frälsningsplanen, 51
Funktionshinder, 13
Förlåtelse, 42
Generalkonferensen, 4
Gudsdyrkan, 10

Jesus Kristus, 8, 70
Kyrkans historia, 44
Kärlek, 14, 62
Lydnad, 54
Media, 60
Motgångar, 8, 51
Normer, 35, 60
Pornografi, 42
Prästadömet, 54
Skrifterna, 4
Släktforskning, 7, 37

Smith, Joseph, 48
Stödja, 54
Tacksamhet, 56, 58
Tempeltjänst, 7
Tjänande, 13, 36
Tro, 10, 14, 66, 80
Vittnesbörd, 48, 80
Ämbeten, 13



**President
Dieter F. Uchtdorf**

andre rådgivare i första
presidentskapet

Gå I CIRKLAR

Har du någon gång hört det gamla talesättet att den som är vilse går runt i cirklar?

Den tyske psykologen Jan L. Souman ville på vetenskaplig väg fastställa om det här var sant. Han tog deltagare i ett experiment till ett stort skogsområde och till saharaöknen och använde en gps för att kunna se vart de gick. De hade ingen kompass eller något liknande. Anvisningarna till dem var enkla: Gå i en rak linje i den riktning som anges.

Dr Souman beskrev senare vad som hände. "[Några] av dem gick en dag när det var molnigt. Solen syntes inte bakom molnen [och de kunde inte se några referenspunkter]. ... [De] gick alla runt i cirklar, och [flera] av dem korsade sin väg upprepade gånger utan att märka det." Andra deltagare gick medan solen sken och de hade referenspunkter i sikte långt bort. "De ... följde en nästan fullkomligt rak kurs."¹

Den här studien har upprepats av andra med andra metoder.² Alla gav liknande resultat.

Utan synliga landmärken tycks människor gå runt i cirklar.

Skrifterna

Människor går också vilse utan andliga landmärken. Utan Guds ord går vi runt i cirklar.

Både som enskilda och som samhällen har vi sett det här mönstret upprepas om och om igen i varje tidshushållning sedan tidernas begynnelse. När vi förlorar Guds ord ur sikte tycks vi gå vilse.

Det här är otvivelaktigt anledningen till att Herren befälde Lehi att skicka tillbaka sina söner till Jerusalem för att hämta mässingsplåtarna. Gud visste att Lehis efterkommande skulle behöva pålitliga landmärken — referenspunkter — som skulle ge dem vägledning som de kunde använda för att avgöra om de var på rätt kurs.

Skrifterna är Guds ord. De är Guds landmärken som visar vägen vi ska gå för att komma närmare Frälsaren och uppnå värdiga mål.

Generalkonferensen

Undervisningen som ges under generalkonferenserna är ett annat landmärke som kan hjälpa oss att veta om vi är på rätt kurs.

Ibland frågar jag mig själv: "Lyssnade jag på orden från männen och kvinnorna som talade under kyrkans senaste generalkonferens? Har jag läst deras ord flera gånger? Har jag begrundat dem och tillämpat dem i mitt liv? Eller har jag bara njutit av de utmärkta talen utan att tillämpa deras inspirerade budskap i mitt personliga liv?"



Kanske gjorde du en eller två anteckningar medan du lyssnade eller läste. Kanske bestämde du dig för att göra en del saker bättre eller annorlunda. Tänk bara på budskapen från förra generalkonferensen. Många uppmuntrade oss att stärka våra familjer och förbättra våra äktenskap. Konferensnumret av *Liahona* inriktar sig också på de här eviga värderingarna och ger många praktiska rekommendationer som är till välsignelse för oss.

Lägger vi märke till och tillämpar de här världsomfattande råden? Känner vi igen och går vi mot de här verkliga och värdefulla landmärkena?

Motgiftet mot att gå vilse

Andliga landmärken är ovärderliga när det gäller att hålla oss kvar på den raka och smala vägen. De ger tydliga anvisningar om vilken väg vi ska gå

— men bara om vi uppmärksammar dem och går mot dem.

Om vi vägrar att låta oss vägledas av de här landmärkena blir de meningslösa, dekorativa saker som inte åstadkommer något annat än att bryta av den platta horisonten.

Det räcker inte att bara följa instinkten.

Det räcker inte att ha goda avsikter. Vi kan inte bara lita till våra sinnen.

Även om vi tror att vi följer en rak andlig väg går vi vilse utan vägledningen av sanna landmärken — utan Andens vägledning.

Låt oss därför öppna ögonen och se landmärkena som vår välvillige Gud har gett till sina barn. Låt oss läsa, lyssna på och tillämpa Guds ord. Låt oss be med verkligt uppsåt och lyssna på och följa Andens maningar. När vi har sett de gudomliga landmärkena som vår kärleksfulle himmelske Fader har gett oss, bör vi styra vår kurs genom dem. Vi bör också regelbundet korrigera kursen medan vi går mot andliga landmärken.

På så sätt går vi inte runt i cirklar utan rör oss med tillförsikt och visshet mot den större himmelska välsignelse som är allas födslorätt som gått på Kristi lärjungeskaps raka och smala väg. ■

SLUTNOTER

1. Se Jan L. Souman och andra, "Walking Straight into Circles", *Current Biology* vol. 19 (29 sep. 2009), s. 1538-1542.
2. Se till exempel, Robert Krulwich, "A Mystery: Why Can't We Walk Straight?" npr.org/blogs/krulwich/2011/06/01/131050832/a-mystery-why-can-t-we-walk-straight.

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

När du förbereder dig för att undervisa från det här budskapet kan du söka i skrifterna efter exempel på personer som leddes av andliga landmärken eller personer som gick runt i cirklar. Du kan börja med följande skriftställen: 4 Mos. 14:26–33; 1 Nephi 16:28–29; Alma 37:38–47. Om du känner dig manad kan du berätta om insikter du fått av de här exemplen för dem du undervisar. Fråga dem vad vi kan lära oss av de här berättelserna.

Landmärken för dig

President Uchtdorf säger att generalkonferensen och skrifterna är landmärken som hjälper oss att undvika att gå vilse andligen. Fundera över andra andliga landmärken som har påverkat och väglett dig i livet. Skriv ner upplevelserna i din dagbok. De här citaten från president Monson kan vara till hjälp:



”Din [patriarkaliska] välsignelse ska inte vikas ihop snyggt och stoppas undan. Den ska inte ramas in och hängas upp eller publiceras. Den ska snarare läsas. Den ska älskas. Den ska efterföljas. Din patriarkaliska välsignelse kommer att hjälpa dig genom den mörkaste natt. Den ska leda dig genom livets faror.”

”Din patriarkaliska välsignelse: En Liahona av ljus”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s 55.

”Vår himmelske Fader sjösatte oss inte på vår eviga resa utan att förse oss med medel genom vilka vi kan få vägledning från honom för att kunna återvända i säkerhet. Jag talar om bönen. Jag talar också om den stilla, milda röstens viskningar.”

”Livets lopp”, *Liahona*, maj 2012, s. 92.

BARN

Jag kan hitta vägen

President Uchtdorf säger att vi behöver följa andliga landmärken eftersom de hjälper oss att välja det rätta och komma närmare Frälsaren. Några av de här landmärkena är bön, skrifterna, generalkonferensen och *Liahona*.

Hitta vägen genom labyrinten genom att följa de här landmärkena.

Läs ett tal från den senaste generalkonferensen med din familj. Vad föreslår talaren att vi ska göra för att hålla oss på rätt väg? Sätt upp mål tillsammans med din familj för att tillämpa vad ni har lärt er.



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 eget liv. För mer information, gå till reliefsociety.lds.org.

Glädjen i släktforskning

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum har sagt att Elias ande är "en manifestation från den Helige Anden som bär vittne om familjens gudomliga natur".¹

Som medlemmar i Kristi återställda kyrka har vi förbundsplikten att söka efter våra förfäder och göra evangeliets frälsande förrättningar tillgängliga för dem. De kan inte "fullkomliggöras utan oss, inte heller kan vi fullkomliggöras utan våra döda" (L&F 128:15).

Släktforskningsarbete förbereder oss för det eviga livets välsignelser och hjälper oss stärka vår tro och personliga rättfärdighet. Släktforskning är en viktig del av kyrkans uppdrag och möjliggör frälsningsarbetet och upphöjelse för alla.

President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kворum, har sagt: "När vi utforskar våra egna släktlinjer blir vi intresserade av mer än bara namnen. ... Vårt intresse vänder våra hjärtan till våra fäder — vi söker efter att finna dem och att lära känna dem och hjälpa dem."²



Från skrifterna

Mal. 4:5–6; 1 Kor. 15:29;
L&F 124:28–36; 128:15

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, "En ny skördetid", *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 34.
2. Boyd K. Packer, "Din släktforskning: Hur du börjar", *Liahona*, aug. 2003, s. 17.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 470.
4. Se *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* (2011), s. 21.

Tro, Familj, Tjänande



Från vår historia

Profeten Joseph Smith sade: "Det största ansvar som Gud har ålagt oss i denna värld är att söka efter våra döda."³ Vi kan verka som ställföreträdare i templet för våra avlidna förfäder och utföra nödvändiga förrättningar för dem.

Sally Randall från Nauvoo i Illinois, vars 14-åriga son hade dött, fann stor tröst i löftet om eviga familjer. Efter att hennes make hade döpts för deras son skrev hon till sina släktingar: "Vad underbart det är att vi ... kan döpas för alla våra döda [förfäder] och rädda dem så långt tillbaka som vi kan få någon kunskap om dem." Sedan bad hon sina släktingar att skicka information om deras släktingar. Hon sade: "Jag ämnar göra vad jag kan för att rädda [vår släkt]."⁴

VAD KAN JAG GÖRA?

1. Hur kan jag hjälpa systrarna jag vakar över att släktforska?
2. Skriver jag ner min personliga historia?

"JAG SKALL INTE GLÖMMA DIG"

Becky Squire

När jag gick in till läkaren för en rutinkontroll var jag full av glädje och hopp. Jag hade redan sett mitt lilla barns hjärtslag via ultraljud, men nu, flera veckor senare, skulle det lilla barnet i mig vara större. Jag hade upplevt graviditetens underverk tre gånger tidigare, och jag slutar aldrig att förundras.

Tio minuter senare satt jag och grät ensam i min bil. Bilden av ett stilla barn utan hjärtslag hade för evigt inpräntats i sinnet.

Under dagarna som följde gick jag omkring som i dimma. Jag kände mig tom och ensam. Min make var tvungen att gå tillbaka till jobbet och våra tre barn sprang runt i huset medan jag halvhjärtat gav dem mat och försökte hålla huset rent. Men jag var egentligen inte där. Det första jag gjorde när jag kom hem efter att ha uträttat ärenden var att se om jag hade missat några telefonsamtal. Inga. Jag kollade min e-post varje timme. Inget. Jag började undra om mina vänner och grannar alls brydde sig om mig. Var de egentligen mina vänner? Jag märkte inte hur Satan arbetade med mig.

Jag berättade hur jag kände för min make en kväll, och han såg genast vad som höll på att hända. Han citerade Första Nephi 21:15–16 för mig:

"Jag skall inte glömma dig, o Israels hus.

Se, jag har inristat dig på mina handflator. Dina murar står alltid inför mina ögon."

Jag hade lärt mig och studerat om försoningen förut. Jag trodde jag visste vad det var. Men jag hade inte tillämpat det på rätt sätt i mitt liv. Jesus hade redan lidit för alla mina

sorger. Han visste precis hur jag kände.

"Försoningen, Jesu mest föredömliga handling, krävde av honom att han 'steg ned under allt' (L&F 88:6) och led 'alla människors smärta' (2 Nephi 9:21). Därför vet vi att försoningen har ett vidare syfte än att endast ge oss ett sätt att övervinna synden. Denna den största av alla jordiska handlingar ger Frälsaren makt att infria sitt löfte: 'Om ni vill vända er till Herren med helhjärtat uppsåt ... skall han ... befria er' (Mosiah 7:33)."¹



HAN FÖRSTÅR

"Det finns ingenting som vi får utstå som inte Jesus förstår, och han förväntar sig att vi ska vända oss till vår himmelske Fader i bön. Jag vittnar om att om vi är lydiga och om vi är flitiga, kommer våra böner att besvaras, våra problem att minska, vår rädsla att försvinna, ljus kommer att skina på oss, förtvivlans mörker att skingras, och vi kommer att vara nära Herren och känna hans kärlek och den Helige Andens tröstande vägledning."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum, "Ja, vi prisar dem saliga som håller ut", *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 80.



Kan jag ha en bättre vän under den här tragiska tiden än någon som säkert kan sympatisera med mig? Jag insåg att jag behövde Frälsarens hjälp för att kunna komma över sorgen.

När jag vände mig till Herren såg jag genast hans kärlek till mig. Jag kände mig lugn och tillfreds, och jag kände att Jesus förstod mig på ett sätt som jag aldrig hade trott var möjligt. Han är precis det slags vän jag längtade efter under de där dagarna efter missfallet — det slags vän som jag behövde mest.

Jag vet att jag alltid kan vända mig till min Frälsare, inte bara när jag behöver omvända mig från mina synder utan också när jag behöver någon att gråta ut hos. Han är alltid där. När vi söker efter någon som förstår vår smärta och sorg, låt oss då inte glömma vår mest trofasta vän, Jesus Kristus. ■

Författaren bor i Utah i USA.

SLUTNOT

1. Donald L. Hallstrom, "Vänd dig till Herren", *Liahona*, maj 2010, s. 80.

Min make läste Första Nephi 21:15–16 för mig. Jag insåg att jag behövde Frälsarens hjälp för att komma över sorgen.

HUR KAN VI UPPNÅ FRID?

President Thomas S. Monson har nämnt tre sätt att finna frid:

"Jag talar inte om den fred som människor stiftar, utan om en frid som Gud utlovat. Jag talar om frid i våra hem, frid i våra hjärtan, ja, frid i våra liv. Fred på människors sätt är förgänglig. Frid på Guds sätt kommer att segra. ...

För det första: Sök inåt. ...

Det blir ingen frid förrän den enskilda människan i sin själ hyser sådana principer som personlig

renhet, redbarhet och karaktär som främjar utvecklandet av frid. ...

För det andra: Sträck dig utåt. ...

Medlemskapet i kyrkan framkallar en beslutsamhet att tjäna. ...

För det tredje: Se uppåt mot himlen. ...

När vi gör så känns det lugnande och tillfredsställande att samtala med vår himmelske Fader i bön, denna väg till andlig kraft — ett passerkort till friden."

Från "Att finna frid", *Liahona*, mars 2004, s. 3–7.

Vilka av de här tankarna kan du tillämpa mer i ditt liv?



**President
Spencer W. Kimball
(1895 1985)**

Kyrkans tolfte president

DYRKA DEN SANNE OCH LEVANDE GUDEN

*Varför skulle vi frukta när
Herren är med oss?*

Vi lär av skrifterna att eftersom utövandet av tro alltid har verkat vara svårare än att lita på det som ligger närmare till hands, har den köttsliga människan en tendens att överföra sin förtröstan på Gud till materiella ting. Därför har mänskorna i alla tider, när de fallit under Satans makt och förlorat tron, istället litat till "köttslig arm" och till "gudar av silver och guld, av koppar, järn, trä och sten, som varken ser eller hör eller vet något" (Daniel 5:23) — det vill säga avgudar. Det här tycks vara ett dominerande tema i Gamla testamentet. Det en människa lägger ner sin själ och sin förtröstan på är hennes gud. Om den guden inte också råkar vara den sanne och levande Israels Gud, så är hon en avgudadyrkare.

Det är min fasta tro att när vi läser de här skriftställena och försöker "tillämpa dem på [oss] själva",

som Nephi sade (1 Nephi 19:24), kommer vi att se många paralleller mellan den forntida dyrkan av avgudabilder och uppförandemönster i vårt eget liv.

Herren har välsignat oss. ... De resurser som ställts till vårt förfogande är bra och nödvändiga för vårt arbete här på jorden. Men jag är rädd att många av oss ... har börjat dyrka dem som falska gudar, och de har makt över oss. Har vi mera av det här goda än vår tro tål? Många använder största delen av sin tid till att arbeta mot ett mål som omfattar så mycket pengar, aktier, obligationer, investeringsportföljer, egendomar, kreditkort, möbler, bilar och liknande att det *garanterar* materiell säkerhet. ...

Vår uppgift

De har glömt det faktum att vår uppgift är att använda de här resurserna i våra familjer och kvorum för att bygga upp Guds rike — för att främja missionärsarbete och släktforskning och tempelarbete, att uppfostra våra barn till goda tjänare till Herren, att välsigna andra på alla sätt så att också de kan bära frukt. I stället använder vi de här välsignelserna till att uppfylla våra egna önskningar och, som Moroni sade:

"Ni [smyckar] er med sådant som inte har liv, men låter de hungriga och de behövande och de nakna och de sjuka och de lidande gå förbi er utan att ni lägger märke till dem" (Mormon 8:39).

Som Herren själv sade i vår tid: "De söker inte Herren för att upprätta hans rättfärdighet, utan var och en går sin egen väg och efter sin egen guds avbild, vars avbild är lik världens, och *vars stoff är som en avguds* som blir gammal och som skall förgås i Babylon, ja, det stora Babylon, som skall falla" (L&F 1:16; kursivering tillagd).

Ett dåligt utbyte

En man jag känner kallades att tjäna i kyrkan, men han tyckte inte att han kunde tacka ja till ämbetet eftersom hans investeringar krävde ... mer av hans tid än han kunde ägna åt Herrens verk. Han lämnade Herrens tjänst för att söka Mammon och idag är han miljonär.

Men nyligen fick jag höra något intressant: Om en man äger guld till ett värde av en miljon dollar ... så äger han ungefär en 27-miljarddel av allt guld som finns enbart i den jämförelsevis tunna jordskorpan. Det här är en förhållandevis så liten del att det blir ofattbart för människans

sinne. Dessutom: Herren som skapade och har makt över hela jorden skapade också många andra jordar, ja, "otaliga världar" (Mose 1:33); och när den här mannen tog emot prästadömet och förbund (se L&F 84:33–44), tog han emot ett löfte från Herren om att få "allt vad min Fader har" (L&F 84:38). Att skjuta dessa storslagna löften åt sidan till förmån för en kista med guld och en känsla av materiell säkerhet är ett misstag av kolossala proportioner. Att tänka sig att han nöjt sig med så lite är sannernigen nedslående och ömkligt. Människornas själar är mycket dyrbarare än så.

En ung man svarade då han kallades på mission att han inte hade någon talang för att göra sådant.

Det han var bra på var att hålla sin nya bil med dess många hästkrafter i topptrim. ... Hans far hade hela tiden nöjt sig med att säga: "Han tycker om att arbeta med sina händer. Det räcker för honom."

Räcker det för en Guds son? Den här unge mannen insåg inte att motorkraften i hans bil är oändligt liten i jämförelse med havets kraft eller solens, och att det finns många solar vilka alla kontrolleras av lagen och ytterst av prästadömet — en prästadöms kraft som han kunde få genom att utvecklas i Herrens tjänst. Han nöjde sig med en liten ynklig gud byggd av stål, gummi och blänkande krom.

Ett äldre par drog sig tillbaka från sitt arbete och även, i praktiken, från

kyrkan. De köpte sig en liten pickup och en husvagn och ... gav sig ut för att se världen. ... De hade ingen tid för templet, de var alltför upptagna för att släktforska och missionera. Han förlorade kontakten med sitt högprästkvorum och var inte hemma tillräckligt mycket för att arbeta på sin personliga historia. Deras erfarenhet och ledarförmåga behövdes verkligen i deras gren, men ... de fanns inte till hands.

Om vi envisas med att använda all vår tid och våra resurser till att bygga oss ett världsligt rike, är det just det som blir vår arvedel.

Överge det som hör världen till

Trots vår förtjusning i att anse oss moderna och vår tendens att tro att





vi är mera förfinade än något folk i det förgångna — trots allt detta är vi på det hela taget ett avgudadyrkande folk — något som är avskryvligt i Herrens ögon.

Vi ... förs [lätt] bort från uppgiften att förbereda oss för Herrens ankomst. ... Vi glömmar att om vi är rättfärdiga kommer Herren antingen inte att tillåta våra fiender att anfälla oss ... eller också utkämpar han vår strid åt oss (se 2 Mos. 14:14; L&F 98:37, bara för att nämna två av många hänvisningar).

Varför skulle vi frukta när Herren är med oss? Kan vi inte ta fasta på Herrens ord och utöva en smula tro på honom? Vi har en bestämd uppgift: att avstå från allt som hör

världen till som mål i sig själva, att avstå från avgudar och gå framåt i tro, att föra evangeliet till våra fiender så att de inte längre är våra fiender.

Utöva större tro

Vi måste lämna dyrkan av nutida avgudar och vår förtröstan på "köttslig arm", för Herren har sagt till hela världen i vår tid: "Jag skall inte skona någon som blir kvar i Babylon" (L&F 64:24). ... Vi tror att varje enskild och varje familj bör förbereda sig som Herren sagt genom att utöva större tro, omvända sig och börja arbeta i hans rike på jorden, som är Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Det kan verka lite svårt i

början, men när man börjar fånga visionen av det sanna verket, när man börjar se något av evigheten i dess sanna perspektiv, börjar välsignelserna att mer än väl uppväga förlusten av att ha lämnat "världen" bakom sig.

Häri ligger den enda sanna lyckan, och därför inbjuder och välkomnar vi alla människor överallt att sluta sig till detta verk. För dem som är fast beslutna att tjäna Herren till varje pris är detta vägen till evigt liv. Allt annat är bara ett medel för att uppnå detta mål. ■

Underrubriker tillagda. Stavning, interpunktion och användande av stor begynnelsebokstav har standardiserats.

Utdrag från "De falska gudar vi dyrka", Nordstjärnan, aug. 1977, s. 1–4.

TJÄNA PERSONER MED FUNKTIONSHINDER

Becky Young Fawcett

Kyrkans tjänst för funktionshindrade

När Lynn Parsons kallades som specialist på funktionshinder i Hursts stav i Texas ville hon uppfylla sitt ämbete på ett sätt som skulle vara till välsignelse för stavens medlemmar, särskilt medlemmar med funktionshinder och deras familjer.

Något av det första Lynn gjorde var att gå igenom informationen om ämbetet på LDS.org (lds.org/callings/disability-specialist), och hon använde *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* för att lära sig kyrkans officiella riktlinjer angående personer med funktionshinder. En annan webbplats om funktionshinder (lds.org/disability) var också en resurs. Det hjälpte henne få mer kunskap om olika funktionshinder och var en resurs hon kunde hänvisa stavens medlemmar till.

I *Handbok 2* står det: "Biskopsrådet eller stavspresidentskapet kan kalla en församlingens eller stavens specialist på funktionshinder till hjälp för enskilda och familjer."¹ LDS.org har mer information om det här ämbetet och förklarar att "rollen som specialisten på funktionshinder har är att underlätta för kyrkans medlemmar med funktionshinder så att de kan delta och känna sig delaktiga i större utsträckning".²

Med den insikten säger Lynn att hon vill "hjälpa ledarna uppfylla sina ämbeten genom att hitta redskapen de behöver för att tjäna medlemmar med funktionshinder".

Lynn hittade också information via resurser i samhället och på nationell nivå, internet och församlings- och stavsledare som har arbetat med personer med funktionshinder. Lynn använder de här resurserna när hon söker efter lösningar på några av problemen som ledarna och familjerna i hennes stav har. Hon vet inte alltid vart hon ska vända sig för att få information eller hjälp, "men om man verkligen söker ett svar genom bön", säger hon, "får man inspiration om var man ska hitta svaret".

Förstå behoven

Lynn arbetar också med att förstå vilka behov ledarna

i området har när det gäller funktionshinder. Hon bad sina stavsledare att skicka ett brev till biskoparna och informera dem om hennes ämbete och att hon fanns där för att vara till hjälp. Hon träffade också stavens presidentskap för Primär för att få information om de utmaningar som fanns och hon gjorde upp planer för att träffa andra ledare. "Jag ville att informationen skulle komma ut", säger hon. "Jag ville att alla skulle få veta var de kunde få hjälp."

Genom att låta stavsledarna veta att hon var redo att tjäna, fann Lynn snart möjligheter att hjälpa ledarna. När hon hade varit specialist på funktionshinder i några månader inbjöds hon till ett församlingsrådsmöte för att berätta om olika slags funktionshinder. Hon tjänade också på andra sätt, till exempel genom att hjälpa en lärare förstå hur hon skulle undervisa ett barn med autism, och att föreslå att en extralärare i Primär skulle kallas så att ett barn med funktionshinder kunde vara med i en klass.

Lynn planerar också fortsättningsvis att hjälpa ledarna uppfylla sina ämbeten.

När hon gör det hjälper hon medlemmarna i staven att följa Frälsarens exempel i att älska och nå ut till andra, även dem med funktionshinder. ■

SLUTNOTER

1. *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 21.1.26.
2. "Disability Specialist", www.lds.org/callings/disability-specialist.





**President
James E. Faust
(1920–2007)**

andre rådgivare
i första
presidentskapet

HERREN OM fåren SIG vårdar

*Till de förkrossade föräldrar som har
varit rättfärdiga, flitiga och alltid bett i sin
undervisning av sina olydiga barn, säger vi
att den gode Herden vakar över dem.*

President James E. Faust inröstades som andre rådgivare i första presidentskapet den 12 mars 1995 och verkade i det ämbetet till sin död den 10 augusti 2007. Det här talet, som hölls under generalkonferensen i april 2003, finns med i det här numret som en av flera artiklar om hur man stärker familjen.

Mina kära syskon och vänner! Mitt budskap denna morgon handlar om hopp och tröst för alla förtvivlade föräldrar som gjort sitt bästa för att fostra sina barn i rättfärdighet med kärlek och hängivenhet, men som nu förlorat hoppet därför att deras barn har gjort uppror eller gått på avvägar som leder till ondska och undergång. När jag tänker på er djupa vända, påminns jag om Jeremias ord: "Ett rop hörs i Rama. ... Det är Rakel som gråter över sina barn, hon vill inte låta trösta sig." På detta svarade Herren med följande trösterika ord: "Sluta med din högljudda gråt. ... Ty ditt verk skall få sin lön ... de skall vända tillbaka från sina fienders land."¹

Jag måste börja med att vittna om Herrens råd till föräldrarna i denna kyrka, som återfinns i 68:e kapitlet i Läran och förbunden, med följande kraftfulla ord: "Och vidare: Om det i Sion eller i någon av dess organiserade stavar finns föräldrar som

De som gått vilse "kommer att få lida för sina synder, och kanske vandra på en törnbeströdd stig. Men om denna till sist leder dem, precis som den ledde den ångerfulle förlorade sonen, till en kärleksfull och förlåtande faders hjärta och hem, kommer den smärtsamma upplevelsen inte att ha varit förgäves."



har barn, och som inte lär dem att vid åtta års ålder förstå läran om omvändelse, tro på Kristus, den levande Gudens Son, och om dopet och den Helige Andens gåva genom handpåläggning, skall synden vila på föräldrarnas huvuden."² Föräldrarna uppmanas att "lära sina barn att be och att vandra rättrådigt inför Herren".³ Som far, farfar och farfars far accepterar jag detta som Herrens ord, och som Jesu Kristi tjänare uppmanar jag alla föräldrar att följa detta råd så samvetsgrant de kan.

Vilka är goda föräldrar? De som kärleksfullt, uppriktigt och under bön försökt lära sina barn genom exempel och undervisning att "bedja och att vandra uppriktigt inför Herren".⁴ Detta är sant även om några av våra barn är olydiga eller världsliga. Barnen kommer till världen med sin egen särpräglade ande och sina personlighetsdrag. Det finns barn som "skulle sätta varje föräldrapar på prov under alla tänkbara omständigheter. ... Det finns kanske andra som skulle bli till välsignelse och glädje för nästan varje far och mor."⁵ De föräldrar är framgångsrika som har gjort uppoffringar och kämpat för att göra det bästa de kan under sin egen familjs omständigheter.

Djupet av föräldrars kärlek till sina barn kan inte mätas. Ingen annan relation går upp mot denna. Den är viktigare än livet självt. En förälders kärlek till ett barn upphör aldrig och lever vidare trots sorger och besvikelser. Alla föräldrar hoppas och ber att barnen ska fatta kloka beslut. Barn som är lydiga och ansvarsfulla är för sina föräldrar en aldrig sinande källa till stolthet och tillfredsställelse.

Men vad händer om barnen som undervisas av trofasta, kärleksfulla föräldrar har gjort uppror eller kommit in på avvägar? Finns det

något hopp? En förälders sorg över ett upproriskt barn är nästan otröstlig. Kung Davids tredje son, Absalom, dödade en av sina bröder och ledde också ett uppror mot sin egen far. Absalom dödades av Joab. Efter att ha blivit underrättad om Absaloms död, grät kung David och utropade sin sorg: "Min son Absalom, min son, min son Absalom! Om jag ändå hade fått dö i ditt ställe! Absalom, min son, min son!"⁶

Denna föräldrakärlek uttrycks också i liknelsen om den förlorade sonen. När den upproriske sonen återvände hem efter att ha slösat bort sitt arv genom ett utsvävande liv, slaktade fadern den gödda kalven och firade den förlorade sonens återkomst och sade till sin lydige, men förbittrade son: "Men nu måste vi ha fest och glädja oss. Ty denne din bror var död men har fått liv igen, han var förlorad men är återfunnen."⁷

Jag tror på och accepterar de tröstande ord som äldste Orson F Whitney [1855–1931] yttrade:

"Profeten Joseph Smith förklarade — och aldrig har han lärt en mer trösterik lärosats — att trofasta föräldrars eviga beseglingar och de gudomliga löften som givits dem för modigt arbete för sanningens sak, skulle inte bara frälsa dem själva, utan likaledes deras avkomma. Även om några av fåren kanske går vilse, har Herden ögonen på dem, och förr eller senare kommer de att känna den gudomliga försynens långa arm sträcka sig efter dem och föra dem tillbaka till fällan. De kommer att återvända antingen i detta liv eller i nästa. De måste betala det de är skyldiga rättvisan, de kommer att få lida för sina synder, och kanske vandra på en törnbeströdd stig. Men om denna till sist leder dem, precis som den ledde den ångerfulle

En förälders kärlek till ett barn upphör aldrig och lever vidare trots sorger och besvikelser. Alla föräldrar hoppas och ber att barnen ska fatta kloka beslut.



Den förlorade sonen hälsades välkommen tillbaka till familjen, men hans arv var borta. Barmhärtigheten kan inte övervinna rättvisans krav och trofasta föräldrars beseglingskraft kan endast göra anspråk på egensinniga barn under förutsättning att de omvänt sig och genom Kristi försoning.



förlorade sonen, till en kärleksfull och förlåtande faders hjärta och hem, kommer den smärtsamma upplevelsen inte att ha varit förgäves. Be för era obetänksamma och olydiga barn. Håll fast vid dem med er tro. Fortsätt hoppas, fortsätt förtrösta tills ni ser Guds frälsning.”⁸

Det finns en princip i detta uttalande som vi ofta inte lägger märke till och det är att de fullständigt måste omvända sig och ”lida för sina synder” och ”betala det de är skyldiga rättvisan”. Jag inser att nu är tiden då vi måste bereda oss att möta Gud.⁹ Om egensinniga barn inte omvänder sig i det här livet, är det då fortfarande möjligt att beseglingsbanden är starka nog för dem att kunna omvända sig? I Läran och förbunden står det:

”De döda som omvänder sig kommer att bli återlösta genom lydnad till förordningarna i Guds hus.

Och sedan de har betalat straffet för sina överträdelser och har tvättats rena, skall de få belöning i enlighet med sina gärningar, ty de är frälsningens arvingar.”¹⁰

Vi kommer ihåg att den förlorade sonen slösade bort sitt arv, och när det var borta återvände han till sin fars hus. Där hälsades han välkommen tillbaka till familjen, men hans arv var borta.¹¹ Barmhärtigheten kan inte övervinna rättvisans krav och trofasta föräldrars beseglingskraft kan endast göra anspråk på egensinniga barn under förutsättning att de omvänt sig och genom Kristi försoning. Egensinniga barn som omvänt sig kommer att åtnjuta frälsningen och alla dess välsignelser, men upphöjelse är något mycket större. Den måste man helt och hållet göra sig förtjänt av. Frågan om vem som kommer att upphöjas är något som endast Herren i sin barmhärtighet kan avgöra.

Det rör sig om bara några få som genom upproriskhet och onda gärningar "syndat så stort att de inte längre äger förmågan att omvända sig".¹² Den domen måste också överlämnas till Herren. Han säger oss: "Jag, Herren, förlåter den jag förlåter, men av er krävs det att ni förlåter alla människor."¹³

Kanske vi i det här livet inte fullt förstår vilket bestående inflytande rättfärdiga föräldrars beseglingsband har för deras barn. Det kan mycket väl vara så att vi har större tillgång till hjälp än vi anar.¹⁴ Jag tror att det finns en stark dragningskraft i form av inflytande från älskade anförvanter som ständigt är med oss på andra sidan slöjan.

President Howard W. Hunter [1907–1995] sade: "Omvändelse är helt enkelt själens hemlängtan, och föräldrarnas oavbrutna och vaksamma vård är det tydligaste jordiska beviset på Guds ständiga förlåtelse." Är inte familjen den närmaste motsvarigheten till vad Frälsarens mission handlade om?¹⁵

Vi lär oss mycket om föräldraskapet av våra egna föräldrar. Min kärlek till min far växte storligen när han var tålmodig, vänlig och förstående. När jag bucklade till familjens bil var han mild och förlåtande. Men hans söner kunde förvänta sig stark tillrättavisning om vi kom med den minsta osanning, fortsatte att bryta mot reglerna, och speciellt om vi visade brist på aktning mot vår mor. Min far har nu varit död i nästan femtio år, men fortfarande saknar jag djupt att jag inte kan gå till honom för att få hans kloka och kärleksfulla råd. Jag erkänner att jag ibland ifrågasatte hans råd, men jag kunde aldrig tvivla på hans kärlek till mig. Jag ville aldrig göra honom besviken.

En viktig del av att göra det bästa vi kan som föräldrar är att tillrättavisa våra



barn på ett kärleksfullt men bestämt sätt. Om vi inte tillrättavisar våra barn, kanske samhället måste göra det på ett sätt som vi, eller våra barn, inte tycker om. En del av disciplinen består av att lära dem att arbeta. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sade: "En av de största värderingarna ... är ärligt arbete. Kunskap utan arbete ger ingen vinning. Kunskap tillsammans med arbete är genialitet."¹⁶

Satans lockande snaror ökar och följaktligen blir det allt svårare att fostra barn. Därför måste föräldrar göra sitt allra bästa, och de bör använda sig av den hjälp som tjänande och aktivitet i kyrkan ger dem. Om föräldrar uppför sig illa och går på avvägar, om så bara tillfälligt, kan några av deras barn ursäkta sig med deras exempel.

Det finns en annan sida av det här som behöver nämnas. Jag vädjar till de barn som tagit avstånd från sina föräldrar att ta kontakt med dem, även om de inte varit sådana som de borde. Barn som kritiserar sina föräldrar borde minnas det kloka rådet som Moroni gav när han sade: "Döm mig inte för min ofullkomlighets skull och inte heller min far för hans ofullkomlighets skull, och

Goda föräldrar är de som kärleksfullt, uppriktigt och under bön försökt lära sina barn genom exempel och undervisning "att bedja och att vandra uppriktigt inför Herren". Detta är sant även om några av deras barn är olydiga eller världsliga.

Jag vädjar till de barn som tagit avstånd från sina föräldrar att ta kontakt med dem. ... Jag hoppas att alla barn så småningom vänder sina hjärtan till sina fäder och även till sina mödrar.



inte heller dem som skrivit före honom, utan tacka hellre Gud för att han har uppenbarat våra ofullkomligheter för er, så att ni kan lära er att vara visare än vi har varit.”¹⁷

När Moroni besökte den unge profeten Joseph Smith år 1823, citerade han följande vers om Elias mission: ”Och han skall implanta i barnens hjärtan de löften som gavs till fäderna, och barnens hjärtan skall vända sig till sina fäder.”¹⁸ Jag hoppas att alla barn så småningom vänder sina hjärtan till sina fäder och även till sina mödrar.

Ett underbart par som jag kände i min ungdom hade en son som var upprorisk och drog sig undan familjen. Men när de blev äldre försonade han sig med dem och av alla deras barn var han den mest omtänksamma och hjälpsamma. När vi blir äldre känns dragningen till våra föräldrar och mor- och farföräldrar på den andra sidan mycket starkare. Det är en ljuv upplevelse när de besöker oss i våra drömmar.

Det är mycket orättvist och ovänligt att döma samvetsgranna och trofasta föräldrar därför att några av deras barn gjort uppror eller kommit bort från föräldrarnas undervisning och kärlek. Lyckliga är de föräldrar som har barn och barnbarn som är till tröst och belåtenhet. Vi bör visa omtänksamhet mot dessa värdiga, rättfärdiga föräldrar som kämpar och lider på grund av olydiga barn. En av mina vänner brukade säga: ”Om du aldrig har haft några problem med dina barn, så vänta lite.” Ingen kan säga med någon som helst säkerhet vad deras barn kommer att göra under vissa omständigheter. När min kloka svärmor såg andra barn uppföra sig illa, brukade hon säga: ”Jag säger aldrig att mina barn aldrig skulle

uppföra sig på det viset, för att i samma ögonblick som jag säger det, håller de kanske på att göra det!" När föräldrar sörjer över olydiga och egensinniga barn måste vi med medkänsla låta bli att "kasta första stenen".¹⁹

En anonym medlem i kyrkan skrev om den ständiga sorg som hennes bror orsakade hennes föräldrar. Han började missbruka droger. Han vägrade låta sig styras eller tillrättavisas. Han var lögnaktig och trotsig. I motsats till den förlorade sonen kom denne egensinnige son inte hem frivilligt. I stället arresterades han av polisen och tvangs utstå följderna av sina handlingar. I två år stödde föräldrarna Bill i ett rehabiliteringsprogram som hjälpte honom att så småningom komma ur drogmissbruket. I slutet av brevet skrev Bills syster: "Jag tycker att mina föräldrar är fantastiska. Aldrig någonsin vacklade de i kärleken till Bill, även om de tyckte illa om och hatade det inflytande hans handlingar hade på honom själv och deras familjeliv. Men de var fast beslutna att stödja Bill i allt som behövdes för att hjälpa honom igenom det svåra och få honom in på en bättre väg. De levde efter Kristi evangelium som var djupare, känsligare och större genom att älska en som hade kommit på avvägar."²⁰

Låt oss inte vara arroganta utan istället ödmjukt tacksamma om våra barn är lydiga och respekterar vår undervisning om Herrens vägar. Till de förkrossade föräldrar som har varit rättfärdiga, flitiga och alltid bett i sin undervisning av sina olydiga barn, säger vi att den gode Herden vakar över dem. Gud känner till och förstår er djupa sorg. Det finns hopp. Hämta tröst från Jeremias ord: "Ditt verk skall få sin lön" och era barn kan "vända tillbaka från sina fienders

land".²¹ Detta vittnar jag och ber om i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Jeremia 31:15–16.
2. L&F 68:25.
3. L&F 68:28.
4. L&F 68:28.
5. Howard W. Hunter, "Föräldrars oro för barnen", *Nordstjärnan*, apr. 1984, s. 116.
6. 2 Sam. 18:33.
7. Luk. 15:32.
8. Orson F. Whitney, Conference Report, apr. 1929, s. 110.
9. Se Alma 34:32.
10. L&F 138:58–59.
11. Se Luk. 15:11–32.
12. Alonzo A. Hinckley i Conference Report, okt. 1919, s. 161.
13. L&F 64:10.
14. Se John K. Carmack, "När våra barn går vilse", *Liahona*, mars 1999, s. 28–37.
15. *The Teachings of Howard W. Hunter*, sammanst. av Clyde J. Williams (1997), s. 32.
16. *Teachings of Gordon B. Hinckley* (1997), s. 704.
17. Mormon 9:31.
18. Joseph Smith — Historien 1:39.
19. Harold B. Lee, *Decisions for Successful Living* (1973), s. 58.
20. "With Love—from the Prodigal's Sister", *Ensign*, juni 1991, s. 19.
21. Jeremia 31:16.

Lyckliga är de föräldrar som har barn och barnbarn som är till tröst och glädje. Vi bör visa omtänksamhet mot dessa värdiga, rättfärdiga föräldrar som kämpar och lider på grund av olydiga barn.



STÄRKA familjen och kyrkan GENOM PRÄSTADÖMET

*Föräldrar, familjer och enskilda välsignas när de studerar
och samtalar om de här inspirerade budskapen.*

Richard M. Romney

Kyrkans tidningar

Kommer du ihåg de här löftena? Du kanske har hört dem i videoavsnitt som visats under rådsmöten, en femte söndag eller en lektion i Hjälpföreningen eller i ett prästadömskvorum. Eller så kanske ni har samtalat om dem under en hemafton. Löftena är:

- Män och hustrur enas.
- Fäder och mödrar ger starkare andligt ledarskap till sina familjer.
- Ungdomar förbereds till att ingå och hålla heliga förbund och tjäna Herren som heltidsmissionärer, och under hela sitt liv.
- Ensamstående medlemmar ges stöd, tar emot prästadörets välsignelser i sina hem och blir mer engagerade i att bygga riket.
- Kvorum och rådsförsamlingar arbetar tillsammans för att betjäna vår himmelske Faders barn, och för att bygga upp kyrkan.
- Kyrkan stärks.

De här löftena gavs i mars när första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum framförde budskap på en dvd som heter *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet*. Då inbjöds församlings- och stavsråd att gå igenom budskapen och sedan rådgöra tillsammans om hur de ska användas. Samtidigt inbjöds familjerna att se videoavsnitt på <http://wwlt.lds.org> och kortare utdrag allteftersom de blir tillgängliga. Ledare och lärare uppmuntrades att ge medlemmarna möjlighet på möten och lektioner att gå igenom olika avsnitt och att berätta om intryck, upplevelser och vittnesbörd enligt Andens maningar. Föräldrarna inbjöds att göra samma sak hemma med sina barn.

”Den Helige Anden lär medlemmarna hur de kan stärkas av prästadörets kraft i sina roller och ansvarsuppgifter”, står det i avsnittet ”Hur den här handledningen används”.

Dynamiska samtal

Budskapen gavs för tre månader sedan, men studierna och samtalen — och de medföljande välsignelserna

— fortsätter än i dag, och det här tillvägagångssättet ger en ny dimension till utbildning i kyrkan. Till skillnad från tidigare ledarutbildningsmöten som i huvudsak bestod av en utsändning till församlings- och stavsledare, är det meningen att den här utbildningen ska vara fortgående. Det är därför videoavsnitten har lagts ut på www.lds.org. En närbesläktad sajt, leadershiplibrary.lds.org, har en länk till videoavsnitten och andra resurser som hjälper familjer, enskilda, kворum, klasser och råd att fördjupa

sin kunskap och tillämpa det de lär sig.

Varje videoavsnitt fokuserar på en viss aspekt av prästadömet. Medlemmar i första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum ger tillsammans med andra generalauktoriteter och generalämbetsmän inspirerad undervisning om:

- Hur familjer kan få styrka och frid genom prästadömet kraft.
- Hur man hjälper varje familj att få uppleva prästadömet välsignelser.

VAR MAN HITTAR VIDEOAVSNITT OCH RESURSER

Videoavsnitt och stödmaterial finns på <http://www.lds.org>. När ledarna ska använda videoavsnitt från internet uppmuntras de att ladda ner och spela upp dem på en dator i stället för att lita till möteshusets internetuppkoppling.



- Hur de som har prästadömet nycklar stärker hem och familjer.
- Hur man tjänar på kristuslika sätt.
- Hur man fostrar barn i ljus och sanning.

Många av evangelieprinciperna som nämns i *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet* tas också upp i *Handbok 2: Kyrkans förvaltning*, så det kan vara till hjälp att gå igenom information i handboken under studier och samtal. Det kan också vara till hjälp att gå igenom "Familjen: Ett tillkännagivande för världen".

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, förklarar att budskapen i *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet* är "avsedda att genom den Helige Andens kraft lära oss hur vår himmelske Fader vill att vi ska tjäna, särskilt i familjer". Det är den viktigaste delen av utbildningen — inte så mycket vad som sägs i ett videoavsnitt utan vad den Helige Anden lär oss när

vi begrundar och samtalar om principerna som det undervisas om.

Var utbildningen kan användas

Alla ledare, medlemmar och familjer bör få möjlighet att höra och samtala om budskapen i *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet*, antingen på dvd eller på internet.

Budskapen välsignar familjer när de använder dem under hemaftnar och i andra familjesammanhang. Män och hustrur är när allt kommer omkring jämlika partners i att leda sina barn. "Det kan finnas tillfällen när en far eller en mor behöver undervisa om en princip. Då kan de använda de här resurserna för att hjälpa en son eller en dotter på vägen", säger äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum i videoavsnittet "Det här är hans verk". Och äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum säger att "hur bra undervisningen från en prästadömslärare eller Unga kvinnors lärare i kyrkan än är — och vi hoppas det är bra

PROFETISKA PRINCIPER FRÅN UTBILDNINGEN

Videoavsnitten i *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet* är fyllda av minnesvärd undervisning. Här är några av dem från medlemmar i de tolv apostlarnas kvorum:

Äldste L. Tom Perry, som ledde en diskussion om prästadömet nycklar, vittnar om att "det är Frälsarens kyrka vi tillhör. Han är den som leder och styr sina profeter här på jorden. Det finns inget tvivel i mitt sinne om att han står i ledningen för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga."

Äldste Russell M. Nelson säger att "ingenting är viktigare för blivande missionärer än att känna det rättfärdiga inflytandet av prästadömet i hemmet och uppleva dess välsignelser i sina liv".

Äldste Dallin H. Oaks säger att "prästadömet kraft beror på personlig rättfärdighet" och att välsignelserna som kommer genom prästadömet kraft är "tillgängliga för såväl män som kvinnor". Han säger att familjerna "är en avbild av och förelöpare till upphöjelse i det celestiala riket".

Och **äldste M. Russell Ballard** vittnar om att "prästadömet myndighet kan binda familjer samman genom beseglingsförrättningar i Herrens hus". Han säger också att "de bröder som leder församlingar och stavar behöver hålla sig nära den kraft som kyrkans kvinnor kan bidra med vid byggandet av Guds rike".



Budskapen från Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet kan tas upp i flera olika situationer, till exempel i stavs- och församlingsrådsmöten.

undervisning — så kan den inte vara lika stark som en mors eller en fars exempel.”

I kyrkosammanhang kan budskapen användas under stavspresidentskapets eller biskopsrådets möten; stavens och församlingens rådsmöten; mötena för prästadömet verkställande kommitté; stavens utbildningsmöten för biorganisationerna; presidentskapsmöten, bland annat för aronska prästadömet kvorumpresidentskap och Unga kvinnors klasspresidentskap; femte söndagens kombinerade prästadöms- och hjälpföreningsmöten; söndagens kvorummöten och biorganisationernas lektioner; stavs- eller distriktskonferensmöten (inte söndagens allmänna möte) samt församlings- eller grenskonferensmöten (inte sakramentsmötet).

Diskussionerna kan handla om hur man stärker ungdomar och unga ensamstående vuxna. Ledare kan delegera uppdrag baserade på de här diskussionerna och följa upp regelbundet under kommande rådsmöten.

Syftet med att studera och samtala om de här budskapen är att hjälpa enskilda och familjer att stärka sin tro, bygga upp sitt vittnesbörd och fördjupa sin omvändelse till Jesu Kristi evangelium.

”Vår trygghet och framgång kräver endast att vi bringar våra avsikter och våra hjärtan i samklang med Guds önskingar och därmed hans makt”, säger president Eyring. De här budskapen är avsedda ”att leda och uppmuntra till att göra den förändringen och ta andra med oss”.

Videoavsnittet ”Ministering” ger kraftfulla exempel på

prästadömsledare som besöker enskilda och familjer och visar hur sådana besök kan hjälpa till att rädda mindre aktiva medlemmar.

”När vi tänker på det uppdrag vi fått att hjälpa de svaga, att lyfta upp de händer som hänger ned och stärka de svaga knäna, kan vi verkligen inte göra det på ett bättre sätt än när vi personligen besöker någons hem, ger detta tjänande efter det mönster som Jesus Kristus använde”, säger presiderande biskopen Gary E. Stevenson i videoavsnittet ”Det här är hans verk”. ”Jag tror att vi får den bästa verkan om vi diskuterar och lär, och sedan går ut och verkar”, säger han.

Styrka och frid

Allteftersom den här utbildningen används runtom i kyrkan får medlemmarna välsignelser när de tillämpar evangelieprinciperna som det undervisas om. ”Alla Guds söner och döttrar blir välsignade om de följer de här presentationernas undervisning och exempel”, säger äldste Ballard.

Män och hustrur, fäder och mödrar, ungdomar, ensamstående medlemmar, kvorum och råd tjänar andra genom prästadömet och får inspiration när de följer Jesu Kristi exempel. När de fortsätter att göra så kommer löfena som ges i *Stärka familjen och kyrkan genom prästadömet* att uppfyllas. Medlemmarna ser då uppfyllelsen av president Eyrings löfte från det sista videoavsnittet, att våra familjer också under mörka tider kan ”vara starka och känna frid”. ■



Nio



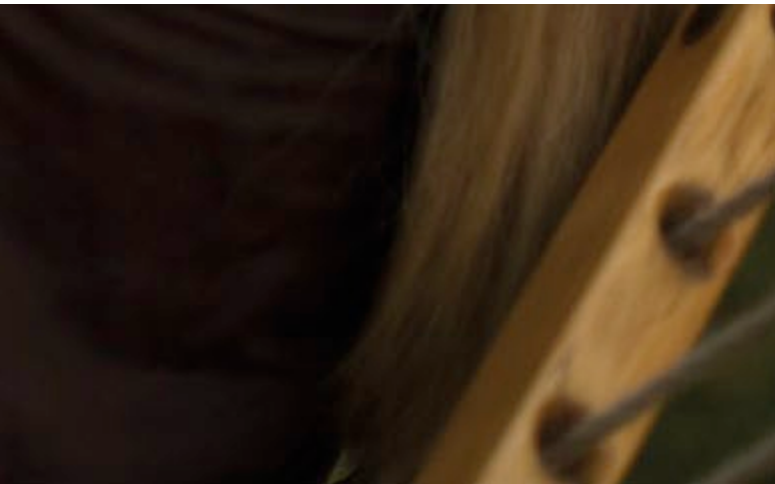
FOTOILLUSTRATION CRAIG DIMOND OCH CODY BELL © IRI

principer

FÖR ETT LYCKAT ÄKTENSKAP
OCH EN LYCKAD FAMILJ

Jennifer Grace Jones

Kyrkans tidningar



Amy Adams från Washington i USA försökte bestämma sig för vilka aktiviteter som var bäst för hennes tre små barn när ett samtal med hennes mamma fick henne att ändra sig. "Tänk om du kan ge dina barn något bättre än idrotts- eller danslektioner?" frågade Amys mamma. "Tänk om de kan lära sig att känna Anden mer om de stannar hemma?" Sedan påminde hennes mamma om vad president Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, har sagt om kraften i att fokusera på livets grundläggande relationer (se till exempel "Det som betyder mest", *Liahona*, nov. 2010, s. 19–22).

Amy och hennes make Brett bad om och begrundade det rådet och kände att det skulle vara bra för deras familj att tillbringa mer tid tillsammans hemma. Under ett års tid valde de bort dans och idrott. I stället lagade de måltider, lärde sig primärsånger, besökte museer och var ute och lekte tillsammans. "Våra barn kunde känna Anden ... eftersom vi tog oss tid att stanna upp och lyssna", säger Amy. Deras barn kanske inte är några idrotts- eller dansstjärnor, säger hon, "men de har ett vittnesbörd om Frälsaren".

Amy och Brett bad för att få veta hur de själva skulle följa nutida profeters råd, och när de gjorde det fick de inspiration om sin familj. Amy säger att den här inspirationen ledde till hennes "stoltaste ögonblick som mamma".

I "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", har nutida profeter framlagt nio grundläggande principer för starka, evangelieinriktade familjer: "Framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation" (*Liahona*, nov. 2010, s. 129). Följande lärdomar från kyrkans ledare, exempel från Jesu Kristi liv och bilder ger oss en närmare inblick i de här nio principerna och hur vi kan tillämpa dem.

TRO



Tro är "en förtröstan på Jesus Kristus som gör att en person vill lyda honom".

Handledning för skriftstudier, "Tro", scriptures.lds.org.

Från kyrkans ledare

"**S**om föräldrar har vi befallts att lära våra barn att 'förstå läran om ... tro på Kristus, den levande Gudens Son' (L&F 68:25). ...

Det finns inget annat vi så absolut kan lita på. Ingen annan grundval i livet kan ge oss samma frid, glädje och hopp. I osäkra och svåra tider är tron verkligen en andlig gåva som är värd våra yttersta ansträngningar. Vi kan ge våra barn utbildning, privatlektioner, idrott, kultur och materiella ägodelar, men om vi inte ger dem tro på Kristus, är allt annat av mindre värde."

Äldste Kevin W. Pearson i de sjuttios kворum, "Tro på Herren Jesus Kristus", *Liahona*, maj 2009, s. 38.



OMVÄNDELSE



"Omvändelsen innebär att personen vänder sig från det onda och vänder hjärta och vilja till Gud."

Handledning för skriftstudier, "Omvända sig, Omvändelse", scriptures.lds.org.

Från kyrkans ledare

Sanningen är att i dag är alltid en bättre dag att omvända sig på än någon dag i framtiden. ... Och för det andra kan inte Herren, även om vi senare får förlåtelse, återställa den goda inverkan som vår omvändelse idag skulle kunna ha haft på dem vi älskar och ska hjälpa. Detta är speciellt viktigt för småbarnsföräldrar. De tillfällen att påverka och upplyfta andar som man har när barnen är små, kanske aldrig kommer igen. Men även den morfar eller farfar som kanske missat tillfällen med sina egna barn kan, genom att omvända sig i dag, göra för barnbarnen det som han en gång kunde ha gjort för deras föräldrar."

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, "Skjut inte upp", *Liahona*, jan. 2000, s. 40.





FRÅN VÄNSTER: FOTOILLUSTRATIONER CRAIG DIMOND, CODY BELL, CHRISTINA SMITH © IRI; HERREN JESUS KRISTUS AV DEL PARSON © IRI

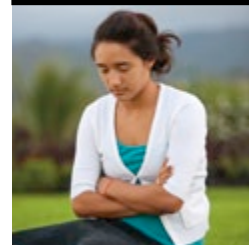
Från Jesu Kristi liv

När Frälsaren hade avslutat första dagen i sin verksamhet bland nephiterna tittade han på folket och såg att "de grät och att de såg oavvänt på honom, som om de ville be honom att stanna litet längre hos dem". Han fylldes av medlidande och sade: "Har ni några som är sjuka bland er? ... För dem hit så skall jag bota dem."

Mängden kom då fram med sina sjuka, och Jesus botade dem en efter en. Och alla — 2 500 män, kvinnor och barn — föll på knä vid Jesu fötter och tillbad honom.

Frälsaren befalldes sedan att de små barnen skulle föras fram till honom och befalldes mängden att falla på knä. Han knäböjde mitt bland barnen och började be. Folket var överväldigade av glädje efter att ha hört hans bön, och de bar följande vittnesbörd: "Ögat har aldrig sett, inte heller har örat förut hört så stora och underbara ting som de vi såg och hörde Jesus tala till Fadern." (Se 3 Nephi 17:1–17.)

BÖN



"Bönen är den handling varigenom Faderns vilja och barnets vilja bringas i överensstämmelse med varandra. Avsikten med bön är inte att förändra Guds vilja utan att för oss själva och andra säkerställa de välsignelser som Gud redan är villig att ge, men som är beroende av att vi ber om dem."

Bible Dictionary, "Prayer"

FÖRLÅTELSE



”Förlåta’ [betyder] i allmänhet det ena av två ting: (1) När Gud förlåter människor utplånar eller upphäver han det straff en viss synd kräver. ... (2) Då människor förlåter varandra, behandlar de varandra med kristuslik kärlek.”

Handledning för skriftstudier,
”Förlåta”, scriptures.lds.org.

Sedan frågade Jesus Simon: ”Vilken av [låntagarna] kommer nu att älska [fordringsägaren] mest?” Simon svarade att det förmodligen var den som fick mest efterskönt. Jesus vände sig då till kvinnan och sade till Simon: ”Ser du den här kvinnan? ... Hon har fått förlåtelse för sina många synder [därför att] hon visar så stor kärlek. Men den som har fått litet förlåtet älskar litet.” Sedan lovade han kvinnan: ”Dina synder är förlåtna. ... Din tro har frälst dig. Gå i frid.” (Se Luk. 7:36–50.)

Från kyrkans ledare

Kom ihåg att himlen är full med människor som har följande gemensamt: De är förlåtna. Och de förlåter.”

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet,
”De barmhärtiga skall få barmhärtighet”, *Liahona*, maj 2012, s. 77.

Från Jesu Kristi liv

En farisé som hette Simon bjöd hem Frälsaren på middag. Medan de åt kom en kvinna som var känd i staden som en syndare fram till Jesus och ställde sig i närheten och grät. Hon knäböjde vid Frälsarens fötter och tvättade dem med sina tårar, torkade dem med sitt hår och smorde dem med olja. Simon betraktade kvinnan och tänkte: ”Om den mannen vore en profet skulle han känna till vad det är för slags kvinna som rör vid honom.”

Frälsaren vände sig då mot Simon och lärde honom en princip:

”Två män stod i skuld hos en penningutlånare. Den ene var skyldig femhundra denarer, den andre femtio.

Eftersom de inte kunde betala, efterskönte han skulden för dem båda.”

FRÅN VÄNSTER: FOTOILLUSTRATIONER STEVE BUNDERSON, DAVID WINTERS OCH MATTHEW REIER, KOPIERING FÖRBIUDEN; DETALI FRÅN JESU TVÅTTAR APOSTLARNAS FÖTTER, AV DEL PARSON © IRI





Från Jesu Kristi liv

Kvällen före sin korsfästelse och flera timmar före lidandet i Getsemane firade Jesus Kristus sin sista påskhögtid med apostlarna. När måltiden var över förstod Jesus "att stunden hade kommit, då han skulle lämna denna värld och gå till Fadern. Han hade älskat sina egna här i världen, och han älskade dem in i det sista." Frälsaren reste sig från bordet och tog en linneduk som han band om sig. Han hällde vatten i ett fat och tvättade lärjungarnas fötter. När han var färdig gav han dem ett nytt bud:

"Älska varandra. Så som jag har älskat er. ...

[Så] skall alla förstå att ni är mina lärjungar." (Se Joh. 13:1–5, 34–35.)

KÄRLEK



"Djup tillgivenhet och hängivenhet. ... Det största exemplet på Guds kärlek till sina barn finner vi i Jesu Kristi oändliga försoning."

Handledning för skriftstudier, "Kärlek", scriptures.lds.org.

"Att betraktas som värdig stort anseende."

Merriam-Webster's Collegiate Dictionary, 11:e utgåvan, (2003), "respect".

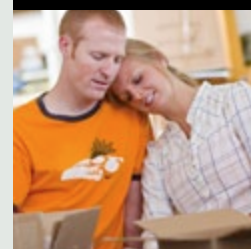
Från kyrkans ledare

När vi har provat på mycket och vandrat långt bort och sett hur flyktig och tillvis yttlig en stor del av världen är, ökar vår tacksamhet över privilegiet vi har att vara en del av något vi kan lita på — vårt hem, vår familj och den lojalitet våra nära och kära visar oss. Då förstår vi vad det innebär att vara förenade av plikt, respekt och tillhörighet. Vi lär oss att inget helt kan ersätta familjelivets välsignade relationer. ...

Bröder, låt oss behandla våra hustrur med värdighet och respekt. De är våra eviga livskamrater. Systrar, hedra era män. De behöver höra vänliga ord. De behöver ett vänligt leende. De behöver känna den sanna kärlekens värme."

President Thomas S Monson, "Kärlek i hemmet — råd från vår profet", *Liahona*, aug. 2011, s. 4.

RESPEKT



MEDLIDANDE



”Bokstavligen ‘att lida med’. Det betyder också att visa medkänsla och medömkan med samt barmhärtighet mot varandra.”

Handledning för skriftstudier,
”Medlidande”,
scriptures.lds.org.

mannen låg och sade: ”Unge man, jag säger dig: Stå upp!” Den unge mannen satte sig upp och började tala, och Frälsaren gav honom åt hans sörjande mor. (Se Luk. 7:11–15.)

Från Jesu Kristi liv

Skripterna innehåller många berättelser om hur Frälsaren visade medlidande med andra. Av medlidande gav han synen tillbaka åt två blinda män (se Matt. 20:30–34), renade han en spetälsk (se Mark. 1:40–41) och botade han alla sjuka bland nephiterna (se 3 Nephi 17:6–9).

I en särskilt rörande berättelse kom Jesus till staden Nain där han såg ett begravningsfölje för en ung man — ”sin mors ende son, och hon var änka”. När Frälsaren såg hur många från staden var med änkan och hur djupt hon sörjde, ”förbarmade han sig över henne”.

Han rörde vid bårn där den unge



REKREATION



Sunda, dygdiga aktiviteter som är upplivande för styrkan och andan hos alla inblandade.

Från kyrkans ledare

På samma sätt som hederligt fysiskt arbete ger välbehag åt vilan, är sund rekreation arbetets vän och stödjande kamrat. Musik, litteratur, konst, dans, teater, idrott — allt det kan ge underhållning som berikar vårt liv och helgar det ännu mer. På samma gång behöver det knappast nämnas att mycket av det som anses vara underhållning i vår tid är grovt, förnedrande, våldsamt, dövar sinnet och är slöseri med tid. Ironiskt nog krävs det ibland hårt arbete för att hitta hälsosam rekreation. När underhållning går från sundhet till synd bryter den ner det helgade livet.”

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum, ”Funderingar över ett helgat liv”, *Liahona*, nov. 2010, s. 17.





FRÅN VÄNSTER: FOTOILLUSTRATIONER CRAIG DIMOND, CODY BELL OCH DAVID STOKER © IRI; JAG TRÖR, AV LIZ LEMON SWINDLE, KÖPERING FÖRBUDDEN

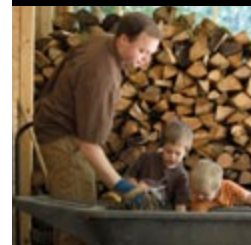
Från kyrkans ledare

Att undervisa barnen om glädjen i ärligt arbete är en av de största gåvor som ni kan skänka dem. Jag är övertygad om att en av orsakerna till att så många par skiljer sig idag är att föräldrarna misslyckats att undervisa och träna sina söner i deras ansvar att ta hand om sina familjer och att njuta av den utmaning som detta ansvar medför. Många av oss har också misslyckats att i våra döttrar ingjuta önskan att skapa skönhet och ordning i sina hem genom husligt arbete. ...

[Min far] ingöt i mig en glädje och tillfredsställelse för ärligt arbete och förberedde mig för den tidpunkt i mitt liv när jag skulle ha ansvaret för att försörja min egen familj. De principer som jag blev undervisad om av min kloke far om ärligt arbete, att inte slösa, disciplin, och att fullgöra en uppgift var grundläggande för min framgång." ■

Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, "Glädjen av ärligt arbete", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 52, 53–54.

ARBETE



"Att anstränga sig fysiskt eller mentalt, särskilt under en längre tid för ett visst syfte."

Merriam-Webster's Collegiate Dictionary, 11:e utgåvan, (2003), "work".

VI BEHÖVER BE — NU!

Vår familj var på väg hem från en helg vid Peace River i Alberta i Kanada, omkring fem timmar norr om vårt hem i Edmonton. Mörkret hade sedan länge fallit över det nordliga landskapet, och fastän blåsten fick snön att yra vilt över vägen framför oss kändes allt fridfullt och lugnt inne i bilen.

Plötsligt lyste ett illavarslande rött varningsljus på instrumentbrädan. Jag hade bara sett det en gång förut, och nu var jag rädd för vad som kunde hända. Jag stängde snabbt av all onödig el, men motorn stannade efter en liten stund. Vi hade färdats flera kilometer sedan det senaste samhället och nästa samhälle låg många kilometer bort. Jag kunde inte ens komma ihåg när vi senast hade sett ett fordon som var på väg åt ena eller andra hållet.

När vi förtvivlat försökte komma på en lösning sade vår elvaårige son

Casson: "Vi behöver be — nu!" Det hade inte gått tre månader sedan Casson hade blivit djupt bedrövad över förlusten av sin yngre bror som hade dött i cancer. Hur många böner hade Casson uppsänt till himlen medan han kämpade med att förstå varför han hade förlorat sin enda bror?

Min hustru och jag var inte säkra på hur mycket han hade förstått av vår förklaring om att våra böner måste vara i samklang med vår himmelske Faders vilja och inte nödvändigtvis med våra egna önskningar. Ändå visade han oss här att vi behövde vända oss till vår himmelske Fader och fortsätta ha tro på honom.

En kort stund efter att vi hade sett såg vi en bil närma sig med strålkastare som lyste i backspeglarna. Inom några sekunder stannade en lång flakbil framför oss som var på väg mot Edmonton.

När föraren och jag gick varandra tillmötes frågade han med stark fransk-kanadensisk brytning: "Har du några barn i bilen?" När jag sade ja berättade han att han hade passerat en annan bil som stod stilla flera kilometer bort, men att han inte hade stannat eftersom det var så dåligt väder. Men när han närmade sig oss hade han fått en stark känsla av att vi hade barn som behövde hans hjälp. Därför stannade han.

Inom några minuter hade vi fäst en lina mellan vår bil och hans och var på väg mot Edmonton. Det var en kall resa tillbaka, men vi värmdes av den ljuva bekräftelsen av att vår himmelske Fader verkligen hör böner. Ibland kommer svaren på sätt som vi inte har väntat oss, och ibland är svaren mäktigare och mer direkta än vad vi någonsin hade kunnat föreställa oss. Vi behöver bara ha tro på Herren och lita på honom. ■
Jeffery R. McMahon, Alberta, Kanada



En kort stund efter att vi hade sett såg vi en bil närma sig med strålkastare som lyste i backspeglarna.

JAG SKA ALDRIG GÅ PÅ EN DANS IGEN

I vår förort till Chicago i Illinois går mindre än 20 sista dagars heliga på en highschool med 4 400 elever på två olika skolområden. Vi har varit tack-samma för utbildningen som vår son har fått och många fina familjer med höga normer bor i vårt område.

På våren under andra året på high school blev vår son inbjuden till en skoldans. Hans date hade en vacker, passande klänning på sig och vi såg ivrigt fram emot att få höra hur kvällen hade gått. När han kom hem sade han: "Jag ska aldrig gå på en skoldans igen!" Han sade att eleverna hade dansat på ett utmanande sätt som skolförvaltningen inte gjorde något för att stoppa. Jag blev förfärad.

Jag arbetar deltid inom skoldistriktet och några dagar efter dansen sökte jag upp en vicerektor. Han är en redbar man och jag kände att han skulle lyssna på mig. Han rekommenderade att jag skulle skriva till skolans rektorer.

Jag bad om vad jag skulle säga och bestämde mig för att skriva att jag var besviken över den olämpliga dansstilen och att inget hade gjorts för att stoppa den. Ribban hade satts högt för utbildningen så varför inte för alla aktiviteter?

Det gick flera månader och jag trodde att ingen hade brytt sig om brevet. Men en dag när jag höll på med inskrivning av elever frågade en vicerektor mig: "Är du mamman som skrev brevet om skoldanserna?"

"Ja, det är jag", svarade jag.

"Du ska veta att ditt brev har rört om en hel del i grytan!" sade han.

Jag fick veta att en av rektorerna inte tyckte att det behövde göras några ändringar förrän han hade bett några elever om deras åsikt. Alla hade samma svar: "Vi ska aldrig mer gå på en skoldans! De är för läbbiga!"

Skolförvaltningen införde då regler för dansetikett som skulle träda i kraft under nästkommande hemvändardagsdans. Rektorn informerade eleverna om att de skulle ombes att lämna dansen om de ignorerade reglerna.

Jag väntade ivrigt på att sonen skulle komma hem från dansen. När han kom sade han att de elever som försökte uppföra sig som förut hade

blivit utfösta. Det var den bästa dansen han någonsin hade varit på.

Jag skrev till skolförvaltningen och tackade dem för att de gjort den här dansen till en av de bästa på länge. Den vicerektor som jag kände svarade: "Tack för att du startade det här samtalet i våras. Utan din insats kanske vi inte hade gått vidare inom det här området."

Jag har sedan dess fått veta att de flesta av skolorna i vår storkommun har antagit de här nya dansreglerna, så tusentals elever får nu möjlighet att ha roligt på skoldanserna.

Jag ber att Herren ska välsigna oss alla så att vi fattar mod och står och talar för det vi tror på. Jag lärde mig att en enda person kan göra stor skillnad. ■

Wendy Van Noy, Illinois, USA



När skolförvaltningen hade infört reglerna för dansetikett väntade jag ivrigt på att sonen skulle komma hem från dansen.

JAG BAD FÖR DIG

Nyligen var jag sen en söndag när jag skulle till kyrkan och skyndade in i kapellet under inledningspsalmen. När jag kom in i sakramentssalen såg jag att det var mer folk där än vanligt. Jag insåg två saker när jag tittade runt på alla besökare: Det var vår församlings primärprogram och min vanliga plats var upptagen.

Jag satte mig snabbt på en plats på första raden av stolar i extrautrymmet och just då såg jag en ung mamma komma in med sin tvåårige son i handen och sin sex månader gamla dotter i famnen. Jag såg att hennes make inte följde med henne in. När jag tittade mig om i sakramentssalen såg jag att han satt på förhöjningen vid pianot. Han var Primärs pianist.

Under mötets gång hade jag roligt medan jag hjälpte den lille pojken och lyssnade på primärbarnen.

Eftersom jag är ensamstående brukar jag sitta med en av mina vänner. Men den dagen var min vän bortrest. Jag tänkte att det kanske skulle vara bra om jag satt med den unga mamman och hennes barn i stället, så jag frågade om jag fick sätta mig hos dem. Mammans sade ja. Under mötets gång hade jag roligt medan jag hjälpte den lille pojken och lyssnade på primärbarnen.

I slutet av sakramentsmötet lutade sig mamman över till mig och sade att hon hade bätt för mig den morgonen. Jag väntade på att hon skulle fortsätta. Hon sade att hon hade bätt om att jag skulle vara i kyrkan och att jag skulle sätta mig hos henne och hjälpa

henne. Hon hade tänkt att hon kanske inte

skulle klara av sakramentsmötet själv. Jag kände mig överväldigad av att jag hade besvarat hennes enkla bön som hon bad den morgonen.

Jag vet att Herren älskar oss mer än vi egentligen kan fatta. Genom att se svaret på en enkel förfrågan lärde jag mig något viktigt, och jag är säker på att upplevelsen också lärde mamman något. När jag frågade om jag fick sitta hos den här systemen trodde jag inte att jag skulle vara svaret på en bön. Jag gjorde bara det jag skulle ha velat att någon gjorde för mig om jag var i hennes situation.

Vår himmelske Fader hör och besvarar verkligen våra böner, även om de verkar vara små. ■

Ami Hranac Johnson,
Idaho, USA



DU TOG BORT MIN SORG

Ett tag var jag mycket aktivt engagerad i släktforskning och tempeltjänst. Men allteftersom jag fick mer framgång inom släktforskningen insåg jag att det skulle bli svårt att hitta information om en viss person — morfar.

Mamma växte inte upp med sin pappa och hade förlorat kontakten med honom, sina syskon och alla sin pappas släktingar. Hon kunde inte få hans födelsedatum eller födelseplats bekräftade och hon var inte säker på var eller när han hade dött. Jag undrade om jag någonsin skulle hitta den nödvändiga informationen.

En dag när jag tittade i mammas dagbok såg jag ett foto av morfar. Jag vände på det och såg att han hade skrivit under och daterat fotot och angett hur gammal han var. Nu hade jag ett ungefärligt födelsedatum för honom! Jag sökte ivrigt efter hans namn och datumen på FamilySearch. Till min stora förvåning såg jag att hans förrättningar redan hade utförts. Vem kunde har utfört tempelarbetet för morfar?

Jag upptäckte snart att arbetet hade utförts av en av mina morbröder som jag inte sett på så länge. Jag sökte efter hans kontaktinformation och hittade så småningom hans telefonnummer.

Jag var nervös för att ringa honom eftersom det var 30 år sedan han såg mig — när jag var ett år. Jag visste inte hur han skulle reagera.

Men jag beslöt mig i alla fall för att ringa. När han svarade förklarade jag hur jag hade hittat informationen om

morfar — hans far — och jag berättade att jag var hans systerdotter.

Jag ska alltid minnas hans svar: "Du kan aldrig förstå vilken sorg jag har känt över att ha förlorat kontakten med din mor. Nu har du tagit bort den sorgen från mig!"

Vi upptäckte att hans familj och min, fastän vi varit skilda åt, hade döpts och konfirmerats som medlemmar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga nästan samtidigt, och båda familjerna var starka i evangeliet. Det var ett glatt

och känslösamt ögonblick för oss.

Jag hade länge förstått att släktforskning och tempeltjänst kan sammanföra oss med våra avlidna släktingar, men jag hade aldrig trott att det också kunde sammanföra oss med våra levande släktingar. Jag är tacksam över att jag har kunnat hjälpa till att förena familjen genom släktforskning — inte bara i andevärlden utan också under vårt jordeliv. ■

Kissy Riquelme Rojas,
Chile



En dag när jag tittade i mammas dagbok såg jag ett foto av morfar.



Äldste
Kevin W. Pearson
i de sjuttios kvorum

FÖRBÄTTRA DINA personliga böner

Vad avslöjar dina personliga böner om dig och din relation till din himmelske Fader?

Den gudomliga inbjudan att be till Fadern i Jesu Kristi namn är den oftast nämnda befallningen i alla upptecknade skrifter, och den mest grundläggande formen av personlig dyrkan. Ändå kämpar många av oss med att försöka göra våra personliga böner meningsfulla och uppenbarelserika.

Jag är övertygad om att personlig bön är en av de viktigaste utmaningar som kyrkans medlemmar ställs inför, särskilt ungdomar och unga vuxna. Och eftersom de kämpar med bönen så kämpar de med andlighet.

Våra personliga böner är en barometer på vår andliga styrka och ett tecken på vårt andliga välmående. Jag har som far, prästadömsledare och missionspresident lärt mig att om man lyssnar noga på någon annans böner så kan de avslöja mycket om hans eller hennes relation till Gud.

Vad avslöjar dina personliga böner om dig och din relation till din himmelske Fader?

Principen om personlig bön

Att be är att tala med Gud, våra andars evige Fader — inte till honom utan med honom. Han älskar var och en av oss fullkomligt och är full av barmhärtighet och förståelse. Han vet allt om oss. Han vet vad vi behöver, även när vi bara kan se vad vi

FOTOILLUSTRATIONER: LES NILSSON



Bön är ett mäktigt och övertygande bevis på att Gud den evige Fadern lever. Personlig bön är outhärlig om vi vill förstå Gud och vår gudomliga identitet.

vill ha. Han har oändlig kraft och förmåga att stötta och vägleda oss. Han är alltid villig att förlåta oss och hjälpa oss i allting.

Vi kan tala med vår himmelske Fader med ord eller genom att forma tankar och uttryck i sinne och hjärta. Personliga böner bör vara högtidliga, heliga uttryck av pris och tacksamhet; innerliga vädjanden om särskilda behov och önskningar; ödmjuka, botfärdiga erkännanden och önskemål om renande förlåtelse; anhängligheten om tröst, vägledning och uppenbarelse. De här uttrycken får oss ofta att utgjuta vår själ till vår kärleksfulle himmelske Fader.

Bön är ofta en kortvarig kommunikation, men den kan också vara en öppen och fortgående dialog under hela dagen och natten (se Alma 34:27).

Personlig bön har stor betydelse

I vår himmelske Faders gudomliga plan är den fysiska och andliga separationen från hans närhet nödvändig. Bönen är en nödvändig och möjliggörande andlig länk mellan Gud och människan. Utan bön är det inte möjligt att återvända till Fadern. Utan bön är det inte möjligt att ha tillräckligt stor tro för att förstå och hålla buden. Utan bön är den nödvändiga andliga kraften att motstå frestelser och övervinna prövningar och motgångar inte tillgänglig. Utan bön har vi inte tillgång till omvändelse, förlåtelse och försorningens renande kraft. Med kraften i personlig bön är allting möjligt.

Bönen gör det möjligt för oss att få personliga uppenbarelser och andliga

gåvor av Gud genom den Helige Anden. Det är den andliga kanal som gjorts tillgänglig för alla Guds barn och som ger oss ständig tillgång till vår evige Fader, hans älskade Son och den Helige Anden. Bön är ett mäktigt och övertygande bevis på att Gud den evige Fadern lever. Personlig bön är outhärlig om vi vill förstå Gud och vår gudomliga identitet.

Förbättra dina böner

Förbered dig för att be

Ofta äger våra personliga böner rum först på morgonen innan vi är helt vakna och alerta, eller sent på kvällen när vi är för trötta för att be på rätt sätt. Fysisk, mental och känslomässig trötthet kan hindra oss från att be meningsfulla böner.

Bön är andligt arbete som föregås av mental och andlig förberedelse. Om vi inte tar oss tid att ödmjuka oss själva och noga begrunda att vi ska åkalla Gud den evige Fadern i Jesu Kristi namn, går vi miste om kärnan i det gudomliga mönster som fastställts för att välsigna oss.

Avsätt tillräckligt med tid för att noga och ödmjukt kommunicera med din himmelske Fader om ditt hjärtas innersta önskningar. Inbjud den Helige Anden att hjälpa dig veta vad du ska be om. Att be med hörbara ord hjälper mig att fokusera mina böner och lyssna på mig själv så att tankarna inte börjar irra.

Jag föreslår att du hittar en tid och en plats där du noga kan begrunda ditt liv och dina behov. Fundera över din gudomliga identitet och din relation till Gud. Sträva efter att visualisera din himmelske Fader när du förbereder dig för att

tala med honom. Tänk på Frälsaren i vars namn du ska be. När du gör det är det lättare att fokusera och förbereda dig för att be med ett ödmjukt och tacksamt hjärta.

Lev värdigt

Vi kan inte ha tilltro till vår himmelske Faders närhet om vi inte är moraliskt rena. Pornografi, sexuella överträdelser och underhållning av alla slag som hånar dygden eller främjar omoral kan förstöra vår tillit till bönen och hindra oss från att ta emot andliga maningar. Men kom ihåg att Satan är den ende som talar om för dig att du inte kan eller bör be. Den Helige Anden uppmuntrar oss alltid att be, även om vi kämpar med lydnad och personlig värdighet.

Be med ett syfte

Bönen är viktig för uppenbarelsens process. Inspirerade frågor ger större fokus, syfte och mening åt våra böner. Om du vill ha mer personliga uppenbarelsen genom dina böner kanske du ska tänka på vilka frågor du ställer. Uppenbarelse kommer i allmänhet som svar på en fråga. Uppenbarelsens process kräver att vi söker i skrifterna, begrundar dem och tillämpar dem i vårt liv. När vi gör det hjälper den Helige Anden oss att forma inspirerade frågor.

Anpassa din vilja till Faderns

Frälsaren befallde oss upprepade gånger att vi "alltid [måste] be till Fadern i [Herrens] namn" (3 Nephi 18:19). När vi ber i Jesu Kristi namn betyder det att "vårt sinne är Kristi sinne och att våra önskningsar är Kristi

önskningsar. ... Vi ber om sådant som det är möjligt för Gud att bevilja.

Många böner förblir obesvarade eftersom de inte alls uppsänds i Kristi namn. De representerar inte på något sätt hans sinne, utan har sitt ursprung i själviskheten i en människas hjärta" (se Bible Dictionary, "Prayer"). Böner som följer det här mönstret representerar ett fåfängt hopp, inte tro.

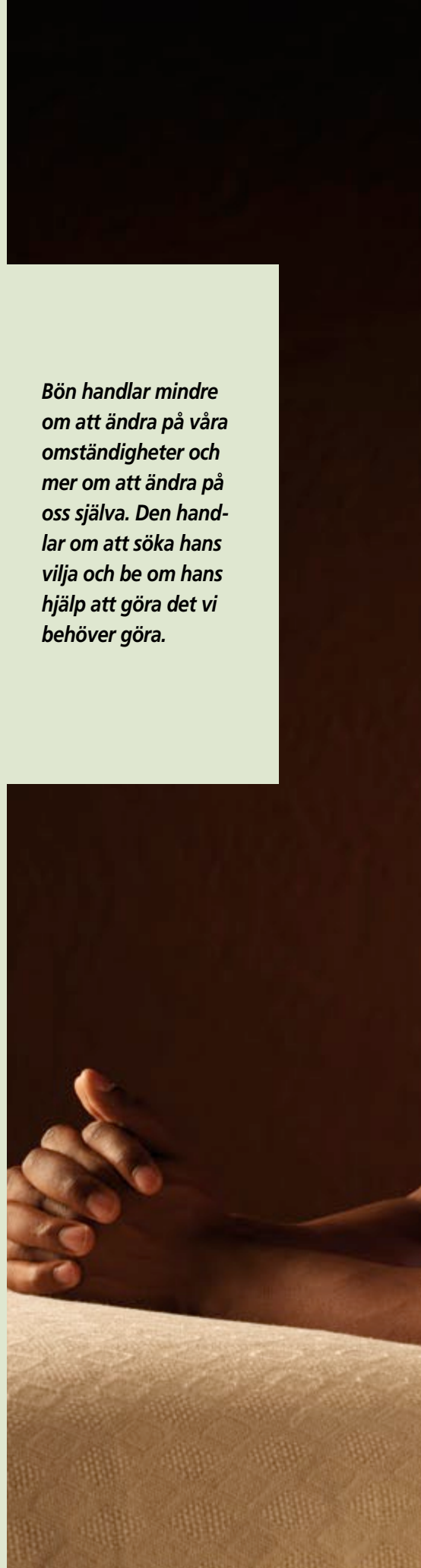
Bönen är inte någon förhandlingsprocess. Det är en anpassningsprocess. Vi styr inte Gud mot vårt synsätt. Bön handlar mindre om att ändra på våra omständigheter och mer om att ändra på oss själva. Den handlar om att söka hans vilja och be om hans hjälp att göra det vi behöver göra. När vi anpassar vår vilja till vår himmelske Faders vilja flödar svaren och den andliga kraften friare. När vi följer det här mönstret kan vi be med tro.

Hörde min himmelske Fader mina böner?

För nästan 20 år sedan föddes Benjamin, vår femte son. Min hustru kände att något var fel med Benjamins ögon. Vi rådfrågade en nära vän och nathinnespecialist i vår församling som bekräftade vår oro och diagnostiserade Benjamin med retinoblastom, en ovanlig form av cancer i ögat. Nyheten var förkrossande.

Några veckor senare genomgick Benjamin den första av många operationer. Före operationen träffade vi kirurgen och talade om för honom att vi trodde att han skulle upptäcka

Bön handlar mindre om att ändra på våra omständigheter och mer om att ändra på oss själva. Den handlar om att söka hans vilja och be om hans hjälp att göra det vi behöver göra.





att Benjamins öga kunde botas och inte behövas tas bort. Hela vår släkt och många församlingsmedlemmar fastade och bad för vår son, och vi hade stor tro på att Benjamin skulle botas.

En timme senare återvände kirurgen och bekräftade att Benjamins öga hade förstörts av cancercellerna och att hans andra öga också hade flera allvarliga tumörer som krävde omedelbar behandling. Jag var mållös. Helt överväldigad av sorg och misstro gick jag ut ur sjukhuset till den fuktiga San Francisco-morgonen och började gå, bittert gråtande.

Jag hade gjort allt jag hade lärt mig att göra. Vi hade bett och fått ett starkt intryck av att vi skulle välja den här läkaren. Vi hade fastat och bett och känt oss säkra på att vår lille son skulle bli botad genom tro och genom prästadömet kraft. Ändå hade Herren inte ingripit. Det verkade som om vår tro inte hade varit mer än ett fåfängt hopp. Jag började ifrågasätta allt jag hade trott på. Medan jag gick kände jag mig sviken och arg. Jag var överväldigad av smärta.

Jag är inte stolt över samtalet jag hade med min himmelske Fader medan jag gick och grät den morgonen. Efter ett tag fick jag lite större kontroll över känslorna. Jag kom att tänka på orden i en primärsång. "Himmelske Fader, är du alltid där? Hör du vart barn som ber till dig från jorden här?" För du har bevisligen inte lyssnat på mig eller så kanske du egentligen inte bryr dig om mig och min son. ("Barnets bön", *Barnens sångbok*, s. 6.)

I det ögonblicket fick jag del av Herrens ömma barmhärtighet. I mitt sinne och

hjärta hörde jag följande ord: "Kevin, han är min son också." Tydligheten i maningen var omisskännlig. Jag insåg i det ögonblicket att jag inte hade förstått ändamålet med att be alls. Jag hade antagit att bara för att jag hade en rättfärdig önskan så kunde jag använda prästadömet och fasta och be för att ändra på Guds vilja.

För första gången i mitt liv insåg jag till fullo att det inte var jag som bestämde. Jag visste att jag behövde underkasta mig Faderns vilja. Jag kunde inte få vad jag ville, när och hur jag ville det, bara för att jag höll buden. Ändamålet med bön var inte att tala om för min himmelske Fader vad han skulle göra, utan att i stället ta reda på vad han vill att jag ska göra och lära mig. Jag behövde anpassa min vilja till hans.

Vi var tvungna att utstå ytterligare sex år av allvarliga prövningar medan vi kämpade mot vår lille sons tillstånd för att rädda hans andra öga och hans liv. Men nu vet jag att min himmelske Fader var medveten om det och hade kontrollen. Och oavsett hur saker och ting ordnade sig hade han hört och besvarat min bön. I dag verkar vår mirakelson som heltidsmissionär i Spanien.

Jag har ovedersägliga bevis i mitt eget liv på att Gud är vår kärleksfulle himmelske Fader och att han faktiskt hör och besvarar våra böner. När du fortsätter att lära dig om och förstå den personliga bödens gudomliga princip så som Frälsaren undervisade om den, blir bönen en källa till stor andlig kraft och uppenbarelse i ditt liv. ■

Från ett tal under ett andligt möte vid Brigham Young-universitetet den 17 maj 2011. För att se hela texten på engelska, gå till devotional.byuh.edu.

"Min bror har problem med pornografi. Han arbetar på det med vår biskop, så jag vill stötta honom, men det har påverkat min tillit till honom. Hur hanterar jag det?"

Vad bra att du vill stötta din bror. Han behöver din uppmuntran. Eftersom din bror har berättat för dig om den här prövningen i sitt liv och du vet att han arbetar aktivt på det har han redan tagit ett stort steg mot att få tillbaka din tillit. Det faktum att han har övervunnit hemlighetsmakeriet och bedrägeriet som så ofta förknippas med den här prövningen är bevis på stora framsteg. Det kan hjälpa dig att lita på honom i större grad. Det tar tid för den tilliten att mogna. Men det innebär inte att du inte kan älska honom ändå. Du kan be för honom, vara ett gott exempel för honom och göra annat för att hjälpa honom.

Försök att inte döma honom. Om han känner sig dömd har han förmodligen svårare med sin kamp, och det blir svårare för honom att förändra sig. Alla har svagheter. Det är en av anledningarna till att Frälsaren genomförde försoningen. Lita på Herren och på det faktum att din bror, genom omvändelse, kan förändra sig och bli förlåten.

Eftersom du vet att din bror arbetar med biskopen på det här kan du prata med din biskop om den här situationen. Han och dina föräldrar kan hjälpa dig att veta vad du ska göra. Som familj kan ni arbeta tillsammans på att hjälpa din bror. Ni kan ha en familjefasta för att hjälpa honom (se Matt. 17:21), vilket kan ge honom ett skydd mot frestelsen.

Obs: Många unga kvinnor kämpar också mot pornografimissbruk. Samma råd kan tillämpas på relationer till systrar.

Uttryck sorg men var inte avvisande



Pornografi är ingen liten sak och det gör mycket ont att få reda på att någon du bryr dig om har problem med det. Försök förlåta honom oavsett hur lång tid det tar. Kom också ihåg att förlåtelse och tillit är två olika saker. Genom sina gärningar kan din bror förtjäna din tillit igen. Uttryck sorg men var aldrig

avvisande. Han behöver känna att han inte är ensam, och han behöver hållas ansvarig för sina gärningar. När du älskar honom trots missbruket får han hopp och styrka att övervinna problemet.

Bethany A., 18 år, Arizona, USA

Uppmuntra honom



Jag vet att det är svårt när man har visat så stor tillit till någon och han sedan missbrukar den.

Det första jag skulle göra är att be min himmelske Fader om styrka till att prata med din bror. Du kan prata med honom varje vecka om hur det går för honom och ta fram skriftställen från dina personliga skriftstudier som kan uppmuntra honom att be om hjälp. Det är viktigt att du stöttar honom, även om han har förlorat din tillit. Låt honom veta att Herren älskar honom och förlåter honom. Påminn honom om psalm nummer 122, "Av kärlek sände Gud sin Son". Låt honom veta att Jesus Kristus sonade våra synder, och om vi omvänder oss kan vi förbättra oss lite varje dag.

Naomi B., 16 år, Minnesota, USA

Stötta honom

Visa honom att du älskar honom oavsett vilka hans val har varit. Stötta honom varje steg på vägen och låt honom veta hur glad du är att han arbetar på det. Tilliten kommer inte tillbaka på en gång, men han försöker förtjäna den. Han är på rätt spår och allteftersom han lär sig hur han kan

bli bättre, kan du lära dig att lita på honom igen.

Kirstin M., 17 år, North Carolina, USA

Var förlåtande

Om du tillämpar försoningens kraft hjälper det din bror att få styrkan att omvända sig. Försoningen helar dem som har blivit skadade likaväl som dem som har gjort smärtsamma val. Var alltid förlåtande och försök älska honom i stället för att bli arg.

Seth B., 18 år, Missouri, USA

Be om vägledning

Knäböj och be din himmelske Fader om vägledning. Prata med din bror och be med honom. När vi ödmjucar oss inför vår himmelske Fader "skall [han] inte tillåta att ni frestas över er förmåga, utan när frestelsen kommer, skall han också bereda en utväg, så att ni kan härda ut" (1 Kor. 10:13). Han hjälper din bror att stå emot frestelsen och alltid välja det rätta.

Alejandra B., 22 år, Kalifornien, USA

Förlora inte hoppet

Förlora inte hoppet om din bror, för det är just nu som han behöver sin familj som mest. Att övervinna problemet med pornografi är tillräckligt svårt utan att han ska behöva oroa sig för att förlora familjens förtroende för honom. Jag har haft samma problem och jag arbetar på att omvända mig så att jag är värdig att besöka templet och beseglas till min familj. Jag var alltid rädd för vad mina föräldrar skulle säga eller hur de skulle behandla mig. Jag blev överraskad när jag upptäckte hur mycket

de stöttade mig och hur angelägna de var om att komma med förslag på hur jag kunde bli bättre. Om din bror rådgör med sin biskop och verkligen anstränger sig så gör han framsteg.

En ung man från Alaska, USA

Lita på Herren



Försoningen är inte bara till för våra synder utan också för våra svårigheter och problem.

Jesus Kristus vet exakt hur du känner — han har känt det också. Sträck dig mot honom så märker du att hans hand väntar på att lyfta upp dig. Be om hans hjälp och om försoningens läkande kraft. Berätta för din himmelske Fader om alla dina tankar, din oro och dina förhoppningar om situationen. Och viktigast av allt: Sitt inte bara och vänta på att ett underverk ska hända — gör något. Studera skrifterna, sök efter visdom som kan hjälpa dig och ha tro på att allt kommer att ordna sig.

Megan A., 19 år, Arizona, USA



ETT SÄTT VARPÅ VI KAN GÖRA KOR- RIGERINGAR

"Vår himmelske Fader visste innan vi kom till denna

dödliga tillvaro att negativa krafter skulle fresta oss att driva iväg från vår kurs, för 'alla har syndat och saknar härligheten från Gud' (Rom. 3:23). Av den anledningen förberedde han ett sätt varpå vi kan göra korrigeringar. Genom den barmhärtiga process som sann omvändelse och Jesu Kristi försoning innebär, kan våra synder förlåtas och vi 'skall [inte] gå [förlorade] utan ha evigt liv' (Joh. 3:16)."

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Det handlar om några få grader", Liahona, maj 2008, s. 60.

NÄSTA FRÅGA

"Vad ska jag tänka på under sakramentet?"

Skicka in ditt svar så att vi har det senast den 15 juli. Lägg ut det på internet på liahona.lds.org eller skicka det via e-post till liahona@ldschurch.org, eller via vanlig post till:

Liahona, Questions & Answers 7/13
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Svaren kan komma att förkortas eller förtydligas.

Följande information och tillstånd måste finnas med i ditt e-postmeddelande eller brev: (1) fullständigt namn, 2) födelsedatum, 3) församling eller gren, 4) stav eller distrikt, 5) ditt skriftliga tillstånd, och, om du är under 18 år, dina föräldrars skriftliga tillstånd (e-postmeddelande går bra) att trycka ditt svar och fotografi.



**Äldste
Steven E. Snow**

Kyrkohistoriker
och medlem i de
sjuttios kvorum

*Det överväldigande
bevis som kyrkans
historia utgör är
positivt och tros-
stärkande. I sitt
fullständiga samman-
hang är den mycket
inspirerande.*

Jag tycker om att läsa berättelser om kyrkans första medlemmar som lämnade sina hem och under stora uppoffringar förenade sig med de heliga. Jag tycker att de här berättelserna är spännande och jag får stor styrka av att se vad de gick igenom för att efterleva och visa sin tro genom att följa profeterna och göra sådant som var svårt. När du läser vad *de* gjorde känns *din* lott i livet inte riktigt lika svår.

Jag älskar kyrkans historia. Jag läser mer om den nu än någonsin tidigare och tycker den är fascinerande och trosstärkande. Det är till exempel fullkomligt häpnadsväckande vad de första missionärerna

åstadkom, utan några andra resurser än sin brinnande tro och sitt vittnesbörd som fick dem att göra anmärkningsvärda saker. Deras exempel hjälper mig förstå att jag kan göra sådant som är svårt om jag fortsätter att stärka min tro och mitt vittnesbörd. Gång på gång stärks mitt vittnesbörd när jag ser vad som har hänt med det här stora verket när det har rullat fram.

Se dåtiden i nutidens perspektiv

Historia inspirerar en på ett underbart sätt att förbereda sig andligt. I vår historia kan vi se personer som förberedde sig andligt och segrade, och personer som avföll eftersom

BALANSERA KYRKANS HISTORIA





de inte var andligt redo för det som skulle komma. Vi kan lära oss att hängivenhet mot evangeliet, bön och vittnesbörd kan hjälpa oss göra stora saker och att vi måste ägna tid åt att utveckla vår andliga sida. Annars får vi betala priset.

Människorna i vår historia var vanliga människor som oss, och många av dem gjorde anmärkningsvärda saker. De strävade alla efter fullkomlighet, men de var inte fullkomliga. De första medlemmarna i kyrkan hade sina svårigheter och prövningar precis som vi har i dag. Men jag stärks av att veta att de här prövningarna, de här strävandena efter fullkomning, har förekommit länge.



Liksom med allt annat måste du ha ett balanserat förhållningssätt till kyrkans historia.

BESVARA FRÅGOR

Vad säger jag till mina vänner som menar att en del av vår historia, sådant som änglar och nedgrävda guldplåtar, är svårt att tro på?

Om vår historia faller utanför ramen för vad folk kan tänka sig vara möjligt är det normalt att bli skeptisk. Vi säger helt enkelt att det har skett i enlighet med andra mirakulösa händelser i Guds handlande mot människan under historiens gång, och vi bär vårt vittnesbörd för dem och ber dem studera det själva. Sedan inbjuder vi dem att begrunda det och be till vår himmelske Fader om det "med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på Kristus" (Moroni 10:4).

Om de är villiga att "pröva" de här orden, att "utöva en smula tro" (Alma 32:27) och fråga Gud så uppenbarar den Helige Anden sanningen för dem.

Visst, världen har förändrats under den senaste generationen eller de två senaste. Internet har gjort all slags information lättillgänglig — bra, dålig, sanningsenlig, falsk — inklusive information om kyrkans historia. Man kan läsa en hel del om vår historia, men det är viktigt att läsa den och förstå den i sitt sammanhang. Svårigheten med en del information på internet är att den har tagits ur sitt sammanhang, och man ser inte hela bilden.

Information som försöker generera kyrkan är vanligtvis mycket subjektiv och orättvis. Vi bör söka efter källor som beskriver vår tro och vår historia på ett mer objektivt sätt. Många webbplatser har illvilliga avsikter och kan tillkännage information på ett sensationellt

sätt. Sök efter
källor med

erkända och respekterade historiker, oavsett om de tillhör kyrkan eller inte.

En del ungdomar blir förvånade och chockerade över anti-mormonmaterial på internet eftersom de inte har stärkt sig för att stå emot det. De kanske inte har tillbringat tillräckligt med tid åt den andliga sidan för att förbereda och stärka sig inför vad som än kan komma. När livet slår undan benen på dem är det viktigt att de gör de grundläggande saker som vi alltid talar om: att de fortsätter studera skrifterna och be meningsfulla böner till sin himmelske Fader. De här grundläggande vanorna förbereder dem för allt slags motstånd, även anti-mormonartiklar som de ser på internet.

Behovet av balans

Liksom med allt annat måste du ha ett balanserat förhållningssätt till kyrkans historia. Den sanna kyrkan har alltid



Om du väljer att ägna mycket av din tid åt att bara studera de kontroversiella kapitlen i vår historia så ser du några trådar, men du missar helheten av lapptäcket.

varit en minoritet, och det verkar som om vi alltid har varit föremål för kritik. Vi kommer alltid att ställas inför motstånd; det är lika bra att vi vänjer oss. Det bästa sättet att hantera det är att se till att vi är värdiga och att vi har ett starkt vittnesbörd. Om du tillbringar tid på webbplatser som kritiserar kyrkan och dess historia men inte tillbringar någon tid med skrifterna så sätts du ur balans, och de negativa intrycken kan få onödigt stor inverkan på dig. Om du är i balans så får de inte det.

När jag själv var tonåring förstod jag inte riktigt varför det var viktigt att utveckla andligheten. Jag var förmodligen mer intresserad av att bli en bra fotbollsspelare än av att bli en bra läsare av Mormons bok. Det var inte förrän jag kom ut på missionsfältet som jag, liksom många andra unga män, upplevde den där förvandlingen och insåg vad lycka egentligen är. Lycka är den glädje, den frid som kommer när vi tjänar Herren, när vi studerar skrifterna och ber, och när vi visar kärlek mot och hjälper andra. Jag har märkt att om jag struntar i de aspekterna av mitt liv så går saker och ting inte så bra som de borde. Om jag gör det så verkar allt vara lite mer i balans.

När jag har ett balanserat liv kan jag titta på kyrkans historia på ett objektivt sätt och inse att våra förfäder är beundransvärda, men de var bara människor och gjorde misstag. Det finns tråkiga eller förvirrande händelser i vår historia som vi försöker förstå

bättre, men några av frågorna kanske inte kan besvaras på den här sidan slöjan. Det gör inget.

Om en vän kom till mig med en uppriktigt fråga om ett kontroversiellt ämne i kyrkans historia skulle jag göra mitt bästa för att besvara den. Och om jag upptäckte att han tillbringade mycket tid med det ämnet skulle jag först fråga honom: "Läser du Mormons bok? Ber du dina böner? Håller du ditt liv i balans så att du kan skydda dig mot livets stormar?"

Det överväldigande bevis som kyrkans historia utgör är positivt och trosstärkande. Om du väljer att ägna mycket av din tid åt att bara studera de kontroversiella kapitlen i vår historia så ser du några trådar, men du missar helheten av lapptäcket. Och du behöver förstå hela bilden av vår historia. I hela sitt sammanhang är den helt inspirerande.

Joseph Smith, till exempel, var en anmärkningsvärd person. Var han fullkomlig? Nej. Vi är alla dödliga. Men att läsa Mormons bok och uppenbarelserna i Läran och förbunden och att se vad han gjorde för att återställa kyrkan under en så kort tidsperiod är ett utomordentligt vittnesbörd. Alla profeter har prövningar och svårigheter och det borde inte förvåna oss att Joseph Smith stötte på motgångar och förolämpade en del personer. Men han var helt klart en Guds profet.

Ingen tid som den här

Jag kan inte tänka mig en härligare tid att vara medlem i kyrkan. När

min hustru och jag gifte oss fanns det 13 tempel i hela kyrkan och vi hade som mål att besöka alla. Nu finns det omkring 140 tempel och vi kommer aldrig att besöka alla. Alla de här återställsens frukter — profeter och apostlar, tempel, prästadömet, Mormons bok, uppenbarelserna — är stora välsignelser i vårt liv. Och allt möjliggjordes av Frälsaren, av hans evangelium, av vår Faders plan.

Jag må vara en enkel man i många avseenden men jag är smart nog att veta att min himmelske Fader älskar mig. Han älskar oss alla. Vi är verkligen hans söner och döttrar. Han vill verkligen att vi ska återvända till honom. Han detaljstyr inte vårt liv. Det är en del av vår tillväxtprocess. Han vill att vi ska lära oss saker och utöva vår handlingsfrihet och hantera motgångar. Men jag kan verkligen se hans hand i mitt och min familjs liv. Och jag är tacksam att vi får den här jordiska upplevelsen, för jag älskar livet. Det är mycket som blir fel, men livet har mycket som är underbart att erbjuda, och jag är tacksam att vi som andliga personer får en chans att komma till jorden och få en kropp och lära oss sådant som hjälper oss i evigheten.

Historien välsignar vårt liv eftersom den ger oss en chans att se tillbaka. Ibland är det svårt att titta tillbaka på vårt liv, men under historiens gång kan vi titta tillbaka på andras liv och lära oss sådant som har välsignat dem. Och vi kan hjälpa oss själva att undvika misstag genom att göra sådant som har välsignat våra förfäder. ■



Äldste D. Todd Christofferson

i de tolv apostlarnas
kvorum



STARKA

Ett vittnesbörd kan komma till en vanlig person, oavsett var han eller hon är, eftersom vår himmelske Fader och den Helige Anden känner var och en av oss personligen.

Söker efter svar i den heliga lunden

S om ung hade jag möjlighet att besöka Palmyra i New York en sommarkväll. Jag befann mig ensam i den heliga lunden. Jag knäböjde och bad. Jag bad min himmelske Fader att ge mig en bekräftelse eller indikation på vad jag verkligen redan visste hade utspelat sig på den här heliga platsen. Jag bad uppriktigt och länge och på ett vördnadsfullt sätt. Men jag fick inget svar eller maning från den Helige Anden. Ingenting kom. Slutligen gav jag upp och undrade besviket när jag gick därifrån: "Vad gjorde jag för fel? Varför? Vad behövdes mer?" För mig, i den omgivningen, var det som om det inte kunde finnas någon bättre plats att ta emot ett svar på en sådan bön.

Av den upplevelsen lärde jag mig att vi inte kan kräva saker av Gud.

Vi kan inte säga: "Du måste svara mig så här, och just nu." Det är hans sak att bestämma hur och när och vad han ska kommunicera till oss. Vårt ansvar är att alltid vara i ett sådant skick att vi kan ta emot Andens maningar eller viskningar, uppenbarelse och inspiration. Men det är han som fattar beslutet om hur och när.

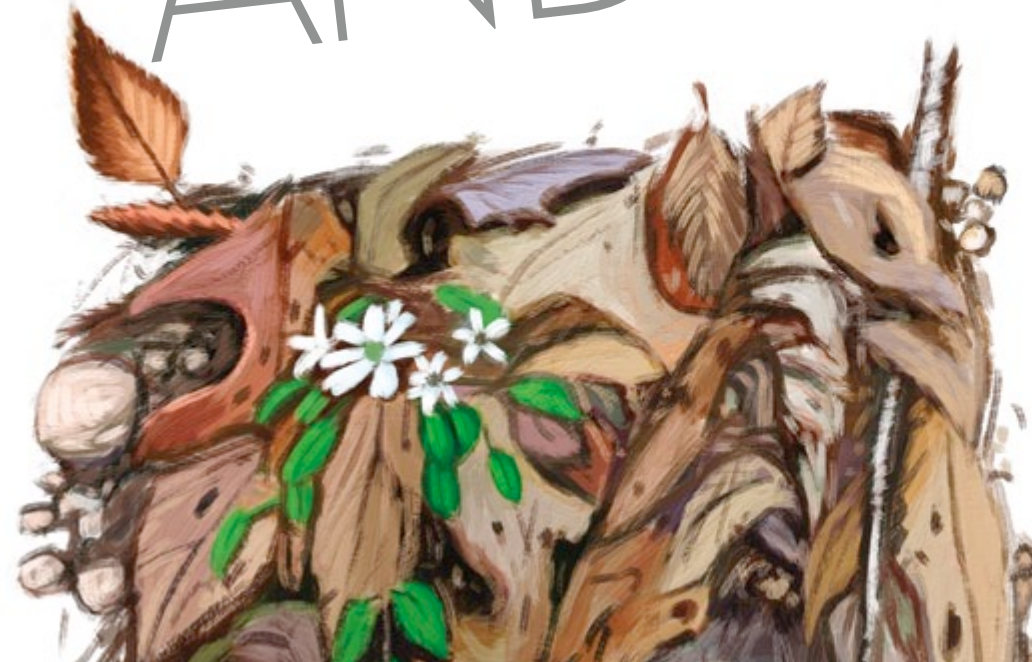
Fick svaret hemma

Det jag sökte just då — som inte kom just då — fick jag i stället fem eller sex veckor senare. Jag var hemma och läste i Mormons bok. Och utan att jag hade bett om det fick jag ett starkt intryck, en känsla och en kommunikation genom den Helige Anden som bekräftade min tro och mitt vittnesbörd.

Det var en sådan stark känsla att jag började gråta. Det var också en sådan ren känsla att det inte fanns



INTRYCK FRÅN ANDEN



något behov av ord. Anden behöver inte begränsa sig till ord. Han kan kommunicera Ande till ande med ett språk som är omisskännligt eftersom det inte har några ord. Det är en kommunikation som består av ren kunskap och intelligens från Anden, och jag har insett att det verkligen är det bästa sättet att inhämta kunskap på. Den är starkare och mer varaktig än känsel eller syn. Vi kan tvivla på de fysiska sinnena, men vi kan inte tvivla när den Helige Anden talar till oss. Det är det säkraste vittnet. Det är därför som det är en oförlätlig synd att förneka den Helige Anden eller vittnesbördet från den Helige Anden.

Känna Guds kärlek och förståelse

Jag känner verkligen att Herren inte gav mig ett svar i den heliga lunden därför att jag då kanske skulle tro att man måste vallfärda

till Palmyra för att få ett vittnesbörd om profeten Joseph Smith. Nu vet jag att jag kan vara var som helst. Man behöver inte åka till Jerusalem för att få ett vittnesbörd om Herren Jesus Kristus. Det vittnesbördet kan komma till en vanlig person, oavsett var han eller hon är, eftersom vår himmelske Fader och den Helige Anden känner var och en av oss personligen. Han vet var vi är och hur han ska hitta oss. Och de behöver inget visum. Faktum är att de känner till hela världen! De vet redan.

Jag lovar er ungdomar att om ni fortsätter vara trofasta och ber så ger Herren er samma svar, samma vittnesbörd, samma bekräftelse som han gav mig, för jag vet att han älskar er alla lika mycket som mig eller president Thomas S. Monson eller något annat av hans barn.

Guds kärlek är till för alla, och den är oändlig. Han vet hur han ska kommunicera med var och en. Han vet var du är och hur han kan nå ditt hjärta och din ande genom den Helige Anden. Fortsätt att be. Fortsätt att fråga. Fortsätt att följa buden. Tiden kommer, om den inte redan har kommit, när du får det här starka vittnesbördet. Och det händer inte bara en gång. I stället händer det, tack vare Herrens barmhärtighet, gång på gång under hela ditt liv.

Fortsätter att få ett vittne

Så var det för mig. När jag var missionär i Tucumán i Argentina undervisade jag en familj och vittnade om profeten Joseph Smiths första syn. Familjen trodde inte på det. Men när jag bar mitt vittnesbörd fick jag ännu en bekräftelse på mitt vittnesbörd.

Anden sade: "Dina ord i ditt vittnesbörd är sanna." Han vittnade för mig om mitt vittnesbörd.

Du kommer under hela ditt liv att få bekräftelser på att Gud är där, att han är vår Fader, att han lever, att han kallade profeten Joseph Smith att verka som återställsens profet, att hans Son lever och att hans nåd är tillräcklig för att rädda oss, rena oss och förlåta oss alla. Det vittnesbördet kommer gång på gång under vårt liv.

Jag vet det. Jag är ett särskilt vittne om det. Jag vet att vår Herre lever, att han bokstavligt talat är en uppstånden person, att han vägleder och står vid rodret för den här kyrkan som bär hans namn, att den är hans och att ni är hans får. ■

Från ett tal till ungdomar i Salta, Argentina, i november 2011.



O, HUR STORSLAGEN ÄR INTE VÅR GUDS PLAN!



Under en tid när jag kände stor smärta och ensamhet fick jag självförtroende att gå vidare av min kunskap om evangeliet.

Amarsanaa E.

Jag växte upp på en plats där kyrkan inte var välkänd — ett samhälle som nu heter Berkh i norra Mongoliet. Jag är mellanbarnet av tre pojkar och när vi växte upp var vi alltid tillsammans. När min äldre bror begav sig till staden för att gå i skolan saknade jag honom väldigt. Två år senare kom han hem på sommarlovet. Den sommaren var min familj i bergen och jagade i tre månader. Det var ett av de bästa sommarloven i mitt liv.

Min bror berättade om en kyrka han hade blivit medlem i som hette Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Just då tyckte jag inte om kristna kyrkor så jag fäste inte så stor uppmärksamhet vid det han berättade.

En höstdag när vi kom hem från en jakt upptäckte vi att vi hade några besökare från staden. De var från kyrkan som min bror hade pratat om. Han återvände till staden tillsammans med dem på kvällen. Senare fick vi veta varför de hade åkt: Han hade fått

en missionskallelse. Han hade inte ens berättat att han hade skickat in en ansökan! Min äldre bror åkte ut som missionär till Förenta staterna en kort tid senare.

Omvänd till evangeliet

Året därpå, när jag var klar med gymnasiet, flyttade jag till staden för att studera vid ett universitet. Familjen jag bodde hos visade sig vara medlemmar i kyrkan. En söndagsmorgon frågade de om jag ville följa med dem



OCKSÅ DE SVÅRASTE PERIODERNA I LIVET KAN VARA EN VÄLSIGELSE

"Om vi har tro på Jesus Kristus kan både de svåraste och de lättaste perioderna i livet vara en välsignelse. Under alla omständigheter kan vi välja det rätta med Andens vägledning. Jesu Kristi evangelium kan forma och vägleda vårt liv om vi tillåter det. Och tack vare profeter som uppenbarar vår plats i frälsningsplanen kan vi leva med ett fullkomligt hopp och en känsla av frid."

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, "Berg att bestiga", *Liahona*, maj 2012, s. 26.

till kyrkan. Eftersom jag hade hört så mycket om kyrkan bestämde jag mig för att gå dit en gång.

Det slutade med att jag besökte kyrkan många gånger. Jag kände en sådan frid varje gång jag var där. Människorna där var trevliga och skakade alltid hand med mig. Kyrkan var inte så som jag hade trott. Det dröjde inte länge förrän jag fick undervisning av missionärerna. Jag träffade missionärerna i nästan två år.

Jag ville döpas, men dopet sköts upp på grund av att jag hade problem med Visdomsordet. Det var svårt för mig, men till slut var jag redo att döpas. Jag hade turen att döpas av min äldre bror som hade återvänt från sin mission bara några månader tidigare. När jag tänker på det ögonblicket nu så gråter jag ibland. Det var den lyckligaste stunden i mitt liv.

När jag hade blivit medlem i kyrkan pratade min bror om missionsarbete nästan varje dag. Han uppmuntrade mig alltid att gå ut som missionär. Med hans hjälp fyllde jag i min missionsansökan. Jag

ska aldrig glömma hur glada min bror och jag var då.

En skrämmande upplevelse

En kväll ringde min bror och ville att jag skulle komma och träffa honom efter jobbet. Han ville prata med mig om något som hade med min mission att göra. Vi bestämde en tid när vi skulle träffas på torget mitt i staden.

Under den här tiden var det dags för parlamentsval i Mongoliet. När vi träffades på torget hölls en demonstration på grund av valet. Polisen var där men demonstrationen blev våldsam och skrämmande och slutade med upplopp. En stor byggnad och flera bilar sattes i brand och folk skrek. Det var otäckt.

Min bror och jag hade träffats långt ifrån demonstrationen men han var ändå orolig. Han gav mig pengar till taxi och sade att jag skulle åka raka vägen hem. Han sade att jag kunde träffa honom dagen därpå. Han planerade att åka hem till sig, som inte var så långt ifrån hans jobb. Taxin kom



och vi sade snabbt hej då innan jag åkte iväg.

Jag upptäckte snart att regeringen hade stängt alla vägar på grund av upploppet. Jag kunde inte ta mig hem eftersom jag bodde i utkanten av staden så jag tillbringade natten på jobbet i stället. Det var armerade bilar och militärer överallt. Striderna intensifierades och den kvällen förklarades undantagstillstånd. Det varade i fyra dagar.

När undantagstillståndet hävdades kom min sväger och hämtade mig. När vi kom hem till honom väntade alla våra släktingar på oss där. Alla grät. Jag fick veta att min äldre bror hade blivit skjuten när han gick hem.

Det kändes som om hjärtat skulle brista. Min bror hade dött 24 år gammal på grund av den där demonstrationen. Dagarna som följde efter min brors död var bland de hemskaste i mitt liv.

Det var under den här svåra tiden som jag fick min missionskallelse. Efter att ha gått igenom min omvändelse, mitt dop och förberedelserna för

missionspapperen med min bror var jag nu ensam när jag skulle öppna min missionskallelse. Till min förvåning hade jag kallats att verka i mitt eget land.

Eftersom jag var ensam gick jag ner på knä just där jag var och tackade min himmelske Fader i bön. Och jag bad för min bror. Jag grät och grät medan jag bad. Under den här tiden, när jag kände stor smärta och ensamhet, vittnade Anden starkt för mig om frälsningsplanen och min tro stärktes.

Ett vittnesbörd om hans plan

Fastän min bror inte var där för att öppna min missionskallelse tillsammans med mig kommer jag alltid att vara tacksam mot honom. Jag är så tacksam att Gud har gett oss

frälsningsplanen genom Jesu Kristi försoning. Det är en helt underbar plan. Om vi följer planen känner vi frid i vårt hjärta.

I skrifterna står det: "O, hur stor-slagen är inte vår Guds plan! Ty ... Guds paradiset [måste] lämna ifrån sig de rättfärdigas andar och graven lämna ifrån sig de rättfärdigas kroppar. Och anden och kroppen återförenas med varandra, och alla människor blir oförgängliga och odödliga, och de är levande själar" (2 Nephi 9:13).

Jag vet att min bror lever och är i andevärlden. Den vetskapen ger mig självförtroendet jag behöver för att göra bra ifrån mig som missionär. Jag vet att han är med mig under de svåra stunderna — och det är också Herren. ■



Från vänster till höger: Amarsanaa och hans bröder Dorjsuren och Amarsaikhan





Fem sätt att följa prästadömsledarnas råd

Herren talade till sina lärjungar och undervisade folket på sin tid. Han fortsätter att göra det även i dag.

Fastän Frälsaren inte finns bland oss fysiskt sett, kallar han medlemmarna i sin kyrka att leda och guida oss, och han ber oss följa deras råd som de tar emot det genom den Helige Anden.

Vem kan få uppenbarelser som har med mig att göra?

Uppenbarelse kommer till dig personligen genom Anden, och kan också komma genom prästadömsledare som avskiljts till särskilda ämbeten som hjälper dem ta emot vägledning för de personer som anförtratts åt dem.

Profeten får uppenbarelse för hela kyrkan, din områdespresident får uppenbarelse för ditt område, din stavsresident för din stav och din biskop för din församling. Uppenbarelse kommer till de här personerna i deras ämbeten, men den kommer från samma källa: Vår himmelske Fader.

Vad innebär det att stödja våra ledare?

När vi höjer högra armen i vinkel och stödjer personer är det en fysisk demonstration av att vi lovar att hedra, respektera och stödja dem när de

försöker leva upp till sitt ämbete. Att följa våra ledares råd är ett sätt vi kan stödja dem på. Ledare har visdom och perspektiv, och det är meningen att deras undervisning ska hjälpa oss att följa evangeliet. Genom att följa deras råd stärks vår tro och vårt vittnesbörd.

Här är fem sätt som du kan följa dina prästadömsledares råd på:

1. *Var närvarande vid general-, stavs- och församlingskonferenser.* Du kan ta med dig papper och penna och göra anteckningar. När du lyssnar på dina prästadömsledare kan du skriva ner de intryck du får, sådant som du bör göra eller förändringar du behöver vidta i ditt liv. Se till att anteckna när de talar till dig under dina andra möten i kyrkan och även i intervjuer.
2. *Be för att få ett vittnesbörd om råden de ger.* Den Helige Anden kan vittna för dig om att råden som ges är vår himmelske Faders vilja.
3. *Gör upp detaljerade planer för hur du ska tillämpa råden i ditt liv.* Profeterna har till exempel gett kyrkans medlemmar rådet

DU KAN STÖDJA LOKALA LEDARE GENOM ATT:

- Tacka ja till kallelsen att tjäna.
- Hjälpa till när du blir ombedd.
- Förbereda dig för lektioner genom att läsa materialet i förväg.
- Be för dina ledare.
- Delta aktivt i klasserna.



DELTA I SAMTALEN



I hela juni studerar ni prästadömet i Unga kvinnor, Söndagsskolan och prästadömet's kvorum. Fundera över vilka frågor du har om prästadömet, hur det påverkar ditt liv och hur du kan stödja prästadömsledarna. Ställ frågorna till dina föräldrar eller ungdomsledare så att de kan hjälpa dig att bättre förstå prästadömet's lära i dina lektioner den här månaden. Du kan också tänka på upplevelser som du haft där prästadömet välsignade ditt liv. Skriv ner dina känslor och berätta om dem för andra hemma, i kyrkan eller på sociala media.

att skaffa sig en utbildning. Vilka planer har du? Ska du studera vid ett universitet eller vid en yrkesskola? Vad ska du studera? När ska du göra det? Vad gör du just nu för att förbereda dig så att du kan bli antagen till programmet du önskar?

4. *Håll dig informerad.* Lär dig vilka de aktuella råden är från kyrkans ledare genom att läsa kyrkomaterial. *Vägledning för de unga* är en bra resurs. *Liahona* innehåller ord från

profeterna och apostlarna. Om din församling eller gren har ett nyhetsbrev kan du läsa budskapen som kommer från dina lokala prästadömsledare. Och viktigast av allt: Gå igenom vad ledarna sade under den senaste generalkonferensen.

5. *Börja nu.* Ibland kan vi frestas att vänta med att följa våra ledares råd. När du har gjort upp detaljerade planer för att tillämpa rådet, börja då att följa det omedelbart. ■



JAG ANTOG BISKOPSRÅDETS UTMANING

När jag närmade mig slutet av sjuan började det kännas som om det fattades något. Jag bad varje kväll och var engagerad i kyrkan, men det räckte inte. Jag hade tänkt på att läsa Mormons bok och se om kyrkan verkligen var sann, men jag var för rädd för att kliva ut ur min trygga lilla värld och ta reda på det.

Mitt biskopsråd uppmanade vår ungdomsgrupp att regelbundet läsa skrifterna själva. Jag tänkte göra det men kände att jag bara inte hade tid.

Sedan fick jag en så stark känsla av att jag behövde läsa Mormons bok och se om den var sann. Det kändes som om jag aldrig skulle känna någon frid om jag inte gjorde det.

Jag började läsa och hade knappt kommit halvvägs in i första kapitlet när jag kände Anden så starkt, som jag aldrig hade känt den tidigare. Det var så fridfullt. Jag ville att den skulle stanna kvar hos mig för evigt.

Jag är tacksam för att mina ledare inspirerades att uppmana oss att läsa Mormons bok. De är alltid redo att hjälpa när jag har ett andligt problem. Jag vet att evangeliet är sant, för det har välsignat mig så mycket.

Camryn G., Utah, USA



David L. Beck

Unga mäns
generalpresident

TACKSAMHET

Vi blir lyckligare om vi är fyllda med tacksamhet.

Sommaren 2011 hade jag förmånen att träffa Josh Larson på Philmot Scout Ranch i New Mexico. Några månader senare hjälpte Josh sin far att städa en lagerlokal. Utan förvarning gick en kedja av som transporterade en 670 kilo tung bjälke. Bjälken landade på Josh och krossade honom från halsen ner till benen. Mirakulöst nog kunde Joshs pappa få bort bjälken från sin sons kropp. Han gav första hjälpen tills ambulanspersonalen kom för att ta Josh, som fortfarande inte andades, till sjukhuset.

Joshs tillstånd var kritiskt i flera dagar. Läkarna arbetade intensivt för att återställa hans spräckta skalle, krossade bihålor och andra allvarliga skador. Efter ett flertal operationer stabiliserades så småningom Joshs tillstånd. Sedan påbörjade han den långa, svåra vägen mot återhämtning.

I dag upplever Josh fortfarande många av sviterna från olyckan. Han har ett skadat öga, är delvis döv på ena örat och har en metallplatta i huvudet. Ändå väljer han att se prövningen som en välsignelse. Han vet att han har sin himmelske Fader och

stödet från alla runt omkring honom att tacka för sitt liv och sitt tillfrisknande. Hans hjärta fylls av tacksamhet.

Tacksamhet under motgångar

Under en konferens för ungdomar nyligen talade Josh om hur hans familj, vänner, grannar och församlings- och stavsmedlemmar hade bett och fastat för honom: "Jag räknar mina välsignelser. Böner har besvarats. Jag tycker att det har varit en välsignelse mer än det har varit en prövning. Jag älskar er."

Josh är ett exempel på det som lärs ut i *Vägledning för de unga*:



Vägen mot Joshs tillfrisknande har varit lång och svår. Han upplever fortfarande många av sviterna efter sin olycka men ser olyckan mer som en välsignelse än som en prövning.





NYCKELTANKAR OM TACKSAMHET

”Herren vill att du ska visa tacksamhet i allt du gör och säger. ...

När du ber, utgjut då ditt hjärta till din himmelske Fader i tacksamhet för de välsignelser du fått. ...

Uttryck din tacksamhet mot andra för alla de sätt de välsignar ditt liv på.”

Vägledning för de unga (häfte, 2011), s. 18.

”Om du har en tacksam inställning känner du större lycka och tillfredsställelse i livet. ... Också under dina svåraste stunder kan du hitta mycket att vara tacksam för.”¹

Tacksamhet kan förvandla prövningar, även så allvarliga som den Josh upplevde, till välsignelser. Det krävs ansträngningar för att utöva tacksamhet och ha en optimistisk syn på livet. Ändå välsignar Herren oss storligen och hans ömma barmhärtighet bör inte gå oss obemärkt förbi eller förbli ouppskattad. Moroni, en av profeterna i Mormons bok, påminner oss om vikten av tacksamhet och uppmanar oss att komma ihåg ”hur barmhärtig Herren har varit mot människobarnen från Adams skapelse ända fram till den tid då ni får dessa uppteckningar, och begrundar det i era hjärtan” (Moroni 10:3).

Hjälp från den Helige Anden

I vårt hektiska liv kan det vara lätt att missa och glömma vår

himmelske Faders vägledning i våra dagliga göromål. Den Helige Anden hjälper oss komma ihåg att vi har mycket att vara tacksamma för. President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt: ”Det är den Helige Anden som hjälper oss se vad Gud har gjort för oss.” Han uppmanade oss

Känslor av tacksamhet inspirerar oss att följa Herren och att tjäna andra.

”att finna sätt att se och komma ihåg Guds välvilja.”²

När vi låter den Helige Anden påminna oss om Guds vänlighet och kärlek till oss fylls vi av känslor av tacksamhet. De här känslorna får oss att tacka vår Fader i himlen. I *Stå fast i din tro* står det: ”Tacka din himmelske Fader för hans godhet mot dig. Du kan uttrycka din tacksamhet mot

Gud genom att erkänna hans hand i allt och tacka honom för allt han ger dig, genom att hålla hans bud och tjäna andra. ... Arbeta på att vara tacksam. Du ska finna att det ger underbara resultat.”³

När vi ser våra välsignelser stärks vårt vittnesbörd. Ju mer vi kan se Herrens hand i vårt liv, desto närmare honom kommer vi. Ett av de bästa sätten att visa vår tacksamhet mot vår Fader i himlen är att uttrycka den tacksamheten till honom och till andra för hur de har berört vårt liv.⁴

De här känslorna av tacksamhet inspirerar oss att följa Herren och att tjäna andra — ett liv som inspirerar människorna omkring oss och leder till positiva förändringar. ■

SLUTNOTER

1. *Vägledning för de unga* (häfte, 2011), s. 18.
2. Henry B. Eyring, ”O, kommen ihåg, kommen ihåg”, *Liahona*, nov. 2007, s. 67.
3. *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* (2004), s. 144.
4. Se *Vägledning för de unga*, s. 18.



EN PRESENT TILL FARMOR

Kimberly Sabin Plumb

Ett enkelt brev för att säga tack betydde så mycket för farmor.

När jag var liten ordnade farmor ofta träffar för mina kusiner och mig. Det var omkring 14 av oss och vi var alltid glada när farmor bjöd hem oss på middagar, pyjamaspartyn, spelkvällar och högtider. Jag tyckte om att vara hemma hos farmor!

Allt vi gjorde hos henne var roligt. Men jag tänkte aldrig på all tid och allt arbete som hon lade ner på varje aktivitet. Jag trodde bara att det var sådant som farmödrar gjorde, och jag älskade det!

Efter flera år av roliga minnen hemma hos farmor flyttade min familj. Senare kom farmor för att tillbringa en speciell dag i vårt nya hem. Min familj funderade länge och noga för att hitta den perfekta presenten till henne. Hon har mer saker än någon annan jag känner. Vad kunde vi ge till farmor som hade allting?

Jag bad pappa om förslag och han sade samma sak som han säger varje år: "Du kan väl skriva ett fint brev till henne?" Jag hade inga andra idéer så tidigt nästa morgon, innan någon annan hade vaknat, satte jag mig vid köksbordet med fötterna på den kalla klinkersen och skrev ett speciellt brev till farmor.

Först undrade jag vad jag kunde skriva annat än "Du är så underbar.

Tack för allting." När jag tittade ut genom fönstret på palmträden och himlen tänkte jag på allt farmor hade gjort för oss under årens lopp. Jag insåg att jag aldrig hade talat om för farmor hur mycket stunderna vi hade tillbringat tillsammans som familj betydde för mig.

I mitt brev talade jag om för farmor att jag älskade henne, och jag tackade henne för alla underbara minnen. Jag lät henne veta hur viktiga de fortfarande var för mig, också många år senare. Sedan lade jag brevet i ett kuvert, band ett rött band om det och gick tillbaka till mitt varma rum med heltäckningsmatta.

När det var dags att ge farmor hennes presenter tog jag sakta fram

mitt brev. Jag visste inte vad jag skulle känna gentemot min present till henne.

Hon såg överraskad ut när jag gav henne kuvertet. Jag iakttog henne noga medan hon försiktigt öppnade kuvertet och drog ut brevet som var skrivet på rosa papper. Medan hon läste det började hon le och ögonen fylldes av tårar. Jag hade aldrig sett farmor gråta förut. Hon tittade sakta upp och vände sig mot mig med varma, bruna ögon. Hon viskade: "Tack, tack. Jag trodde inte att någon kom ihåg det."

Farmor som hade gjort så mycket för att bygga starka familjerelationer hade ingen aning om att jag mindes eller var tacksam för stunderna vi haft tillsammans. Hon torkade ögonen och sade: "Kimberly, tack. Det var den bästa presenten någon kunde ge mig."

Jag gav farmor en stor kram och kände hennes mjuka hud mot min kind och hennes "farmorluk" som var en blandning av baby puder och mysk. Jag var så tacksam för pappas förslag att jag skulle skriva ett brev till henne. Jag visste inte att ord av tacksamhet och kärlek skulle betyda mer för farmor än alla småsaker, parfym och fruktkakor som pengar kan köpa. ■

Författaren bor i Kalifornien i USA.



ATT UTTRYCKA KÄRLEK I ORD OCH HANDLING

"Må vi med tacksamhet i hjärtat fylla våra dagar — av bästa förmåga — med det som betyder mest. Må vi vårda oss om dem vi håller kära och uttrycka vår kärlek till dem i ord och handling."

President Thomas S. Monson,
"Finn glädje under färden",
Liahona, nov. 2008, s. 87.

En olämplig film

När Evelyn såg namnet på filmen började hennes hjärta slå fortare.



Julia Woodbury

Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse

"Jag ska bara läsa och se på sådant som min himmelske Fader tycker om att jag läser och ser på" (Mina evangelieideal).

Jag har en överraskning åt er", sade fröken Taylor när hon gick fram och ställde sig framför klassen.

Evelyn tittade upp från sitt prov och log. Hon hade fått högsta betyg på provet.

"Alla klarade provet så bra att vi ska se en film som belöning i morgon", sade fröken Taylor och skrev tre filmtitlar på tavlan. "Här är filmerna vi ska rösta om", sade hon över allas jubel.

Evelyn hoppade upp och ner på stolen och försökte läsa titlarna. De två första filmerna hörde till hennes

favoriter. Hon lutade sig över till sin vän Katy. "Vilken ska du rösta på?"

"Definitivt den tredje", sade Katy. "Mina föräldrar lät oss inte titta på den hemma, så jag fick aldrig se den."

Evelyn tittade på tavlan igen och såg namnet på den tredje filmen. Hennes hjärta började slå fortare. Evelyn hade hört talas om den och visste att det var en film som det inte skulle kännas rätt att titta på. Tänk om klassen röstade på den!

"Vem vill rösta på första filmen?" frågade fröken Taylor.

Evelyn räckte upp handen högt och tittade sig omkring. Hon bet

sig nervöst i läppen. Bara två andra röstade på den.

Fröken Taylor skrev ner antalet röster på tavlan. "Film nummer två?"

Evelyn började känna sig missmodig. Bara tre händer räcktes upp.

"Och film nummer tre?"

Femton händer räcktes upp. Evelyn sjönk ner på stolen och fick en klump i magen. Hur skulle hon kunna låta bli att titta på filmen när alla andra ville se den?

När Evelyn kom hem gick hon raka vägen till sitt rum och lät ryggsäcken falla till golvet med en tung *smäll*. Klumpen i magen



”För att kunna hjälpa andra måste vi själva ha det andliga och moraliska modet att stå emot det onda vi möter på alla fronter.”

President Thomas S. Monson, ”Tre mål till vägledning”, *Liahona*, nov. 2007, s. 119.

meddelande från mamma som förklarade att Evelyn skulle känna sig illa till mods om hon var tvungen att se filmen. I andra handen hade hon tre av sina favoritfilmer. Evelyn gav meddelandet till fröken Taylor och såg på medan hon läste det.

”Tack för att du talade om hur du känner”, sade fröken Taylor.

”Mamma säger att det är okej att jag går in till en annan klass medan ni tittar på filmen”, sade Evelyn.

”Men jag tog också med mig några andra filmer ifall alla vill titta på en av dem i stället.”

Fröken Taylor log och sträckte fram handen mot filmerna. ”En film är inte mycket till belöning om inte alla kan titta på den”, sade hon.

Fröken Taylor skrev upp de nya titlarna på tavlan. ”Jag vill att vi röstar igen om filmen vi ska se i dag. Här finns några nya alternativ.”

Evelyn satte sig vid sin bänk och var glad att hon inte skulle gå miste om klassens belöning. Men den bästa belöningen var att veta att vår himmelske Fader hade tagit bort rädslan och gett henne modet att göra det rätta. ■

hade funnits kvar hela dagen. ”Jag önskar faktiskt att jag kunde vara sjuk på riktigt”, tänkte hon. ”Då skulle jag inte behöva gå till skolan i morgon.”

Evelyn drog fram provet från ryggsäcken och stirrade på det. Hon höll det i ett fast grepp. ”Det var meningen att filmen skulle vara en belöning och inte ett straff!” tänkte hon och knycklade ilsket ihop provet och tryckte in det under sängen. Tårar vällde upp i ögonen. Hon knäböjde vid sängen och började gråta. Sedan började hon be. Hon fick fram några osammanhängande meningar

och bad sin himmelske Fader att ta bort problemet, men efter en stund förändrades bönen. ”Hjälp mig att göra det här bra. Jag vill inte se en film som får mig att må dåligt, och jag hoppas att mina vänner och min lärare kan förstå det.”

Evelyn avslutade bönen. Den oroliga klumpen i magen hade försvunnit. Hon kände sig inte ens rädd längre.

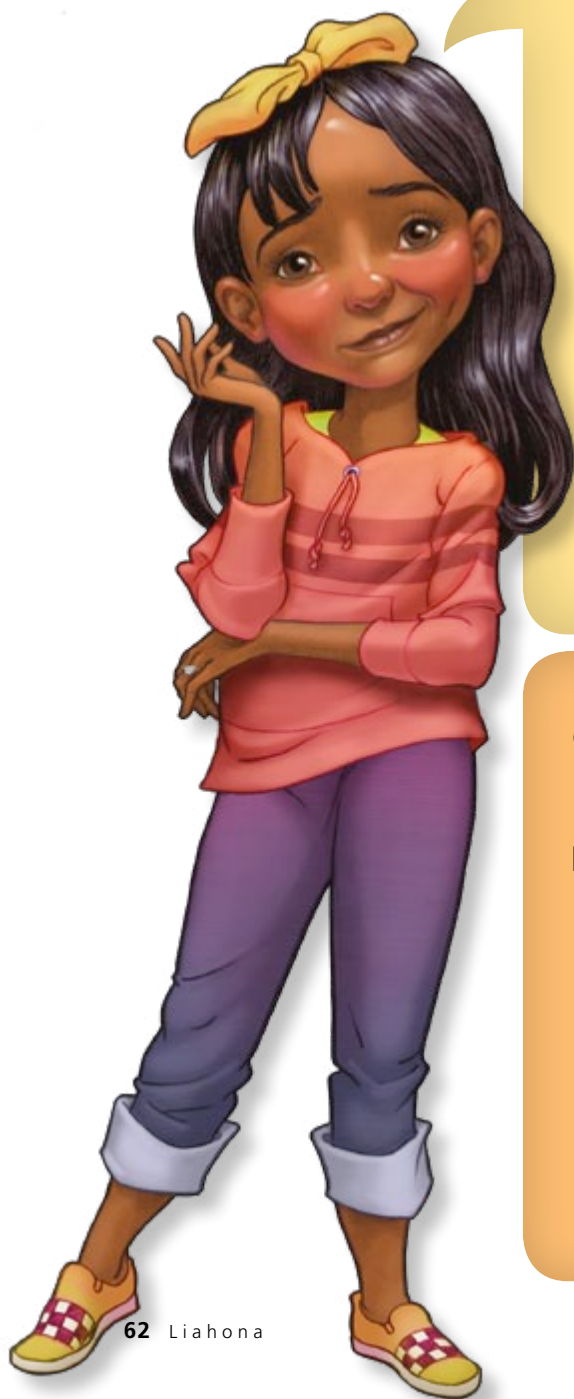
Evelyn kom upp på fötterna och rusade ut ur rummet för att leta efter mamma. Hon hade fått en idé.

Dagen därpå gick Evelyn in till sin klass. I ena handen hade hon ett



Äldste Quentin L. Cook
i de tolv apostlarnas kворum

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



Älskar vår
himmelske
Fader kyrkans
medlemmar
mer än han
älskar andra
människor?

**Gud älskar alla
sina barn.**

**Han vill att alla
ska återvända
till honom.**

**Vi ska också
älska och
respektera alla
människor.**

**Vi kan hjälpa
dem som ännu
inte vet att Gud
älskar dem.**

**Då kan de känna
stor glädje!**



Äldste José L. Alonso
i de sjuttios kvorum

En tålmodig bön

Jag växte upp i Mexiko med mina syskon, mamma och mor-mor. Varje dag när jag var klar med läxorna och mina sysslor spelade jag fotboll. Jag älskade fotboll! Jag brukade låsas att mitt högra ben var ena laget och mitt vänstra ben andra laget.

En dag när jag spelade fotboll fick jag plötsligt svårt att andas. Jag vilade i några minuter men kunde fortfarande inte andas ordentligt. Jag blev så sjuk att jag var tvungen att tas till sjukhuset.

Det fanns många andra barn i min sal men jag saknade min familj och kände mig mycket ensam. Fastän jag inte var medlem i kyrkan än trodde jag på Gud. Jag bad varje dag om att bli frisk, men i stället blev jag sämre och sämre. Läkarna trodde att jag kanske skulle dö.

Till slut skickade läkarna hem mig från sjukhuset, men jag var tvungen att stanna i sängen i ett helt år. Jag åt mycket medicin och fick två sprutor varje dag. Och jag hade fortfarande en bön i mitt sinne och hjärta. Jag sade till min himmelske Fader att om jag blev frisk så skulle jag tjäna honom hela livet.

En dag när jag låg i sängen och läste råkade jag tappa boken på golvet. När jag lutade mig ner för att plocka upp den insåg jag att jag



andades normalt. Jag lät boken falla till golvet igen. Och ännu en gång kunde jag plocka upp den utan problem!

Jag gick upp ur sängen. Först var jag yr eftersom jag inte hade gått själv på så länge. Jag tittade mig i spegeln och såg att jag log. Jag visste att jag hade fått ett svar från min himmelske Fader.

Varje dag sedan dess har jag försökt göra något för att uttrycka

min tacksamhet till min himmelske Fader. När jag hade blivit vuxen blev jag läkare så att jag kunde hjälpa till att besvara andra barns böner. Och nu försöker jag tjäna min himmelske Fader i mitt ämbete i kyrkan.

Svar på böner kommer inte alltid enkelt och de kommer inte alltid på en gång. Men jag vet att min himmelske Fader besvarar våra böner. Han vet vad vi behöver och han vet vad som är bäst. ■

Jag ska följa min himmelske Faders plan genom att bli döpt och konfirmerad

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

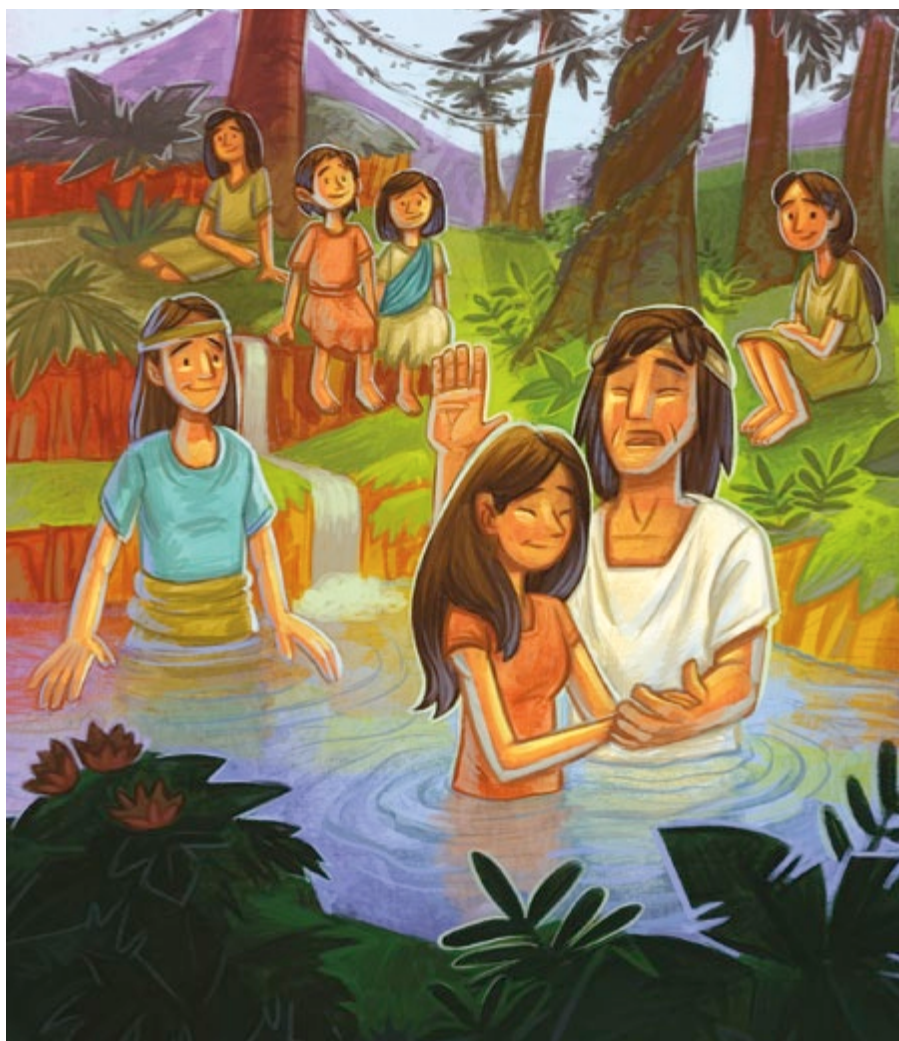
Vi tar på oss Jesu Kristi namn och blir medlemmar i hans kyrka. När vi konfirmeras får vi samma underbara

löfte som Almas folk fick: att den Helige Anden alltid kan vara med oss om vi håller Guds bud. ■

Mormons bok berättar om en grupp människor som samlades i en skog som hette Mormon. De ville höra Alma undervisa om Jesu Kristi evangelium. När Alma hade undervisat dem i många dagar frågade han dem om de ville ingå ett förbund att tjäna Gud och hålla hans bud. Han sade att om de döptes skulle den Helige Anden alltid vara med dem (se Mosiah 18:7–10).

När folket hörde det blev de så glada att de ”klappade ... händer av glädje” (Mosiah 18:11). Alma döpte omkring 200 personer i Mormons vatten. För de här människorna var skogen Mormon en vacker plats eftersom det var där de hade lärt sig om Frälsaren och döpts (se Mosiah 18:30).

Liksom Almas folk är vi glada när vi ser fram emot att döpas eller tänker på när vi döptes. Liksom de där människorna ingår vi ett förbund med Gud när vi döps. Vi lovar att hålla hans bud och tjäna honom.



LYSSNA PÅ DEN STILLA, MILDA RÖSTEN

Be en av dina föräldrar eller en annan vuxen att hjälpa dig klippa ut bilderna på den här sidan och lägga dem i en påse. Turas om att ta upp bilder från påsen. Hitta meningen och skriftstället som passar ihop med varje bild och läs dem högt.



Den Helige Anden hjälper oss känna vår himmelske Faders kärlek och andra goda känslor som glädje, mildhet och vänlighet. Han talar ofta till vårt hjärta och sinne genom en stilla och mild röst (se Gal. 5:22–23).

Den Helige Anden varnar oss för fara och hjälper oss inse när vi behöver vara försiktiga (se L&F 9:9).



Den Helige Anden är en lärare. Han undervisar oss om Jesus Kristus och hjälper oss komma ihåg allt vi redan har lärt oss av våra föräldrar, lärare och skrifterna (se Joh. 14:26).



Den Helige Anden vägleder oss och hjälper oss se klart så att vi kan fatta beslut som för oss tillbaka till vår himmelske Fader (se 2 Nephi 32:5).



Ibland kallas den Helige Anden för Hjälparen. Som en mjuk filt hjälper han oss att känna oss trygga och lugna (se Joh. 14:16, 27).



SKRIFTSTÄLLE OCH SÅNG

- Mosiah 18:8–11
- "Ibland kan jag se regnbågen" (*Barnens sångbok*, s. 53)



En dopvälsignelse

Trevor hade alltid varit nervös för att vara under vatten. Hur skulle han kunna döpas?

Kasey Eyre

Trevor satte sig ner på soffan och lade hakan i händerna. Hans bröder lekte med farfar. Han önskade att han kunde ha roligt också, men han kunde inte sluta oroa sig för sitt dop.

Mamma satte sig bredvid honom och rufsade om honom i håret. "Vad är det?" frågade hon. "Vill du inte leka?"

Trevor skakade på huvudet och gjorde en grimas.

Mamma tittade på honom för ett ögonblick och lade sedan armen om honom. "Är du fortfarande rädd för att vara under vatten?"

Trevor nickade.

Tanken på att vara under vatten skrämde alltid Trevor. När han var



tre år hade han ramlat ner i en simbassäng. Han kunde aldrig glömma hur rädd han hade varit när han sjönk djupare och djupare ner i vattnet, tills någon drog upp honom. Han hade varit rädd för vatten ända sedan dess.

"Varför är det inget som fungerar?" frågade Trevor. "Vi har bett och vi har till och med varit vid bassängen. Inget fungerade!" Trevor hoppade upp från soffan och sprang till sitt rum.

Trevor slängde igen dörren bakom sig och kastade sig på sängen. Snart hörde han en tyst knackning på dörren.

Trevor tittade upp när pappa satte sig ner bredvid honom. "Mamma berättade att du fortfarande är nervös för att döpas", sade pappa.

Trevor nickade. "Jag ber om det men den läskiga känslan går inte bort."

Pappa funderade en stund. "Ibland när vi ber om något så händer det inte med en gång. Du kanske är rädd nu, men det kanske känns bättre i morgon."

Trevor skakade på huvudet, men sedan kom han ihåg när han hade varit nervös för att börja skolan förra året. Pappa hade gett honom en välsignelse. Kanske kunde en välsignelse hjälpa honom att döpas också. Han tittade upp på pappa. "Tror du att du och farfar kan ge mig en välsignelse?"



Pappa nickade. "Jag tycker det är en jättebra idé."

Lite senare satte sig Trevor på en stol i vardagsrummet. Pappa och farfar lade händerna på hans huvud. Pappa välsignade honom och sade att om han hade tro så kunde vår himmelske Fader hjälpa honom att känna sig lugn och fridfull.

Nästa dag när Trevor satt på dopgudstjänsten i sina vita kläder kände han sig fortfarande nervös. Han var glad att han hade fått en välsignelse, men tänk om han fortfarande blev rädd?" Hur skulle han kunna döpas?

Efter ett tal om dopet lutade sig pappa över till honom. "Det är dags att gå till bassängen", sade han. Trevor nickade och följde efter pappa till bassängen. Pappa gick i först.

Sedan var det Trevors tur. Han tvekade, men sedan kom han ihåg

välsignelsen. "Himmelske Fader, hjälp mig att ha tro", bad han tyst för sig själv.

Sakta satte Trevor ner en fot i vattnet. Det var varmt och skönt. Trevor tog ett steg till.

Med varje steg kände han hur oron och rädslan försvann allt mer. Pappa tog honom i armen och log. "Klar?"

Trevor kände sig lugn och fridfull. Det här var känslan som vår himmelske Fader hade lovat att ge honom. Han nickade. "Klar."

Pappa lyfte sin högra arm och bad dopbönen. När pappa sänkte ner Trevor under vattnet var han inte rädd. Allt han kunde känna var att den lugna, fridfulla känslan blev allt starkare.

Trevor log när han kom upp ur vattnet. Han visste att den här tron hade hjälpt honom övervinna rädslan så att han kunde döpas. Han visste att vår himmelske Fader alltid skulle hjälpa honom när han försökte välja det rätta. ■

Författaren bor i Nevada i USA.



"När vi väljer att följa Kristus i tro istället för att välja en annan väg i rädsla, välsignas vi."

Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kворum, "Lev i tro och inte i rädsla", *Liahona*, nov. 2007, s. 73.

Hej! Jag heter Enkhjin A. och är från Mongoliet



Jag har inget husdjur men jag vill gärna ha en hundvalp. Ibland åker vi till landet och då får jag se kor, får, kameler, hästar och getter. På vintern tycker jag om att göra snögubbar där. Här är jag med min bror och vän vid Turtle Rock i nationalparken Terelj.

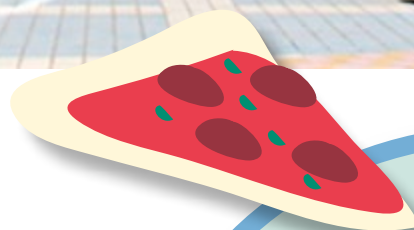
Vad tycker du bäst om att göra tillsammans med din familj? Enkhjin A., 8 år, från Mongoliet tycker om att åka till landet med sin familj och plocka jordgubbar och andra vilda bär.

Jag är glad när min familj gör saker tillsammans. Vi tycker om att ha hemaftnar och gå i kyrkan varje vecka. Vi läser också Mormons bok och ber tillsammans varje dag. Allt det här hjälper min familj att vara stark.





Jag bor tillsammans med mamma, pappa och två bröder i Ulaanbaatar, Mongoliets huvudstad. Det bor en miljon människor i vår stad! Vi bor på tolfte våningen i ett lägenhetskomplex.



På den här bilden läser jag en saga för min bror. Jag tycker jättemycket om att läsa! Jag går i trean. Jag tycker också om matte och teckning. En av mina klasskamrater är inte medlem i kyrkan, men jag undervisade henne om Vidsomsordet och sade att hon skulle dricka mjölk i stället för kaffe eller te. Jag lärde henne också hur man ber till vår himmelske Fader eftersom hon inte kunde det. Jag bjöd också hem henne till en hemafton.

ENKHJINS FAVORITER:

Mat — pizza och potatismos
Skriftställe — Första Nephi 3:7
Sånger — "Se här uti stallet",
"Mormons boks berättelser"

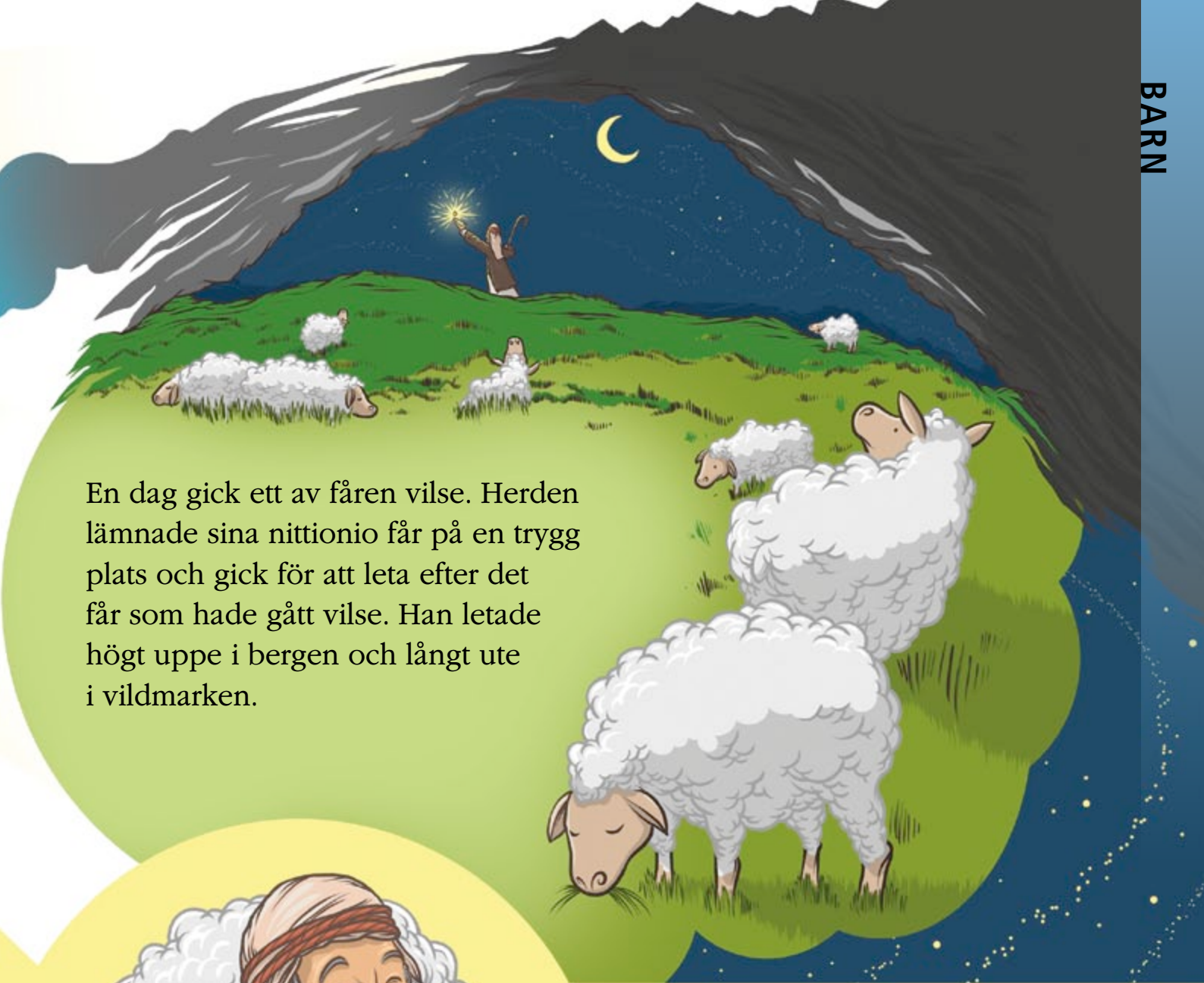


Herden och det bortsprungna fåret

Margo Mae, Utah, USA



Jesus undervisade folket genom att återge berättelser. En dag berättade han om en herde som hade hundra får. Herden var mycket god och vänlig. Han skyddade fåren från vilda djur. Han vakade över dem på nätterna.



En dag gick ett av fåren vilse. Herden lämnade sina nittionio får på en trygg plats och gick för att leta efter det får som hade gått vilse. Han letade högt uppe i bergen och långt ute i vildmarken.



När herden hittade fåret till slut blev han mycket glad. Han lade fåret på axlarna och bar hem det.



Herden kallade samman sina vänner
och berättade hur han hade hittat sitt
får. De firade tillsammans.



Jesus Kristus är som herden i den berättelsen, och vi är som
fåren. Jesus vakar över oss och skyddar oss från fara. Han ger inte
upp hoppet om oss när vi gör misstag. Och han blir glad när vi
omvänder oss och återvänder till hans evangelium. Det är därför
skrifterna kallar honom den gode herden ■.

Från Matteus 18:12–14 och Lukas 15:3–7.

**JESUS UNDERVISAR OM LIKNELSEN OM DET BORTSPRUNGNA FÅRET**

"Om någon av er har hundra får och förlorar ett, lämnar han då inte de nittionio i öknen och går och söker efter det förlorade tills han hittar det?" (Lukas 15:4).

Kyrkan har upplevt historiska förändringar under president Monsons ämbetstid

Under de gångna fem åren av president Thomas S. Monsons ledarskap har kyrkan bevittnat historiska förändringar som påverkat medlemmar över hela världen. Kyrkans sextonde president har gjort tydliga avtryck genom ett antal viktiga tillkännagivanden och genomförandet av ny policy, från missionsarbetet och ledarutbildning till omfattande tempelbyggande.

Många av de nya regler och tillkännagivanden som kommit under president Monsons ledarskap har världsomfattande inverkan — men kärnpunkten är att de avser tjänandet av och omsorgen om den enskilde. Den omsorg om den enskilde som visat sig i hans liv visar sig också i varje historiskt ögonblick.

Här följer några höjdpunkter från de fem första åren av Thomas S. Monsons ämbetstid:

- För att utöka möjligheterna för kyrkans unga medlemmar att verka som heltidsmissionärer, tillkännagav president Monson den 6 oktober 2012 att män kan börja verka vid 18 års ålder och kvinnor vid 19 års ålder. Detta tillkännagavs under den första sessionen av kyrkans 182:a halvårskonferens, och skapade en

våg av entusiasm för missionärsarbetet. Sedan tillkännagivandet har till kyrkans missionärsavdelning inkommit fler ansökningar om missionärstjänst än någonsin från både unga män och unga kvinnor som är ivriga att få tjäna.

- I ett brev undertecknat också av hans rådgivare i första presidentskapet — president Henry B. Eyring och president Dieter F. Uchtdorf — tillkännagav president Monson att man under 2013 skulle starta en ny studiekurs för ungdomar avsedd att "stärka och bygga upp tro, omvändelse och vittnesbörd" hos kyrkans ungdomar. De nya studiekurserna öppnar för mer interaktiv undervisning inom aronska prästadömet, Unga kvinnors och Söndagsskolans klasser efter samma mönster som Frälsaren använde medan han verkade på jorden. Varje veckas lektioner använder många av den nutida kyrkans online-resurser, så att ungdomarna får delta och engagera sig som aldrig tidigare.
- Under ledning av president Monson och första presidentskapet fortsätter kyrkan med

världsomfattande ledarutbildningsmöten för att hjälpa lokala prästadsöms- och biorganisationsledare och familjer i deras arbete med att betjäna medlemmarna och fördjupa omvändelsen. Genom den här utbildningen kan lokala ledare och medlemmar ges ledning från medlemmar av första presidentskapet, de tolv apostlarnas kvorum och andra generalauktoriteter och biorganisationsledare. I den världsomfattande utbildningen har ingått instruktioner om användningen av de nya handböckerna (introducerade 2010), utbildning om hur man genomför givande församlingsrådsmöten samt hur man stärker familjen och kyrkan genom prästadömet.

- År 2010 började första presidentskapet ge i uppdrag åt medlemmar av de tolv apostlarnas kvorum att genomföra två nya slag av internationella möten — prästadsöms ledarskapskonferenser och områdesrevisioner. Under prästadsöms ledarskapskonferenser sammanförs stavspresidentskap, biskopar och grenspresidenter inom ett visst område för utbildning. Under en områdesrevision



President Thomas S. Monson talar till media vid tillkännagivandet av nytt första presidentskap i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga måndagen den 4 februari 2008.

ser ledarna också mer noggrant på vad som händer i kyrkan inom ett visst kyrkoområde och går igenom sådant som humanitär verksamhet, välfärdsbehov och missionärsarbete samt släktforskning och tempeltjänst.

- Under president Monsons ämbets-tid har 31 nya tempel tillkännagetts över hela världen. Sexton har invigts och ytterligare fem har återinvigts efter omfattande renoveringar. President Monson presiderade själv vid invigningarna av templen i Calgary, Alberta, Canada; Cebu City, Filippinerna; Curitiba, Brasilien; Kiev, Ukraina; Panama City, Panama; Vancouver, British Columbia, Kanada och Draper, Utah; Kansas City, Missouri; Rexburg, Idaho; South Jordan,

Utah; Gila Valley, Arizona och Twin Falls, Idaho, USA. Dessutom presiderade han vid återinvigningen av templen i Mexico City, Mexiko och Atlanta, Georgia; Boise, Idaho och Laie, Hawaii, USA.

- President Monson har också presiderat över större tillgång än någonsin till kyrkans online-resurser som levererar profeternas ord och kyrkans program till över 14 miljoner medlemmar över hela världen. Bland online-resurserna märks olika slag av videor producerade av kyrkan, däribland en serie filmer som åskådliggör viktiga händelser från Nya testamentet.
- Under ledning av första presidentskapet har kyrkan framställt en ny bok med titeln *Döttrar i mitt*

rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet. Boken är avsedd som resurs för den enskilde och familjen för att stärka kvinnor i deras ansvar.

- Under president Monsons ledarskap har kyrkan gripit in vid katastrofer världen runt och hjälpt människor i nöd. Bland större humanitära insatser under de senaste fem åren märks arbete för att hjälpa till efter ett jordskalv i Haiti, en jordbävning och tsunami i Japan och översvämningar i Thailand. Kyrkan har också gett bidrag efter en svår kris i fråga om mat i östra Afrika, hjälpt till med vaccination av barn i många länder och försett avsidens liggande byar med rent vatten. Dessutom har kyrkan invigt en välfärdsanläggning på 53 000 kvadratmeter i Salt lake city i Utah, USA. ■

Kyrkans ledare talar om att "påskynda verket"

Sarah Jane Weaver

Church News

Mitt under de förändringar som kräver att sista dagars heliga ungdomar tar mer aktivt del i missionärsförberedelser, släktforskning och tempeltjänst samt söndagsundervisningen säger ledarna att kyrkans ungdomar "kallats att handla" och ombes att "stå upp och stråla" (L&F 115:5).

Förändringarna klargör en sak: "Herren har något som han vill uträtta", säger äldste Paul B. Pieper i de sjuttios kворum.

Äldste Pieper, verkställande direktör vid prästadsavdelningen, deltog nyligen i en rundabordsdiskussion anordnad av *Church News*, om de förändringar som kommer att påverka ungdomar på många områden. Andra deltagare i rundabordsdiskussionen var äldste Allan F. Packer i de sjuttios kворum och verkställande direktör vid släkthistoriska avdelningen, äldste William R. Walker i de sjuttios kворum och verkställande direktör vid tempelavdelningen, äldste W. Craig Zwick i de sjuttios kворum och assisterande verkställande direktör vid missionärsavdelningen, äldste Paul V. Johnson i de sjuttios kворum och ansvarig för Kyrkans utbildningsverksamhet samt äldste Dennis C. Brimhall, områdessjuttio och verkställande direktör vid släkthistoriska avdelningen och Linda K. Burton, Hjälpföreningens generalpresident.

Äldste Pieper nämnde den sänkta åldern för missionärsarbete för unga män och unga kvinnor, de nya studiekurserna för unga och första presidentskapets brev där ungdomar ombes engagera sig i släktforskning och ta med släktingars namn till templet och sade att han själv inte sett de här "tre trådarna löpa samman" före konferensen. "Jag minns att jag kom till konferensen ... och frågade

mig själv: 'Hur har allt detta samordnats?' Det var tydligt att det var Herrens hand."

Äldste Zwick sade att Herrens ord är tydliga: "Se, jag skall i rätt tid påskynda mitt verk" (L&F 88:73). "Herren själv tar ledningen här", tillade han. "Jag tror inte det någonsin funnits en generation ungdomar som förberetts för studiekursen så som dagens [ungdomar] har. Jag tror inte det någonsin funnits en grupp ungdomar som utfört lika många dop eller fler förrättningar för de döda ... [eller] som har varit lika nära tempeltjänsten och alla dess aspekter som den här gruppen. Och förvisso förbereder allt detta ... dem för missionärsarbetet och bygger en säker grund för ytterligare ansvar under de år som följer efter missionen."

Det är ett mycket kraftfullt budskap om att Gud litar på sina ungdomar, sade äldste Brimhall.

"När Herren gör någonting faller alla bitar på plats vid rätt tidpunkt, och det är det som händer här", sade äldste Johnson. Han påpekade att de som arbetade på de nya studiekurserna inte visste att det skulle ske en förändring av åldern när missionärer kan börja tjäna.

Äldste Walker talade om brevet från första presidentskapet som uppmanade ungdomar att utföra sin släktforskning och ta de här namnen till templet. "Att ungdomarna kunnat få sina rekommendationer med begränsad användning ... har varit en verkligt underbar sak", sade han. "Ungdomar är angelägna om att utföra arbetet i templet, och de förstår läran. ... Detta hjälper verkligen till att förbereda dem andligen för allt det underbara som finns i beredskap för dem."

FOT MED TILLSTÄND AV CHURCH NEWS



Äldste Packer sade att han nyligen hört talas om en ung kvinna som stod och gav sitt vittnesbörd om släktforskning. "Det är mycket roligare än de gamla sade att det skulle vara", sade hon.

"Det är Elias ande", sade äldste Walker. "Detta är att barnens hjärtan vänds till fäderna och fädernas till barnen."

Kyrkans ledare är överens om att Herren påskyndar sitt verk och att kyrkans ungdomar kallats till verket.

Släktforskningen, tillade äldste Packer, kommer att förändra ungdomarnas sätt att fatta beslut och deras känslor inför utmaningar. Han sade att de kanske tänker: "Om farfar klarade det här, så kan jag också."

Han sade att en tempelpresident berättade att när ungdomar är ställföreträdare vid dop för vem som helst kommer de ut leende, men "när de gör det för sina förfäder, har de tårar i ögonen. De känner något djupare, något mer."

Att hjälpa de unga få perspektiv är ett mål för de nya studiekurserna — där undervisningsresurser ersätter lektionsböcker, sade äldste Pieper. Enligt studiekursen ska unga lärare avgöra vad de behöver införliva med varje söndags upplevelse för att förbereda ungdomar för tempeltjänst, släktforskning och missionärsarbete.

"Hemmet blir vår nya missionärsskola", sade äldste Packer. "Hemmet är det nya släktforskningscentret. De nya studiekurserna ska hjälpa både de unga och föräldrarna i den rollen."

Budskapet till föräldrarna är att "kyrkans ledare litar på er som föräldrar och de här unga männen och unga kvinnorna som fostras i era hem", sade äldste Zwick.

Alla förändringarna för "kyrkan dit där den ska vara, där det är profeterat att den ska vara", sade äldste Johnson. "Herren vet hur framtiden blir ... och det här är bara en av de många saker han gör för att främja riket och hjälpa det gå framåt."

Äldste Pieper sade att när han tänker på allt som hänt under generalkonferensen i oktober, ser han "en profet med nycklar som slår upp dörrar och säger 'var så goda'. Vi inbjuder er att komma och engagera er i verket. Det är Herrens tid nu. Det vet vi alla. Vi kände det alla. Kyrkan känner det. Självklart kommer det att fungera!" ■



Äldste Christofferson ger råd till kyrkans medlemmar i Centralamerika

Äldste Don L. Searle

bidragit till *Church News*

Kyrkans uppdrag i dag är att förbereda ett folk som är redo att ta emot och tjäna Herren när han kommer, sade äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum till medlemmarna i Arraijans stav i Panama den 20 januari 2013.

Det var ett tema som äldste Christofferson återkom till flera gånger under sin rundtur i Centralamerika den 11 till 20 januari, då han talade till församlingar av ungdomar, unga

Äldste D. Todd Christofferson hälsar på en ung kvinna efter ett möte i Panama i januari.



ensamstående vuxna, missionärer, lokala ledare och medlemmar vid möten under stavskonferenser.

Äldste Christofferson åtföljdes av sin hustru Kathy Christofferson och äldste Richard J. Maynes i presidentskapet för de sjuttio med hustrun Nancy Maynes. Äldste Christofferson besökte först Costa Rica, sedan Guatemala och till sist Panama och åtföljdes på olika platser av medlemmar ur områdespresidentskapet: Äldste James B. Martino, president; äldste Carlos H. Amado, förste rådgivare och äldste Kevin R. Duncan, andre rådgivare.

Äldste Maynes besökte också Honduras och Belize för att tala med ledare och medlemmar där.

Äldste Christofferson talade till hundratals ungdomar som samlats till ungdomskonferenser i Costa Rica och Panama; till grupper av missionärer i San José, Costa Rica, Guatemala City och Panama City; till stora grupper unga ensamstående vuxna i tre länder samt till församlade prästadömsledare och biorganisationsledare.

Han besökte även presidenterna i Costa Rica och Guatemala för att befästa de viktiga relationerna med respektive regeringar.

I Costa Rica uppmanade äldste

Christofferson ungdomarna och de unga vuxna att lyda buden, att minnas att vår himmelske Fader känner och älskar dem och att läsa skrifterna varje dag och söka efter allt som Anden vill ge dem medan de läser.

Han bar ett starkt vittnesbörd om profeten Joseph Smith och om Jesus Kristus. "Jag nedkallar en välsignelse över er att ni må få del av samma vittnesbörd som jag framför" sade han och tillade: "[Jesus Kristus] är verklig. Jag nedkallar hans välsignelser över er i kväll."

I Guatemala betonade han familjens betydelse.

"När vi bildar familj uppfyller vi vårt största mål på jorden", sade han.

Han talade till ungdomarna i Panama och vittnade: "Ledaren för den här kyrkan är vår Herrre Jesus Kristus. Han är en mycket engagerad ledare och är personligt aktiv i att leda den här kyrkan."

En ledarkonferens för prästadömet betonade att man inte ska lägga fokus på uppgifter och att vara upptagen utan på resultaten av prästadömet tjänande, främst personlig omvändelse.

Äldste Maynes presiderade också vid olika möten, till exempel möten för unga vuxna och missionärer i Belize och Honduras, och han gav råd och andlig ledning till hundratals i de här länderna i Centralamerika. ■

Jason Swensen har bidragit till den här rapporten.

Kyrkans high school i Mexiko blir ny missionärsskola

Den 29 januari tillkännagavs att den av kyrkan ägda skolan Benemérito de las Américas i Mexico City ska göras om till missionärsskola.

Äldste Russell M. Nelson och äldste Jeffrey R. Holland, både medlemmar i de tolv apostlarnas kворum, presiderade och talade vid mötet den 29 januari i skolan där planerna för en blivande missionärsskola tillkännagavs. Ändringen från high school till missionärsskola förväntas ske i slutet av skolåret i juni 2013. I mer än fyrtio år har Benemérito de las Américas fungerat som internatskola — så sovsalar och annat som behövs för en missionärsskola finns redan på plats.

I den nya missionärsskolan ska man utbilda äldster, systrar och par som ska verka inte bara i Mexiko utan också i andra länder i Nord-, Central- och Sydamerika. Även missionärer från Förenta staterna som kallats till uppdrag som spansktalade i sitt eget land kan komma att utbildas i Mexico City. Missionärsskolan i Provo, Utah fortsätter att utbilda många missionärer i spanska.

Tabernakelkören vinner framgångar för inspelningar och på internet

I det senaste numret av *Billboard*, en amerikansk musiktidning, publiceras årets listor för 2012. På en av de här listorna finns kören tillsammans med Orchestra at Temple Square som nummer ett som "Traditional Classical Albums Artist".



Tabernakelkören och Orchestra at Temple Square placerade sig högt på Billboards årslistor och hade över 3 miljoner träffar på sin YouTube-kanal vid utgången av 2012.

I allt fanns kören och orkestern med på fem av årets slutlistor och två gånger på albumlistan. Den placerades sig som nummer 3 och 9 på listan Traditional Classical Albums (för albumen *Glory! Music of Rejoicing* respektive *This Is the Christ*); nummer 4 på listan Traditional Classical Albums Imprint, nummer 5 på listan Traditional Classical Albums Label samt nummer 12 på listan Classical Crossover Albums (för albumet *Glad Christmas Tidings* tillsammans med David Archuleta).

Förutom framgångar med skivor, uppnådde kören den 17 januari över en miljon visningar på sin YouTube-kanal som lades upp mindre än tre månader tidigare, den 30 oktober 2012. Kanalen hade uppskattningsvis 3,23 miljoner visningsminuter vid utgången av år 2012. För att se på inslaget, gå till www.YouTube.com/user/MormonTabChoir.

Stärkt av ordet

Att lyssna på ljudupplagan av *Liahona* har varit mycket uppbyggande för mig. Jag har delat med mig av ljudfilen till en medlem med synproblem, en annan som är chaufför och med andra vänner som har lässvårigheter.

Jag går just nu på en högskolekurs som är 20 mil hemifrån och lyssnar på tidningen så att bussresan känns både kortare och trevligare. När jag lyssnade på generalkonferensnumret kändes det som om jag levde på Jakobs tid och "hela dagen lång [fick] näring genom Guds goda ord" (Jakobs bok 6:7).

Francisco Flavio Dias Carneiro, Brasilien

Inspirerar, motiverar och stärker

Jag älskar *Liahona*! Den inspirerar och motiverar mig att hålla mig på den rätta vägen. Den hjälper mig också i mitt ämbete i Unga män. När det känns svårt och jag känner mig nere, går jag till Mormons bok och *Liahona*. De stärker mitt vittnesbörd om att min himmelske Fader och Jesus Kristus älskar och bryr sig om var och en av oss.

James Aaron S. Perez, Cebu, Filippinerna

ÖBORNAS TRO

Joshua J. Perkey

Kyrkans tidningar

Under en resa nyligen från Förenta staterna till Marshallöarna och Tonga slogs jag av den rena tron hos dem jag träffade. Deras tro verkade i stort sett vara oberörd av västvärldens ständigt skiftande definitioner av moral och sanning. Öbornas tro är stark, som en tidigare missionspresident i Tonga har sagt, nämligen äldste John H. Groberg (i de sjuttios kворum, 1976–2005). Den har sina rötter i försoningen och frälsningsplanen. En sådan tro upphör att ifrågasätta sådant som Anden har undervisat om.

På sätt och vis verkar livet på Stillahavsöarna vara stillsammare än vad jag var van vid. Öborna har visserligen tillgång till bilar och teve, filmer och internet, sport och många andra aktiviteter, men de verkar inte vara lika påträngande där som de är i många andra kulturer, bland annat i Förenta staterna.

Öborna har förstås egna provningar. Liksom jag måste de hitta sätt att få mat och bostad och vara noga med att skydda sitt vittnesbörd. Ändå ser jag gång på gång personer som inte vacklar under provningarnas tryck eller låter sig påverkas av jäkt eller distraktioner. I stället är de medvetna om Herrens hand i sitt liv. Som äldste David S. Baxter i de sjuttios kворum (och tidigare president för Stillahavsområdet) förklarade: "De tror på underverk, de förväntar sig att få dem och de får dem."



*Öborna jag
träffade
accepterar det
de vet är sant
och låter tvivlen
blekna bort.*

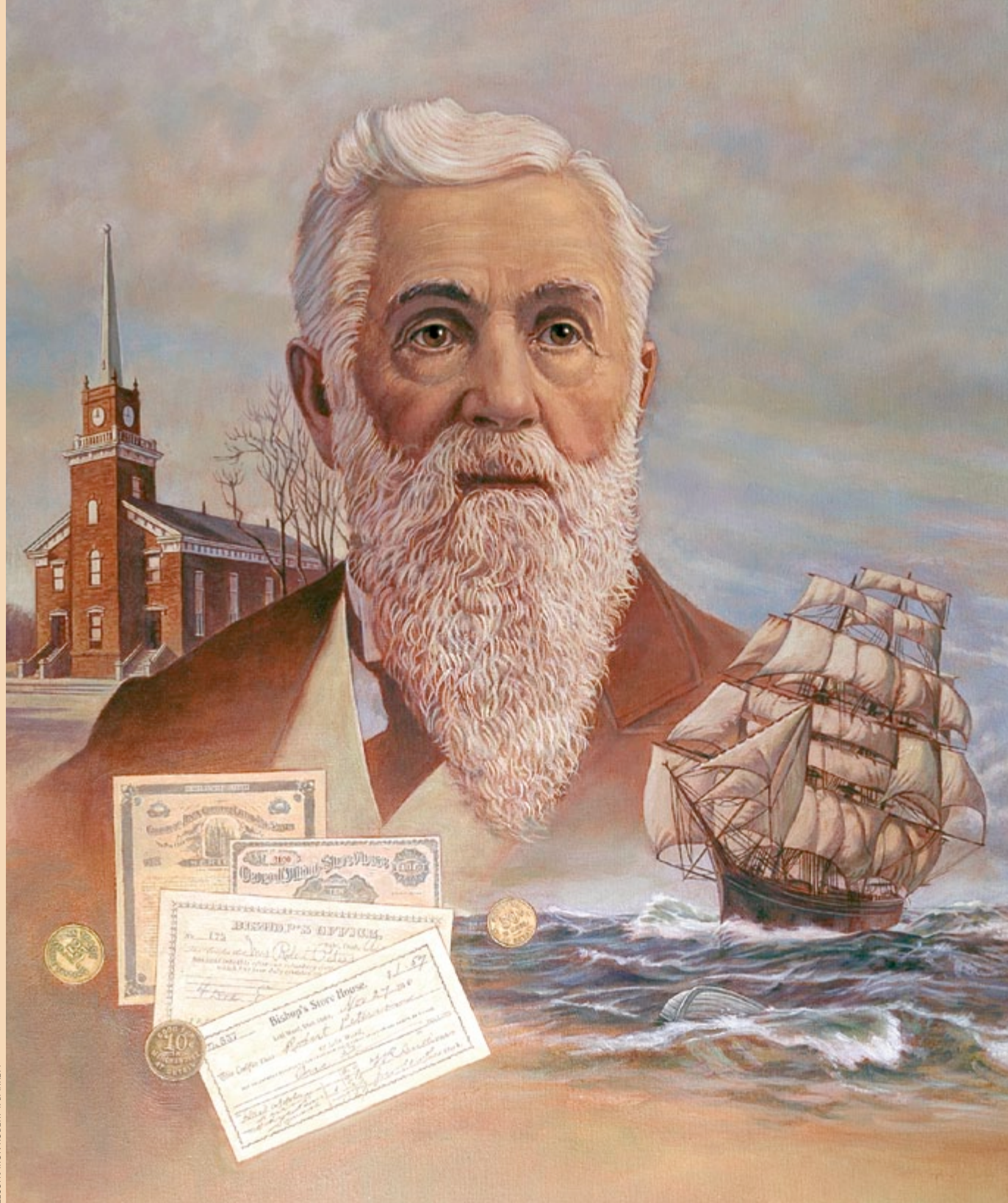
När jag återvände hem från min upplevelse på Söderhavsöarna funderade jag över flera frågor: Varför är vissa personer starka i sin tro medan andra låter frågor eller tvivel störa tankarna? När ett vittnesbörd väl har erhållits, varför låter vissa det försvagas eller bli skört? Varför blir vissa överraskade när de ser Herrens hand i sitt liv?

Kanske ligger svaret i hur beslutsamt en persons hjärta läggs på Herrens altare. För öborna som jag träffade är det beslutet inte något de verkar göra gång på gång. När de väl har förankrat sin tro på Återlösarens klippa, den säkra grundvalen, upphör många att ifrågasätta. De vägrar att låta vittnesbördet omskakas. De accepterar det de vet är sant och låter tvivlen blekna bort.

Det är en egenskap som jag vill fullkomna. När min tro provas vill jag kunna göra det som Herren sade till Oliver Cowdery att göra: "Kom ihåg natten då du ropade till mig i ditt hjärta, för att du skulle kunna få veta sanningen om dessa ting. Talade jag inte frid till ditt sinne om detta? Vilket större vittnesbörd kan du få än det som kommer från Gud?" (L&F 6:22–23). Sådana minnen leder till en orubblig tro.

En sådan tro är ren och fri från distraktioner. Den är hängiven och accepterande. Den säger: "Jag vet det. Jag behöver inte ifrågasätta det igen."

Genom att utöva en sådan tro på vår himmelske Fader och hans plan blir hans kraft aktiv i vårt liv. Den ger inte efter för angrepp på vår tro, för trötthet eller för det okända. Den gör att vi kan säga: "Han lever!" Och det är nog för mig. ■



LORENZO SNOW

Lorenzo Snow reste ut i världen för att sprida evangeliet. När han seglade till Hawaii fick en **storm** hans båt att välta. Lorenzo litade på Herren och räddades från att drunkna. När president Lorenzo Snow talade i **tabernaklet i S:t George** 1899 kände han sig inspirerad att undervisa om vikten att betala ett fullt tionde. När medlemmarna började betala **tionde** blev kyrkans ekonomi stabilare. De heliga betalade med pengar när de hade några och med sådant som ägg, mjölk och boskap när de inte hade några pengar.



"Familjen har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga bestämmelse", skriver första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum i "Familjen: Ett tillkännagivande för världen". I tillkännagivandet finns nio principer som stärker äktenskapet och familjen: "Tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation." Se artikeln på sidan 26 för mer information om var och en av de nio principerna.

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

BUDSKAP FRÅN OMRÅDESLEDARNA

Kraften i Mormons bok

Äldste Jose L. Reina, Spanien

Områdessjuttio

Under dessa tider av prövningar och vedermödor när vi verkligen behöver känna Anden och vara starka, behöver vi komma ihåg vad president Ezra Taft Benson sade om Mormons bok: "Det finns en kraft i boken som kommer att börja flöda in i era liv i det ögonblick som ni allvarligt börjar studera boken. Ni kommer att få större förmåga att motstå frestelser. Ni kommer att få större kraft att undvika att bli bedragna. Ni kommer att finna kraft att förbli på den raka och smala vägen."¹

När jag hittade kyrkan vid 20 års ålder uppmanades jag av mina missionärer — äldste Daniel Grigg och äldste Thayne Whipple — att läsa kapitel elva i Tredje Nephi i Mormons bok. När jag började läsa kände jag kraften som president Benson talade om. Jag hade samma upplevelse som Parley P. Pratt när han sade att han inte kunde sluta läsa boken. När jag läste berördes jag av läran om Israels insamling på ett mäktigt sätt. När jag hade avslutat kapitel tio i Moroni började jag läsa boken igen, men den här gången började jag från början. När jag kom

till Tredje Nephi motiverades jag av friden och glädjen jag kände att fatta bättre beslut i mitt liv.

Att läsa Mormons bok har hjälpt mig under de svåraste stunderna i mitt liv. Jag har läst den från början till slut vid tillfällen när jag verkligen behövde känna dess kraft och inspiration, som när jag var på missionärsskolan, när jag kallades som stavs-president, när jag skulle förbereda ett konferenstal eller när president Gordon B. Hinckley uppmanade oss att läsa Mormons bok i augusti 2005. I var och en av dessa situationer har den haft ett otroligt inflytande på mig. Jag har inte bara känt kraften i Mormons bok när jag har läst den från början till slut, utan jag har också känt dess djupa inflytande när jag har läst berättelserna vid andra tillfällen eller omständigheter. Jag kommer ihåg när min dotter Lidia Maria och jag bestämde oss för att läsa den tillsammans. Vi tillbringade flera dagar med att läsa inledningen och hade heliga upplevelser som hon och jag aldrig glömmer. Mormons bok enade och stärkte oss oerhört.



Äldste
Jose L. Reina,
områdessjuttio

Precis som profeten Enos som efter att ha fått förlåtelse för sina synder var angelägen om sina bröders välfärd, eller som profeten Lehi som när han hade smakat på frukten från livets träd också ville att hans familj skulle äta av den, har också jag känt behovet av att sprida Mormons bok. I sitt oförglömliga tal, *Låt jorden översvämmas av Mormons bok*, sade president Benson: "Gud ... har uppenbarat för mig att tiden är inne då det är absolut nödvändigt för oss att ... föra fram Mormons bok."²

Mormons bok har hjälpt mig att sprida evangeliet. Varje gång jag har gett bort en Mormons bok har mitt vittnesbörd stärkts eftersom jag utövar tro och följer profetens råd. I varje situation har Herren väglett mig och hjälpt mig

så att varje person tacksamt har tagit emot boken. Jag ber att jag en dag ska få se effekten som var och en av de här värdefulla gåvorna har haft i andras liv.

Jag tycker om att tänka på det föredöme som syster Elena Henriquez var som alltid hade en Mormons bok i sin affär och tog tillvara varje tillfälle hon kunde att fråga sina kunder:

”Tycker du om att läsa?”

President Benson sade:

”Mormons bok ... skrevs för vår tid. Nephiterna hade aldrig boken, inte heller hade lamaniterna den i forna dagar. Den var avsedd för oss.”³

Jag vet att om vi följer våra profeter och läser Mormons bok varje dag så kommer vi att få styrka och kraft att möta varje situation. Vi känner hur den Helige Anden är med oss dag och natt. Vårt vittnesbörd om Jesus Kristus blir starkare och vår önskan att glädja honom motiverar alla våra handlingar. Må Herren hjälpa oss att inte ringakta Mormons bok (se L&F 6:12) så att vi kan ta emot alla de välsignelser han har förberett åt oss. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Ezra Taft Benson, ”Mormons bok — slutstenen i vår religion”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.
2. Ezra Taft Benson, ”Låt jorden översvämmas av Mormons bok”, *Nordstjärnan*, jan. 1989, s. 4.
3. Ezra Taft Benson, ”Mormons bok — slutstenen i vår religion”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.

Lättare att möta utmaningar efter Adam & Eva-dag i Malmö stav

Birgitta Wennerlund, Kristianstads gren



FOTO: BIRGITTA WENNERLUND

Malmö: Kyrkans familjeservice, dess program för beroenden och missbruk, stödgrupper, depressioner och mental ohälsa, sorgearbete, ett liv tillsammans med dem som gått vilse eller ännu inte hittat rätt – ja, ämnena var många denna vackra höstdag i slutet av oktober, när ett 40-tal personer samlades i Malmös möteshus för att lära sig själva eller hjälpa andra att möta livets utmaningar.

Anders Tageson, läkare och ivrig föreläsare för att stödgrupper under prästadömetts ledning ska startas i stavarna, berättade att kyrkans familjeservice är en resurs som håller på att byggas upp i Sverige. Dick Thörn, som är ansvarig för denna del av kyrkans välfärdsprogram i Sverige, kunde på grund av sjukdom inte själv medverka i Malmö.

Broder Tageson berättade att kyrkan har anpassat Anonyma alkoholisters tolvstegsprogram för återhämtning från beroendeskaper och missbruk. ”Kyrkan har bara gjort om lite för att det ska uppfylla våra ändamål. Programmet kan genomföras enskilt, men är mer effektivt i en stödgrupp som

Från vänster: Kirsti Wiklöf, president för Hjälpföreningen i Malmö stav, Glen Helmstad, Cecilia Helmstad, Ann Stigsson, Anders Tageson, äldste Ole D. Dunn och syster Kathleen Dunn delade med sig av kunskaper och erfarenheter under Adam & Eva-dagen under hösten 2012.

träffas varje vecka”, förklarar han. ”I en stödgrupp är man anonym och alla har tystnadsplikt. De tolv stegen är ett livslångt arbete, och det behövs stödgrupper för det är bara cirka två procent som klarar att på egen hand komma bort från sitt missbruk.”

Broder Tageson brinner för kyrkans sätt att hjälpa. ”När man hjälper lär man sig att älska människorna, man förändras själv”, säger han. ”Det finns ett nyhetsbrev kring frågor inom återhämtningsprogrammet som kan beställas på blacoewv@ldschurch.org.”

Äldste Ole D. Dunn, som just nu tjänar som missionär tillsammans med sin hustru på centret för unga vuxna i Lund, föreläste om depressioner och mental ohälsa. Sina erfarenheter och insikter har han hämtat under sina tolv år som biskop och från en psykolog som under flera år verkade som hans rådgivare.

Eftersom de allra flesta känner någon som har drabbats av depression, eller har egna erfarenheter, ägnades en stor del av tiden åt att diskutera vad man bör göra eller inte göra. ”Det finns två slags depressioner”, säger äldste Dunn, ”känslomässiga och kemiska. De kemiska kan vi inte göra mycket åt, men de känslomässiga kan uppstå vid olika slag av förändringar i vårt liv. Vi kan komma i obalans i samband med fysiska förändringar, pensionering, dödsfall, arbetslöshet, sjukdom och så vidare. Nittiofem procent av oss människor upplever någon slags depression under vårt liv.” Han förklarar också att det enda vi egentligen kan göra är att lyssna: ”Det bästa är att låta personen ifråga veta att vi hör honom eller henne!”

Ann Stigsson, kurator som i sitt arbete dagligen möter människor som förlorat en närstående eller själv snart kommer att dö, talade om sorgearbetet när livet inte blev som det var tänkt. ”Vi är dåligt fostrade i att sörja”, menar syster Stigsson. ”Speciellt döden finns inte närvarande i vår tid, det är ingen som lärt oss att sörja.” ”För att kunna vara

ett stöd”, fortsätter hon, ”är det viktigt att inse att sorgen är unik. Det finns inget rätt eller fel sätt att sörja. Även om det kan finnas en del gemensamma drag, är vi ändå ensamma i vår sorg.”

Ann delar in sorgearbetet i fyra stadier: Chocken, reaktionen, bearbetningen och nyorienteringen. I de två första stadierna kan vi bara hålla om, hålla i, hålla tyst och hålla ut. Bearbetningen och att lära sig finna sätt att leva vidare tar ofta längre tid än man tror. ”Vi kan välja att ’sopa under mattan’ men sorgen finns kvar. Det handlar om att kunna förlika sig med vad som hänt och att släppa taget”, förklarar Ann. ”Vi brukar säga att tiden läker alla sår, men det är sorgen som läker alla sår, inte tiden. Ingen kan trösta bort smärtan, ändå är trösten som ett klister som hjälper oss att laga livet. Sorgen är emellertid ett arbete som tar kraft, och därför måste vi vara extra lyhörda för vad var och en behöver.” Hon betonade också att barnen behöver vara med, de har oftast lättare att ’gå ut och in’ i sorgen.

Glen och Cecilia Helmstads föreläsning handlade om hur det kan vara att leva med och hjälpa dem som gått vilse eller ännu inte hittat rätt. Efter att ha visat en film från Youtube med en modern version av liknelsen om den förlorade sonen, diskuterade man sonens, faderns och broderns olika reaktioner och hur man kan tillämpa liknelsen i vår tid. ”Det viktigaste är att respektera handlingsfriheten”, säger syster Helmstad, ”och att aldrig ge upp. Vi måste också ha oändligt med kärlek och se den andre som han eller hon kan bli. Fadern i liknelsen började ganska snart förbereda en fest för att ta emot den son som han förväntade skulle komma tillbaka. Han handlade i tro. Det måste vi också göra.” Detta betonades också i en annan berättelse om ett par, där hustrun var trofast i kyrkan och på ett vist sätt stödde sin make i 35 år, innan han följde henne. Vi kan söka Herrens hjälp och Andens vägledning. ■

MTC-dag för ungdomar i Göteborg

Sofia Åkebrand och Johanna Huldin,
Alingsås församling

Göteborg: Vi har varit på MTC-dagen som anordnades i Göteborgs stav för ungdomar över 14 år den 24 november 2012.

Dagen började med en seminarieträff i centret för unga vuxna i Göteborg. Vi pratade om vikten av missionsarbete. Det var spännande att få höra om olika missionärsupplevelser och det var kul att få se kort som tagits också.

Sedan blev vi indelade i två grupper. Den ena gruppen gick runt på stan med missionärerna och man fick tips och råd om hur man kan prata med människor om kyrkan. Det var nervöst men efter ett tag lärde man sig lite om hur det var — en liten tankeställare om hur det är vara missionär. Det kanske inte är så lätt när folk ignorerar en eller liknande, vilket hände, men det var superkul när folk ville lyssna!

Medan några gick med missionärerna fick den andra gruppen gå runt i stan och göra en "flashmob", det vill säga en dans som helt oväntat kommer. Dansen vi fick dansa var EFY-dansen. Det var jättekul att se hur folk blev chockade när vi plötsligt började dansa och sedan låtsades som ingenting. Många gick därifrån med ett stort leende. Det kändes att man gjorde något bra tillsammans. Absolut något som man hade velat göra om!

Dagen avslutades med att vi lekte lekar (som var sjukt roliga men kluriga), fick smaskiga priser och sedan såg vi på film med missionärerna och åt lite snacks och frukt. En jättemysig dag som vi hoppas kommer att upprepas! ■

Macksöndagar i Utby

Jens och Emilia Åman, Utby församling

Göteborg: Utby församling har sedan nästan tio år tillbaka haft en trevlig tradition som kallas "macksöndag". Ungefär en gång i kvartalet stannar alla kvar efter söndagsmötena för att äta smörgåsar och umgås tillsammans. Olika organisationer turas om att hålla i trådarna och ibland serveras även soppor eller matiga sallader i kulturhallen där allt dukas upp. Medlemmar tar med sig mat och församlingen kompletterar med det som eventuellt fattas.

I december 2012 hölls för första gången en speciell variant av macksöndag med

julbord. Det var mycket uppskattat och även flera vänner som inte är medlemmar i kyrkan deltog.

Att tillsammans äta en bit mat och umgås efter kyrkan är ett välkommet inslag i församlingskulturen i Utby. Vanligtvis skyndar många hem efter kyrkans möten, men när det är macksöndag behöver ingen ha så bråttom. Det är också ett bra tillfälle för gamla och nya medlemmar att på ett informellt sätt lära känna varandra. ■

*Julluch efter söndagsmötena
i Utby församling*



FOTO JENS ÅMAN

Jag övergav min barndoms tro för evangeliet

Rainer Åhlfors, Provo, Utah, USA

Under min uppväxt i ett mycket andligt hem som ett Jehovas vittne trodde jag aldrig att jag en gång skulle komma att överge den tro jag vuxit upp med och som jag kände så starkt för. Det var inte så att jag kände att något saknades i mitt liv. Det var heller inte så att jag hade frågor som inte kunnat besvaras. Men så skulle allt komma att förändras.

Jag var 24 år gammal och egen företagare, framgångsrik inom social media på en tid då sociala medier ännu inte var ett begrepp. Min framtid verkade till stor del utstakad, även om jag nyligen hade haft ett par oförklarliga motgångar. Av orsaker som jag inte fullt förstod vid den tidpunkten beslöt jag mig för att ge mig ut och resa. USA lockade och jag bokade en biljett till Salt Lake City, Utah. Jag skulle komma att bo tillfälligt hos en vän som nyligen gått med i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i Springville, Utah.

Varför vid den här tidpunkten? Varför USA? Varför den lilla staden Springville? I efterhand vet jag att jag leddes av en hand vars uppsåt jag inte kände, men som snabbt gjorde sig påmind och som skulle komma att förändra mitt liv.

Jag anlände till Utah i januari. Inom en vecka hade jag träffat missionärerna som kommit för att ta farväl av min nydöpta vän, då en av dem skulle avsluta sin mission och bege sig hem till Australien igen. Ett par dagar senare återvände den andre med sin nye medarbetare. De visste att jag var ett aktivt Jehovas vittne, men kände ändå att de skulle erbjuda mig att samtala med dem. Till deras hjälp gick jag med på det, och vi bestämde tid för nästföljande onsdag.

**Rainer Åhlfors
med sin familj
i Provo, Utah,
USA.**

Kamratskapet i Alingsås

Alingsås: Kamratskapet för ungdomar från 14 till 18 år hölls den 2 till 5 januari i Östlyckeskolan i Alingsås med 220 deltagare och ledare. Bolliaden i Stockholm som var tänkt att arrangeras samtidigt blev inställd och därmed deltog i stället de anmälda ungdomarna från östra och norra Sverige på Kamratskapet.

Det blev en mycket lyckad konferens med danser, sport, workshops, kulturkväll samt ett andligt möte. Äldste Ingvar Olsson besökte konferensen och talade till ungdomarna. ■

(texten hämtad från Göteborgs Stavsnytt)



FOTO RAINER ÅHLFORS

Jag blev otroligt besviken på vårt första besök tillsammans. Vi pratade om grundläggande läror som gick hand i hand med mina dåvarande trosuppfattningar. Jag ville samtala om djupare detaljer, verkligen få reda på vad "mormonerna" lärde. De gick med på mitt förslag och vi bestämde tid för nästföljande onsdag.

Redan tidigt gjorde jag klart för dem att om vi skulle komma in på läror jag visste var fel, då skulle våra samtal komma till ett snabbt slut. Till min stora förvåning hände det aldrig! Vi träffades två gånger i veckan. Den timme som blivit avsatt blev snart en och en halv. Jag ställde svåra bibliska frågor om kyrkans läror. Jag krävde också att deras svar alltid använde Bibeln även om Mormons bok också användes.

Resten är, som man säger, historia. Den 29 april 2001 blev jag så döpt och den 6 maj var jag kyrkans nyaste medlem. Min familj, som fortfarande var (och är) aktiva Jehovas vittnen hemma i Sverige tog inte nyheten med gott mod. Till en början pratade vi fortfarande på telefon varje vecka. Men för snart 6 år sedan tog den kontakten slut. De förklarade att de inte längre kunde hålla kontakten med mig. Mina föräldrar har aldrig träffat sina barnbarn eller ens pratat med dem. De har inte alls vetskap om mina två yngsta barn, eller hur väl det går för mina två äldre barn som båda går i skolan. De vet heller inte att min hustru och jag nu väntar vårt femte barn.

Det kan tyckas som en stor kostnad — att överge hem och familj, att motvilligt tvingas bryta kontakt med föräldrar, syskon och gamla vänner. Ångrar jag då mitt beslut? Inte alls! Jag vet nu att jag blev vägledad av Herren. Jag vet att Jesu löfte till Petrus gäller även mig. "Se, [jag] har lämnat allt och följt dig. ... 'Amen, säger jag [dig]: Ingen lämnar hus eller bröder eller systrar eller mor eller far eller barn eller åkrar för min och evangeliets skull utan att få hundrafalt igen. Här i världen får de hus, bröder, systrar, mödrar, barn och åkrar, ... och i den kommande tidsåldern evigt liv" (Mark. 10:28–31). ■

Hon gav bort en Mormons bok – och förändrade livet för många

Anita Viktorstam-Fritzson, Jönköping



FOTO ANITA VIKTORSTAM-FRITZSON

Anita Viktorstam-Fritzson tillsammans med sin son Marcus som nu verkar på mission i England.

Det var en gång en syster som tyckte det var toppen att dela med sig av sin tro. I sitt arbete träffade hon en ny affärskontakt. Hon gav en Mormons bok till den lite förvånade mannen. Han tyckte det var en märklig gåva. Han tänkte lägga

den åt sidan men så gick hans bil sönder på resan hem och han blev fast på ett hotellrum. Där fanns just ingenting att läsa, så han sträckläste Mormons bok — och fick ett vittnesbörd.

Hans hustru blev förstörd orolig inför denna plötsliga

förändring, då hennes man döptes och kallade sig mor-mon, men det dröjde inte länge förrän hon också ville bli döpt.

Deras barn var alla vuxna. En av döttrarna, som var 23 år blev nyfiken och började träffa missionärerna, och döptes. Hon hade en tjugoårig bror som började umgås med ungdomarna i kyrkan och missionärerna. Ett halvår senare döptes han.

Båda barnen åkte på mission. De gifte sig och fick egna familjer. Den tidigare så oroliga hustrun åkte också på mission, när hon blev äldre och ensam.

De båda barnens egna barn börjar nu bli vuxna. Två har tjänat på heltidsmissioner. Ytterligare en förbereder sig för att tjäna en mission. De andra barnen är frimodiga missionärer för sina vänner och en ung man är på mission just nu — min son Marcus, som är i England.

Det var alltså min pappa som fick boken i sin hand av en medlem 1981. Allt detta har hänt tack vare en modig systems önskan att dela med sig av evangeliet. Hon gav bort en Mormons bok, och se hur det förändrade livet för SÅ många människor! Vi kan inte längre räkna hur många personer detta har påverkat. ■

FOTO HELENA ÖSTERLUND



Jag vill gärna likna Jesus

Jakob, 3 år

Jag tycker om att hålla bön till min himmelske Fader. Jag liknar Jesus när jag säger förlåt och gör snälla saker till mina kompisar. Hade Jesus kompisar? Det måste han ha haft. Han har nog många kompisar i himlen. När jag läser skrifterna på kvällen lär jag mig mer om Jesus. ■

Jakob, 3 år, vill gärna likna Jesus.

MÅNADENS SLÄKTFORSKNINGSHÖRNA

New FamilySearch har ersatts av Family Tree

Syster Kari Sandum, släktforskningsmissionär för Sverige och Norge

När jag blev medlem i kyrkan för drygt 40 år sedan, tog det inte lång tid innan jag blev biten av "släktforskarbaccillen". Jag bodde i Oslo och hade möjlighet att flera gånger per vecka sitta på arkivet och söka i gamla kyrkböcker. Doften och känslan i dessa originalmanuskript gjorde att jag kände mig nära mina förfäder och deras samtid.

Sedan kom livet emellan som det ofta gör. Vardagen hade fullt upp med sitt och släktforskningen blev lagd på hyllan och blev liggande där i 35 år tills jag en dag blev introducerad till kyrkans webbaserade släktforskningsprogram "New FamilySearch". Då var min man Birger och jag nykallade på mission till Släkthistoriska biblioteket i Salt Lake City. För mig var

det som en uppenbarelse, och jag tänkte: "Det är det här jag har väntat på i alla dessa år!" Plötsligt kändes allt tillgängligt, enkelt och framför allt roligt. Nu är jag biten av bacillen igen. Man kan nästan säga att jag har blivit beroende, men det känns som ett mycket hälsosamt och välsignelsesrikt beroende. Dessutom vet jag att jag aldrig kommer att ha tråkigt så länge jag lever, och att jag alltid kommer att känna att jag har en meningsfull uppgift i livet.

New FamilySearch har nu ersatts av en förenklad och förbättrad version kallad "Family Tree" (Släkträdet). Tillsammans med alla digitaliserade och indexerade uppteckningar som nu bara är ett musklick bort,

finns det inga geografiska hinder längre. De tidsmässiga hindren är till stor del också undanröjda. Startsträckan att börja är minimal och man kan komma långt på bara en kvart.

För att kunna logga in på FamilySearch.org, som är huvudsidan för all kyrkans släktforskning, behöver du ett användarkonto. Du använder ditt LDS-konto om du har ett sådant, eller så skapar du ett under "Logga in"-fliken på sidan. En av släktforskarhandledarna i din församling/gren kan hjälpa dig med detta om du behöver hjälp.

Varje månad i Liahona kommer det att finnas en släktforskningskolumn med inspiration och "hur man gör"-tips.



FOTO HELENA ÖSTERLUND

Syster Kari Sandum verkar tillsammans med sin man Birger som släktforskningsmissionär för Sverige och Norge.

Om någon av er har intressanta och trosstärkande släktforskningserfarenheter som ni har lust att dela med er av, går det bra att mejla dem till mig, kari@sandum.se. ■

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 två veckor efter händelsen.

För att få artiklar och foton ska 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 <http://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

Helena Österlund, ass. Redaktör
helen.osterlund@gmail.com
Söderby Parkväg 111, 136 63 Söderby
Tel. 08-7770401 ■