

JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA • SEPTEMBER 2015

Liahona

Familjen:
Ett tillkännagivande för världen
September 1995–september 2015

**Försvara och skydda det
traditionella äktenskapet, s. 12**

**Våra barn välsignas när vi
förbättrar vårt äktenskap, s. 18**

**Skriva äktenskapets
lag i hjärtat, s. 24**





*"Säljs inte fem sparvar
för två öre? Och inte
en enda av dem är
bortglömd hos Gud.*

*Ja, till och med alla
hårstrån på ert huvud
är räknade. Var alltså
inte rädda. Ni är mer
värda än många
sparvar."*

Lukas 12:6-7



BUDSKAP

- 4 **Budskap från första presidentskapet**
Familjer och bön
Henry B. Eyring
- 7 **Besökslärarnas budskap:**
Jesu Kristi gudomliga
egenskaper: Mäktig och
full av härlighet

PÅ OMSLAGET

Framsida: Foto Cody Bell. Insidan av omslagets framsida: Fotoillustration David Stoker. Omslagets bakre insida: Foto Craig Dimond.

ARTIKLAR

- 12 **Herren behöver dig nu!**
M. Russell Ballard
Tre sätt att ta på sig "hela Guds vapenrustning" och ge sig in i striden idag.
- 18 **Våra barn välsignas när vi förbättrar vårt äktenskap**
Lori Cluff Schade
Kvaliteten på ert äktenskap påverkar kanske era barn mer än ni inser.
- 24 **Templet och äktenskapets naturliga ordning**
Bruce C. Hafen
Genom att följa den äktenskapsordning som Gud gav åt Adam och Eva, kan män och hustrur bli mer lika Frälsaren.
- 30 **Kyrkans handböcker – den skrivna ordningen**
Per G. Malm
Vill du lära dina plikter i ditt ämbete? Har du frågor om kyrkans policy? Kyrkans handböcker har svaren.

36 Aldrig ensam i Sierra Leone

Norman C. Hill

Trots sina prövningar vet dessa sista dagars heliga att deras himmelske Fader kommer ihåg dem.

AVDELNINGAR

- 8 **Anteckningar från aprilkonferensen 2015**
- 10 **Vårt hem, vår familj:**
Bön: En mors gåva
Anonym
- 40 **Sista dagars heliga berättar**
- 80 **Tills vi möts igen: Ett besök av Frälsaren**
Lorenzo Snow

48



- 44 Jag upplevde kraften i Jesu Kristi försoning när ...**
Unga vuxna berättar hur de har tillämpat Frälsarens försoning i sina liv för att finna frid, hopp och styrka.
- 48 En kultur av tro i Guatemala**
 Lisa López
Att vara aktiv i kyrkan och vara vän med andra heliga berikade den här unga vuxna kvinnans liv.



*Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret.
 Ledtråd: Hur känns det när du läser Mormons bok?*

- 50 Hur man verkligen omvänder sig**
 D. Todd Christofferson
- 51 Affisch: Sök det levande vattnet**
- 52 Stanna eller lyda?**
 Melvin Rondilla
Han var tvungen att fatta ett beslut: Att vara sin familj till lags eller följa Herren.
- 54 Du kan förändras**
 David Dickson
I skolan, liksom i livet, måste inte det du tidigare presterat vara avgörande för din framtida potential.
- 56 Inte av världen**
Hur kan du följa Frälsarens befallning att vara i dagens värld men inte av den?
- 59 Rakt på sak**
- 60 Seminariet är värt det!**
Ungdomar i hela världen gör uppoffringar för att delta i seminariet, men de är alla överens om att det som seminariet erbjuder är värt uppoffringarna.
- 62 "Jag har för egen del fått veta"**
 Travis Searle
Seminariet erbjuder nu ytterligare två sätt att stärka ditt vittnesbörd.
- 64 Vår plats**

54

73



- 66 Skriftfigurer i Nya testamentet: Den återfunne sonen**
- 67 Våra kvinnliga ledare**
- 69 Bra idé**
- 70 Lindsays släkt pussel**
 Jill Hacking
Lindsays pappa förklarade hur släktforskning är precis som att lägga ett pussel.
- 72 Frågesport om släkten**
 Carolyn Colton
Du kan spela det här spelet med din familj för att lära dig mer om din släkt.
- 73 Särskilt vittne: Hur kan jag visa vänlighet mot andra?**
 Dallin H. Oaks
- 74 Glad att kunna hjälpa**
 Amie Jane Leavitt
William och hans systrar var glada när de var färdiga med att kratta löv i sin trädgård, men så lade de märke till sin grannes trädgård.
- 76 Dags för skrifterna: Sakramentet: En påminnelse om Jesus**
 Erin Sanderson
- 78 För små barn: En ny känsla**
 Francislain Urquidi Farfan Vasser
När Gabriel läste Mormons bok med sin familj, kände han något han aldrig känt förut!

Förslag till familjens hemafton

*Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemaftnar.
Här följer två exempel.*



”Inte av världen”, sidan 56: Du kan läsa om äldste Perrys upplevelse när han beslutade sig för att ta ett glas mjölk på affärssammankomster. (Hänvisningen till den här berättelsen finns på sidan 57.) Ni kan som familj diskutera kreativa sätt att vara i världen men inte av världen. Vad kan du till exempel göra om en grupp vänner bestämmer sig för att se på en olämplig film eller titta på pornografi? Hur kan du bemöta någon som förlöjligar din tro på Joseph Smith, äktenskap eller kyskhetslagen? Ha Kristi exempel i åtanke när ni besvarar de här frågorna som familj.

”En ny känsla”, sidan 78: När ni har läst artikeln tillsammans kan ni prata om hur den helige Anden talar till oss. Använd skriftställen som Galaterbrevet 5:22–23 (ger känslor av kärlek, glädje, frid, tålmod, mildhet, tro och hopp); Johannes 14:26 (lära ut sanning och påminner om den); Alma 19:6 (ersätter mörker med ljus); Moroni 10:5 (uppenbar sanning); L&F 6:14–15 (upplýser sinnet); 8:2–3 (ger oss tankar i sinnet och känslor i hjärtat). Ni kan dela med er av personliga upplevelser ni haft av att känna den helige Anden.

PÅ DITT SPRÅK

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på languages.lds.org. Besök [Facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) för att hitta hemaftonsidéer, hjälp för söndagslektioner och inspirerande budskap som du kan dela med släkt och vänner. [Facebook-sidan finns bara på engelska, spanska och portugisiska.]

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Anständighet, 59

Barn, 10, 18

Bibeln, 59

Bön, 4, 10, 41, 43, 54

Den Helige Anden, 78

Exempel, 4, 56

Familjen, 4, 12, 18, 24,
70, 72

Förlåtelse, 44

Försoningen, 44

Jesus Kristus, 7, 44, 51,

56, 76, 80

Ledarskap, 30

Lydnad, 50, 52

Missionsarbete, 36, 41

Mormons bok, 78

Nya Testamentet, 66

Offer, 24

Omvändelse, 41

Omvändelse, 44, 50

Pornografi, 12

Potential, 54

Sabbatsdagen, 42

Sakramentet, 76

Seminariet, 60, 62

Släktforskning, 69, 70, 72

Teknik, 12

Tempel, 24

Tjänande, 40, 74

Tro, 10, 36, 48

Vigsel, 12, 18, 24

Vänlighet, 73



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

Familjer OCH bön

När jag vid ett tillfälle satt vid sidan av min fars säng, talade han om sin barndom. Han talade om sina föräldrars kärlek i svåra tider och om sin himmelske Faders och Frälsarens kärlek. Jag visste att han var döende i cancer, så det förvånade mig inte att han ibland blandade ihop sina känslor för sin himmelske Fader med sin jordiske fars kärlek och vänlighet. Min far hade ofta sagt att han, när han bad, inom sig tyckte sig se sin himmelske Faders leende.

Hans föräldrar hade genom sitt föredöme lärt honom att be som om han talade med Gud och att Gud kärleksfullt skulle svara. Han behövde detta föredöme ända till slutet. När smärtan blev intensiv, brukade vi hitta honom på knä vid sin säng på morgonen. Han hade varit för svag för att lägga sig i sängen igen. Han berättade för oss att han hade bett och frågat sin himmelske Fader varför han, som alltid försökt vara god, måste lida så mycket. Han sa att han fick ett vänligt svar: "Gud behöver tappra söner."

Så han kämpade på till slutet och litade på att Gud älskade honom, och skulle lyfta upp honom. Han hade haft förmånen att tidigt få veta och aldrig glömma att en kärleksfull Gud är lika nära som en bön.

Det var därför som Herren sa till föräldrar, "Och de skall även lära sina barn att be och att vandra rättrådigt inför Herren" (L&F 68:28).

Jesu Kristi evangelium har återställts – med Mormons bok och alla prästadörets nycklar som kan sammanbinda

familjer – tack vare att Joseph Smith som pojke bad i tro. Den tron fick han i en kärleksfull och trofast familj.

För tjugo år sedan gav Herren det här rådet till familjer i "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" från första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum: "Framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation."¹

Vi står i överväldigande tacksamhetsskuld till profeten Joseph Smiths familj för hans uppfostran. Hans familj visade inte endast exempel på tro och bön, utan även omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation.

De släktled som kommer efter dig kan komma att kalla dig välsignad för ditt exempel på bön i din familj. Du kanske inte blir någon stor Herrens tjänare, men genom dina böner och ditt föredöme kan du hjälpa Herren Jesus Kristus att fostra goda och dyrbara lärjungar.

Av allt du kan välja att göra för att hjälpa Herren, är bönen en central del. Uppenbarligen finns det vanliga människor som genom sina böner inspirerar andra att öppna ögonen och se vem som är där. Du kan bli en sådan människa.

Tänk på vad det kan innebära för dem som knäböjer med dig i familjebön. När de känner att du talar med Gud i tro, ökar även deras tro på att kunna tala med Gud. När ni ber för att tacka Gud för välsignelser de vet har kommit, växer deras tro på att Gud älskar dem



och att han besvarar dina böner och även deras. Det här kan endast ske i familjebönen om du har haft den upplevelsen i dina egna böner, om och om igen.

Jag blir fortfarande välsignad tack vare en far och en mor som talade

med Gud. Deras exempel på bö-
ens kraft i familjen är fortfarande till
välsignelse för de generationer som
kommit efter dem.

Mina barn och barnbarn välsignas
dagligen tack vare mina föräldrars
föredöme. Tron på att en kärleksfull

Gud hör och besvarar böner har över-
förts till dem. Du kan skapa ett sådant
arv i din familj. Det är min bön att du
ska göra det. ■

SLUTNOT

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen",
Liahona, nov. 2010, s. 129.

FIRA TJUGOÅRSJUBILÉET AV TILLKÄNNAGIVANDET OM FAMILJEN

"Familjen: Ett tillkännagivande
för världen" undervisar om
principer som är precis lika aktuella
idag som när det introducerades den
23 september 1995. Ni skulle kunna
bjuda in de personer eller familjer ni
undervisar att fira tillkännagivandets
tjugoårsjubileum genom att:

1. Skriva en lista över de principer
i den som har särskild betydelse
för dem. (Se hur president Eyring
gör det med bön i budskapet
ovan).
2. Samtala om hur var och en av dessa
principer kan hjälpa dem idag och
i framtiden.
3. Sätta upp specifika mål att inför-
liva de här principerna i sina liv
och berätta om dem för andra.

Förbättra dina böner

President Eyring säger att din familj kan bli välsignad genom sin starka relation till vår himmelske Fader. Du kan stärka din relation till honom genom att förbättra dina böner! Här är några förslag på hur du kan göra det:

Ta en stund och fundera över vad du vill säga innan du börjar be. Fundera över frågor du har eller sådant som kanske besvarar dig. Du kan skriva ner dem så att du inte glömmer dem. Använd den här tiden till att rensa tankarna från dagens brus så att du kan fokusera på de finstämda intrycken från den helige Anden. Om dina tankar är benägna att vandra iväg medan du ber, så försök att visualisera att din himmelske Fader lyssnar. Var detaljerad. Ta också några minuter efter bönen och lyssna till Andens maningar. Du kan skriva ner dina intryck i din dagbok.

Kom ihåg att bönen har kallats "en form av arbete" (Bible Dictionary, "Prayer"), så bli inte bekymrad om det

krävs övning eller verkar svårt! Dina ansträngningar att be kan bidra till att skapa en relation till Gud som påverkar generationer.



Din himmelske Fader

**HÖR
DINA
BÖNER.**

Han älskar dig.
Han vet vad
du heter.

President Henry B. Eyring,
förste rådgivare i första presidentskapet,
"Fortsatt uppenbarelse", *Liahona*, nov. 2014, s. 73.

BARN

En påminnelse om bön

President Eyring undervisar om att det är viktigt att be med sin familj. Du kan vara ett exempel för din familj genom att be varje dag. Du kan också påminna din familj om att ni ska be tillsammans varje dag. Klipp ut kortet till vänster och sätt upp det där hela familjen kan se det. På det sättet kan ni alltid komma ihåg att vår himmelske Fader vill höra från er!



Studera det här materialet under bön och försök få veta vad du ska prata om. Hur kan kunskapen om Frälsarens gudomliga egenskaper stärka din tro på honom och välsigna dem du vakar över genom besöksundervisningen? För mer information, gå till reliefsociety.lds.org.

Jesu Kristi gudomliga egenskaper: Mäktig och full av härlighet

Det här är ett budskap i en serie besökslärarbudskap som handlar om Frälsarens gudomliga egenskaper.

I skrifterna lär vi oss att Jesus Kristus "mottog all makt, både i himlen och på jorden, och Faderns härlighet var med honom" (L&F 93:17). Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum har sagt att genom denna makt skapade vår Frälsare himlen och jorden, utförde underverk och uthärdade smärtan i Getsemane och Golgata.¹ När vi kommer till insikt om det här, växer vår tro på Kristus och vi blir starkare.

När vi ingår och håller templets förbund, välsignar Herren oss med sin kraft. Linda K. Burton, Hjälpför-
eningens generalpresident, har sagt: "Att hålla förbund stärker, ger kraft och skyddar. ... Nyligen träffade jag en kär ny vän. Hon vittnade om att när hon tagit emot sin tempelbegåvning,



kände hon sig stärkt med kraften att stå emot frestelser som hon tidigare hade kämpat med."²

Nephi vittnade om förbundens kraft: "Jag, Nephi, såg att Guds Lamms kraft föll ... över Herrens förbundsfolk ... och de var beväpnade med rättfärdighet och med Guds kraft i stor härlighet" (1 Nephi 14:14).

Ytterligare skriftställen

Jeremia 51:15; Uppenbarelseboken 1:6; Jakob 4:6–7; Mosiah 3:17



Tro, Familj, Tjänande

Från skrifterna

Fylld av medkänsla för Marta och Maria, uppväckte Jesus Kristus deras bror Lasarus från de döda genom den makt från Gud som han hade.

Jesus kom hem till Marta och Maria när Lasarus hade legat i graven i fyra dagar. De gick till Lasarus grav, och Jesus befälde att stenen som täckte för ingången skulle tas bort. Jesus sa till Maria: "Har jag inte sagt dig att om du tror, skall du få se Guds härlighet?" Sedan bad han till Gud Fadern och "ropade ... med hög röst: 'Lasarus, kom ut!'

Då kom den döde ut, med fötter och händer inlindade i bindlar." (Se Joh. 11:1–45.) Frälsaren använder sin makt för att återlösa oss och ge oss styrka. Vår tro på honom växer när vi kommer ihåg att han är full av makt och härlighet.

Att begrunda

Hur kan Guds makt beväpna oss med kraft och härlighet?

SLUTNOTER

1. Se M. Russell Ballard, "Detta är mitt verk och min härlighet", *Liahona*, maj 2013, s. 18.
2. Linda K. Burton, "Kraften, glädjen och kärleken i att hålla förbund", *Liahona*, nov. 2013, s. 111).

ANTECKNINGAR FRÅN APRILKONFERENSEN 2015

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

När du går igenom talen från generalkonferensen i april 2015 kan du använda de här sidorna (och konferensanteckningarna i kommande nummer) som ett hjälpmedel för dig i dina studier och tillämpningar av aktuella lärdomar från levande profeter och apostlar och andra ledare i kyrkan.

LÄROPUNKTER



Tro på äktenskapet

"Ingen har någonsin kommit på ett bättre sätt att fostra nästa generation än ett hushåll med gifta föräldrar med barn. ...

Vi behöver påminna oss själva då och då, som jag påmindes i Rom, om det underbart betryggande och tröstande faktum att äktenskapet och familjen fortfarande är den högsta strävan och idealet hos de flesta och att vi inte är ensamma om den tron. Det har aldrig varit en större utmaning att hitta en praktisk balans mellan

arbete, familj och personliga behov än i vår tid. Som kyrka vill vi bidra av all vår kraft till att skapa och stödja starka äktenskap och familjer."

Äldste L. Tom Perry (1922–2015) i de tolv apostlarnas kvorum, "Varför äktenskapet och familjen betyder något – överallt i världen", *Liahona*, maj 2015, s. 41, 42.

För fler artiklar om äktenskapets lära från aprilkonferensen 2015, se Boyd K. Packer, "Lycksalighetsplanen", s. 26; Linda K. Burton, "Vi klättrar uppåt tillsammans", s. 29 och D. Todd Christofferson, "Varför gifta sig? Varför bilda familj?" s. 50.

PROFETISKT LÖFTE



Guds nåd är tillgänglig för alla

"Guds nåd är vårt stora och eviga hopp.

Genom Jesu Kristi offer tillfredsställer barmhärtighetens plan rättvisans krav och 'frambringar medel varigenom [människorna] kan ha tro till omvändelse' (Alma 34:15).

Våra synder, om de än är blodröda, kan bli vita som snö. Eftersom vår älskade Frälsare 'gav sig själv till lösen i allas ställe' (1 Tim. 2:6), ges vi tillträde till hans eviga rike. ...

I dag och i all tid är Guds nåd tillgänglig för alla som har ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande. ...

Jag ber att vi ska visa vår kärlek till Gud och vår tacksamhet för hans oändliga nåd genom att hålla hans bud och med glädje 'leva det nya livet' (Rom. 6:4)."

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Nådens gåva", *Liahona*, maj 2015, s. 108, 110.

SVAR FÖR DIG

Under varje konferens ger profeter och apostlar inspirerade svar på frågor som kyrkans medlemmar kan ha. Använd majnumret 2015 eller besök conference.lds.org för att få svar på följande frågor:

- Jag tror på Jesu Kristi försoning, men hur kan jag få tillgång till dess kraft i mitt liv? Se Dale G. Renlund, "Sista dagars heliga ger inte upp", s. 56.
- Hur får missionärerna sina uppdrag? Vad kan jag göra för att klara övergången från missionär till återvänd

missionär? Hur välsignas jag av att gå på seminariet och institutet? Se M. Russell Ballard, "Den bästa generationen unga vuxna", s. 67.

- Hur kan jag bli en bättre far? Se Larry M. Gibson, "Faderskap – Vår eviga bestämmelse", s. 77.
- Vilka är de unika välsignelserna med en dödlig kropp och jordelivet? Se Joseph W. Sitati, "Var fruktsamma, föröka er och lägg jorden under er", s. 126.



HÄRLIGA BERÄTTELSEFRÅN KONFERENSEN

Vad fångar vår uppmärksamhet mer än en härlig berättelse? Här är fyra av de många berättelserna som återgavs under konferensen:

- Varför vet inte syster Yazzie från Chinle stav i Arizona hur många barnbarn hon har? Syster Yellowhair ger ett oväntat svar. – Se Carole M. Stephens, "Familjen är från Gud", s. 11.
- Drama och mod präglar berättelsen om Marie Madeline Cardon, en ung kvinna som 1850 försvarade sin tro på kyrkan inför en pöbelhop i Alperna i norra Italien. Hon är ett föredöme för oss i dag. – Se Bonnie L. Oscarson, "Försvarare av tillkännagivandet om familjen", s. 14.
- Läs hur fasteoffer välsignade familjen Turay under inbördeskriget i Sierra Leone 1991. – Se Henry B. Eyring, "Detta är den fasta jag vill ha", s. 22.
- Den här berättelsen om mod, hopp och att följa ljuset täckte löpsedlarna nyligen, men dess budskap är av evig betydelse för oss. – Se L. Whitney Clayton, "Välj att tro", s. 36.

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

BÖN: EN MORS GÅVA

Anonym

Min son var upprorisk, men jag slutade aldrig be för honom.

Jag har aldrig bett så mycket som när en av mina söner nådde 17 års ålder. Han började tvivla på evangeliet och ibland var han upprorisk och ville inte lyssna. Min man och jag försökte alltid insistera på att han skulle närvara i kyrkan, men ofta vägrade han. Vi hade familjens hemafton, läste skrifterna och bad tillsammans som familj, men han valde ofta att inte vara med. Jag minns inte hur många gånger jag knäböjde för att be vår himmelske Fader att röra vid hans hjärta och hjälpa honom att fortsätta på rätt väg.

Under de följande två åren gick det upp och ned för honom. Ledare i kyrkan stöttade mig och talade med honom, men ingenting verkade fungera. Till slut flyttade han hemifrån.

Jag slutade aldrig att be för honom. Ibland sa min man, som var trött på det hela, "Låt honom vara. Han har sin handlingsfrihet." Men mitt svar var alltid detsamma: "Nej, jag tänker inte ge upp hoppet."

Efter en tid kom vår son hem till oss. Han bad mig förlåta honom och sa, "Mamma, jag vill komma hem". Min man och jag var på vår vakt, men efter att ha talat om det, gav vi med oss. Efter att han kommit hem, såg vi hans beslutsamhet att ändra på sig. Han blev aktiv i kyrkan och deltog

i aktiviteter. Han kallades senare att verka som primärlärare, en erfarenhet som betydde mycket för honom.

En dag hängde jag upp en affisch från *Liahona* där det stod: "Låt inte oro eller tvivel hindra dig från att verka som heltidsmissionär."¹ Den hade hängt på hans sovrumsvägg

HJÄLP DITT BARN

Barn som går vilse har sin handlingsfrihet och är kanske inte lyhörda för andliga maningar, men evangeliet ger oss många sätt att hjälpa ett sådant barn:

- Rådgör med din äkta hälft och övriga barn.
- Stärk dig själv andligt så att du kan agera utifrån tro och kärlek, inte rädsla.
- Var värdig och sök personlig uppenbarelse om hur du ska hjälpa ditt barn.
- Var ett levande exempel på en Jesu Kristi lärjunge.
- Uttryck kärlek till ditt barn i ord och handling.
- Inbjud honom eller henne att lära sig om evangeliet i hemmet och ta del av familjeaktiviteter som semesterresor och projekt.
- Ge aldrig upp.



FÖRÄLDRARS INFLYTANDE

”Föräldrar som hedrar sina tempelförbund [har] med tiden ... möjlighet att utöva stort andligt inflytande på sina barn. Trofasta medlemmar i kyrkan kan finna tröst i att veta att de kan göra anspråk på löften om gudomlig vägledning och kraft, genom den Helige Andens inspiration och prästadörets privilegier, i sina ansträngningar att hjälpa familjemedlemmar ta emot frälsningens och upphöjelsens välsignelser. ...

Ett sådant inflytande kan inte ta bort barnets moraliska handlingsfrihet, men kan ändå verka tilltalande och inbjudande. Förr eller senare måste barnet utöva sin moraliska handlingsfrihet och handla i tro, helhjärtat omvända sig och handla efter Kristi lärdomar.”

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum, ”Trofasta föräldrar och upproriska barn – Behålla hoppet och övervinna missförstånd”, *Liahona*, mars 2014, s. 19.

i ett par månader när han plötsligt en dag sa till mig, ”Mamma, jag vill resa iväg som missionär i slutet av året.” Det var underbart. Min man och jag grät och grät, och vi stöttade honom givetvis när han förberedde sig att besöka templet och verka som missionär. Jag fortsatte hela tiden att be, och nu tackade jag min himmelske Fader för att han rört vid min sons hjärta.

Efter en tid som missionär, skrev han i ett av sina brev till mig, ”Mamma, jag har ett stort vittnesbörd om bön, tack vare dig. Jag vet att du hela tiden bad för mig, och nu är

jag missionär eftersom Herren rörde vid mitt hjärta, och inte för att jag är särskilt bra. Tack, mamma. Berätta för systrarna om den här principen som förändrade mitt liv.”

Nu har min son trofast slutfört en mission och tagit del av ett förunderligt verk. Jag är mycket tacksam till min himmelske Fader för att han lyssnade på mina böner under alla de här åren och för att han rörde vid min sons hjärta och fick honom att återvända till den rätta stigen. ■

Författaren bor i Guatemala.

SLUTNOT

1. ”Ta nästa steg”, *Liahona*, juni 2009, s. 31.



M. Russell Ballard
i de tolv apostlarnas
kvorum

HERREN BEHÖVER DIG nu!

*Som en Herren Jesu
Kristi apostel upp-
manar jag dig att
ta på dig hela Guds
vapenrustning och gå
in i striden i dag.*

Den värld vi lever i nu rör sig mycket snabbt från Kristi lära i sina lagar och seder. Därför arbetar Satan övertid med att förvirra Guds söner och döttrar och avleda de utvalda från att uppfylla sin plikt och ta emot en fullhet av Herrens välsignelser.

Satan vill att du ska sluta med de goda vanor du lärde dig hemma, i seminariet och institutet och som missionär – som att studera skrifterna och be dagligen, värdigt ta del av sakramentet varje vecka och att verkligen tjäna helhjärtat. Han vill också att du ska stå på sidolinjerna i dagens viktiga och avgörande strider.

Kom ihåg att vi är i krig – men inte ett krig med gevär och kulor. Trots det är det ett verkligt krig, med oräkneliga mänskliga offer. Kriget är faktiskt en fortsättning på det som påbörjades redan före jordelivet.

Paulus uppmanade oss att ”ta på oss hela Guds vapenrustning”. Han sa: ”Ty vi strider inte mot kött och blod utan mot furstar och väldigheter och världshärskare här i mörkret, mot ondskans andemakter i himlarna” (se Ef. 6:11–12).

Som en Herren Jesu Kristi apostel uppmanar jag dig att ”ta på dig hela Guds vapenrustning” och ge dig in i striden i dag, liksom Helamans söner gjorde för så många år sedan. Vänta inte tills du gifter dig eller påbörjar din karriär i livet

eller blir äldre. Kyrkan behöver våra ungdomar nu. Herren behöver dig nu!

Du minns att de tvåtusen unga krigarna ”ingick ett förbund om att kämpa för nephiternas frihet” (Alma 53:17). Kyrkan behöver nutida unga krigare som har ingått förbund att ”stå som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt” (Mosiah 18:9).

Ni unga kvinnor och unga män är Helamans nutida söner och döttrar. Må det sägas om er som det sades om dem: ”De [blev] nu vid denna tid ... till stort stöd” (Alma 53:19).

Bekämpa pornografi

Vi behöver ha dig med oss i kampen mot pornografi. Det är en hemsk farsot som sprids över världen.

För över 180 år sedan uppenbarade Herren sin hälsolag som innefattar en varning för användning av tobak (se L&F 89). Många människor lyssnade på Herrens varning, men det var många som inte gjorde det. Ingen visste då, eller ens när jag var i er ålder, något om rökningens långtgående effekter. Idag, efter årtionden av vetenskaplig forskning, vet vi att rökning kan leda till lungcancer och andra livshotande sjukdomar. Herrens visdomsord var en skyddande välsignelse.

På liknande sätt har Herren i vår tid varnat oss för pornografins följder. Miljontals människor följer trofast



Herrens råd, men oräknliga andra gör det inte. Vi behöver inte vänta, mina kära vänner, i 180 år eller ens i 10 år på att upptäcka de förödande följderna av pornografi. Aktuella vetenskapliga undersökningar har visat att pornografi lamslår unga vuxna på flera sätt och förgiftar deras möjligheter att en dag ha ett kärleksfullt och varaktigt äktenskapsförhållande.

Undersökningar har visat att upprepade konsumtion av pornografi kan leda till tvångsmässigt beteende och kan förändra hjärnan så att personen i fråga kan fångas i ett fängelse av beroende. Forskning har också bekräftat att pornografi skapar orealistiska förväntningar och leda till en farlig missuppfattning om sunt mänskligt samliv.

Det förrädiska är att pornografin får en att se människor som objekt som kan negligeras och ringaktas känslomässigt och fysiskt.

En annan aspekt av pornografin är att den oftast är en hemlig aktivitet. Användarna döljer eller åtminstone bagatelliserar ofta sin användning inför andra, även inför sina kärlekspartners eller äkta makar. Studier har visat att när människor på det här sättet döljer det de gör – när de gör sådant de inte är stolta över och döljer det för familj och vänner – så skadar det inte bara deras relationer och får dem att känna sig ensamma, utan gör dem också mer mottagliga för depressioner, ångest och låg självaktning. Hemligheter skadar tilliten.

Vi måste först och främst undvika pornografin själva, eftersom den är livsfarlig. Den tar död på äkta, känsliga mänskliga relationer och förstör äktenskap och familjer. Den förstör anden hos den människa som konsumerar den lika säkert som det dödligaste giftet tar död på kropp och sinne.

Låt dig inte bedras. Tro inte att du kan sluta med det här beroendeskapande beteendet när du går ut som missionär eller gifter dig. Om du håller på med det nu, om du är fångad i det, skaffa andlig hjälp nu! Du kan övervinna pornografin med Frälsarens hjälp. Vänta inte! Jag väddar till dig att hålla dig borta från det! Det finns många resurser på lds.org som hjälper dig att övervinna mörkret från pornografiska bilder.

Det här är svåra tider – men inte svårare än Helamans och hans unga krigares tid, när de stod upp för att försvara sina familjer och kyrkan. Nu är det dags för dig att stiga fram och ansluta dig till leden med andra rättfärdiga och hängivna unga män och unga kvinnor för att kämpa i striden mot pornografi.

Läran om äktenskap

Jag vill att du ska förstå hur kyrkan ser på äktenskapet så som det givits oss av vår himmelske Fader genom skrifterna och "Familjen: Ett tillkännagivande för världen." Det här inspirerade dokumentet fastställer att "Familjen är instiftad av Gud. Äktenskap mellan man och kvinna är en nödvändig del av hans eviga plan. Barn har rätt att födas inom äktenskapets ram, och att fostras av en far och en mor som ärar sina äktenskapslöften med fullständig trohet."¹

Apostlarnas uppdrag är att vara väktare på tornet, att se "fienden medan han ännu [är] långt borta" (L&F 101:54), och att undervisa om Kristi lärdomar. Ni vet alla att den traditionella definitionen av äktenskapet är under attack i dag. Det finns de som för diskussionen som om den gällde medborgerliga rättigheter. Första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum förklarade kyrkans ställning och lära om Guds avsikter och plan för sina andebarn att uppleva jordelivet, vilket är livsviktigt för vår eviga tillvaro och vårt eviga liv.

Jag citerar från ett yttrande till ledare i kyrkan 2014 och ber dig läsa det noggrant:

"Ändringar i de civila lagarna ändrar inte, och kan inte ändra, den morallag som Gud har instiftat. Gud förväntar sig att vi upprätthåller och följer hans bud oavsett avvikande åsikter eller trender i samhället. Hans kyskhetslag är tydlig: Sexuellt umgänge är rätt endast mellan en man och en kvinna som är lagligen gifta som man och hustru. Vi uppmanar er att gå igenom och undervisa kyrkans medlemmar om lärdomarna i 'Familjen: Ett tillkännagivande för världen'".

Uttalandet fortsätter:



”Precis som de som förespråkar samkönade äktenskap har rätt att bemötas artigt, gäller samma sak för dem som motsätter sig det. ...

Som medlemmar i kyrkan har vi ett ansvar att undervisa om Jesu Kristi evangelium och belysa de stora välsignelser som kommer av att följa Guds bud, liksom de oundvikliga följderna av att ignorera dem. Vi inbjuder er att be om att alla människor överallt ska bli vänligt inställda till evangeliets sanningar, och att visdom ska förlänas dem som har ansvaret att fatta beslut angående frågor som är av stor betydelse för samhällets framtid.”²

Jag vet att ni älskar och stödjer Herren och hans profeter, men jag vet också att en del av er kanske är förvirrade beträffande de många aspekterna av kyrkans beslut att stödja Guds uppenbarade plan för sina barn.

Jag vet också att en del av våra ungdomar har svårt att förstå hur man kan förklara läran om familjen och äktenskapet och fortfarande vara vänlig, mild och kärleksfull mot dem som inte håller med. Du är kanske rädd att bli stämplad som trångsynt eller intolerant.

Du kanske känner någon som kämpar med attraktion till personer av samma kön eller som bestämt sig för att leva i ett samkonat parförhållande. Din kärlek till den personen som en son eller dotter till Gud kan skapa en inre kamp i dina försök att älska och stödja honom eller henne och ändå stå för Herrens eviga plan för vår lycka.

Låt oss vara tydliga: Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga tror att ”upplevelsen av dragning till personer av samma kön är en komplex verklighet för många. Attraktionen i sig är ingen synd, men handlingen är det. Även om människor inte väljer att ha sådan dragning, väljer de hur de ska reagera på den. Med kärlek och förståelse räcker kyrkan ut handen mot alla Guds barn, också [dem med dragning till personer av samma kön].”³

Kyrkan varken lär eller förespråkar avståndstagande eller annat okristligt beteende. Vi måste älska och försöka hjälpa andra förstå att ingen bör bortse från eller förringa Guds bud.

Vår Fader i himlen kände till följderna av att leva i en fallen värld och sände därför en Frälsare, "Lammet som är slaktat från världens grundläggning" till sina barn.

HJÄLP OCH FÖRSTÅELSE

Kyrkan erbjuder hjälp och förståelse för dem som kämpar mot pornografi eller brottas med dragning till personer av samma kön. Den erbjuder även resurser för medlemmar i kyrkan som vill fördjupa sin förståelse för äktenskapet som gudomlig institution eller som vill dela med sig av evangeliet på internet. Titta gärna på följande resurser på internet:

- "Overcoming Pornography through the Atonement of Jesus Christ", overcomingpornography.org.
- "God Loveth His Children", lds.org.
- "The Divine Institution of Marriage", mormonnewsroom.org.
- "Sharing the Gospel Online" lds.org/church/share.

Ett vittnesbörd och en varning

I "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", förkunnade första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum: "Vi varnar dem som bryter mot kyskhetsbudet, som förgriper sig på maka eller barn, eller som underlåter att fullgöra sina skyldigheter mot familjen, att de en dag kommer att stå ansvariga inför Gud. Vi varnar vidare för att familjens upplösning kommer att frambringa de stora olyckor över enskilda människor, samhällen och nationer som förutsagts av forntida och nutida profeter."⁴

Jag är en som instämmer i den varningen. Som en av väktarna på tornet har jag ansvaret att "blåsa i hornet och varna folket" (se Hes. 33:1–9). Jag gör det för att jag älskar er och vill att ni ska förstå att vi måste vända oss till Herren och hålla hans bud. Det är min plikt.

Med Herrens varning följer också en inbjudan att komma till honom. Vår Fader i himlen kände till följderna av att leva i en fallen värld och sände därför en Frälsare, "Lammet som är slaktat från världens grundläggning" till sina barn (Upp. 13:8).

Jag tror att det är möjligt tack vare att "Gud [så älskade] världen att han utgav sin enfödde Son, för att de som tror på honom inte skall gå förlorad utan ha evigt liv" (Joh. 3:16).

Kom ihåg att evangeliet är ett "glädjebudskap".⁵ Det är ett hoppets budskap. Om du har problem nu – se till att få hjälp. Herren är barmhärtig och förlåtande.

Aposteln Paulus sa:

"Vem kan skilja oss från Kristi kärlek? Nöd eller ångest, förföljelse eller hunger, nakenhet, fara eller svärd? ...

Men i allt detta vinner vi en överväldigande seger genom honom som har älskat oss.

Ty jag är viss om att varken död eller liv, varken änglar eller furstar, varken något som nu är eller något som skall komma, varken makter,

höjd eller djup eller något annat skapat skall kunna skilja oss från Guds kärlek i Kristus Jesus, vår Herre" (Rom. 8:35, 37–39).

Tack vare Jesus Kristus kan frid ersätta skuldkänslor. Sunda relationer kan återställas. Beroenden kan övervinnas.

Vi behöver låta våra släktingar och vänner få veta den här sanningen – Gud är kärleken, "och han inbjuder dem alla att komma till honom och ta del av hans godhet. Och han avvisar ingen som kommer till honom" (2 Nephi 26:33).

Vi behöver ditt engagemang i frälsningsarbetet före, under och efter din mission.

Använd tekniken till att välsigna liv

Herren inbjuder er att engagera er och använda de sociala medier ni föredrar till att sprida evangeliet och stå som nutida Helamans söner och döttrar i de sista dagarnas stora strider. Han vill att ni ska bli de nutida unga krigare som står starka och enade för sanningen. Han vill att ni ska vara modiga och ståndaktiga inför fiendens framstötter. Vi vet att Herren till sist ska segra och att Satan ska besegras.

Ni har möjlighet att använda sociala medier klokt. Kom ihåg att det finns en lämplig tid och plats för er att använda sociala medier, och ett sådant tillfälle är att när ni delger era tankar och ert vittnesbörd om det ni lär er och det ni känner. Genom olika sociala medier kan ni samtala om evangeliet med släktingar, vänner och nyligen återvända missionärer, även med tidigare undersökare och nya medlemmar. Ni kan stå som vittnen om sanningen och försvara riket.



Jag vet att en del av er oroar er över att bli missbedömda, hånade och till och med förföljda om ni står upp för vår himmelske Fader och Herren Jesus Kristus och kyrkan. Mina kära älskade unga vänner, oroa er inte för personerna i den stora och rymliga byggnaden.

Att försvara riket

Jag vet att en del av er oroar er över att bli missbedömda, hånade och till och med förföljda om ni står upp för vår himmelske Fader och Herren Jesus Kristus och kyrkan. Jag förstår er oro.

Jag verkade som ung missionär i Brittiska missionen efter andra världskriget. På den tiden var mormoner "föremål för löje och förakt" (3 Nephi 16:9), och missionärer blev utskrattade och hånade. Människor till och med kastade saker på oss, och en del spottade på oss. Men vi drog oss inte undan utan fortsatte bära våra vittnesbörd och sprida evangeliet. Liksom Abinadi ryggade vi inte. Liksom Paulus ryggade vi inte och liksom Frälsaren ryggade vi inte. Då kunde vi inte ana vilken inverkan vårt arbete skulle få. Vi hade 14 distrikt och inga stavar. Idag har vi 46 stavar i Sion på brittiska öarna.

Mina kära älskade unga vänner, oroa er inte för personerna i den stora och rymliga byggnaden. Nephi såg att de skulle "håna och peka finger åt dem som hade kommit fram och som åt av frukten." Var inte som dem som "sedan de hade smakat på frukten skämdes ... på grund av dem som drev gäck med dem, och [som] avföll och kom in på förbjudna stigar och gick förlorade" (1 Nephi 8:27, 28).

Ni är en storslagen och viktig generation, och det här är en strålande tid att leva i! Framtiden är ljus. Säg till dig själv: "Jag hjälper Herren när jag vänder mig utåt och bär mitt vittnesbörd och undervisar om de sanningar som Gud har uppenbarat i de här sista dagarna."

Må Herren välsigna dig med visdom utöver din ålder så att du med klokhet ska inse att vi är i den här striden, och vi måste stå tillsammans, unga och gamla. Må du aldrig glömma, under den här resan du företar dig, att du är dyrbar när det gäller de framtida förberedelserna för världen inför den dag när Jesus Kristus ska säga: "Det är nog" och återvänder och regerar som Frälsaren, herrarnas Herre, kungarnas Kung, världens Återlösare, om vilken jag vittnar att han lever. ■

Från ett tal på ett andligt möte för unga vuxna, "Bli stilla och besinna att jag är Gud", som hölls i Kalifornien i USA den 4 maj 2014.

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. Brev från första presidentskapet i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, daterat den 10 jan. 2014 (Förenta staterna) och den 6 mars 2014 (utanför Förenta staterna); <https://www.lds.org/church/news/lds-church-instructs-leaders-regarding-same-sex-marriage?lang=eng&query=same-sex+marriage>.
3. "Love One Another: A Discussion on Same-Sex Attraction", mormonsandgays.org.
4. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", s. 129.
5. SeHandledning för skriftstudier, "Evangelierna"

Våra barn välsignas

NÄR VI FÖRBÄTTRAR VÅRT ÄKTENSKAP

Lori Cluff Schade

Auktoriserad äktenskaps- och familjerådgivare

En dag satt jag i samtal med en tonåring som nyligen hade riskerat sitt liv genom ett farligt beteende. Jag hade tidigare arbetat med hennes föräldrar och försökte bedöma hennes uppfattning och förståelse av relationerna i hennes familj. När jag frågade henne om hennes föräldrars äktenskap, såg hon mig i ögonen och svarade utan tvekan, "Mina föräldrar tycker inte om varandra".

Jag frågade hur hon visste det, eftersom hennes föräldrar upprepade gånger hade sagt till mig att de aldrig hade konflikter och var säkra på att deras barn inte kände till deras äktenskapsproblem. Det var något som jag som äktenskaps- och familjerådgivare ofta hört många par uttrycka.

"Det bara märks", svarade hon. Hon förklarade att hon inte kunde sluta oroa sig för att hennes familj kanske skulle rasa samman. Med tårar i ögonen avslöjade hon att det fick henne att må fysiskt dåligt och att hon kämpade med sömnen och närvaron i skolan. "Jag tänker på det hela tiden", sa hon.

Kvaliteten på äktenskapet påverkar barnen, vare sig man inser det eller ej. När du och din äkta hälft arbetar på att förbättra ert förhållande, blir era barn välsignade.





Mitt hjärta värkte där jag satt mittemot henne och begrundade det alltför vanliga scenariot. Jag visste att hennes båda föräldrar älskade henne och ville göra vad som helst för att hjälpa henne, men trots det var jag rädd att de underskattade hur mycket deras svåra äktenskap skadade henne och deras övriga barn.

I tillkännagivandet om familjen står det att "man och hustru har ett högtidligt ansvar att älska och vårda sig om varandra och sina barn".¹ Ibland är jag rädd att "och sina barn"-delen tränger undan "om varandra"-delen.

I mitt yrke ser jag hur medlemmar i kyrkan gör enorma uppoffringar för sina barn för att hjälpa dem få framgång. De här föräldrarna ingjuter positiva religiösa vanor i sina barn, om bön, skriftstudier och aktivitet i kyrkan. De uppmuntrar barnen att utbilda sig och utveckla förmågor som förbereder dem för en ljus framtid. Dock är jag rädd att det finns de som kanske undervärderar det som det framgångsrika äktenskapet erbjuder för att förbereda ungdomar för evig framgång.

Många par ägnar sin uppmärksamhet åt saker som är bra men gör inte så mycket för att stärka sitt äktenskap.

Vissa anpassar ivrigt sina scheman så att de kan närvara vid barnens uppträdanden, men verkar inte finna tid till en dejt med sin äkta hälft. I virvelvinden av barnuppfostran, karriärklättring och kallelser i kyrkan är det lätt hänt att äktenskap försummas och ibland till och med kan färgas av konflikter, förbittring och svek.

När gifta par blir mer medvetna om det stora inflytande som deras äktenskap har på deras barn, blir det uppenbart hur vidsträckta fördelarna kan bli när de aktivt försöker ge näring åt, och stärka sitt äktenskap.

Äktenskapets kvalitet påverkar barnen

Jag tror att de flesta sista dagars heliga par vill att deras äktenskap ska lyckas, och jag är imponerad över den nivå av äktenskapsförpliktelse som de flesta av dem uppvisar. I allmänhet tar sista dagars heliga som ingår det eviga äktenskapsförbundet (se L&F 131:2) detta förbund på allvar och uthärdar ofta enorma svårigheter för att bevara sina äktenskap.

Ibland stöter jag dock på äktenskap som erbjuder mer stabilitet än kvalitet. En del par tror felaktigt att om de bara

kan avstå från att gräla framför sina barn, behöver barnen inte få veta att äktenskapet inte fungerar. Barn är extremt intuitiva och känner vanligen på sig om något inte stämmer, vilket kan leda till djupa känslor av osäkerhet. Frånvaro av konflikt i ett äktenskap är en dålig ersättning för en trygg relation.

Undersökningar av äktenskapskvalitet och barn pekar på att ett högkvalitativt äktenskap medför en upplevelse av känslomässig trygghet och stärker barnens allmänna välbefinnande.² I mitt kliniska arbete bevitnar jag det faktum att barn påverkas djupt av föräldrarnas äktenskapskvalitet. Den här principen återspeglas i president Spencer W. Kimballs (1895–1985) ord: "Äktenskapet ... har inte bara att göra med lycka för stunden, utan också med evig lycka. Det påverkar inte bara de två berörda parterna utan även deras familjer och i synnerhet deras barn och deras barnbarn under många generationer."³ Jag förklarar ofta för andra att de inte bara skapar sina egna äktenskap utan i princip även sina barns och barnbarns äktenskap.

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum har dessutom sagt: "Den minskade betydelsen av tanken att äktenskapet är bestående och dyrbart har långtgående följder. Påverkan från de egna föräldrarnas skilsmässa eller den rådande uppfattningen att äktenskapet är ett fängelse som kväver personlig utveckling gör att en del unga vuxna undviker det. Många som gifter sig gör det med reservationer, redo att fly vid första allvarliga motgång."⁴

Som äktenskapsrådgivare kan jag bekräfta att vuxna vilkas föräldrar skilde sig eller hade ett lågkvalitativt äktenskap ofta säger att de känner sig osäkra i sin egen förmåga att upprätthålla och leva vidare i långvariga framgångsrika förhållanden. De är ofta överkänsliga mot alla motsättningar i äktenskapet och gör allt för att undvika konflikter, vilket ibland kan begränsa närheten i äktenskapet. Jag ser inte sällan vuxna gråta vid minnet av den känslomässiga smärta de upplevde när de såg sina egna föräldrars äktenskap försämrats och falla samman. Förtroendet i äktenskapet minskar i hushåll med dålig äktenskapskvalitet.

Att välja att förbättra äktenskapskvaliteten

Att förbättra äktenskapskvaliteten handlar mycket om val. Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum bekräftade att "ett par som älskar varandra kan välja ett äktenskap av högsta kvalitet eller ett av sämre kvalitet som inte varar."⁵

Den kände äktenskapsrådgivaren och forskaren William J. Doherty har skrivit om vikten av att kombinera förpliktelse med avsiktlighet, eller aktiva ansträngningar att förbättra äktenskapsrelationen: "Även om vi har en okuvlig förpliktelse mot våra partners, ser de flesta av oss inte hur vi förlorar våra äktenskap genom långsam erosion om vi inte fyller på med jord. Förpliktelse utan avsiktlighet leder till stabila men unkna äktenskap."⁶ Många par uttrycker djup förpliktelse och stabilitet men gör inte mycket, om något, för att aktivt försöka berika äktenskapet. Det är nedslående att se värdefullt äktenskapskapital underutnyttjas.

Älska din äkta hälft

När Unga kvinnors förra generalpresident Elaine S. Dalton i ett tal hävdade att det viktigaste en far kan göra för sin dotter var att "älska [hennes] mor",⁷ slogs jag av insikten att det var jag och inte min man som behövde lyssna på talet – han hade varit mycket bättre på att låta barnen förstå hur mycket han älskade mig, än jag hade varit på det motsvarande. Jag tänkte på de många gånger jag gått in i ett rum och min man hade frågat ett av mina barn, "Vet du vad?", och fått svaret, "jag vet ... du älskar mamma", eller, "jag vet ... mamma är din bästa vän", eller "jag vet ... mamma är din drömtjej", eller något liknande uttalande som han upprepat genom åren. Jag insåg att den enorma trygghet jag kände i mitt äktenskap, och som jag tagit för given, var ett direkt resultat av min makes generösa uttryck för sin kärlek, beundran och respekt för mig inför våra barn.

Vikten av syster Daltons undervisning betonas av profeten Jakob i Mormons bok. När han tillrättavisade nephiterna för deras orättfärdighet, pekade han ut att de lamanitiska männen däremot "älskar sina hustrur, och deras hustrur älskar sina män, och deras män och deras hustrur älskar sina barn". (Jakob 3:7), och betonade därmed



ÄKTENSKAPETS POTENTIAL

"Äktenskapet ger större möjligheter till lycka än någon annan mänsklig relation. Ändå motsvarar somliga gifta par inte sina möjligheter. De försummar romantiken, tar varandra för givna, och tillåter andra intressen eller låter nonchalans skymma bilden av vad deras äktenskap skulle kunna vara. Äktenskapet skulle vara lyckligare om de tog bättre hand om det."

Äldste Russel M Nelson i de tolv apostlarnas kворum, "Vårda er om äktenskapet", Liahona, maj 2006, s. 36.

uppfattningen om att Herren anser detta vara av stor vikt.

Homefront, en serie budskap som kyrkan sänder via public service, har en populär tv-reklam som kallas "By the Hour", i vilken en liten pojke försöker få sin arbetande pappas uppmärksamhet. Vid ett tillfälle säger pappan: "Om pappa inte arbetar får pappa inte pengar", och mamman tillägger: "Människor tycker så mycket om pappas arbete att de betalar honom för det".⁸ Den är en av mina favoriter eftersom mamman undviker ett vanligt och ineffektivt ställningstagande där en förälder kommer in och stöttar barnet genom att gråla på den förälder som dragit sig undan. Det leder vanligtvis till att den andre föräldern blir defensiv och barnet känner sig osäkert. Med ett positivt och strategiskt uttalande, ger mamman i reklamfilmen sitt stöd till både pappan och barnet. Det är min övertygelse att om fler föräldrar ändrade sitt sätt att prata till att mer likna det här, skulle kvaliteten på äktenskapet och familjen överlag förbättras.

Förslag på hur kvaliteten på äktenskapet kan förbättras

De goda nyheterna om att förbättra äktenskapskvaliteten är att förändringar kan ske omedelbart när små förändringar införs. Här följer några förslag:

Berätta tydligt hur ni vill att ert äktenskap ska se ut om 5, 10 eller 20 år. Det förvånar mig alltid hur många par som inte talar om vilket slags äktenskap de vill ha. Ett sådant samtal placerar äktenskapet på mittscenen och visar kursen för paret mot aktiv äktenskapsförbättring och förpliktelse för framtiden.

Skriv ned och berätta om ett positivt minne från äktenskapet. Negativa känslor

är benägna att vara så uppslukande att de ofta överskuggar hoppet. När människor tänker på och berättar om positiva minnen, ger de rum för känslor av hopp igen.

Prata om ett minne av hur ni övervann en svårighet tillsammans. Att minnas sådana omständigheter är ett sätt att uppnå enighet som ett gift par.

Skapa små men betydelsefulla ritualer för hur ni skiljs åt och återförenas igen. Detta verkar intuitivt, men gifta par glömmar ofta hur betydelsefull en förutsägbart kyss, kram eller uttalade ord kan vara för att med tiden skapa positivitet i äktenskapet.

Inför något nytt i era dejter. Det finns forskning som pekar på att par som avsiktligt dejtar genom att söka nya upplevelser ofta uppnår en förbättrad kvalitet på relationen. Det kräver kreativitet och ansträngning, inte pengar.

Berätta regelbundet för era barn vad det är ni beundrar hos er make eller maka. Det är min favorit. När jag har fått par som jag arbetar med att göra det, har de senare berättat om omedelbara och positiva resultat.

Sök aktivt efter upplyftande resurser för att förbättra äktenskapet. Det innefattar böcker eller artiklar (i tryck eller ljudformat), spel, föreläsningar, brasaftnar, workshops, konferenser med mera.

Fråga varandra regelbundet om ni kommit närmare eller längre bort från varandra än förr, och prata om vad ni kan göra för att överbrygga klyftan. Det kan ni göra varje dag, vecka eller månad, och är ett sätt att ta tillbaka er fokusering på äktenskapet.

Rådgör med er biskop för att få tillgång till professionella resurser om så behövs. Av olika anledningar dröjer människor ofta med att



söka hjälp. Jag kan inte räkna alla gånger jag önskat att ett par hade sökt hjälp flera år tidigare, innan så mycket förbittring hade förgiftat äktenskapet.

Be. President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har gett rådet: "Be om kärleken som gör att ni alltid ser det goda i er livskamrat. Be om kärleken som gör att svagheter och misstag tycks små. Be om kärleken som gör att ni gläds åt det som er livskamrat gläds åt. Be för kärleken som gör att ni vill lätta bördan och mildra sorgen för er livskamrat."⁹ Om det här verkar vara för svårt kan äkta par be om att *vilja* önska dessa ting.

Vår himmelske Fader vill att vi ska ha lyckliga äktenskap.

President Howard W. Hunter (1907–1995) förkunnade att "vadhelst Jesus lägger sina händer på lever. Om Jesus lägger händerna på ett äktenskap, lever det. Om han tillåts

lägga händerna på familjen, lever den."¹⁰ Det är min övertygelse att vår himmelske Fader vill att vi ska ha utomordentliga äktenskap av högsta kvalitet och att han vägleder oss i våra ansträngningar att förbättra de här relationerna för att berika våra familjer. Lyckliga äktenskap ger oss och våra barn djupa välsignelser. ■

Författaren bor i Utah, USA.

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. Se E. Mark Cummings och Patrick T. Davies, *Marital Conflict and Children: An Emotional Security Perspective* (2010).
3. *Kyrkans presidents lärdomar: Spencer W. Kimball* (2006), s. 195.
4. Dallin H. Oaks, "Skilsmässa", *Liahona*, maj 2007, s. 70.
5. Russell M. Nelson, "Celestialt äktenskap", *Liahona*, nov. 2008, s. 92.
6. William Doherty, *Take Back Your Marriage: Sticking Together in a World That Pulls Us Apart*, andra utgåvan (2013), s. 8–9.
7. Elaine S. Dalton, "Älska hennes mor", *Liahona*, nov. 2011, s. 77.
8. Se "By the Hour" (video), *Homefront* TV spots, [lds.org/media-library/video/homefronts](https://www.lds.org/media-library/video/homefronts).
9. Henry B. Eyring, "Vårt fullkomliga föredöme", *Liahona*, nov. 2009, s. 71.
10. Howard W. Hunter, "Att läsa skrifterna", *Nordstjärnan*, maj 1980, s. 98.



Bruce C. Hafen

Verkade som medlem
i de sjuttios kvorum
mellan 1996 och 2010

Templet OCH äktenskapets

NATURLIGA ORDNING



Det här är den andra av två artiklar av äldste Hafen som bidrar till att uppmärksamma tjugårsjubileet av "Familjen: Ett tillkännagivande för världen". Den första artikeln publicerades i augustinumret 2015 av Liahona.

När en förvirrad kultur gör oss osäkra på vad äktenskapet innebär, kan vi alldeles för tidigt ge upp hoppet om oss själva och varandra. Men det finns hopp. Templets eviga mönster kan hjälpa oss övervinna dagens kaos.

Varje gång vi besöker templet, omorienterar förrättningar oss till universums naturliga ordning, även äktenskapets naturliga ordning. Liksom gamla tiders sjömän, ser vi upp mot himlen för att ta ut riktningen – och vi gör det med hjälp av templet. Den sista dagars helige vetenskapsmannen Hugh Nibley skrev:

"Templet är byggt för att representera universums organiserande principer. Det är den skola där dödliga lär sig om dessa ting. ...

Templet på jorden befinner sig mitt i allting, ... omkring vilket alla himlens rörelser roterar, och är den knut som binder samman jord och himmel."¹

Templet har därmed kraften att inrista Guds naturlagar gällande äktenskap och familjeliv i våra hjärtan.

Adams och Evas äktenskap

Vi lär oss först templets lärdomar om äktenskap i berättelsen om Adam och Eva – templets grundläggande berättelse. En vän frågade mig en gång: "Om Kristus står i centrum för evangeliet och templet, varför undervisar då

Templet är den knut som binder samman himmel och jord.



inte tempelbegåvningen om Kristi liv? Varför handlar allt om Adam och Eva?

För mig har Kristi liv kommit att bli berättelsen om att ge försoningen. Berättelsen om Adam och Eva är berättelsen om att *ta emot* försoningen, mitt under jordelivets ibland fruktansvärda motgångar.

Adam och Eva var de första som fick ta emot Jesu Kristi försoning. De var också de första föräldrarna som visste vilken kärlek ett nytt barn för med sig, vilka själsslitande uppoffringar det innebär att ta hand om ett barn, och hur smärtsamt det är att se barnen använda sin handlingsfrihet ovist.

Fader Lehi har skänkt oss ett doktrinärt sammanhang så att vi kan förstå deras upplevelse – och vår egen. Han sa till oss att om Adam och Eva inte hade ätit från kunskapens träd, "skulle [de] ha blivit kvar i Edens lustgård. ...

Och de skulle inte ha fått några barn, varför de skulle ha förblivit i ett oskuldsfullt tillstånd: Utan glädje eftersom de inte kände till sorg och utan att göra gott eftersom de inte kände till synd. ...



Adam föll för att människorna skulle kunna bli ... [dödliga], och människorna är ... [dödliga] för att de skall kunna ha glädje" (2 Ne 2:22–23, 25).

Så, paradoxalt nog hjälper synd, sorg och barn till med att skapa den miljö där innebörden av glädje lärs ut – en process som möjliggjorts genom Jesu Kristi försoning.

Tack vare försoningen kan vi lära oss av våra upplevelser utan att bli fördömda genom dem. Och att ta emot försoningen, som Adam och Eva gjorde, är inte bara en lära om att sudda ut svarta märken – det är den centrala läran som tillåter mänsklig utveckling. Således gjorde inte Kristi offer så att de bara återvände till ett oskuldens Eden. Det hade i så fall varit en berättelse utan handling och utan personlig utveckling. Snarare lämnade de lustgården hand i hand, på väg framåt tillsammans in i den värld som vi lever i nu.

Templets grundläggande berättelse är mycket avsiktligt berättelsen om ett gift par som hjälper varandra att möta ständiga motgångar under jordelivet. För endast genom att konfrontera dessa ibland bedrövliga motgångar kunde de lära sig förstå sann glädje.

Låt oss beakta två aspekter av berättelsen om Adam och Eva som gäller vår kunskap om äktenskapet. Först har vi återställsens positiva syn på fallet. Vi vet att Adam och Eva gjorde ett klokt val i lustgården eftersom endast dödligheten kunde erbjuda den upplevelse som behövdes för att uppfylla Guds plan för dem – och för oss. I motsats till det lär traditionell kristendom ut att Evas val var ett tragiskt misstag som nedkallade Guds vrede över mänskligheten. En del kristna kyrkor lär fortfarande att eftersom kvinnor är döttrar till den dåraktiga Eva, ska hustrur vara *beroende* av sina män.

De flesta reagerar idag starkt på den uppfattningen och säger att en hustru *inte* ska vara beroende av sin man. Och i rättvisans namn, tillägger de, ska inte heller en man vara beroende av sin hustru. Men när äkta makar inte är beroende av varandra, accepterar de bara dagens "icke-bindande förpliktelser" och lämnar sina äktenskap när det roliga tar slut – eller när bekymren börjar.

Vilket är rätt: Beroende eller oberoende? Inget av det. Tvärtemot övrig kristendom lär det återställda evangeliet att Evas och Adams val i lustgården inte var ett misstag eller en olycka, utan snarare en uppsåtlig, till och med underbar, del av frälsningsplanen. Återställelsen ser alltså Eva – och alla kvinnor – som ärofulla personer som helt och hållet är människens jämlikar.

Därför är Eva inte beroende av Adam, men hon är heller inte oberoende av honom. Eva och Adam är snarare beroende av *varandra*. De är "likvärdiga makar" som hjälper varandra i allt de gör.²

Att ta ett förkrossat hjärta till altaret

För det andra, när Adam och Eva lämnade lustgården, befallde Herren dem att bygga ett altare och offra djuroffer.

Eva och Adam är ömsesidigt beroende av varandra och är likvärdiga makar som hjälper varandra i allt de gör.

Efter många dagar frågade en ängel Adam varför han frambar offer. Han svarade: "Jag vet inte, endast att Herren befallde mig". Sedan sa ängeln till honom, "Detta är en sinnebild för offret av Faderns Enfödde" (Mose 5:6–7).

Således var de djur som Adam och Eva offrade symboler som pekade mot Faderns framtida återlösande offer av sin Son. Ängeln undervisade dem sedan om att Kristi offer och återlösningsplan skulle skänka mening och syfte till alla deras motgångar – ja, till alla jordelivets erfarenheter.

En del av oss besöker idag templet på samma sätt som Adam och Eva först frambar offer – helt enkelt för att vi är befallda, utan att veta varför. Enkel lydnad är förvisso bättre än att inte alls utföra förrättningar. Men Herren, som sände ängeln, måste ha velat att de skulle veta varför – och jag tror att han vill att *vi* ska veta varför.

Är dagens tempelförrättningar också "en sinnebild ... av Faderns Enfödde"? Tänk på hur templets altare, liksom Adam och Evas altare, är altare för bön, offer och förbund. Tänk på offrets dimensioner i alla begåvningsförbund.

Allt sedan Kristus utförde sitt försoningsoffer, frambär vi inte längre djuroffer, utan vi sluter förbund att offra. På vilket sätt? Kristus lärde nephiterna: "Som offer till mig skall ni frambära ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande" (3 Nephi 9:20; se också 2 Nephi 2:7).

Djuroffer symboliserade Faderns offer av Sonen, men offret av ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande symboliserar Sonens offer av sig själv. Äldste James E. Talmage (1862–1933) i de tolv apostlarnas kvorum skrev att "Jesus dog av brustet hjärta".³ På liknande sätt offrar vi nu oss själva – våra egna förkrossade hjärtan – som ett personligt offer.⁴ Som äldste Neal A. Maxwell (1926–2004) i de tolv apostlarnas kvorum sa: "Ett verkligt, personligt offer [har] aldrig varit att lägga ett djur på altaret. Istället krävs en villighet att lägga djuret *inom* oss på altaret och låta det förtäras!"⁵

När jag nyligen verkade som president för templet i S:t George i Utah, skulle jag besegla ett ungt par. När jag bjöd fram dem till altaret och brudgummen tog sin brud i handen, insåg jag att de just var i färd med att lägga sina egna förkrossade hjärtan och bedrövade andar på altaret



– ett osjälviskt offer av sig själva för varandra och för Gud, i likhet med Kristi offer för dem. Och i vilket syfte? Så att de genom ett helt liv av uppoffringar för varandra – det vill säga en strävan att leva som han gjorde – skulle kunna bli ännu mer som han är.

Genom att leva på det sättet varje dag, skulle de var och en komma närmare Gud, vilket även skulle föra dem närmare varandra. På så sätt skulle efterlevnad av förbunden i den beseglade förrättningen inte bara helga deras äktenskap, utan även deras hjärtan och i synnerhet deras liv.

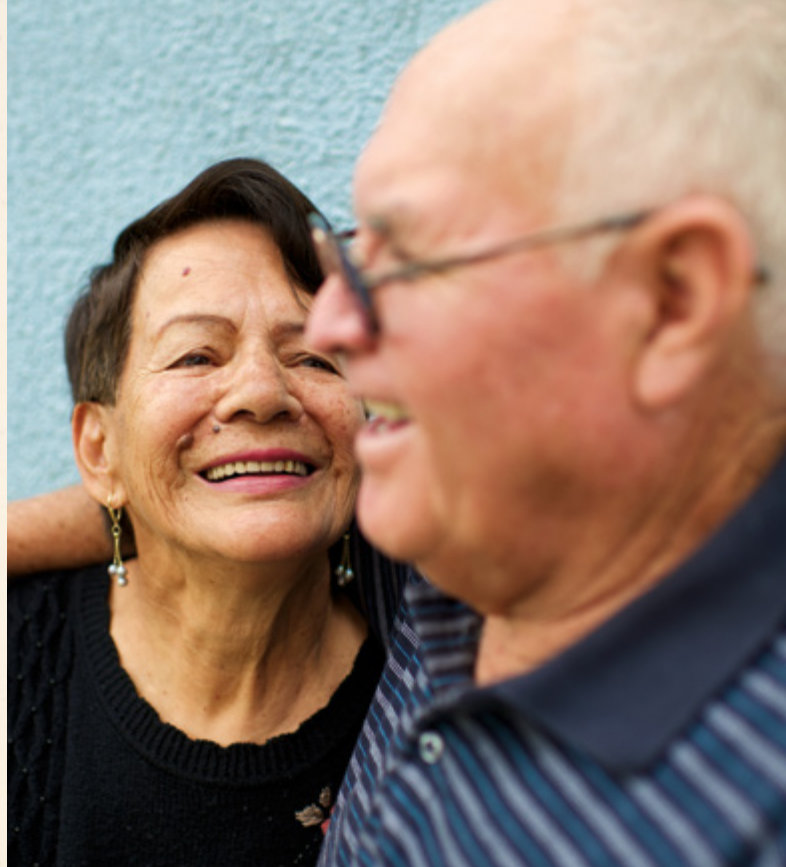
Denna uppfattning om äktenskapet skiljer sig markant och kraftigt från den rådande synen på äktenskapet idag. I Jesu liknelse om den gode herden, beskrev Jesus en som är lejd – en som betalas för att ta hand om fåren. När vargarna kommer, sa han, "överger [den som är lejd] fåren och flyr". Varför flyr den som är lejd? Därför att fåren inte är hans egna. Å andra sidan sa Jesus om sig själv: "Jag är den gode herden ... och jag ger mitt liv för fåren." (Se Joh. 10:11–15.)

Många människor idag ser äktenskapet som ett informellt arrangemang mellan två lejda personer. När en som är lejd känner sig hotad av vargar eller svårigheter, flyr han eller hon helt enkelt. Varför ska någon som bara är lejd riskera sin bekvämlighet, för att inte tala om sitt liv?

Men när vi i vårt äktenskap offrar ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande i likhet med den gode herden, lovar vi att ge vårt liv för vårt förbunds får, en dag eller till och med en timme i taget. Den processen inbjuder oss att osjälviskt ta på oss vår partners och våra barns svårigheter och glädjeämnen och på vårt eget begränsade sätt åter spegla hur Frälsaren tar på sig våra svårigheter.

"Lid med honom i hans lidanden" (L&F 30:6), sa Herren till Peter Whitmer om hans missionärskamrat Oliver Cowdery. De orden gav efterklang åt Jesajas ord när han beskrev Kristus och dem han återlöser: "I all deras nöd led även han, och han bar dem alltid i forna dagar" (se King James Bible Isaiah 63:9; se också L&F 133:53).

En tempeltjänare vars hustru gick bort efter att hon genomlidit en försvagande sjukdom under flera år, sa till mig: "Jag trodde jag visste vad kärlek var – vi fick mer än



50 välsignade år tillsammans. Men först när jag försökte ta hand om henne under de sista åren upptäckte jag vad kärlek verkligen är."

Genom att ta del av sin hustrus lidanden, upptäckte mannen djupa källor av medkänsla i sitt hjärta som en som är lejd aldrig får. Genom att gång på gång göra sådana upptäckter inleds den helgande process som leder till att man blir som den gode herden – genom att leva och ge som han gör. Det är inget sammanträffande att det sättet att leva ger en oersättlig styrka åt vår kulturs sociala intressen.

Äktenskap och äkta glädje

En vän frågade nyligen, "Hur nära perfektion måste vi leva för att tempelbeseglingens upphöjda löften ska uppfyllas?" Äkta män och hustrur känner varandra så väl, speciellt de som strävar efter eviga välsignelser, att de vissa dagar ärligt kan undra om de lever tillräckligt nära perfektion – eller om deras äkta hälft gör det.

Jag tycker om det svar som ges i Moronis avskedsord: "Om ni avstår från all ogudaktighet och älskar Gud av all er förmåga, allt ert sinne och all er styrka, *då* är hans nåd tillräcklig för er så att ni ... kan bli fullkomliga i Kristus" (Moroni 10:32; kursivering tillagd). Ett sätt att göra oss fria från *ogudaktighet* är att hålla oss nära templet, eftersom *gudaktighetskraft* är uppenbar i dess förrättningar (se

L&F 84:20). Vidare: att älska Gud av all vår förmåga innebär att vi älskar honom till den grad som vår egen personliga kapacitet tillåter, inte till en grad som utmärkts på en abstrakt och ouppnåelig perfektionsvåg.

När vi avstår från ogudaktighet och ärligt älskar Gud så mycket vi förmår, kan Kristi fullkomnande nåd slutföra den process som gör oss hela. Enligt ett brev från första presidentskapet som skrevs 1902, ser Kristi fullständiga offer tillsammans med vårt eget fullkomliga offer ut så här: "När människor nått det fullkomliga tillståndet i livet, kommer de inte att önska något annat än att leva i harmoni med [rättfärdighet], vilket även gäller det som förenar dem som man och hustru. ... De som uppnår den första eller celestiala uppståndelsen måste ovillkorligen vara rena och heliga, och de kommer även kroppsligen att vara fullkomliga. ... Varje man och kvinna som uppnår detta uteslagna tillstånd i livet kommer att vara lika vackra som de änglar som omger Guds tron, ... för köttets svagheter har då övervunnits och glömts, och båda [är] i harmoni med den lag som förenar dem."⁶

En kvinna jag känner gifte sig för ungefär 50 år sedan i templet. Efter att hon och hennes man hade fått flera barn, ledde hans turbulenta liv till att de skilde sig och att han uteslöts ur kyrkan. Sedan avslutade också hon sitt medlemskap i kyrkan och valde törnbeströdda stigar. Senare gick hennes före detta make bort. Jag träffade henne när hennes dotter tog henne till mitt kontor för att ta reda på om hennes mor någonsin skulle kunna komma till templet igen.

Templets eviga mönster kan hjälpa oss att övervinna nutidens kaos.

Efter ett fridfullt samtal om hur vi kan lära av våra erfarenheter utan att fördömas av dem, talade vi om den process som omvändelse, omdop och återställelse av templets välsignelser skulle innebära. Jag berättade då för henne att den återställande förrättningen även skulle återställa hennes tempelbesegling. Var hon redo för det?

Dottern var den första att säga något. "Jag har en bipolär sjukdom", sa hon. "Min son är bipolär. Vi vet mycket mer om den sjukdomen nu än vad vi gjorde förut, och vi tar medicin som hjälper. När jag ser tillbaka tror jag att min far var bipolär, och det påverkade troligen mycket av det som var svårt i vårt familjeliv. Jag dömer honom inte nu."

Modern sade mjukt: "Om jag verkligen kan komma tillbaka till templet en dag, kommer jag att vara redo för att få min besegling återställd."

När jag såg dem gå nerför korridoren insåg jag att templet och Elias beseglingsmakt är källor till försoning, inte bara till att vända barnens och fädernas hjärtan till varandra, utan också till att vända äkta makars hjärtan till varandra. Jag fick sedan ett meddelande om att modern skulle döpas om.

Jag vittnar om att den äktenskapsordning som Gud gav till Adam och Eva är värd vad som än krävs för att finna den, bygga upp den och behålla den i våra liv. Jag vittnar också om att äkta makar som försöker leva som den gode herden upptäcker, och ger varandra, ett rikare liv i äkta glädje. ■

Från talet "Marriage, Family Law, and the Temple" som hölls vid J. Reuben Clark Law Societys årliga brasafton i Salt Lake City den 31 jan. 2014.

SLUTNOTER

1. Hugh Nibley, *Eloquent Witness: Nibley on Himself, Others, and the Temple*, i *The Collected Works of Hugh Nibley*, 19 vol. (2008), 17:312, 313; se även *Encyclopedia of Mormonism*, 5 vol. (1992), "Meanings and Functions of Temples", 4:1458–1459.
2. Se "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
3. James E. Talmage, *Jesus Kristus*, (1964), s. 657.
4. "Och en oräknelig skara av de rättfärdigas andar var samlade ... , de som hade varit trofasta i vittnesbördet om Jesus medan de levde i dödligheten, och som hade framburit offer som en sinnebild för Guds Sons stora offer och hade utstått prövningar i sin Återlösares namn" (L&F 138:12–13).
5. Neal A. Maxwell, "Förneken eder all ogudaktighet", *Nordstjärnan*, juli 1995, s. 69; kursivering tillagd.
6. Brev från Joseph F. Smith, John R. Winder och Anthon H. Lund till Christine Eggleston, 28 jan. 1902, Kyrkans historiska bibliotek.



Kyrkans handböcker

DEN SKRIVNA ORDNINGEN

*När vi följer handböckerna och använder den
samlade visdom de innehåller, hjälper Herren oss
och dem vi tjänar att bli "uppfyllda i honom".*



Per G. Malm
i de sjuttios
kvorum

S om återvänd missionär, upptagen med en ung familj och eget företag, kallades jag som president för en ganska stor gren med många trofasta och mogna medlemmar. Kände jag mig redo, tränad och utbildad för att börja tjäna? Nej! Jag hade bra rådgivare som jag kunde samtala med om olika angelägenheter. Men var deras hjälp tillräcklig? Nej!

Herren förväntar sig att "var och en [lär] sin plikt" (L&F 107:99), och han förväntar sig att vi "samlar Guds ord i våra sinnen" (se L&F 84:85). Sedan förväntar han sig att vi litar på inspirationen från den Helige Anden – den speciella gåva som ges till alla medlemmar, med löfte om fortsatt vägledning och uppenbarelse.

När jag tänker tillbaka på det ämbetet och andra ämbeten, inser jag att förutom den Helige Anden och skrifterna var det faktiskt kyrkans handböcker som hjälpte mig! De var en guldgruva av information – som vägledning när jag började lära mig och som en värdefull referenspunkt längs vägen.

Varför behöver vi kyrkans handböcker?

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "Handböckerna har inte samma ställning som skrifterna, men de innehåller de mest aktuella tolkningarna och föreskrifterna från kyrkans högsta auktoriteter."¹ Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum tillade att de här auktoriteterna – första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum – är män som har "beprovad mognad, erfarenhet och omfattande förberedelse".²

**När jag tänker tillbaka på mitt
ämbete som grenspresident
inser jag att förutom den
Helige Anden och skrifterna
var det faktiskt kyrkans
handböcker som hjälpte mig!**



TRYGGHET I HANDBÖCKERNA

”Vare sig du varit medlem i hela ditt liv eller är en relativt ny medlem: Rådfråga handboken när du är osäker på någon riktlinje eller föreskrift. Du kanske tror att du vet hur man handskas med situationen fastän du i själva verket är på fel spår. Det finns trygghet i handböckerna.”

President Thomas S. Monson, ”Inledande ord”, Världsomfattande ledarutbildningsmöte 2010.

Alltså speglar kyrkans handböcker den samlade visdomen som härrör från profeters och apostlars testade och beprövade erfarenhet. Den visdomen lär oss hur vi på bästa sätt kan uppnå bra resultat i vårt arbete att utföra kyrkans uppdrag i det långa loppet. Herren rådde: ”Sök flitigt och lär varandra visdomsord, ja, sök i de bästa böcker efter visdomsord” (L&F 88:118; 109:7). Säkerligen gör visdomen i handböckerna dem till ”de bästa böcker”.

Handböckerna hjälper oss att bibehålla riktlinjer, föreskrifter och program.

President Thomas S. Monson har sagt att utan handböckerna ”är [det] nästan omöjligt att bibehålla fastheten hos kyrkans riktlinjer, föreskrifter och program”. Han tillade: ”Vi har genom åren tvingats rätta till många försök av välmenande ledare att förändra vissa av kyrkans program.”

President Monson sa att när ledare inte följer föreskrifterna på rätt sätt, ”måste vi i första presidentskapet ratificera åtgärden eller låta göra om den”. Med andra ord: Om vi

ignorerar handböckerna kanske vi i slutändan gör första presidentskapets arbetsbörda tyngre.

”I nästan samtliga fall”, sa han, ”skulle sådana problem inte uppstå om ledarna bara läste, förstod och följde handboken. ... Det finns trygghet i handböckerna.”³

President Monson tillade att vilken vår ledaruppgift än är så blir handböckerna en skattkammare av information och vägledning som hjälper oss verka effektivt, förstå hur kyrkan ska fungera, lära oss och fullfölja våra plikter (se L&F 107:99) och förbereda oss för framtida ledarpositioner.

Handböckerna undervisar om det som är viktigt

Handböckerna lär att ”föräldrar har det viktiga ansvaret att hjälpa sina barn att förbereda sig för att återvända till vår himmelske Fader”, men att det är Frälsarens kyrka som ”tillhandahåller organisationen och medlen som krävs för att undervisa alla Guds barn om Jesu Kristi evangelium”. Handböckerna lär också att kyrkan ”tillhandahåller prästdörets myndighet till att utföra frälsningens och upphöjelsens förrättningar åt alla som är värdiga och villiga att ta emot dem”.⁴

De doktrinära ramarna för kyrkans förvaltning finns i de tre första kapitlen i *Handbok 2: Kyrkans förvaltning*:

1. Familjer och kyrkan i Guds plan
2. Prästadömsprinciper
3. Ledarskap i Jesu Kristi Kyrka

Vi bör studera de här tre kapitlen noga. De påminner oss om att kyrkan ”grundades av Gud för att bistå i hans verk att åstadkomma frälsning och upphöjelse för sina barn”.⁵ Den gör det genom aktiviteter,

möjligheter och program för tjänande, välsignelse och personlig utveckling, inriktade på gudomligt tilldelade ansvar som stöder och stärker den enskilde och familjen.

”Till dessa ansvar hör: hjälpa medlemmar att leva efter Jesu Kristi evangelium, samla Israel genom missionsarbete, ta hand om fattiga och behövande och möjliggöra de dödas frälsning genom att bygga tempel och utföra ställföreträdande förrättningar.”⁶

När vi förstår de här doktrinära ramarna blir ändamålet och funktionen med alla kyrkans ämbeten tydliga: ”Prästadömet och biorganisationernas ledare och lärare försöker hjälpa andra att bli Jesu Kristi sanna efterföljare.” Vidare, är ”kyrkans organisationer och program ... till för att välsigna den enskilde och familjen och har inga självändamål”.⁷

Handböckerna är doktrinärt baserade på skrifterna, bland annat på Frälsarens uppmaning till Petrus: ”När du en gång har omvänt dig, så styrk dina bröder” (Luk. 22:32).

Handböckerna underlättar uppenbarelse

När en biskop hjälpte en mindre aktiv medlem att återvända till kyrkan, gick han igenom kapitlen om kyrkans disciplinära åtgärder i *Handbok 1: Stavspreidenter och biskopar*. När biskopen sedan hade talat med sitt stavspreidentskap, bestämde han sig för att hålla ett disciplinärt råd.

”Vi träffades först som biskopsråd och gick igenom handboken för att påminna oss om de rätta tillvägagångssätten och hitta sådant som gällde just det här fallet”, säger biskopen. ”Vi kände starkt hur Herrens ande hjälpte oss när vi samtalade med medlemmen.”

Handböckerna är doktrinärt baserade på skrifterna, bland annat på Frälsarens uppmaning till Petrus: ”När du en gång har omvänt dig, så styrk dina bröder” (Luk. 22:32).

Senare, när biskopsrådet hade bett till Herren om hjälp, kände en av rådgivarna att de återigen skulle läsa de relevanta delarna av *Handbok 1* för varandra. När de var klara frågade biskopen båda rådgivarna vad de rekommenderade.

”Du kanske blir överraskad, men det är så här jag känner”, sa förste rådgivaren till biskopen när han gav sin rekommendation. Den andre rådgivaren kände detsamma, liksom biskopen.

”När vi läste för varandra ur handboken kunde Anden upplysa våra sinnen”, erinrar sig biskopen. ”Vi såg tydligare hur principerna relaterade till situationen, och var och en av oss blev ledda till samma svar. Vi var väl förberedda för att ge lämpliga råd och hjälpa vår käre broder att komma tillbaka till Kristus.”

Som biskopsrådet upptäckte, kan anvisningarna i kyrkans handböcker ”underlätta uppenbarelsen om de



När vi följer handböckerna och använder den samlade visdom de innehåller, hjälper Herren oss och dem vi tjänar att bli "uppfyllda i honom" (se Kol. 2:10).

används för att få insikt i principer, riktlinjer och föreskrifter som ska följas, medan man söker Andens vägledning".⁸

Handböckerna hjälper oss välsigna dem vi tjänar

När vi läser, förstår och följer handböckerna blir de till välsignelse för dem vi tjänar.⁹ En policyändring som tas upp i *Handbok 2*, till exempel, hjälpte en biskop att välsigna och stärka en far som trodde att han inte fick ordinera sin tolvårige son till aronska prästadömet.

I kapitel 20 står det: "Biskopar och stavs-
presidenter [kan] låta prästadömsbärare som

inte är helt tempelvärdiga utföra eller delta i vissa förrättningar och välsignelser", bland annat dop och ordinationer inom aronska prästadömet.¹⁰ Eftersom fadern inte hade en tempelrekommendation trodde han att han inte fick ordinera sin son. Men hans biskop gav "i enlighet med Andens vägledning"¹¹ sitt godkännande till det efter en intervju.

"Den upplevelsen blev en vändpunkt i hans liv", säger hans nuvarande biskop. "Det var en del av processen för honom att bli tempelvärdig, beseglas till sin hustru i tempel, och få deras barn beseglade till dem."

Flexibilitet och anpassning – inom rimliga gränser

Genom att bibehålla enhetligheten i kyrkans principer, riktlinjer och föreskrifter "får den Helige Andens större inflytande i ledarnas och medlemmar-
nas liv", sa äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kворum.¹² Men i en världsomfattande kyrka där medlemmarna ställs inför en mängd olika politiska, sociala och ekonomiska förhållanden, kan vissa grenar och församlingar sakna tillräckligt med medlemmar, ledare och resurser för att genomföra kyrkans program till fullo. Andra enheter kan ställas inför problem som rör säkerhet, transport, kommunikation och familjeekonomiska omständigheter.

Kapitel 17 i *Handbok 2* klargör var enhetlighet krävs och vilka omständigheter som kan medge lokala anpassningar i fråga om biorganisationernas tillsättning av



ämbetsmän och program, och i uppläggningsen av ledarskapsmöten och aktiviteter och hur ofta de hålls. Anpassningar ska naturligtvis göras först när ledarna har sökt vägledning av den Helige Anden.¹³

När de gör det, kan alla församlingar och grenar oavsett storlek eller omständigheter uppleva Herrens ande i samma rika mått.¹⁴

Den skrivna ordningen

Handböckerna ger oss vad vi kan kalla "den skrivna ordningen".

Handbok 1, som är tillgänglig för biskopar och stavs-presidenter, framlägger "stavspresidentens och biskopens allmänna ansvar" och ger "detaljerade upplysningar om riktlinjer och föreskrifter",¹⁵ allt från tempel, vigslar och missionärstjänst till välfärd, disciplinära åtgärder och ekonomi.

Handbok 2, som är tillgänglig (även på LDS.org) för alla kyrkans ledare, minskar komplexiteten i kyrkans program, samtidigt som den, vilket nämndes ovan, möjliggör flexibilitet och viss lokal anpassning. Den "är till vägledning för medlemmar av församlings- och stavsråd"¹⁶ och deras biorganisationer i fråga om kyrkans förvaltning och frälsningsarbete.

Den samlade visdom som finns i handböckerna är organiserad så att den är lättillgänglig och kan användas till att skapa den sanna kultur av tjänande som bör finnas i alla församlingar och stavar i Frälsarens kyrka. Men för att få tillgång till den visdomen måste vi studera handböckerna, lära av dem, anamma principerna och tillämpa dem! Resultatet blir ljus, kunskap och den varaktiga välsignelsen av att upptäcka det bästa sättet att tjäna våra bröder och systrar.

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, har sagt följande angående vårt tjänande i kyrkan: "När vi räcker ut vår hand och hjärta mot andra i kristlig kärlek händer något underbart med oss själva. Vår egen ande helas, förädlas och blir starkare. Vi blir lyckligare, fridfullare och mer mottagliga för den Helige Andens viskningar."¹⁷

Handboken hjälper oss att se hela bilden

Under generalkonferensen i april 2015 återgav äldste Rafael E. Pino i de sjuttios kворum en berättelse om hur en av hans söner blev frustrerad när han lade ett pussel. "Med tiden lärde han sig att pussla", mindes äldste Pino, "när han förstod att varje liten bit hade sin plats i det färdiga pusslet".¹⁸

Var vi än kallas att tjäna i kyrkan, kan handböckerna, liksom bilden på asken till ett pussel, ge oss en vision – den färdiga bilden. Den bilden vägleder oss och ger oss mer kunskap om vad Herren vill att vi ska åstadkomma i hans tjänst. När vi följer handböckerna och använder den samlade visdom de innehåller, hjälper Herren oss och dem vi tjänar att bli "uppfyllda i honom" (se Kol. 2:10).

Handböckerna förblir en viktig del av kyrkans förvaltning och när det gäller att välsigna medlemmar och ledare, oavsett framtida förändringar i fråga om upplägg och innehåll. Som president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt, blir handböckerna "en skatt för er när ni använder [dem] för att hjälpa er leda andra att välja vägen till evigt liv. Det är avsikten med [dem]."¹⁹ ■

SLUTNOTER

1. Dallin H. Oaks, "Överblick över de nya handböckerna", *Världsomfattande ledarutbildningsmöte 2010*, (2010), www.lds.org/broadcasts/archive/worldwide-leadership-training/2010/11?lang=swe.
2. Russell M. Nelson, "Att stödja profeterna", *Liahona*, nov. 2014, s. 75.
3. Thomas S. Monson, "Inledande ord", *Världsomfattande ledarutbildningsmöte 2010*.
4. *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 1.1.4, 1.1.5.
5. *Handbok 2*, 2.2.
6. *Handbok 2*, 2.2.
7. *Handbok 2*, 1.2.2, 1.4.
8. *Handbok 1: Stavspresidenter och biskopar*, s. V; *Handbok 2: Kyrkans förvaltning*, s. V; kursivering tillagd.
9. Se Thomas S. Monson, "Inledande ord", *Världsomfattande ledarutbildningsmöte 2010*.
10. *Handbok 2*, 20.1.2.
11. *Handbok 2*, 20.1.2.
12. Se Quentin L. Cook, "Valda principer från de nya handböckerna", *Världsomfattande ledarutbildningsmöte 2010*.
13. Se *Handbok 2*, 17.1, 17.2.
14. Se *Handbok 2*, 17.
15. *Handbok 1*, V.
16. *Handbok 2*, V.
17. Se Dieter F. Uchtdorf, "Du är mina händer", *Liahona*, maj 2010, s. 75.
18. Rafael E. Pino, "Evangeliets eviga perspektiv", *Liahona*, maj 2015, s. 117.
19. Henry B. Eyring, "Budskap från första presidentskapet: Handböcker, uppenbarelser och skatter", *Världsomfattande ledarutbildningsmöte, februari 2011*, (2011) www.lds.org/broadcasts/archive/worldwide-leadership-training/2011/02?lang=swe.

ALDRIG ENSAM

Norman C. Hill

President, Ghanamissionen Accra Väst (2013 till nu)
och Sierran Leonemissionen Freetown (2014 till 2015)

Hur skulle kyrkan överleva i ert land om det under återhämtningen efter ett inbördeskrig infekterades av ett dödligt virus och sedan isolerades från andra länder på grund av sjukdomen? Vad skulle du göra om missionärer, förutom lokala missionärer, kallades tillbaka, inte bara en gång utan upprepade gånger?

Om du bodde i det västafrikanska landet Sierra Leone skulle du förlita dig på Herren och få se kyrkan blomstra ändå. Du skulle se lokala ledare växa i sina kallelser. Du skulle se medlemmar stärka varandra, missionsarbete fortsätta och tro övervinna rädsla.

Stadig tillväxt

Trots inbördeskrig från 1991 till 2002 har Sierra Leone sett en stadig tillväxt i kyrkans medlemsantal. Heltidsmissionärer kom första gången till det här landet söder om Sahara i maj 1988. Två år senare bildades ett distrikt. Flera gånger under 90-talet kallades missionärer tillbaka på grund av kriget, men lokala medlemmar såg till att kyrkan fungerade och växte. År 2007 skapades Sierran Leonemissionen Freetown, vilken innefattade Liberia. Senare, i december 2012, organiserade äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum en stav i Sierran Leones huvudstad Freetown. Den var kyrkans tretusende stav.

Bekämpning av ebola

Sedan kom ebola. Utbrottet av hemorragisk feber orsakades av det virus som uppstod i Guinea i mars 2014. Det kom till Sierra Leone i maj och spreds snabbt. Heltidsmissionärer omplacerades och missionspresidenten i Ghana ombads att även verka som missionspresident för Sierra Leone – men fick stanna i Accra.

”När missionärerna var borta oroade vi oss för att vi hade lämnats kvar att klara oss själva”, säger Kenemas distriktspresident Jonathan Cobinah. ”Men samma vecka fick vi ett brev från presidenten för området Afrika Väst som försäkrade oss om att så inte var fallet.” Efter det fick de 13 000 medlemmarna i Sierra Leone stöd från området och när internationella organisationer förberedde sig för att ge hjälp, arbetade kyrkans välfärdstjänst och nödhjälpsprogram med att gå samman med partners i olika internationella organisationer för att fylla behoven i samhället. (Se sidopanelen.)

”Efter bara några dagar hade vi en videokonferens med den nyligen tilldelade missionspresidenten”, säger president Cobinah. ”Han sa att vi skulle iaktta försiktighet vad gällde kyrkans möten och aktiviteter så att vi inte blev sjuka, men annars skulle vi fortsätta precis som förut.”

För att förhindra vidare smittspridning, tillkännagav Sierra Leones president i september 2014 ett landsomfattande

I SIERRA LEONE

Trots sjukdom, isolering och de kvardröjande efterdyningarna av krig, vet kyrkans medlemmar i den här afrikanska nationen att deras himmelske Fader tänker på dem.



Sista dagars heliga fortsatte trofast att studera och dela med sig av evangeliet och höll möten hemma när det var nödvändigt för att undvika spridning av ebola. Till höger: Rengöringsartiklar som tillhandahålls i plasthinkar bidrog till att bekämpa spridningen av det dödliga viruset.





ATT ARBETA TILLSAMMANS

Förutom att ge hjälp i rätt tid till sina medlemmar, gjorde kyrkan insatser mot ebola på många orter där det inte fanns några sista dagars heliga. Genom sin humanitära organisation gick kyrkan ihop med olika grupper för att ge hjälp genom sju

samhällsprojekt. Tack vare dessa samarbetsinsatser, fick samhällen som drabbats hårt av ebola i Liberia, Sierra Leone och Mali mat, sängkläder, hygienartiklar och hygieninstruktioner, medicinska och sanitära förnödenheter samt skyddskläder för dem som arbetar med ebola.

utgångsförbud som skulle verkställas inom några dygn. Under utgångsförbudet fick inga invånare lämna sina hem. De flesta skulle få klara sig på den mat de hade hemma.

I rättan tid

Lyckligtvis hade området Afrika Väst, precis innan utgångsförbudet tillkännagavs, börjat arbeta med kyrkans huvudkontor för att auktorisera leveranser av rengöringsmedel till alla 7800 medlemsfamiljer i Sierra Leone och för att förse mer än 2500 medlemsfamiljer med en säck ris på 50 kg och flera liter matolja alltefter behov. Ovetande om det nära förestående utgångsförbudet skyndade sig lokala ledare i kyrkan fortfarande för att kunna dela ut dessa förnödenheter.

”Det är svårt att förklara den brådskande känslan vi hade då” säger Sahr Doe, en specialassistent till missionspresidenten. ”Helgen då utdelningen av förnödenheter godkändes, fick vi veta att ett visst område kanske skulle sättas i karantän. Det skulle göra det mycket svårt att leverera förnödenheter, så vi arbetade dygnet runt med att lasta lastbilar och få iväg dem till grenar i hela landet. I en stad anlände förnödenheterna bara timmar innan tillträdesrestriktionerna verkställdes. Runtom i hela landet kunde vi dela ut förnödenheter precis innan utgångsförbudet. Det var en välsignelse för oss alla och ett nutida mirakel.”

Ebolautbrottet orsakade också en utbredd arbetslöshet. ”Jag hade nästan inget hopp”, säger syster Sai Kamaia i Allentowns gren, mor till tre barn och försäljare i liten skala. ”Alla mina pengar var slut i september, redan före utgångsförbudet. Människor vågade inte göra inköp. Jag visste inte vad jag skulle göra.” Liksom andra fällde hon tårar av glädje när hon tog emot kyrkans förnödenheter.

”Som änka och familjens överhuvud känns det så bra att kyrkan kunde hjälpa oss”, säger syster Mary Margay i Kissys andra gren. ”Vi undrade vart vi skulle ta vägen under utgångsförbudet. Vi blev så glada att vi kunde stanna kvar hemma med mat att äta.”

Liksom kyrkans medlemmar överallt, strävar de heliga i Sierra Leone efter att vara självförsörjande. Men under den här oförutsedda perioden av nöd, anlände förnödenheter i rättan tid för många som inte hade någon annanstans att vända sig. ”De här lägliga ingripandena lät de heliga här förstå att de aldrig kommer att lämnas ensamma”, säger Mariatu Browne, chef för landets informationstjänst. Under karantänen delade sista dagars heliga också med sig av sina förnödenheter till sina grannar och hjälpte på så sätt många som annars bara skulle ha lite eller ingenting.

I Herrens händer

Olyckligtvis fanns det mer att bekymra sig över än att avhjälpa hunger. En del sista dagars heliga fick sjukdomen. Simon Kamara i Teko Roads gren, som bara hade varit medlem i kyrkan i ett år, såg sin hustru och sin son dö av ebola. Sedan infekterades även han.

”Mitt liv är i Herrens händer”, sa han när han var på ett behandlingscenter. ”Som vilken pappa som helst vill jag mina barns bästa. Men nu när jag har funnit evangeliet och förstår frälsningsplanen, känner jag stort hopp för mig och min familj oavsett vad som händer.” Trots att han först visat tecken på tillfrisknande, avled broder Kamara. Hans överlevande barn saknar sina föräldrar väldigt mycket, även om de nu blir omhändertagna av medlemmar och vänner och har det bra.



Till vänster: Ris, olja och rengöringsartiklar anlände i rättan tid för många som inte hade någon annanstans att vända sig. Under karantänen delade sista dagars heliga med sig av sina förnödenheter till grannar och hjälpte på så sätt många som annars bara skulle ha lite eller ingenting. Övan: Dop i Naije Towns gren.

Ett personligt underverk

Syster Haju Julloh i Waterloos gren är sjuksköterska. Under det att hon vårdade sjuka, utsattes hon dagligen för viruset. Allt eftersom patientbelastningen ökade, hände det att skyddskläderna på sjukhuset där hon arbetade inte alltid tvättades och rengjordes så noggrant. Kort efter att hon slutit sig till kyrkan i augusti 2014, visade prover att syster Julloh smittats av ebola, och hon sattes i karantän i sitt hem.

”Jag kunde inte komma till kyrkan, så grensmedlemmar ringde och muntrade upp mig”, säger hon. ”Förpassad till mitt rum bestämde jag mig för att koncentrera mig på att studera Mormons bok. Jag läste om många andliga upplevelser och även underverk som vanliga människor som jag fick vara med om. Jag ville uppleva ett under men visste inte om jag ens skulle be om det. Jag fortsatte att läsa och prata med vänner på telefon om det jag läste om. Efter några veckor hemma, togs ännu ett virusprov på mig och resultatet visade sig vara negativt. Jag var tvungen att vara i karantän i ännu en vecka och sedan togs ett prov igen. Återigen var resultatet negativt. Så jag fick tillstånd att lämna huset och komma till kyrkan och återvända till mitt arbete. För mig var det ett under.”

Att påskynda arbetet

Borde missionsarbetet pågå som vanligt under stressiga tider? De heliga i Sierra Leone har en tradition. De fortsätter att dela med sig av evangeliet vad som än händer.

”I stället för att beklaga sig över sin lott eller vara överkamma, uppmanades vi att stärka de heliga genom att kalla grensmissionärer som ersatte heltidsmissionärerna”, förklarar president Bai Seasy i Kossah Towns distrikt. ”Vi hade inte tid

att tycka synd om oss själva – vi hade ett frälsningsarbete att utföra. Vi parade ihop återvända missionärer med blivande missionärer och organiserade dem i zoner.

Varje missionsledare i grenen fick tillstånd att ha ett telefonkort i missionssyfte. De måste redovisa hur det har använts, men det har hjälpt grensmedlemmar att hålla kontakt, både med nya undersökare och med nya medlemmar, och att hålla kontakt har visat sig betyda mycket”, säger Brian Robbin-Taylor, ännu en särskild assistent till missionspresidenten.

”Vi har ’telefonlektioner’ med undersökare och nya medlemmar”, fortsätter han. ”De kompletterar de missionslektioner som hålls i kyrkan varje vecka. Vi har anpassat oss efter medlemmarnas och undersökarnas behov, vilka annars kanske inte skulle ha någon kontakt, antingen på grund av karantänrestriktioner eller oro för att insjukna.”

Idag är antalet omvändelsebaptiser bara något lägre än när heltidsmissionärerna var där, många mindre aktiva medlemmar har blivit aktiva igen och kyrkans tillväxt är stadig.

Stor orsak att hoppas

Under utbrottet översteg arbetslösheten 60 procent. Grödor kunde inte levereras till marknaden på grund av karantänen. Många nära och kära avled. Utan tvivel väntar många fler utmaningar Sierra Leone.

Men trots sådana svårigheter är de heliga trofasta och kyrkan växer och frodas. Som chef för Sierra Leones informationstjänst, säger Mariatu Browne: ”Vi vet att vår himmelske Fader bryr sig om oss. Och när vi har Herren med oss, upprätthålls av kyrkan och arbetar sida vid sida, finns det stor orsak att hoppas. Som heliga i Sierra Leone är vi aldrig ensamma.” ■

STRANDADE I LIMON

Under en resa för att träffa våra släktingar en sommar dog vår tolv år gamla, slitna minibuss och rullade en bit tills den stannade. Vi kom inte längre. Lyckligtvis befann vi oss bara 8 kilometer från det lilla samhället Limon i Colorado i USA.

Den lokale bilreparatören gav oss dåliga nyheter. Vår växellåda behövde bytas ut och vi skulle behöva vänta i åtminstone fem dagar på delar. Vi hade inte mycket kontanter men vi hade vårt tält och lite campingutrustning, så vi valde att bo på den lokala campingplatsen.

Långt från släkt och vänner funderade vi över hur vi skulle kunna komma till en affär och köpa de varor vi behövde för att överleva. Vi bestämde oss för att söka upp

den lokala grenspresidenten i hopp om att finna ett transportsätt. Vi ringde president Dawson, och inom en halvtimme fick vi två samtal från medlemmar i Hjälpföreningen i den lilla grenen. Vi upptäckte till vår glädje att en familj bodde inom ett kvarter från campingplatsen. De kom och träffade oss inom några timmar efter vårt första samtal.

Under veckan som följde överväldigades vi av den kärlek och omsorg vi fick av den lilla grenen på Colorados vindpinade slätter. Familjen som bodde i närheten bjöd hem oss på middag den där första dagen, och vi hade en trevlig kväll och fick prata med föräldrarna medan våra barn lekte med deras dotter. Nästa morgon fick vi lift med en annan

medlem så att vi kunde handla mat och annat nödvändigt för vår vistelse.

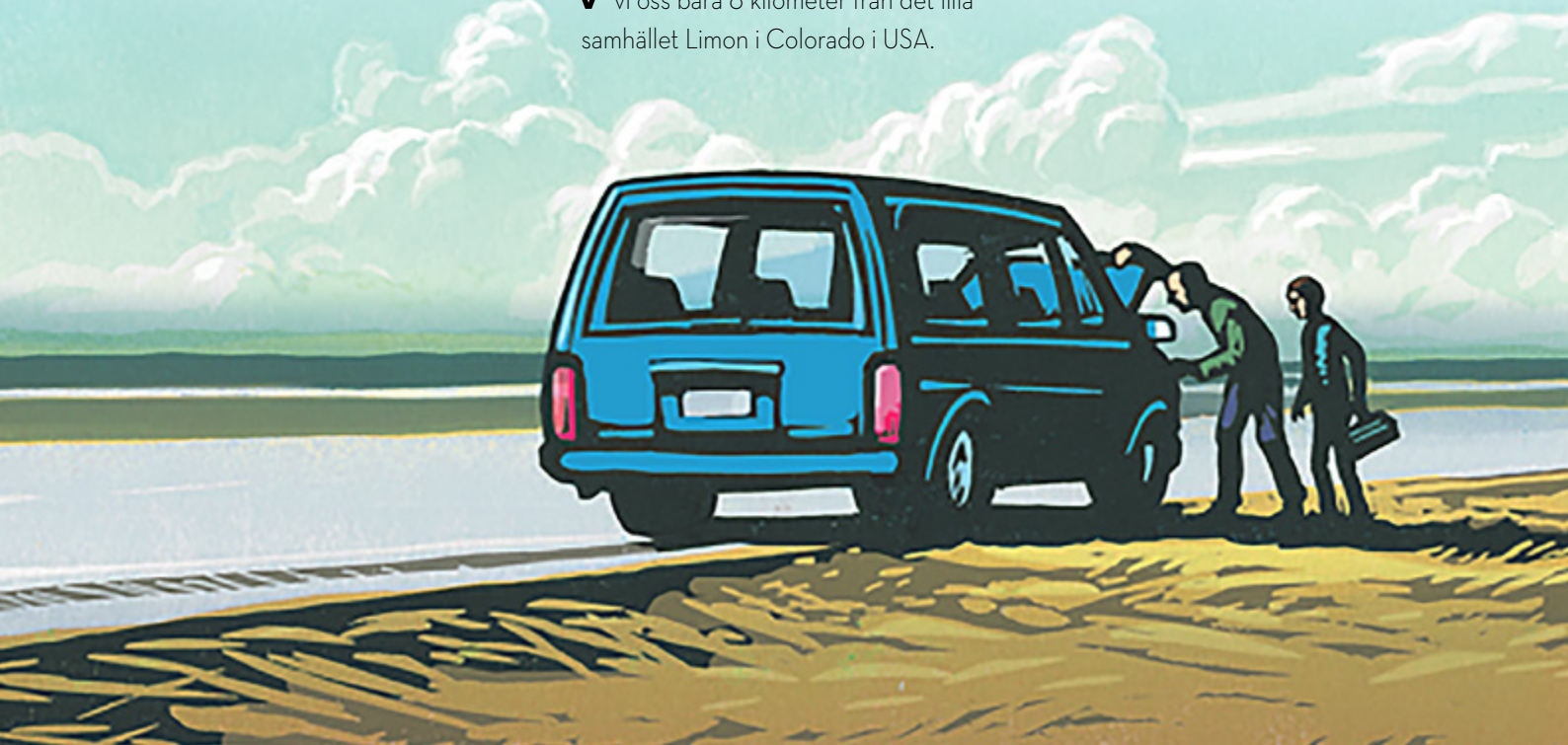
Grensmedlemmarnas generositet sträckte sig bortom det vi först efterfrågat. De hämtade oss och tog oss till kyrkan på söndagen. De tog oss på ett minnesvärt besök på stadens historiska tågmuseum. Våra barn sökte skydd i deras hem under en hagelskur. En av medlemmarna anställde till och med min man i några dagar så att vi kunde betala för bilreparationen.

Varje kväll bjöd medlemmarna i den lilla grenen oss på mat och underhåll våra barn i sina hem. Mot slutet av vår vistelse tog en familj oss till sin ranch där våra barn fick lära sig att rida på hästar.

När vi reste från Limon en vecka senare, gjorde vi det med böner av tacksamhet för en ny grupp goda vänner som tagit hand om oss och fått oss att känna oss hemma i Limon. ■

Christina Wadley, Missouri, USA

Vi kom inte längre. Lyckligtvis befann vi oss bara 8 kilometer från det lilla samhället Limon i Colorado i USA.



VAD JAG BEHÖVDE LÄRA MIG

Efter mitt första år på universitetet påbörjade jag ett projekt för att förstå Bibeln bättre. Jag bestämde mig för att studera några få religiösa gruppers läror vilka jag hade hört inte var kristna och sedan jämföra dem med Bibelns lärdomar.

Vid följande terminsstart började jag studera Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. En av mina kurser krävde laboratoriarbete med en partner, och i bön bad jag om en partner med vilken jag skulle kunna lära mig det jag behövde lära mig.

Jag valde ut en bänk och snart kom en elev fram och frågade om jag hade en partner. Han presenterade sig som Lincoln. Jag kunde inte komma ihåg att jag hade sett honom på skolan föregående år och frågade om han hade bytt skola.

"Faktiskt", sa han, "har jag just återvänt efter att ha verkat som missionär för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga."

Jag berättade för Lincoln att jag just hade börjat studera hans kyrka och

hade några frågor. Han gick glatt med på att besvara dem.

Under de nästföljande tre månaderna ställde jag frågor om Mormons bok, tempel, nutida profeter och nutida uppenbarelse. Även om jag lärde mig ganska mycket under den här tiden, trodde jag fortfarande att mormoner inte var kristna.

En helg förlorade vår skola en viktig match. En del lärare på labbet diskuterade ivrigt förlusten, och missbrukade Herrens namn upprepade gånger. Lincoln gick fram till lärarna och bad dem vänligt att sluta nämna Jesus Kristus på det sättet.

"Stör det verkligen dig?" frågade de tveksamt.

"Ja", svarade Lincoln. "Jesus Kristus är min bästa vän."

I det ögonblicket förvandlades min undersökning av kyrkan från att vara en intellektuell övning till att vara en fråga om tro. Om denna religion producerade sådana män, var den kristen på alla sätt som betydde något.

När Lincoln och jag gick därifrån den kvällen frågade jag honom om jag fick följa med honom till kyrkan någon gång. Efter att ha varit i kyrkan frågade jag honom om jag kunde få en Mormons bok och om jag kunde få träffa missionärerna.

I två år undersökte jag kyrkan och umgicks med dess medlemmar. Jag såg ett bestående mönster av uppriktiga män och kvinnor som flitigt strävade efter att vara Mästarens lärjungar. Vid flera tillfällen bekräftade den helige Anden för mig att Jesus Kristus, som jag alltid gjort mitt bästa för att tjäna, verkligen hade återställt sin kyrka i vår tid. Den leddes direkt av honom genom profeter och apostlar.

Jag döptes och har kunnat glädja mig åt mer än tolv år av välsignelser från det återställda evangeliet och dess lärdomar. Jag är så tacksam för att min himmelske Fader besvarade min bön om att finna en laborationspartner som kunde hjälpa mig att lära mig det jag behövde lära mig. ■

Michael Hendricks, Wyoming, USA





SÖNDAGSSÅDD

För några år sedan, precis före påskhelgen, regnade det en hel vecka. Jag hade varit i Benin i Västafrika och var på väg hem för att tillbringa påsken i Togo. Det regnade inte på lördagen, dagen då jag anlände, men på kvällen började det regna igen.

Jag visste att kyrkan började klockan nio på söndagen, men eftersom det hade regnat så mycket och jag just hade kommit, bestämde jag mig för att det var för tidigt för mig.

Jag tänkte för mig själv: "Jag går till kyrkan lite senare och kommer dit klockan tio." Sedan gick jag för att träffa min bror. "I stället för att gå till kyrkan klockan nio", sa jag till honom, "så kan vi väl gå till trädgårdslandet vid sidan av mitt hus?"

När vi kom dit, lade vi märke till hur fin och våt jorden blivit av allt regn. Jag tänkte: "Det är söndag, och vi ska inte till kyrkan förrän klockan tio. Vi kan väl plantera några bönor innan vi går härifrån?"

Så min bror och jag planterade bönor på en täppa som var ungefär 6 kvadratmeter stor. Sedan gick vi till kyrkan, en timme för sent. Nästa dag begav vi oss till en närbelägen stad där jag ägde ett annat stycke jord. Där planterade vi majs och mera bönor.

Två månader senare när jag kom hem igen, gick jag för att titta till den lilla täppan bredvid mitt hus. Den var bar, förutom en tuva med ogräs som jag snavade över när jag gick över täppan. "Ja just det", sa jag för mig själv, "vi

Jag hade inte hållit sabbatsdagen helig den där påsksöndagen, och jag snavade över en tuva med ogräs för att påminnas om att jag inte hade gjort det.

planterade bönor här på påsksöndagen!"

Av alla frön vi sådde var en tuva med ogräs det enda som hade vuxit upp. Bönorna och majsens som vi hade sått på det andra fältet på måndagen efter påsken växte däremot bra. Sedan dess har allt vi planterat på täppan vid sidan om mitt hus vuxit normalt.

Jag hade inte hållit sabbatsdagen helig den där påsksöndagen, och jag snavade över en tuva med ogräs för att påminnas om att jag inte hade gjort det. Sedan dess har jag kommit ihåg att jag inte bara kan göra vad jag känner för att göra på Herrens dag. I stället har jag alltid kommit ihåg att hålla sabbatsdagen helig. ■

Desire Koami Gbedjangni,
Togo, Västafrika

JAG BÖRJADE BE FÖR RUTH

Efter att ha dragit på mig några oförutsedda ekonomiska åtaganden som ensamstående kvinna, visste jag att jag behövde hitta ett jobb till. En kort tid därefter kom Marty, en syster i min församling, till mig och bad mig om hjälp. Hon och hennes man skulle resa iväg som missionärer, så hon behövde säga upp sig från sitt jobb. Hon förklarade för mig att hon varje lördag hjälpte en äldre kvinna, Ruth, som bodde i ett stödboende. Marty erbjöd mig sitt jobb och berättade för mig att Ruth skulle betala mig för mitt arbete.

Jag började med att samla ihop Ruths tvätt och bar upp den till tvättstugan på övervåningen. Strax efter att jag hade börjat rusade Ruth in och skrek åt mig.

Följande måndag förklarade Marty och Ruth vilka mina uppgifter var, och jag började arbeta några dagar senare. Jag började med att samla ihop Ruths tvätt och bar upp den till tvättstugan på övervåningen. Strax efter att jag hade börjat rusade Ruth in och skrek åt mig. Hon sa att jag aldrig fick tvätta hennes kläder utan att fråga först.

Jag gjorde bara som hon och Marty sagt till mig att göra. Frustrerad och sårad försökte jag hålla tillbaka tårarna. Jag sa till mig själv att jag inte behövde mer stress eller problem i mitt liv. Jag skulle ha gått därifrån

i den stunden om jag inte lovat Marty att jag skulle ta hand om Ruth medan hon var borta.

Vecka efter vecka skrek Ruth ilsket på mig vad jag än gjorde. Det verkade som om jag aldrig kunde göra henne nöjd hur jag än försökte.

Jag började be om styrka att stå ut med Ruth och hennes hårda ord, men ingenting förändrades. Jag fortsatte motvilligt att hjälpa henne.

Men så en dag ändrade jag på mina böner. Jag slutade be för mig själv och började be för Ruth. Jag bad vår himmelske Fader att hjälpa mig förstå hennes behov och hur jag kunde hjälpa henne.

Från den dagen förändrades allt. Mitt hjärta mjuknade, och min kärlek till Ruth växte. Ruth förändrades också. Hon öppnade upp sig och berättade om sitt liv, sina glädjeämnen och sina sorger. Hon berättade för mig att hon saknade sin familj. Hon berättade om det underbara hon gjort förr men inte längre kunde göra. Hon berättade för mig att hon kände sig ensam och ledsen.

Jag började se fram emot att träffa Ruth varje vecka, och hon såg fram emot att träffa mig.

Min upplevelse med Ruth lärde mig något värdefullt. När jag verkligen tjänade av hela mitt hjärta, förstod jag president Spencer W. Kimballs (1895–1985) lärdom att "mitt i tjänandets under, finns Jesu löfte att om vi förlorar oss själva så finner vi oss själva" ("Small Acts of Service", *Ensign*, dec. 1974, s. 2). ■

June Foss, Utah, USA



Jag upplevde kraften i Jesu Kristi försoning när ...

**Unga vuxna delar
med sig av upplevelser
de har haft när de har
tillämpat Frälsarens
försoning.**

FRÄLSAREN HJÄLPTE MIG I GODA OCH DÅLIGA TIDER

Mitt dop var som en dröm – jag var så lycklig och ivrig att börja livet som fullkomlig människa. Men hur det nu var, började jag gräla med mina syskon bara några timmar efter dopet. Jag minns missmodet jag kände över att det inte hade dröjt så länge innan jag hade rört till det efter att ha döpts och konfirmerats, men jag minns också att när jag omvände mig kände jag mig fullständigt hel igen. Så redan som ung lärde jag mig att Jesu Kristi försoning skänker välbehövlig lindring från synd.

Allt eftersom jag fortsatte förstå evangeliet mer och mer, lärde jag mig att försoningen inte bara var något jag skulle använda när jag hade syndat. Försoningen kunde vara en del av mitt liv i stunder av prövning, glädje, hjärtesorg och framgång. När jag kämpade med att känna mig accepterad av mina jämnåriga, bad jag till min himmelske Fader och jag tröstades av vetskapen att Frälsaren kämpat med samma känslor. När jag lyckades bra med något, blev min glädje större när jag tänkte på Frälsarens glädje, för han har upplevt samma känslor.

Abby McKeon, Utah, USA





JAG LÄRDE MIG ATT FÖRLITA MIG PÅ HERREN

Under många år kände jag mig ensam och övergiven. Jag kämpade med orättfärdiga begär som fick mig att synda, vilket slutligen gjorde att jag hamnade i en negativ spiral av skuld och skam. Men jag är tack-sam för att en kärleksfull biskop undervisade mig om den roll Frälsarens försoning har i att skylla över svaghet, smärta och sorg såväl som synd. Min biskop blev så glad när jag gick framåt och tröstade mig när jag vacklade.

Jag lärde mig att det inte räcker med att ha en begreppsmässig kunskap om Frälsaren – jag behövde be till min himmelske Fader och aktivt omvända mig med hjälp av Jesu Kristi försoning. När jag gjorde det började jag lyda Guds bud mer och kom närmare Frälsaren.

Jag brottas fortfarande med frestelser, men jag har lärt mig att jag kan förlita mig helt på min Frälsare och hans försoning. När jag står på min Återlösares klippa, kan min svaghet bli en styrka. Jag kan hålla med Paulus: "Därför vill jag hellre berömma mig av min svaghet, för att Kristi kraft skall vila över mig. ... Ty när jag är svag, då är jag stark." (2 Kor. 12:9–10).

Jacob H. Taylor, Idaho, USA

JAG UPPLEVDE EN HJÄRTATS FÖRVÄNDLING

När jag gick på highschool hade jag inte riktigt evangeliet i mitt hjärta. På missionsfältet gick det sakta upp för mig vad en mission egentligen handlade om och jag ville ha den kraft och utveckling som den kunde tillföra i mitt liv om jag verkligen var värdig. Till slut kände jag mig nedtyngd av skuld och sorg från tidigare överträdelser, och jag ville bli fri – vara ren och kunna vara ett bättre verktyg i Herrens hand. Efter några samtal med min missionspresident reste jag hem för att ha tid att omvända mig.

Att återvända hem var något av det svåraste jag varit med om. Jag började läsa skrifterna på ett annat sätt, så att jag faktiskt förstod dem och tillämpade dem. Även om jag gjorde allting "rätt", kändes skuldens börda fortfarande tung. Då började jag koncentrera mina studier på Kristus och hans försoning, på hur han kunde vara *min*

Frälsare och på hur hans oändliga försoning kunde återlösa *min* själ. En kväll när jag begrundade allt jag hade lärt mig under mina andliga studier, kände jag Anden vidröra mitt hjärta, hela min själ och trösta mig. Jag kände mig trygg och älskad och mina skuldkänslor försvann.

När jag först hade kommit hem, trodde jag att en hjärtats förvandling var allt jag behövde i min omvändelseprocess. Nu vet jag att jag behövde tid att omvända mig – en förändring sker rad på rad, lite i taget. Det krävs en utdragen ansträngning om våra hjärtan, önskningar och vanor ska kunna förvandlas och bli mer lika Kristus. Vi kan inte göra 180-gradersförändringar på en gång, men på grund av försoningen kan de ske fullständigt.

Anonym, Georgia, USA





JAG LÄRDE MIG ATT FÖRLÅTA

Det fanns en tid i mitt liv när jag var så känslomässigt sårad att det påverkade alla andra delar av mitt liv. Jag kunde inte fokusera på lektioner eller läxor, mina relationer med mina rumskamrater var ansträngda och jag var ständigt på gränsen till tårar. Mer än allt annat var det svårt för mig att förlåta den person som orsakat mig smärtan från början – och det gjorde mig ännu argare att det var så svårt för mig att förlåta.

Till slut bestämde jag mig för att jag var färdig med att vara ledsen och arg. Jag ville inte längre bära den bördan. Jag bad till min himmelske Fader om hjälp att förlåta. Innan jag visste ordet av, var smärtan uthärdlig. Den var inte borta, men jag kunde stå ut med den. Genom den här upplevelsen lärde jag mig att Frälsarens försoning inte bara gör att vi kan omvända oss – den kan också hela oss. När jag vände mig till min himmelske Fader med mina bördor, i ödmjukhet och med ett uppriktigt hjärta, hjälpte han mig att bära den smärta och hjärtesorg som jag kände.

Dani Lauricella, Kalifornien, USA

JAG KÄNDE HOPP INFÖR FRAMTIDEN

När mina föräldrar skilde sig, kände jag att allt mitt hopp om en evig familj hade försvunnit. Det var en mycket svår stund i mitt liv. Men även om det inte var lätt för mig att inse det, förde den prövningen med sig oförutsedda välsignelser till min familj. En av dem var att min mamma lät döpa sig!

Jag lärde också känna min Frälsare bättre. För att övervinna min sorg, valde jag att besöka en moster i Peru, där jag fick en ny vän som gav mig mycket styrka. Min vän och jag studerade ofta skrifterna tillsammans och under ett sådant speciellt tillfälle när vi pratade om evangeliet, kände jag mycket starkt min Frälsares kärlek till mig. Det kändes som om Frälsaren sa till mig: "Jag har alltid varit med dig – du märkte det bara inte."

Nu vet jag att vår Frälsare vill hjälpa oss och att han alltid är med oss. Ibland tillåter vi vår sorg att ta större plats än vår tro, och vi tror att han har glömt oss, men i verkligheten är det så att hans försoning alltid kan hjälpa oss.

Liliane Soares Moreira, Bahia, Brasilien



HANS FULLKOMLIGA FÖRSONING

*Jag trodde förr
att det fanns ett håll
i Kristi försoning –
att han kunde frälsa alla –
utom mig.*

*Men jag hade fel.
Det finns inte ett håll,
utan sju.*

*Två håll i
hans händer
där de spikade fast honom
på ett kors
på befallning av dem
som han skulle dö
för att frälsa.*

*Två håll i
hans handleder
som såg till
att tyngden av hans kropp
inte skulle få
hans handflator
att slitas upp
innan hans straff
var fullständigt.*

*Två håll i
hans fötter
där han stod
som ett vittne för alla
om Guds orubbliga kärlek
för vart och ett
av sina barn.*

Kasey Hammer, Utah, USA

*Och ett håll i
hans sida,
där de genomborrade honom
för att visa att hans verk
var avslutat.*

*Sju.
Fulländning.
Sju fulländade håll
i jordens ende
fulländade man.*

*Den fulländade försoningen
för att laga hålen i våra liv.
Hans håll gör oss
hela.*

*Jag hade fel.
Det finns ett
håll
i Kristi försoning
för mig,
trots allt.*



JAG FANN TRÖST I HANS UPPSTÅNDELSE

När jag var 23 år gammal gick min mormor bort. Hon hade haft ett härligt liv men van ändå relativt ung och hennes död kom tidigare än förväntat. Jag visste att det fanns andra som hade förlorat mycket mer än jag och att min mormor hade frid, men det var fortfarande smärtsamt att veta att jag aldrig mer skulle få se henne i det här livet.

Under den här sorgen kände jag dock min himmelske Faders och Frälsarens närhet. Vänliga besökslärare och vänner kom med gulliga kort och godsaker, och en snäll granne kom förbi min familjs hem med en bok som hon sa att hon känt sig inspirerad att köpa till oss. Boken innehöll citat från apostlar och profeter om frälsningsplanen och det faktum att livet fortsätter efter döden.

När jag läste profeternas ord högt med min syster den kvällen, kände jag hur en ljuvlig frid sänkte sig över mitt hjärta. Jag visste att vi alla, på grund av Jesu Kristi försoning, kan bli rena och få leva med honom i nästa liv. Jag visste att "han åstadkommer de dödas uppståndelse" och att allting – och alla människor – skulle återställas till sin plats (Alma 40:3; se också Alma 41:2). Jag visste att på grund av försoningen kan alla i min familj, även de som gått vidare, vara tillsammans för evigt, och det är jag evigt tacksam för.

Amanda Seeley, Utah, USA

En kultur av tro i Guatemala

Lisa López

Kyrkans tidningar

Under de 68 år som gått sedan kyrkan först kom till Guatemala, har medlemsantalet ökat stort. Guatemala är ett land som är rikt på regnskogar och en mångskiftande mayakultur. Trots sin skönhet utmärker sig Guatemala ofta på grund av sin fattigdom och politiska kamp. Det innebär dock inte att landet är andligt fattigt. Merci Arens, en 25-åring från Guatemala City, känner sig personligen välsignad som får bo i ett land där människor till stor del är toleranta och accepterar olika religioner. "Något av det som är mest utmärkande för guatemalansk kultur är att vi är ett religiöst folk", säger hon. "Kulturen och miljön är mycket gästvänlig och levande." Men det innebär inte att det alltid har varit lätt att hitta jämnåriga som delar hennes tro.

"Mina normer uppfattas som extrema av folk på jobbet och i skolan som aldrig har hört talas om mormonism", säger hon. Men det

är inte nedslående för Merci, som betonar vikten av att vara aktiv i kyrkans kallelser och aktiviteter. "När jag är med på aktiviteterna umgås jag för att skapa relationer med människor som i grund och botten har samma mål och principer som jag." Hon har märkt att hennes vittnesbörd har vuxit av att hon har vänner att dela andliga upplevelser med. Tack vare sina vänner har Merci också upptäckt en oväntad välsignelse. "Jag har märkt att det är lättare att dejta eftersom jag dejtar vänner. Jag har sett dem i olika situationer, vilket gör att jag kan lära känna dem på ett naturligare sätt."

Merci medger att hon ibland känner sig pressad att gifta sig, men hon håller fast vid den trygga känslan av att allt är och kommer att bli bra. "Jag ser fram emot att träffa en partner som, genom vår relation, hjälper mig att komma närmare Gud, och tillsammans kan vi skapa en evig familj."

Merci Arens tycker att det är lättare att försvara sina normer när hon har stöd av sina vänner som delar normerna.

Av alla välsignelser som Merci har fått, finns det en som är särskilt speciell för henne: "Jag förlorade min mamma när jag var 15 år. Många frågor följde på hennes bortgång. Men frågorna och de svar jag fick på dem har fullständigt format mitt liv." Genom uppriktig bön har Merci kunnat finna tröst i att veta att hon en dag kommer att kunna ge sin mamma samma sorts kramar som hennes mamma gav henne när hon var liten. "Evangeliets sanning lyser upp min vardag och mina aktiviteter", säger hon. "Jag vet att jag står i förbindelse med Guds kärlek, och det förverkligar mig på alla sätt." ■



MER OM MERCI

Vilken guatemalansk maträtt är din favorit?

Den kallas "hilachas" – en gryta på röd potatis och långa köttstrimlor. En del människor tillsätter gröna bönor och morötter, men jag föredrar bara potatis.

Vilka är några av dina favoritplatser?

Guatemala är en naturskön plats. Ett av mina favoritställen att besöka är Atitlánsjön och det intilliggande samhället Panajachel som sjuder av mayakultur. Urinvånarna har arbetat hårt på att bevara sitt traditionella språk, och jag älskar färgerna och de intrikata handvävda klädnaderna.

Hur är de högre skolorna i Guatemala?

I mitt land är utbildningsfrågan komplicerad. Analfabetism är ett problem som en stor del av befolkningen lider av. Efter gymnasiet står de flesta ungdomar inför ekonomiska plikter som tvingar dem att välja mellan att gå på universitetet eller att arbeta heltid. Men kyrkan har varit ett fantastiskt redskap i att hjälpa medlemmar få tillgång till högre utbildning.

FAKTA OM GUATEMALA

Huvudstad: Guatemala City

Språk: Spanska

NÅGRA SIFFROR

14 647 083 invånare (uppskattning juli 2014)

21 nationalparker

3 aktiva vulkaner

KYRKAN I GUATEMALA

247 708 sista dagars heliga

417 församlingar och grenar

2 tempel

6 missioner



Äldste D. Todd Christofferson

i de tolv apostlarnas
kvorum



HUR MAN VERKLIGEN OMVÄNDER SIG

Omvändelse är ett omfattande ämne, men jag vill bara nämna fem aspekter av den här grundläggande evangelieprincipen som jag hoppas ska vara till hjälp.

För det första: **inbjudan till omvändelse är ett uttryck för kärlek.** När Frälsaren började "predika och säga: 'Omvänd er, ty himmelriket är nu här'" (Matt. 4:17) så var det ett kärlekens budskap som inbjöd alla som ville att göra sig värdiga att förena sig med honom "och åtnjuta det eviga livets ord i den här världen och evigt liv i den kommande världen" (Mose 6:59). Om vi inte inbjuder andra att ändra sig eller om vi inte kräver omvändelse av oss själva, då fullgör vi inte en grundläggande plikt som vi är skyldiga oss själva och andra.

För det andra: Omvändelse innebär en **strävan att förändras.** Det vore ett hån mot Frälsarens lidande i Getsemane och på korset att förvänta sig att han ska förvandla oss till

änglavarelser utan verklig ansträngning från vår sida. Snarare söker vi hans nåd, som fullkomnar och lönar vår hängivna strävan (se 2 Nephi 25:23). Verklig omvändelse, **verklig förändring, kan kräva upprepade försök**, men det finns något ädelt och heligt i sådan strävan.

För det tredje: Omvändelse är inte bara att **överge synden** utan också **ett beslut att lyda.** I Bible Dictionary står det: "Omvändelse innebär att vända sitt hjärta och sin vilja till Gud och att överge synden, som vi har en naturlig böjelse för" ("Repentance"). För att omvändelsen ska vara fullständig måste den omfatta inget mindre än ett förbund att lyda honom.

För det fjärde: **Omvändelse kräver att det finns en allvarlig föresats och en vilja att hålla ut**, också i smärta. Om vi tar fram en lista över bestämda steg i omvändelseprocessen kan det vara till hjälp för somliga, men det kan också leda till

ett mekaniskt avbockande utan verklig känsla eller förändring. Sann omvändelse är inte ytlig. Herren ger oss två övergripande krav: "Häri genom kan ni veta om en människa omvänder sig från sina synder: Se, hon bekänner dem och överger dem" (L&F 58:43).

För det femte: Oavsett **priset** som omvändelsen kräver, **uppslukas det av förlåtelsens glädje.**

Med tacksamhet accepterar och vittnar jag om att vår Herres ofattbara lidande, död och uppståndelse "åstadkommer omvändelsens villkor" (Helaman 14:18). Omvändelsens gudomliga gåva är **nyckeln till lycka** här och i livet efter detta. Med Frälsarens ord och i ödmjukhet och kärlek inbjuder jag alla: "Omvänd er, ty himmelriket är nu här" (Matt. 4:17). Jag vet att om ni tackar ja till denna inbjudan så **finner ni glädje** både nu och för evigt. ■

Från ett tal som hölls under generalkonferensen i oktober 2011.

SÖK DET LEVANDE VATTNET

"Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga
bördor, så skall jag ge er vila."

(Matt. 11:28)



När jag berättade
för mina föräldrar
att jag ville verka
som missionär,
fick jag ett svar
jag inte väntat
mig. De bad mig
att välja mellan
min familj och
min mission.



STANNA eller LYDA?

Melvin Rondilla

Jag minns fortfarande missionärernas ord när de undervisade mig: "Gör vad Gud än befäller, så blir du välsignad." De orden gjorde ett djupt intryck på mitt hjärta. Jag döptes när jag var 16, som den ende medlemmen i kyrkan i min familj. Åtta månader senare fick jag glädjen att se mitt yngsta syskon döpas in i kyrkan.

När jag fyllde 18 ville jag verka som heltidsmissionär och hjälpa till med Herrens verk. Jag berättade ivrigt för mina föräldrar om mina planer och hur jag ville inbjuda människor att komma till Jesus Kristus genom att hjälpa dem att ta emot evangeliets principer och förrättningar. Deras reaktion förvånade mig. De sa att de kände sig helt förkrossade över tanken på att jag skulle resa iväg på mission, och att jag måste välja: Min familj eller min mission.

Det var en chock för mig att höra de orden. Omedelbart gick jag till kappellet nära vårt hem och gick in i ett av rummen för att knäböja och fråga min himmelske Fader: "Vad ska jag göra? Vad ska jag välja: Min familj eller min mission? De är båda viktiga för mig."

Fortfarande på knä, kom jag att tänka på missionärernas ord: "Gör vad Gud än befäller."

Jag älskar min familj och vill vara med dem för evigt. Jag respekterar deras känslor. Men skrifterna säger: "Lydnad är bättre än offer" (1 Sam. 15:22). Jag fylldes av Herrens ande och fick styrka. Jag bestämde mig för att verka som missionär eftersom jag visste att min himmelske Fader skulle hjälpa min familj att förstå.

Jag gick hem bara för att skickas iväg av pappas arga ord, och tillsades att aldrig komma tillbaka. Jag packade ihop mina saker utan att veta vart jag skulle ta vägen. Jag var inte alls rädd, för jag visste att Herren var med mig, att han har en plan för alla familjer och att min familj en dag skulle förstå den här underbara planen.

Jag hade bara gått några steg hemifrån när mamma hann upp mig. Hon omfamnade mig och berättade hur mycket hon älskade mig. När jag gick såg jag att hon grät med en mors kärlek och smärta som ser sitt barn försvinna.

I över ett år bodde jag hos en återvänd missionär som jag hade träffat när

jag var undersökare. Herren höll sitt löfte i 1 Nephi 3:7 – han beredde en utväg så att jag kunde lyda hans befallningar. Han sände den här osjälviske och generöse mannen att ta hand om mig och skapa en andlig miljö där jag kunde förbereda mig för min mission. Jag kände att Guds hand höll mig uppe genom mina utmaningar. Jag kände vår Frälsare Jesu Kristi kärlek genom hans försoningsoffer. Den kärleken bar mig genom mina prövningar tills jag avskildes som heltidsmissionär i Filippinernamissionen Cauayan.

Några månader senare fick jag ett brev från min familj där de skrev att de såg fram emot min hemkomst. Jag förlorade aldrig tron och hoppet om att hela min familj skulle bli medlemmar i kyrkan, beseglas i templet för all evighet och en dag få vara med vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus.

Efter att jag kommit hem från missionen började jag se att drömmen blev verklighet. Jag fick döpa mamma, som nu förbereder sig för att besöka templet. Jag träffar ofta min familj, och vi är närmare varandra än någonsin. ■

Författaren bor i Filippinerna.

DU KAN FÖRÄNDRAS



Oavsett vilka brister du än må ha just nu, kan du besluta dig för hur du ska leva i enlighet med din framtida potential.

David Dickson

Kyrkans tidningar

Under en examenavslutning kan alla möjliga sorters tankar rusa genom huvudet. Vad händer nu? Är jag redo? Kommer jag och mina vänner att hålla kontakt?

Men jag tänkte inte så. Jag hade bara en fråga när det var min tur att gå upp framför alla när de läste upp mitt namn: Skulle jag *verkligt* ta examen?

Jag var inte direkt studiebegåvad. Att plugga hade aldrig toppat min idealiska att-göra-lista. Och under mitt sista år gick det så dåligt för mig i en kurs att jag inte ens visste om jag blivit *godkänd*. Det slutliga examensprovet

tidigare den veckan skulle besegla mitt öde, men betygen skulle inte tillkännages förrän en vecka senare.

Om jag inte klarade den kursen, skulle jag inte kunna ta examen från highschool.

Men det visade sig att jag slank igenom med minsta möjliga marginal och tog examen. (Puh!) Vid den tidpunkten var det 14 månader kvar tills jag fyllde 19 år, som då var åldersgränsen för missionärer. Jag hade för avsikt att arbeta under tiden och spara pengar till min mission. Jag visste ju att jag inte var mycket till

elev, så jag planerade definitivt inte att gå på college.

FARAN MED ATT BEGRÄNSA SIG

Har du någonsin känt så? Som om din tidigare prestation i någon del av ditt liv en gång för alla visat vad du går för?

Fastna inte i den tankefällan. Den är en av Satans största lögner!

”Så snart någon av oss beslutar att ’det är bara sån jag är’, så ger vi upp vår förmåga att ändra oss”, har äldste Donald L. Hallstrom i de sjuttios presidentskap sagt. ”Vi kan lika gärna hålla

upp den vita flaggan, lägga ner våra vapen, ge upp striden och kapitulera – all chans att vinna är borta.”¹

Speciellt skolgången kan vara skrämmande om man inte gör så bra ifrån sig. Det räcker med några få dåliga betyg för att det ska vara alltför lätt att tro att man aldrig blir bättre än så. Men det är inte sant.

Enligt äldste Hallstrom är ”vi ännu inte ... de vi kan bli”.²

EN NY START

Trots det som tvivlets och misslyckandenas envisa röster kan viska i våra öron, kan vi alltid välja att se framåt och sluta klandra oss själva för det som varit.

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, har sagt: ”Det är något mycket hoppfullt med en ny start.”³

När du bestämmer dig för att börja om på nytt, så glöm inte att be Gud om hjälp. Tala om för honom att du vill lyckas och var sedan uppmärksam på maningarna och vägledningen från den

Helige Anden och från dina ledare.

Det kan kräva att vi ändrar om lite i våra prioriteringar. Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”Vårt dagliga handlande och våra val bör stämma överens med våra mål. ... Många val är inte onda i sig, men om de upptar all vår tid och hindrar oss från de bästa valen blir de förrädiska.”⁴

HITTA DITT NYA JAG

Snabbspola fram tre och ett halvt år från min studentavslutning. Jag hade arbetat i ungefär ett och ett halvt år, verkat som missionär i två år och slutligen bestämt mig för att ge college en chans trots allt.

Jag önskar jag kunde säga att jag kände mig vuxen och redo för skolan, men det är skrattretande. Jag var räddare än någonsin. Om jag var så dålig i highschool, hur i hela världen skulle jag klara av college? Den här gången bestämde jag mig för att göra mitt bästa och involvera Gud längs vägen. Jag bad innerligt om att kunna

utveckla nya och bättre studietekniker.

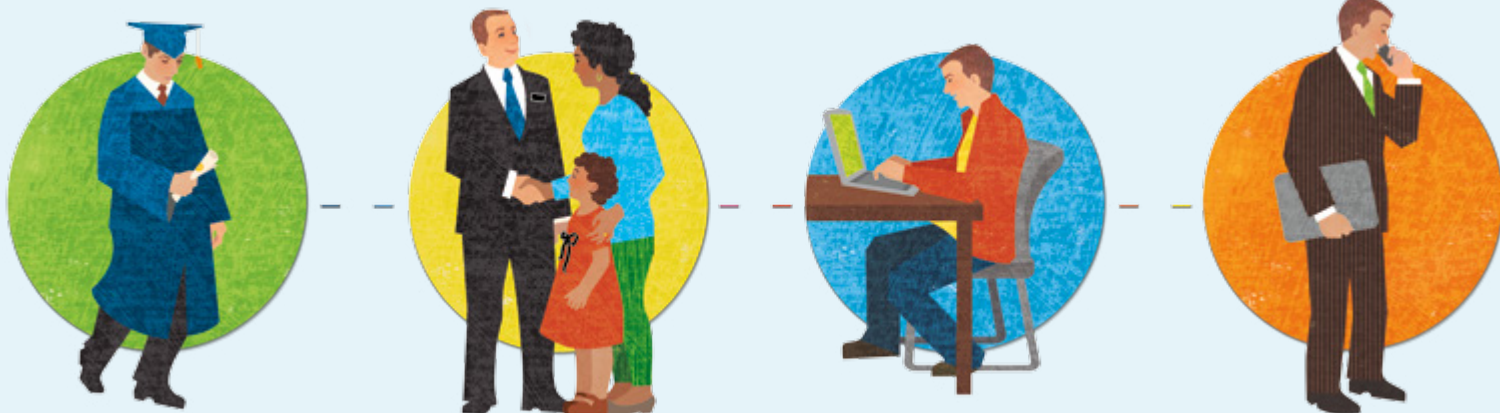
Jag blev fullkomligt chockad när det visade sig gå så bra för mig den terminen att jag fick behörighet att söka stipendier. Ingen var mer förvånad än jag! Trots det kunde jag lätt titta tillbaka på de gångna månaderna och se hur Guds hand hjälpt mig längs vägen mot att lära mig bli en bra elev.

Det jag trodde om mig själv den gången på highschool var helt enkelt inte sant. Från den stunden kunde jag med Guds hjälp röja upp en helt ny stig som förde mig genom en college-examen och vidare.

När vi involverar Herren i vår klättring och beslutar oss för att starta om på nytt i ett område av vårt liv, kan vi nå höjder som vi aldrig drömde om var möjliga. ■

SLUTNOTER

1. Donald L. Hallstrom, ”Vad slags män?” *Liahona*, maj. 2014, s. 53.
2. Donald L. Hallstrom, ”Vad slags män?” s. 53.
3. Dieter F. Uchtdorf, ”Bästa tiden att plantera ett träd”, *Liahona*, Jan. 2014, s. 4.
4. Quentin L. Cook, ”Välj förståndigt”, *Liahona*, nov. 2014, s. 49, 48.





SÖNDAGSLEKTIONER

Månadens ämne:
Buden

INTE av världen

Att stå upp som medlem i Kristi kyrka kan vara knepigt i dagens värld, men vi kan vara i den här världen utan att påverkas av den.

Har du någonsin undrat var uttrycket "i världen men inte av världen" kommer ifrån? Det är mer än bara ett motto eller en smart användning av prepositioner – det kom faktiskt från Jesus Kristus.

Föreställ er kvällen före hans korsfästelse. Han träffade sina apostlar, tvättade deras fötter, undervisade dem och delade ut sakramentet. Vid ett tillfälle under kvällen, bad han högt till sin Fader för apostlarna:

"Jag ber inte att du skall ta dem ut ur världen utan att du skall bevara dem för det onda.

De är inte av världen, liksom inte heller jag är av världen. ...

Liksom du har sänt mig till världen, så har jag sänt dem till världen" (Joh. 17:15–16, 18).

Frälsaren själv levde hela sitt liv i världen men inte av världen. Han frestades, men gav inte efter för frestelse. Han undvek ondska. Han umgicks med lärjungar och troende likväl som med syndare och hycklare. Han var ett föredöme för alla.

Men han lämnade inte bara sina lärjungar med ett bryskt "Om jag klarade det, kan ni också göra det". I stället var han medkännande. Han bad att Fadern skulle hjälpa dem. Men han bad inte att utmaningen skulle fråntas dem. Under sitt liv på jorden och genom sina nutida profeter och apostlar, har Frälsaren undervisat om att det är viktigt att vi är ett gott inflytande i världen.

Ungdomar från hela världen råkar ständigt ut för svårigheter när de strövar genom skolans korridorer, umgås med vänner och deltar i fritidsaktiviteter. Men med Frälsaren på sin sida och evangeliet i sina hjärtan, har de funnit sätt att avstå från att vara av världen. Läs om hur några av dem väljer att följa Frälsarens exempel.

VERKA MED IVER

När jag blir frestad, frågar jag mig: "Vad skulle Jesus göra" eller "kommer det här att föra mig närmare det celestialet riket?" Jag går på seminariet varje morgon även om jag är jättetrött, eftersom det hjälper mig att växa andligt. Att läsa skrifterna i avsikt att lära mig något nytt eller något som kan hjälpa mig bli en bättre människa är en källa till vägledning som hjälper mig. När vi håller sabbatsdagen helig och går på våra aktiviteter kan vi lättare övervinna Satan. När vi verkar med iver för Herren kan han hjälpa oss med alla komplicerade situationer som vi går igenom.

Brenda H., 17 år, Minnesota, USA



VAR KREATIV NÄR DU VÄLJER DET RÄTTA

När människor omkring oss inte har samma normer som vi har, måste vi kanske hitta kreativa sätt att umgås med dem och ändå hålla oss till våra normer. Det var precis vad äldste L. Tom Perry (1922-2015) i de tolv apostlarnas kvorum gjorde när han hamnade i en obekväm situation som affärsman för många år sedan. Alla affärsmän på alla sociala tillställningar han var tvungen att gå på, drack alkohol. För att få veta vad han gjorde, kan du gå till [lds.org](https://www.lds.org) och läsa hans artikel "Traditionen att leva ett balanserat och rättfärdigt liv" (*Liahona*, aug. 2011, s. 31-37).

HÄMTA STYRKA FRÅN ANDRA

Jag följer mina normer genom att delta i aktiviteter med mina vänner från kyrkan. Självklart bjuder jag in vänner som inte är medlemmar till aktiviteterna så att de kan se och förstå varför jag vill följa de här normerna. Mina föräldrar och min storebror är goda föredömen för mig. Jag har många goda vänner som inte tillhör kyrkan som också är jättebra exempel för mig. De har många fina egenskaper som jag själv skulle vilja utveckla.

Celina W., 15 år, Tyskland



GÖR DIN RÖST HÖRD

I Danmark anses det vara lite konstigt att gå i kyrkan, att inte dricka och att ha höga normer. Men jag har märkt att om man inte är för blyg för att prata om de värderingar man står för så kan man snabbt vinna mycket respekt från sina jämnåriga. Jag har sett att andra tycker att det är coolt när man tar hand om sig på det sättet.

Emma K., 18 år, Danmark

ATT BEGRUNDA TILL SÖNDAG

- Hur skulle det hjälpa dig nästa gång du stöter på frestelse, att veta att Jesus Kristus bad sin himmelske Fader om att "bevara [dig] för det onda"?
- Tänk på Frälsarens liv. Vad gjorde han under sin tid i världen? Hur höll han sig från att vara av världen? Vad kan vi lära oss av hans exempel?
- Tänk på en jobbig "i världen"-situation som du står inför. Finns det något kreativt du kan göra för att stå för sanningen? Du kan be dina vänner och din familj om förslag.



LÅT DITT LJUS LYSA

För några år sedan deltog mitt rugbylag i en veckolång turnering. Det innebar sju dagar hemifrån, från föräldrar och ledare i kyrkan. Eftersom vi går på en av kyrkans skolor, var alla i mitt lag medlemmar i kyrkan. Nästan varje kväll den veckan hade de andra lagen på vårt hotell fest på sina rum med hög musik, dans, alkohol och cigaretter, och de skrek hårda ord till varandra. Vårt lag samlades i ett rum för vår tradition av skriftstudier och en andlig kvällssamling. Det kändes bra att göra det rätta utan att våra föräldrar sa till oss att göra det. Efter att de andra lagen med förvåning lagt märke till oss, respekterade de oss. De var tysta när de visste att vi hade vår andliga kvällssamling. De verkade intresserade av det vi gjorde, och en del av dem gjorde oss till och med sällskap när vi läste skrifterna och bad tillsammans.

Vi vann inte turneringen den veckan, men vi vann på ett annat sätt. Vi lät vårt ljus lysa, och genom vårt exempel förändrade vi hjärtan och sinnen. ■

Elisara E., 20 år, Samoa

RAKT PÅ SAK

Vad betyder det som står i den **åttonde trosartikeln** att "vi **tror** att **Bibeln** är Guds ord i den mån den är **rätt översatt**"?

Bibeln är inte underordnad andra skrifter. Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum har sagt, "Vi tror på, vördar och älskar Bibeln. Ja, vi har ytterligare heliga skrifter, ... men de stödjer Bibeln, de ersätter den inte" ("Bibeln underverk", *Liahona*, maj 2007, s. 81).

I den åttonde trosartikel står det: "Vi tror att Bibeln är Guds ord i den mån den är rätt översatt." På Joseph Smiths tid betydde ordet *översätta* inte bara att ta något från ett språk in till ett annat; det kunde också betyda att överföra, förmedla, tolka eller förklara. Och även om det finns felaktigheter i översättningar från den ursprungliga hebreiskan och grekiskan, är det faktum att "många tydliga och dyrbara stycken [borttagits]" (1 Nephi 13:28) under den forntida textens väg till vår tid, ett större problem. Så, allt eftersom bibeltexter har *överförts* till oss, har vissa lärdomar gått förlorade. Det är en anledning till varför människor har så många olika tolkningar av Bibeln, vilket Joseph Smith fick erfara (se Joseph Smith – Historien 1:12). Så ett sätt som nutida uppenbarelse bidrar till att förtydliga och bekräfta Bibelns sanningar är genom att återställa andra sanningar som förlorats (se 1 Nephi 13:39–40). ■



Jag är en **pojke** och vill **uppmuntra flickor** att **klä sig lämpligare**. Men **hur** gör jag det utan att **verka oförsämd**?

Du gör rätt i att gå försiktigt fram i med det här. Även om det finns unga kvinnor som fullt medvetet klär sig olämpligt, skulle många bli förödmjukade vid tanken på att det finns de som tycker att de klär sig olämpligt. Så var finkänslig och konsekvent. Uttryck entusiastiskt ditt stöd för Herrens normer för anständighet när olämplig klädsel i allmänhet kommer på tal, men döm inte enskilda. Se också till att dina egna personliga normer för klädsel och uppförande stämmer överens med det du tror på. Unga kvinnor lägger märke till hur du klär dig, och de lägger definitivt märke till om du ägnar mer uppmärksamhet åt olämpligt eller lämpligt klädda unga kvinnor. ■

SEMINARIET ÄR VÄRT DET!



Det kanske kräver lite uppoffringar, men de här ungdomarna vet vilken välsignelse seminariet kan vara.

"Jag ser inte på det som att jag får en timmes mindre sömn – jag tänker på det som en timme att förbereda mig andligt."

Megan C., 17 år, Kalifornien, USA

"Tack vare seminariet har mitt vittnesbörd blivit mycket starkare och min kunskap om skrifterna har ökat. Mitt vittnesbörd om Frälsarens offer i Getsemane är starkare tack vare seminariet."

Vina C., 17 år, Hongkong, Kina

"Seminariet är den fasta plats där jag alltid kan känna Anden. Hemma är jag den enda aktiva medlemmen, men mina föräldrar stödjer mig mycket. Tack vare seminariet växer jag så mycket."

Amanda L., 17 år, Utah, USA

"Seminariet anger tonen för det som händer under dagen. Om jag känner att dåliga tankar börjar komma, kan jag tänka på seminari-elektionen. Den sträcker sig bortom seminariet."

Eric G., 15 år, Ipswich, England

"Det är verkligen viktigt att gå på seminariet så vi kan lära oss mer om vår kyrka och bygga vår relation till vår himmelske Fader. Jag tycker om seminariet för att jag kan lära mig mer om kyrkans historia och verkligen få veta att evangeliet är sant och att min himmelske Fader och Jesus Kristus faktiskt älskar mig!"

Breck M., 17 år, Kentucky, USA

"Jag gillar seminariet för att det hjälper mig att fatta beslut. Under lektionerna känner jag Herrens ande och får en bekräftelse på att det här är Kristi evangelium. Det går bara inte att låta bli att gilla det. Jag vet att mina studier under de här fyra åren kommer att hjälpa mig att verka som missionär."

Karolina O., 16 år, João Pessoa, Brasilien

"Även om man kanske inte vill gå upp så tidigt på morgonen, fylls man av den där speciella andan lite mer varje dag. Kompisarna märker det, och ibland gör det att de vill veta mer om varför man är sådan." ■

Karen K., 18 år, Maine, USA

Vad är det som alla sista dagars heliga ungdomar världen över har gemensamt? De är seminarieelever! Ungdomarna deltar i seminariet på många olika sätt. Det finns de som vaknar klockan fem på morgonen för att ha det innan skolan, medan andra är med på det mellan sina vanliga skollektioner. I sällsynta fall har en del elever det på helger eller använder Skype för att delta.

Vare sig de offrar sömn eller fotbollsmatcher på helger, deltar över 390 000 ungdomar världen över glatt i seminariet. Det här är vad de har att säga om hur seminariet berikar dem:





DRA NYTTA AV SEMINARIET

"Ta del i seminariet när du har möjlighet till det. ... Liksom med mycket annat i livet beror det du tar med dig från seminarielektionerna till stor del på din inställning och villighet att bli undervisad. Må er inställning vara präglad av ödmjukhet och villighet att lära. ... [Seminariet] spelade en viktig roll i min egen och mitt vittnesbörds utveckling. Seminariet kan förändra liv."

Thomas S. Monson, "Tro, lydnad och uthållighet", *Liahona*, maj 2012, s. 127-128.



SKRIFTERNA ÅSTADKOM EN FÖRÄNDRING I MIG

Maria Mahonri-Yggrazil Arduo Andaca

Filippinerna finns det vetenskapligt inriktade gymnasier för studiebegåvade elever. Eleverna på de här skolorna har fler ämnen, fler lektionstimmar och ägnar sig mer åt skolarbete.

Den miljön var direkt farlig för mig. Jag gav upp så mycket när jag började i den här skolan. Jag slutade att lära mig spela instrument. Jag deltog nästan aldrig i kyrkans aktiviteter, och ibland missade jag söndagsmötena på grund av tävlingar med andra skolor. Jag kämpade med att delta i seminariet, även om lektionerna bekvämt nog hölls under helgerna.

En lördag berättade min seminarielärare för oss hur mycket hon hade haft att göra på gymnasiet, men att hon ändå gjort sina seminarieuppgifter och studerat nyckelskriftställena. Hon uppmanade oss att också göra det.

Utmaningar livar upp mig, så jag antog den här. Jag bar med mig korten med nyckelskriftställena överallt. Jag bad om hjälp med att klara av skolans krav. Jag använde alla tidsluckor jag hade. Jag lärde mig skriftställena

utantill medan jag åkte till och från skolan. Jag chattade mindre och brukade ta upp korten ur fickan. Mina vänner märkte det, och att bläddra i korten blev en ny aktivitet under raster och luncher. De tyckte om att förhöra mig. En del av dem började ta med sina skrifter – till och med de som tillhörde andra kyrkor. De berättade om aktiviteter i deras kyrkor. Jag kände hur atmosfären omkring mig förändrades, och skolan kändes lättare och bättre.

Mina tre yngre systrar följde i mina fotspår och nu får min familj skörda välsignelserna av skrifterna i våra relationer hemma. Det handlade om mer än att lära sig ord utantill – min seminarielärare lärde mig vilken förändring skrifterna kan åstadkomma i mig och i andra runt omkring mig. Oavsett vilka utmaningar eller prövningar min familj eller mina vänner ställs inför, vet jag att vi alltid kan finna styrka, vägledning och lugn i vår kärleksfulle Frälsares ord. ■

Författaren bor i Manila, Filippinerna.



”Jag har för **EGEN DEL** fått **VETA**”

Travis Searle
Seminarier och institut

*Vill du för egen del
få veta att evangeliet
är sant? Berika dina
evangeliestudier i
seminariet.*

För mer information om de nya examenskraven, besök seminary.lds.org. [Webbplats om seminariet som endast finns på engelska.] Som exempel på en ung vuxen som fick sitt vittnesbörd genom att uppriktigt studera skrift-erna och be, kan du läsa Clayton M. Christensens upplevelse i ”Den mest användbara lärdomen”, *Liahona*, jan. 2009, s. 22–24, på liahona.lds.org.



”Jag har för egen del fått veta” är fem enkla ord som profeten Josef Smith sa till sin mor efter att han varit med om den första synen (Joseph Smith – Historien 1:20). Dessa ord innehåller en kraftfull lärdom för oss idag. Som president Thomas S. Monson har sagt: ”Oavsett om du är 12 eller 112 år – eller någonstans däremellan – kan du få *veta* att Jesu Kristi evangelium är sant.”¹

För att hjälpa dig att få veta ”för egen del”, har seminarieelever världen över nu fått två ytterligare krav för examen från seminariet: (1) att läsa de skriftställen som hör till kursen och (2) att bli godkända på två kunskapsutvärderingar under varje kurs. Så här kan de nya examenskraven hjälpa dig att stärka ditt vittnesbörd:

Du läser och studerar de skriftställen som hör till kursen.

När du studerar skriftställena kommer du att börja känna maningar från Anden som får dig att fördjupa din omvändelse. Efter att ha slutfört den obligatoriska skriftläsningen under sin sista termin, berättade en elev att hon hade lärt sig så mycket mer eftersom hon "verkligen hade läst skrifterna – inte bara läst dem, utan studerat dem."

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum har undervisat om vad det innebär att studera: "När jag säger 'studera', så menar jag ... att du ... läser några verser, stannar upp och begrundar dem, läser dem noga en gång till, och att du, medan du tänker på vad de innebär, ber om hjälp att förstå, ställer frågor i ditt sinne, väntar på andliga intryck och skriver ner de intryck och insikter som kommer för att kunna minnas och förstå mer."²

Du kan använda kunskapsutvärderingarna till att utvärdera vad du har lärt dig.

En kunskapsutvärdering är som den fråga som en Herrens ängel ställde till Nephi: "Vad ser du?" (1 Nephi 11:14). Den frågan fick Nephi att utvärdera och berätta vad han hade lärt sig.

Kunskapsutvärderingarna innehåller tre delar: En med flera svarsalternativ och en uppsatsfråga, vilka är poänggivande, och en personlig utvärdering av er tro, som inte poängsätts. Efter att ha gjort en kunskapsutvärdering sa en elev: "Jag såg fram emot den för jag ville se vad jag fått med mig från seminariet." En annan elev sa att kunskapsutvärderingen "hjälp[er] mig att förstå var jag befinner mig i evangeliet och vart jag behöver komma."

Utvärderingarna blir ännu mer effektiva om du fokuserar på lärosatser och principer i evangeliet som ligger till grund för frågorna i kunskapsutvärderingen. Efter en diskussion i en seminarieklass om lärosatserna bakom frågorna, berättade en elev: "Det förändrade mitt sätt att se på provet. Den blev mer av en diskussion och en vittnesbördsstärkare. Den bidrar till att förankra det man lärt sig."

VAD TYCKER ELEVERNA OM MED KUNSKAPSUTVÄRDERINGARNA?

Kommentarer från elever:

"Det känns som om jag skulle kunna verka som missionär och veta vad jag pratar om."

"Den bidrar till att det man lärt sig på seminariet finns kvar."

"Det blir mycket lättare för oss att förstå begreppen."

"Man får starkare självförtroende."

"Vi kommer faktiskt att kunna lära oss dessa saker i stället för att bara få en bra känsla och ändå till viss del glömma lärdomarna."

Man kan lära sig tycka om att inhämta kunskap.

Att för egen del få veta att Jesu Kristi återupprättade evangelium är sant kan vara en av de största och glädjefullaste upplevelserna i livet.³ En elev sa: "Jag har tyckt om att engagera mig mer och inse att jag måste skärpa mig lite varje dag i stället för att bara komma och sätta mig på en stol och lyssna men inte nödvändigtvis delta."

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum har undervisat om vikten av att inhämta kunskap: "Att lära sig tycka om att inhämta kunskap är centralt i Jesu Kristi evangelium. Det är av avgörande vikt för vår fortsatta andliga och personliga utveckling och en absolut nödvändighet i den värld i vilken vi nu lever och kommer att fortsätta leva, tjäna och verka."⁴

Ju mer arbete du investerar, desto mer glädje och lärdom kommer du att erfara. ■

SLUTNOTER

1. Thomas S. Monson, "Våga stå ensam", *Liahona*, nov. 2011, s. 62.
2. D. Todd Christofferson, "När du har omvänt dig", *Liahona*, maj 2004, s. 11.
3. Se Craig C. Christensen, "Jag vet själv att det är sant", *Liahona*, nov. 2014, s. 50.
4. David A. Bednar, "Learning to Love Learning", *Ensign*, feb. 2010, s. 26.

VÅR MENING PÅ JORDEN

Under temamånaden om värderingar på vår skola bad vår lärare oss att skriva en uppsats med titeln: "Varför är jag här?" Den måste vara tio stycken lång och handla om meningen med livet. När jag läste ämnet på tavlan fylldes mitt hjärta av tröst och glädje. Som medlem i kyrkan hade jag i många år känt till min mening som en Guds dotter. Men

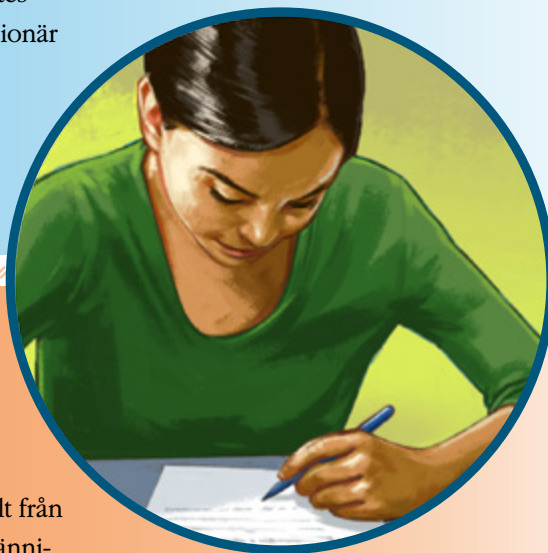
när jag såg på mina klasskamraters ansikten fylldes mitt hjärta av sorg. Varför? Eftersom de började beklaga sig över hur svårt ämnet var. De hade inte samma kunskap som jag.

När jag lämnade in min uppsats, insåg jag hur välsignad jag är som medlem i den enda sanna kyrkan. Från och med den dagen stärktes min önskan att verka som missionär

och dela med mig av mitt vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium.

Jag vet att min himmelske Fader älskar mig och vill att jag ska komma till honom en dag. Jag vet också att mitt syfte är att tjäna andra. ■

Jaymee A., Filippinerna



HUR MORMONS BOK HJÄLPER MIG

Mormons bok inspirerar oss när vi behöver svar på våra frågor eller när vi behöver känna oss närmare Herrens Ande. Den innehåller profetior som togs emot av dem som utvalts av Fadern för att de var trofasta och rättfärdiga. Från den här boken får vi mer visdom om evangeliet, och vi kan se att Herren alltid är densamme.

Mormons bok hjälper oss nu eftersom människor i det förgångna hade svårigheter som kanske liknar de

svårigheter vi står inför idag, allt från problem i familjen till andra människors påverkan. Deras exempel ger oss styrkan och önskan att sträva framåt i tro och rättfärdighet utan att bli missmodiga. Liksom vi, gick de här forntida människorna igenom olika prövningar men segrade när motståndaren inte kunde övervinna dem. Det här ger oss en större önskan att hålla oss starka och orubbliga i Jesu Kristi evangelium. ■

Caroline M., São Paulo, Brasilien



TJÄNA NÄR DU BLIR OMBEDD

Precis innan San Salvadors tempel i El Salvador invigdes, bestämde vi i min familj att vi skulle tjäna under templets öppet hus och hjälpa dem som inte var medlemmar att bekanta sig med Jesu Kristi evangelium under sitt besök i templet. Jag fick uppgiften att vara guide och tala med människor om vart och ett av rummen i templet, de heliga löften vi ingår där och hur våra liv förändras när vi håller de förbunden.

När det blev mitt pass, påbörjade jag min rundtur. Jag hade just gått ut ur ett rum när någon frågade efter

ytterligare en guide eftersom en stor grupp just anlänt. Jag ombads gå tillbaka till välkomstrummet för att ta hand om en annan grupp.

När jag kom till rummet ombads jag än en gång att byta uppgift och visa en film för några som just hade kommit till templet. Jag kände mig ledsen över att inte få berätta för andra om templet.

Ungefär en halvtimme senare kom en stor grupp från Förenta staterna som inte kunde någon spanska. Flera volontärer sprang omkring och letade efter någon som talade engelska och

kunde guida den här gruppen. Det var då jag förstod att Herren sänder oss dit han behöver oss, inte nödvändigtvis dit vi vill vara. Jag var den ende som visste hur man visade filmen och hälsade välkommen på engelska. Amerikanerna var så glada när de åkte därifrån och tackade mig för att jag så varmt tagit emot dem.

Vid slutet av dagen kände jag mig tacksam mot Herren för att han visat mig att när vi handlar enligt hans meningar så känner vi oss nöjda med vårt arbete. ■

Erick A., El Salvador

Den återfunne sonen

Lukas 15:11–32

Klistra upp den här sidan på kraftigt papper eller kartong. Klipp sedan ut figurerna och fäst dem vid pinnar eller papperspåsar. Förvara i ett kuvert med skriftställe hänvisningen på framsidan. ■



Fadern



Yngre sonen



Äldre sonen



*Du kan skriva ut fler exemplar
från liahona.lds.org.*

Våra kvinnliga ledare

De här kvinnorna är fruar, mödrar och far- och mormödrar. Här är några roliga fakta om dem! Du kan skriva ut fler kort på liahona.lds.org.



Syster Carole M. Stephens

Första rådgivare
Hjälpföreningens generalpresidentskap



Syster Linda K. Burton

Hjälpföreningens generalpresident



Syster Linda S. Reeves

Andra rådgivare
Hjälpföreningens generalpresidentskap



Syster Carol F. McConkie

Första rådgivare
Unga kvinnors generalpresidentskap



Syster Bonnie L. Oscarson

Unga kvinnors generalpresident



Syster Neill F. Marriott

Andra rådgivare
Unga kvinnors generalpresidentskap



Syster Cheryl A. Esplin

Första rådgivare
Primärs generalpresidentskap



Syster Rosemary M. Wixom

Primärs generalpresident



Syster Mary R. Durham

Andra rådgivare
Primärs generalpresidentskap

- Lekte i bananträden i trädgården som liten med sina fyra yngre bröder.
- Tycker om att simma och att läsa böcker för sina barnbarn.
- Älskar att läsa Mormons bok och berättelser om Jesus.



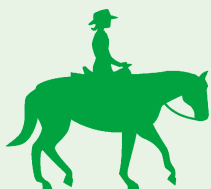
- Tyckte som barn om att åka rullskridskor, hoppa hage, spela kickball och att leka med grannarna.
- Kallades som sångledare i Primär när hon bodde i Nya Zeeland som tonåring.
- Studerade på college för att bli grundskollärare.



- Beseglades till sina föräldrar när hon var fem, efter att hennes mamma hade döpts och hennes pappa hade börjat komma till kyrkan igen.
- Sjöng i körer och var kapten för ett drilldanslag som kallades Bonnie Lassies.
- Undervisade i seminariet och tycker om religionskurser. Träffade sin man på institutet.



- Tyckte om att rida som barn, och red i ortens rodeoparad.
- Döptes när hon var 22 år.
- Första jobbet var på ett bibliotek. Senare tyckte hon om att läsa godnattsagor för sina elva barn.



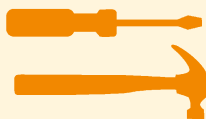
- Som barn tyckte hon om att läsa under aprikossträden och klättra i träden med sina två äldre bröder.
- Var konstredaktör på skolans tidning och studerade litteratur och grafisk design på college.
- Har bott i åtta olika stater i USA och två gånger i Sverige!



- Tyckte om att läsa på vinden när hon inte arbetade eller lekte i fruktträdgårdarna eller på fälten.
- Var en sommar i Frankrike som tonåring.
- I college var hon extralärare i en engelskakurs på high school.



- Lärde sig att inte utmana ödet när hennes tunga fastnade på iskall metall.
- Studerade dans på college.
- Som mamma var hon sjuksköterska, lärare, bagare och trädgårdsmästare. Hon hade en egen verktygslåda så att hon kunde laga saker!



- Ibland låtsades hon och hennes tvillingsyster att vara den andra för att lura andra!
- Undervisade tredjeklassare när hon hade tagit examen från college.
- Gillade att lära sig om geografi och besöker nu några av de länder som hon drömde om att besöka.



- Släckte en brand och räddade sin bror från att bli illa bränd på deras gård i Wyoming, USA.
- Tyckte om att läsa och idrotta, och särskilt att spela basket.
- Undervisade i två år efter examen från college.



"Det här är er tid. ...
Ni föddes i en tid med
tempel och teknik."

Neil L. Andersen
i de tolv apostlarnas kvorum
Från "'Min tid' med tempel och teknik",
Liahona, feb. 2015, s. 26–33.

*"Jag har en över-
raskning till dig", sa
pappa med ett leende.*



Lindsays släktpusssel

Jill Hacking

Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse

*"Vi barn kan söka vår släkt
som gått före och minnas vårt
arv och hedra det" ("Sanning
från Elia", (Lilla stjärnan, okt 2001,
s. 10–11).*

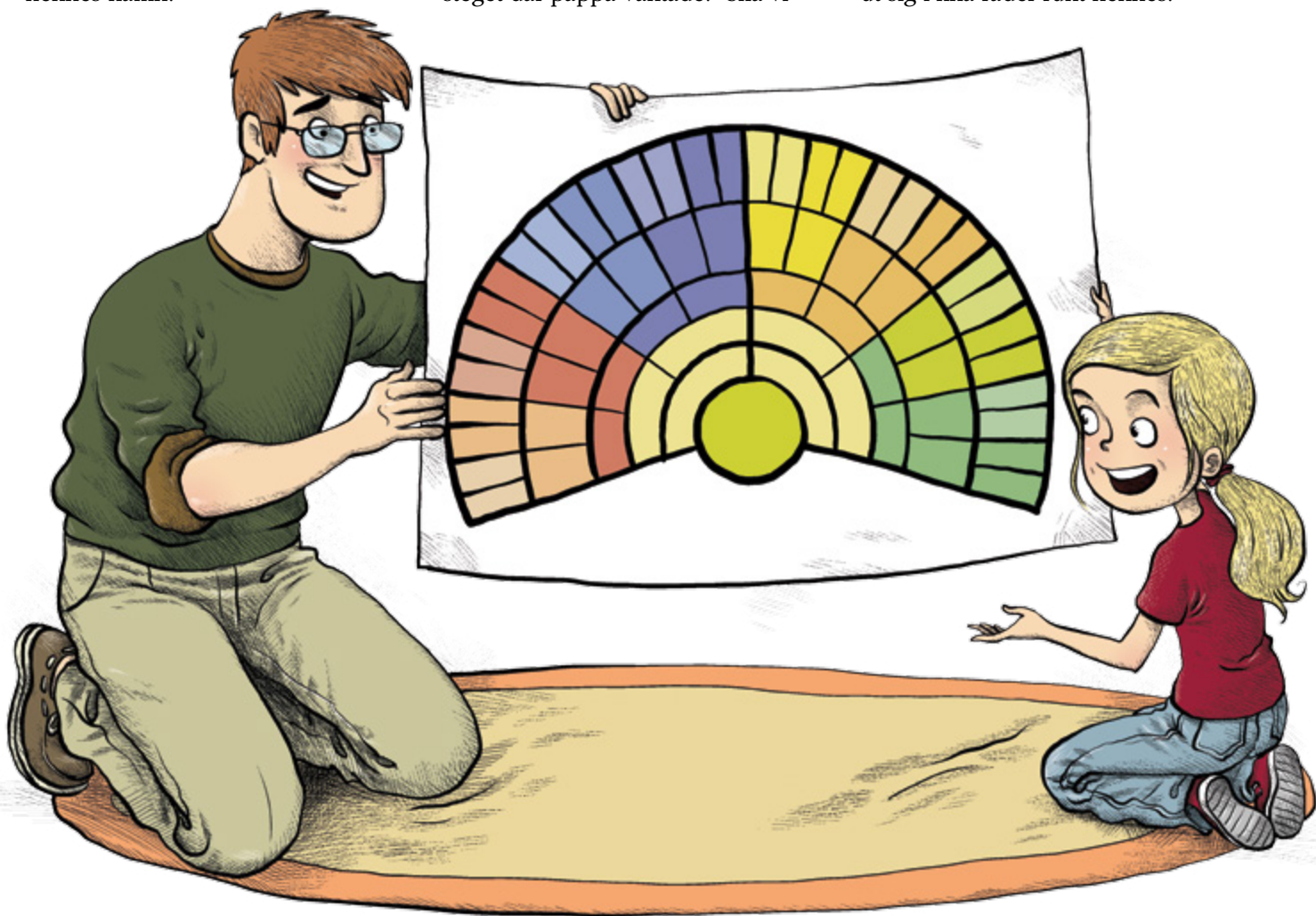
Lindsay rusade nerför trappan
När hon hörde pappa ropa
hennes namn.

Den senaste tiden hade de släkt-
forskat mycket tillsammans. Pappa
brukade hjälpa henne att logga in
på FamilySearch på internet, och
sedan letade de tillsammans efter
bilder och berättelser om slakten.
Bara häromdagen hade hon hittat ett
våldigt gammalt dokument om farfar
på hans mission!

Lindsay kom till nedersta trapp-
steget där pappa väntade. "Ska vi

släktforska i kväll?" frågade hon.

"Japp, och jag har en överrask-
ning åt dig", sa pappa med ett
leende. Han gav henne ett stort
ihoprullat papper som han hållit
bakom ryggen. Lindsay rullade för-
siktigt upp det. Hon stirrade på den
stora solfjäderdiagrammet på papp-
ret. Där stod hennes namn längst
ner! Massor av andra namn spridde
ut sig i fina rader runt hennes.





"Det där är du och mamma", sa Lindsay och pekade på namnen närmast hennes. "Och där är farfar och farmor"!

"Det stämmer", sa pappa. "Det här solfjäderdiagrammet visar namnen på dina förfäder *nio* generationer tillbaka."

Det fanns så många namn. Men några rader var tomma. Lindsay undrade vad de saknade namnen betydde. "Det ser ut som pusslen jag brukade lägga med farfar", sa hon. Farfar hade dött för några år sedan och Lindsay saknade honom verkligen.

Pappa nickade. "Det *är* som ett pussel. Ett mycket viktigt pussel. Och varje släkting är som en pusselbit."

Lindsay skrattade nästan när hon föreställde sig farmor formad som en pusselbit.

"När vi hittar namnet på en släkting och utför tempelarbete för honom eller henne, sammanlänkar vi dem med resten av släkten – som när man sätter ihop pusselbitar. *Du* hjälper till att skapa det här pusslet."

"Wow." Lindsay drog med fingrarna över namnen. Hon visste att släktforskning var viktigt, men nu tyckte hon det var ännu mer spännande att

hjälpa till. *Alla* i hennes släkt kunde sammanlänkas för evigt!

Lindsay tejpade upp sitt nya diagram på taket precis ovanför sin våningssäng. Hon tyckte om att titta på diagrammet och studera alla namnen. Hon föreställde sig hur de alla höll varandra i handen, sammanlänkade som pusselbitar. Hon kände sig glad. Det här var det största pussel hon någonsin sett!

En natt kunde Lindsay inte sova. Hennes sovrum var så mörkt. Den lilla nattlampan gjorde skrämmande skuggor på väggarna. Hon drog upp täcket över huvudet och knep ihop ögonen.

En liten stund senare kikade hon ut ovanför täcket och såg diagrammet. Hon läste sitt namn. Sedan läste hon mammas och pappas namn. När hon kom till farfars namn kände hon sig varm och lugn.

Hon kom ihåg hur farfar log mot henne när de lade pussel tillsammans. "När jag hjälper pappa med släktforskning", tänkte hon, "länkar jag samman vår släkt!" Hon föreställde sig hur farfar log ännu bredare åt det. Hon kände sig inte alls rädd längre. Hon log och drog täcket om sig och somnade och drömde om människor och pussel och om att sammanlänka sin släkt. ■

LINDSAYS LISTA

Lindsay arbetar med släktforskning på många olika sätt!

Hon skapade ett eget familjeträd på FamilySearch.org. Hon letar efter berättelser och foton från sin släkt.

Hon löser släkthistoriska mysterier! En gång saknades en uppteckning. Hon och hennes pappa besökte ett släkthistoriskt bibliotek. De sökte bland mapparna och hittade en kopia. De hittade också fler släktingar!

Det hon tycker bäst om med släktforskning är att hitta namn till tempeltjänst. Hon ser fram emot att få besöka templet och utföra dop när hon fyller 12 år.



Frågesport om slakten



Carolyn Colton

Här är ett spel som hjälper dig att lära dig mer om dina släktingar och deras berättelser!

FÖRBEREDELSE

1. Tänk på fyra typer av berättelser, som *Roligt*, *Barndom*, *Andligt* eller *Semestrar*. Skriv varje kategori på ett papper och sätt fast det på väggen.
2. Hitta släktberättelser till varje kategori. Be din familj om hjälp.
3. Tänk ut korta ledtrådar till

varje berättelse och skriv ner dem på papperslappar.

4. Skriv 100, 200, 300 eller 400 på andra sidan av papperslappen. Sätt fast ledtrådarna under kategorierna.

HUR MAN SPELAR:

1. Dela upp spelarna i två lag. Den som skrev ledtrådarna är ledare.
2. Det första laget väljer en kategori och ett nummer, som "Roligt, 200".
3. Ledaren tar ner numret och läser

ledtråden. Om laget kan återge den berättelse som ledtråden handlar om får de poängen!

4. Om de inte känner till berättelsen berättar ledaren, men han eller hon utelämnar en detalj, som var det hände eller vem det handlar om. Om laget kan gissa den saknade detaljen får de halva poängen.
5. Nästa lag väljer en ledtråd och spelar. När alla ledtrådar tagits ner, vinner det lag som har flest poäng!

SÄRSKILT VITNE



**Äldste
Dallin H. Oaks**

i de tolv apostlarnas
kvorum

*Medlemmarna i
de tolv apostlarnas
kvorum är särskilda
vitnen om Jesus
Kristus.*

Hur kan jag visa vänlighet mot andra?

Vi bör alla följa
evangeliets lära att
älska vår nästa och
undvika stridigheter.

Vi bör älska alla, vara goda
lyssnare och visa respekt
för det som andra tror på.

Speciellt bör vi vara snälla
mot vår familj.

Vi ska inte retas, förolämpa
andra eller säga sådant som
gör andra ledsna.

ILLUSTRATION AMY BATES



*Från "Att älska andra och leva
med olikheter", Liahona, nov. 2014,
s. 25–28.*



Glad att kunna hjälpa

Amie Jane Leavitt

Baserad på en sann berättelse

"Det är roligt att hjälpa och glada vi är" (Barnens sångbok, s. 108).

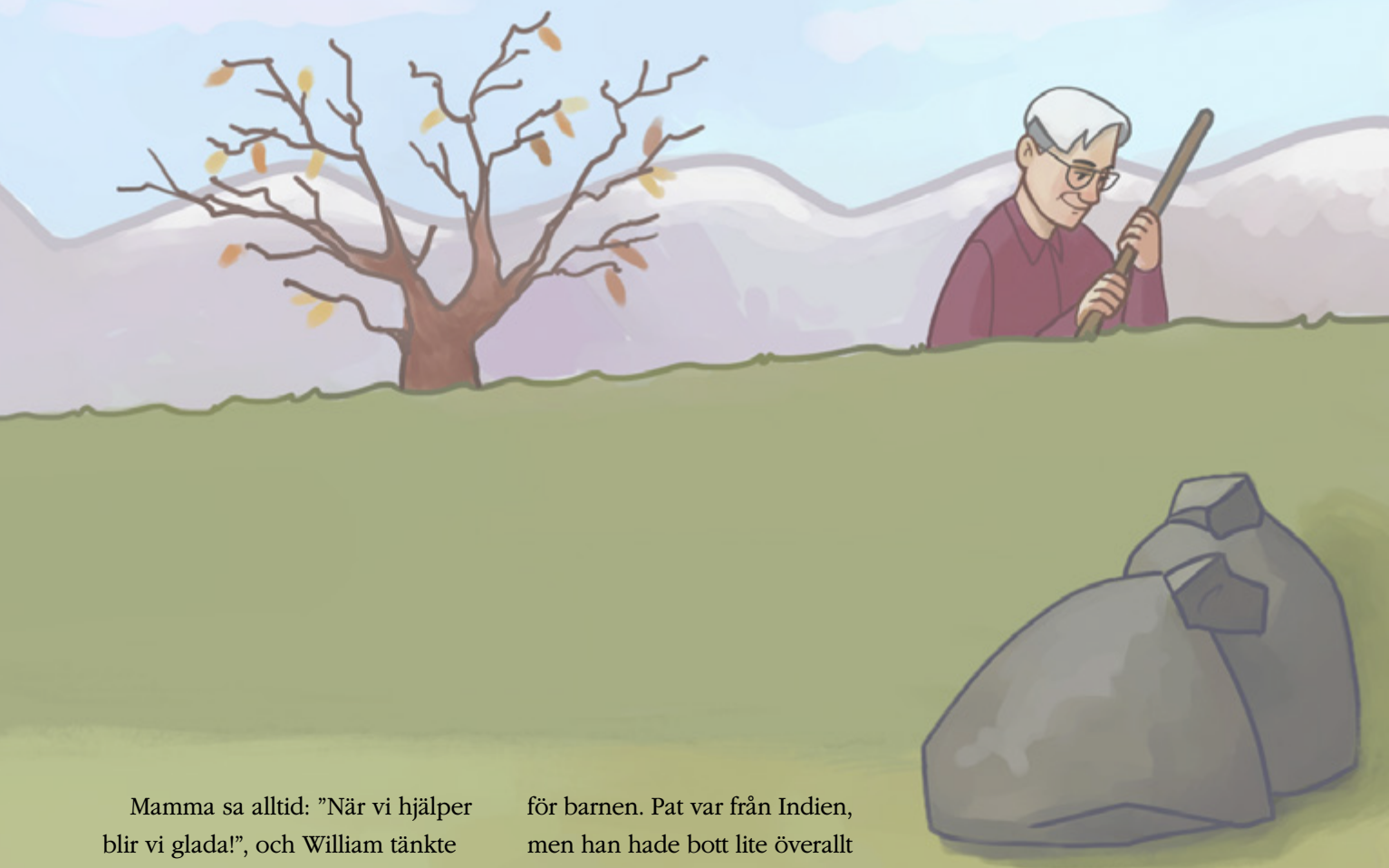
William ställde sin kratta mot husväggen och sjönk ner på gräset. Att kratta löv var hårt arbete, men han och hans systrar Chloé och Amelia var äntligen färdiga. Högt uppe ovanför Alperna kunde han se ett flygplan flyga förbi. Han undrade vart det var på väg.

William älskade sitt lilla samhälle nära den fransk-schweiziska gränsen. Människor från hela världen kom dit på besök. Han tänkte på de platser han ville resa till, människorna han kunde träffa och äventyren han kunde få en dag.

Han väcktes hastigt ur sin dröm av en vissling och ett *kras, kras, kras* av fötter på gårdsplanen intill.

"Pat ska säkert kratta sina löv nu", tänkte William. "Jag är så glad att vi har krattat färdigt våra."

"Men om det var så svårt för tre personer att kratta löv, måste det verkligen vara svårt för en!", tänkte William. Pats fru Pam hade just opererats, så Pat skulle vara tvungen att kratta sina löv själv.



Mamma sa alltid: "När vi hjälper blir vi glada!", och William tänkte att det troligen betydde att de skulle hjälpa Pat, även om de redan var trötta efter att han krattat sina egna löv.

William tittade på Chloé och Amelia som höll på att bygga små hus av kvistar i gräset. "Borde vi inte hjälpa Pat?", frågade han. "Vi kan hjälpa honom att få det gjort ganska snabbt."

Chloé och Amelia höll med och följde efter William.

"Vill du ha lite hjälp?", frågade Amelia när de gick runt buskarna och in i Pats trädgård.

"Det skulle jag verkligen vilja ha! Men ni barn har krattat hela eftermiddagen. Ni är säkert trötta."

"Det går bra", sa William. "Vi vill hjälpa till. Vi blir ju glada när vi får hjälpa till!"

När de arbetade, berättade Pat om roliga saker som hänt i hans liv

för barnen. Pat var från Indien, men han hade bott lite överallt i Asien och Afrika.

När att löven hade packats i påsar, såg William hur det låg äpplen utspridda runt de två höga äppelträden i Pats trädgård. Deras arbete var inte färdigt än. William böjde sig ner och började plocka upp äpplen. Allt eftersom han plockade upp dem, sorterade han ut dem som var ruttna från de färska. Chloé och Amelia sprang dit och gjorde högar av äpplena.

Pat rullade ut sin gamla gröna skottkärra från skjulet. "Vi kan lägga de ruttna äpplena här. Sedan kan ni ta hem dem som är färska."

"Det är okej, Pat. Vi behöver inte ta dina äpplen", sa William.

"Jag vill ge dem till er", sa Pat. "För jag blir ju glad när jag får ge!"

Under middagen den kvällen berättade barnen för mamma och

pappa hur roligt de hade haft när de hjälpte Pat och fick höra hans berättelser.

Plötsligt fick William en idé. "Jag vet vad vi kan göra med äpplena han gav oss!" Han hoppade upp och drog ut en *Liahona* från bokhyllan. "Pat och Pam skulle nog tycka om den här", sa William och bläddrade fram ett recept på äppelkaka. "Och precis som Pat sa idag – vi blir ju glada när vi ger!"

"Vi kan väl baka en kaka till våra andra grannar också!", sa Chloé.

William log brett. Han tänkte på alla människor han kunde träffa och de spännande berättelserna han kunde få höra. Och allt det här bara genom att vara lite snäll. Och en bit kaka. ■

Författaren bor i Utah, USA.

Sakramentet: En påminnelse om Jesus

Erin Sanderson

Kvällen innan Jesus korsfästes bad han två av sina lärjungar att förbereda en kvällsmåltid. Sedan inbjöd han sina apostlar att komma. Vid den måltiden, som kallas den sista måltiden, gav Jesus sina lärjungar ett speciellt sätt att alltid minnas honom. Vi kan läsa om det i Nya testamentet.

”Och [Jesus] tog ett bröd, tackade Gud, bröt det och gav åt dem och sade: 'Detta är min kropp, som utges

för er. Gör detta till minne av mig.’

På samma sätt tog han bägaren efter måltiden och sade: 'Denna bägare är det nya förbundet i mitt blod, som utgjuts för er’” (Luk. 22:19–20).

När vi äter och dricker sakramentet, gör vi samma sak som apostlarna gjorde under den sista måltiden. Brödet påminner oss om Kristi kropp och om hans fysiska lidande för oss.

Vattnet påminner oss om hans blod som utgöts för oss.

Sakramentsbönerna påminner oss också om de löften vi ingår när vi döps – att alltid minnas Jesus Kristus. När du lyssnar på sakramentsbönerna så tänk på vad du gjort under veckan för att minnas Kristus. Hur kan du minnas honom under den kommande veckan? ■

Författaren bor i Utah, USA.



LÄR DIG MER

Under den sista måltiden undervisade Jesus sina apostlar om några viktiga saker:

- Han tvättade deras fötter för att lära dem att älska och tjäna andra.
- Han sa: "Så som jag har älskat er skall också ni älska varandra" (Joh. 13:34).
- Han bad om att de skulle undervisa andra om evangeliet.
- Han sjöng en psalm med dem.
- Han lovade att den helige Anden kunde vara med dem (se Joh. 14:26–27).

ETT BOKMÄRKE SOM PÅMINNELSE

Klipp ut det här bokmärket och klistra fast det på ett tjockare papper. Förvara det i dina skrifter så att du kan titta på det under sakramentet. Du kan sätta bokmärket där sakramentsbönerna i Läran och förbunden finns.

FAMILJESAMTAL

Titta på en av sakramentspsalmerna i psalmboken. Prata om budskapet i psalmen. Hur förbereds vi för att ta del av sakramentet genom att sjunga en sakramentspsalm? Sätt som familj upp ett mål att tänka på sakramentspsalmernas budskap när ni sjunger dem i kyrkan.

Sång: "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, nr. 20)

Skriptställe: Lukas 22:19

Video: Gå till Biblevideos.org för att titta på "The Last Supper"

SKRIPTSTÄLLETIPS

De flesta psalmer har skrifthänvisningar längst ner på sidan. Många sånger i *Barnens sångbok* har också skriptställen. Läs skriptställena som hör till sångerna för att ge mer innebörd till sångtexten.



Vilka är några av de underverk som Jesus Kristus utförde?

Hur behandlade Jesus andra?

Finns det någon jag behöver förlåta?

Finns det något jag behöver omvända mig från?

Vad kan jag göra för att komma ihåg Jesus den här veckan?

Hur kan jag följa honom?

En ny känsla

Francislaine Urquidi Farfan Vasser

Baserad på en sann berättelse

*"Ty Anden viskar det till
mig och säger det är så"*
(Barnens sångbok, s. 8).



Gabriel tyckte om att lära sig om Jesus. Han älskade att höra berättelser från skrifterna. Hans familj läste skrifterna tillsammans varje kväll.

En regnig kväll kurade de ihop sig tillsammans i sitt varma hem. Pappa bad en bön. Sedan läste mamma berättelser från Mormons bok. Gabriel försökte lyssna väldigt noga. Mamma läste om

hur Jesus pratade med barnen.

"Mamma, var barnen med Jesus?" frågade Gabriel.

"Ja, det var han", svarade hon.
"Och han välsignade var och en av dem och bad för dem."



Gabriel fick en ny känsla inombords. Han visste inte vad det var. Han kände sig varm fastän det var kallt ute. Han log brett.

Gabriel ville berätta om den här speciella känslan. "Jag känner mig så varm och glad!", sa han. Han var så glad att han nästan ville gråta.

"Den där speciella känslan är den Helige Anden", sa pappa till honom. "Han ger dig en varm känsla för att hjälpa dig veta att skrifterna är sanna."



Mamma log och kramade Gabriel. "Den känslan säger till dig att Jesus älskar dig."

"Jesus älskar mig", sa Gabriel. "Precis som barnen i Mormons bok! Han sände den Helige Anden till mig!"

Han kunde inte sluta le. "Jag vet att skrifterna är sanna", tänkte han. "Den Helige Anden sa det till mig!" ■

Författaren bor i São Paulo, Brasilien.



**President
Lorenzo Snow
(1814–1901)**

Kyrkans femte
president

ETT BESÖK AV FRÄLSAREN

Det var precis här som Herren Jesus Kristus visade sig för mig.

Redaktörens anmärkning: Följande redogörelse återberättades av LeRoi C. Snow, president Lorenzo Snows son. Broder Snow berättade om hur hans far vid 85 års ålder bekymrade sig för att bli kallad att efterträda president Wilford Woodruff, som blev allt svagare, som kyrkans president. Efter president Woodruffs död den 2 september 1898, knäböjde president Snow vid ett altare i Salt Lake-templet och väddjade till Herren om vägledning.

När han hade avslutat sin bön, väntade [min far] sig ett svar, någon speciell manifestation från Herren. Så han väntade och väntade och väntade. Det kom inget svar, ingen röst, inget besök, ingen manifestation. Han lämnade altaret och rummet i stor besvikelse. När president Snow gick genom det celestia rummet och ut i den stora korridoren, fick han en härlig manifestation som jag återger med hans barnbarn Allie Young Ponds ord. ...

”En kväll då jag besökte morfar i hans rum i templet i Salt Lake City, stannade jag kvar tills dörrvakterna hade gått och nattvakterna ännu inte kommit, så morfar sa att han skulle följa mig till stora huvudingången på framsidan och släppa ut mig den vägen. ... När vi hade lämnat hans



rum och medan vi fortfarande var i korridoren som ledde in till det celestia rummet, gick jag flera steg före morfar när han bad mig stanna och sa: 'Vänta lite Allie, jag vill berätta något för dig. Det var precis här som Herren Jesus Kristus visade sig för mig vid tiden för president Woodruffs död. Han sa till mig att jag genast skulle omorganisera kyrkans första presidentskap och inte vänta som man gjort vid tidigare presidents bortgång, och att jag skulle efterträda president Woodruff.'

Sedan kom morfar ett steg närmare, höll ut vänster hand och sa: 'Han stod precis här, omkring en meter över golvet. Det såg ut som om han stod på en platta av massivt guld.'

Morfar berättade för mig vilken majestätisk person Frälsaren är och

beskrev hans händer, fötter, ansikte och vackra vita skrud, att allt var så lysande vitt att han knappt kunde titta på honom.

Sedan kom morfar ännu ett steg närmare och lade högra handen på mitt huvud och sa: 'Nu vill jag att du, min dotterdotter, ska komma ihåg att detta är din morfars vittnesbörd, att han med egna ord talade om för dig att han verkligen såg Frälsaren här i templet och talade med honom ansikte mot ansikte.' ...

Jag talade om den här upplevelsen under ett sakramentsmöte i den artonde församlingen. Efter mötet berättade Arthur Winter för mig att också han hade hört min far berätta om hur Frälsaren visade sig för honom i templet och instruerade honom att inte bara genast omorganisera första presidentskapet, utan också välja samma rådgivare som president Woodruff hade haft, president George Q. Cannon och president Joseph F. Smith. ■

Från "An Experience of My Father's", Improvement Era, vol. 33, nr 11 (sep. 1933), s. 677, 679; interpunktion och skrivning med stor begynnelsebokstäver har moderniserats.

INSIKTER



Hur bedömer vi om världens filosofier om familjen är sanna?

”Tillkännagivandet om familjen har blivit vår måttstock när vi bedömer världsliga filosofier, och jag vittnar om att principerna som framhålls i tillkännagivandet är lika sanna idag som de var när de gavs oss genom en Guds profet för nästan 20 år sedan.”

Också i det här numret

FÖR UNGA VUXNA

Jag upplevde **kraften i Jesu Kristi försoning** när ...

De här unga vuxna har lärt sig att Frälsarens försoning sträcker sig bortom omvändelse. Läs om deras upplevelser av att tillämpa försoningen.



s. 44

FÖR UNGDOMAR



s. 60

VÄLSIGNAD GENOM **SEMINARIET**

Sista dagars heliga ungdomar från Kalifornien till Kina har alla en sak gemensam – seminariet! Läs om ungdomar som är överens om att seminariet är vårt uppoffringarna (s. 60), och lär dig hur de nya kraven för examen från seminariet kan bidra till att stärka ditt vittnesbörd (s. 62).

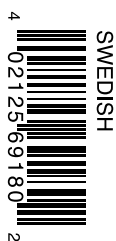
FÖR BARN

Lindsays släktpussel

Har du tänkt på att släktforskning på många sätt är som att lägga ett pussel? Läs om Lindsays släktpussel (s. 70) och spela ett roligt spel med din familj och lär dig mer om dina släkthistoriska berättelser (s. 72)!



s. 70



JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

BUDSKAP FRÅN OMRÅDETS LEDARE

Låt oss gå upp till Herrens berg

Äldste Timothy J. Dyches, Förenata staterna

Presidentskapet för området Europa



Äldste

Timothy J. Dyches

Profeten Jesaja förkunnade: "Kom, låt oss gå upp till Herrens berg. ... Han skall undervisa oss om sina vägar, så att vi kan vandra på hans stigar."¹

Herrens heliga tempel är det "Herrens berg" där vi kan stärka vår tro på vår himmelske Fader och hans enfödde Son Jesus Kristus. Inom varje tempels heliga väggar undervisas vi "om hans vägar": var vi kommer ifrån, vårt syfte här på jorden medan vi "vandrar på hans stigar", och vart vi kan komma. Herrens hus är en ypperlig miljö där vi kan utöva vår handlingsfrihet för att lära och växa.

Som ditt områdespresidentskap gläds vi med dig över de många välsignelser som templet skänker oss. "Vår största önskan är att se människor leva med glädje och förbereda sig för att komma till templet, där de tar emot förrättningararna och ingår förbunden som är nödvändiga för deras familjers upphöjelse och blir andligt och timligt oberoende."²

I denna föränderliga värld står templet fast och orubbligt.

Vår gudsdyrkan i templet påminner oss om att vi verkligen kan binda familjen samman och om de ansvar som föräldrar har gentemot sina barn. "Den gudomliga lycksalighetsplanen möjliggör att familjebanden fortsätter

bortom graven. Heliga förrättningar och förbund i heliga tempel gör det möjligt för enskilda personer att återvända till Guds närhet, och för familjer att vara tillsammans för evigt."³

Målet för 2015 är att du personligen ska känna samhörighet med din familj och släkt. Det sker när du fyller i häftet "Min släkt" med berättelser och släkthistoriska uppgifter om dina förfäder och sedan tar dem till templet.

När vi går till templet utför vi ett kristuslikt tjänande genom det vi gör i kärlek för dem som inte kan göra det för sig själva. President Joseph F. Smith sa: "Genom våra ansträngningar för deras skull kommer trældomens bojor att falla av dem. Det mörker som omger dem kommer att skingras, så ljuset kan lysa på dem. De kommer i andevärlden att få höra talas om arbetet som har utförts för dem här av deras barn, och de kommer att glädjas med er då ni utför dessa plikter."⁴

Några av min familjs bästa minnen skapades när vi möttes i templet för att utföra heliga förrättningar för våra avlidna förfäder. "Osjälviskt tjänande och helgelse förädlar vår ande, tar bort fjällen från våra andliga ögon och öppnar himlens fönster. Genom att bli svaret på någon annans bön finner vi ofta svaret på vår egen."⁵

En medlem skrev nyligen: "Varje gång jag besöker templet känner jag anden brinna djupt inom mig. Det är en otroligt andlig upplevelse att bara vara på tempelområdet, men när jag är där inne och tjänar Herren och hjälper mina förfäder genom att ge dem möjlighet att ta emot evangeliet, får jag en känsla som jag har svårt att uttrycka i ord ... en känsla som överväldigar mig i samma ögonblick som jag stiger in genom templets dörr."⁶

Enastående välsignelser väntar alla som ingår heliga förrättningar och förbund i templet. Vi blir bättre människor, bättre lärjungar till Kristus. När vi regelbundet tjänar i templet fördjupas vår kärlek till Gud. Vår tro på Herren Jesus Kristus stärks och vår förmåga att känna den Helige Anden i våra liv ökar.

I dag måste vi fråga oss själva: Är vi i sanning omvända? Visar vi den glädje över Jesu Kristi evangelium som trofasta lärjungar bör återspegla?

"Om du inte har besökt templet ännu, eller om du *har* besökt templet men inte för närvarande är värdig att inneha en tempelrekommendation, finns det inget viktigare mål för dig att arbeta på än att bli värdig att besöka templet. ... Skaffa

dig en tempelrekommendation och betrakta den som en dyrbar ägodel, för det är den.”⁷

Ditt liv blir aldrig detsamma igen. Större frid, glädje och tro väntar dig. Låt oss gå framåt med större tro det här året, med blicken ständigt riktad mot templet. Var tempelvärdig varje dag. ■

LOKALA NYHETER

”Sträva framåt och finn glädje genom Kristus”

Dick Thörn, Jönköpings församling

Göteborgs stavs stavskonferens den 26 april 2015 hölls i kyrkans möteshus i Alingsås och sändes ut via internet till övriga områden av staven.

Förste talare på stavskonferensen var Alingsåsbon och andre rådgivaren i stavspresidentskapet, **Kent Perciwall**. Han berättade att han, hans syster och föräldrar flyttade till Alingsås för 59 år sedan och att de då var de enda medlemmarna i kyrkan på orten. Han tyckte det var en fantastisk händelse att det nu hölls en stavskonferens i Alingsås, i ett möteshus som dessutom nyligen byggts ut. Han berättade också att temat för konferensen ”Sträva framåt och finn glädje genom Kristus” är det tema som Göteborgs stav nu haft i åtta år.

FOTNOTER

1. Jesaja 2:3.
2. Plan för området Europa 2015.
3. Familjen: Ett tillkännagivande för världen
4. Se *Kyrkans presidents lärdomar: Joseph F Smith*, 249.
5. Dieter F. Uchtdorf, ”Att stå på vägen till Damaskus och vänta”, *Liahona*, maj 2011, s. 76.
6. (personligt brev).
7. Thomas S. Monson, ”Det heliga templet – en ledstjärna för världen”, *Liahona*, maj 2011, s. 93.

de heliga skrifterna. Hon jämförde vätskekontrollerna med att komma till kyrkan och hålla sina böner. Hon nämnde hur viktigt det är att inte hoppa över dessa tillfällen att få förnyad kraft. Första gången hon deltog i Göteborgsvarvet sprang hennes man bredvid i hennes takt, vilket hon jämförde med att Kristus alltid finns vid vår sida för att stödja oss.

Jesper Johansson från Västra Frölunda församling, som nyligen kommit hem från sin heltidsmission i Grekland, berättade om några av sina erfarenheter från den tiden. Inför förra året satte han upp som mål att försöka vara en mer kristuslik missionär. Det var ett tufft år, men också det bästa året. Jesus Kristus bar det tunga korset för vår skull. Det är viktigt att vi litar på honom. Han vet exakt hur det känns i allt som vi går igenom. Broder Johansson bar även på ett rörande sätt ett kort vittnesbörd på grekiska.

Cindia Mattsson från Kungsbacka församling kommer ursprungligen från Spanien. Hon berättade om hur

Emilia Åman från Utby församling talade om vikten av att ha fokus på vårt eviga mål och jämförde det med när hon sprungit Göteborgsvarvet (ett halvmaratonlopp). Bland annat nämnde hon den blå linje som målas upp under tävlingsdagarna för att löparna ska veta vilken väg de ska springa och jämförde detta med

Kent Perciwall, andre rådgivare i stavspresidentskapet i Göteborgs stav. I bakgrunden syns Emilia Åman och Jesper Johansson



FOTO MICHAEL STODE



Direkt efter mötet ses här president Kent Perciwall (till vänster), Jesper Johansson från Västra Frölunda församling och stavsresident Ulf Strömbom (till höger).

hon som tonåring kom i kontakt med kyrkan och blev medlem när hon fyllt 18 år. Det var en jobbig tid, speciellt för hennes mamma som var mycket orolig för sin dotter. Det blev inte lättare när hon som 20-åring åkte på mission och när hon efter sin mission gifte sig i templet. Hon önskar att hon förstått och behandlat sin mamma ännu bättre på den tiden, att hon kunde ha varit mera kristuslik och visat ovillkorlig kärlek som det står om i "Kärlekens lov" i 1 Korintierbrevet

kapitel 13. Hon avslutade med att säga att hon älskar sin mor och känner ovillkorlig kärlek till henne.

President Sture Nilsson i stavs-presidentskapet fick också tillfälle att dela med sig av några tankar. Han hade sökt i ordböcker om ordet "sträva" och läst att det innebär att göra sitt bästa, att på allvar försöka. Vi ska inte jämföra oss med andra, utan sträva efter att utvecklas. Han bar också sitt vittnesbörd om Kristi stora kärlek till oss alla.

Konferensens avslutande talare var stavsresident **Ulf Strömbom**. Han sa bland annat att kampen om människors själar fortsätter och att det kommer att bli värre, men att vi inte får glömma att Gud visste att det skulle bli så här. Gud har inte upphört att vara Gud. Vi behöver inte känna oro, men vi behöver, som han uttryckte det, "finkalibrera" våra liv. Han nämnde fyra områden för denna förfining; skriftstudier, böner, tempelbesök och släkthistoria.

När det gäller skriftstudier räcker det inte längre med att bara läsa dem sporadiskt. Vi behöver rannsaka dem. Han jämförde uttrycket rannsaka med när han i sitt arbete som polis gör en husrannsakan, hur de då verkligen letar noggrant. Det är viktigt att ge akt på Kristi ord, vilket också inkluderar tal från kyrkans generalkonferenser.

Personliga böner glädjer vår himmelske Fader precis som jordiska fäder blir glada när barnen hör av sig och söker råd och vägledning. Liksom piloter behöver lämna in en färdplan



Skriftstudier



Böner



Tempelbesök

till flygledningen före sin flygning behöver vi samråda med vår himmelske Fader om det vi vill göra i våra liv.

President Strömbom bar sitt vittnesbörd om att templet är Guds hus. Det är en plats för personliga uppenbarelser, samtidigt som vi hjälper våra förfäder. Kom till templet så ofta ni kan. Har ni råd att åka på utlandsseminstrar har ni råd att komma till templet. Vi får kraft när vi kommer ut från Herrens hus.

När det gäller släkthistoria så berättade president Strömbom att han själv för närvarande skriver in berättelser från egna förfäder på kyrkans släktforskningsprogram "Family Tree", så att släktberättelser som han själv hört från egna förfäder inte dör bort med honom utan kan bli bevarade.

President Strömbom avslutade med att säga att det är viktigt att förstå "varför" vi ska göra det vi lär oss i kyrkan. Han och en annan medlem i kyrkan pratade om det för en tid sedan och kom fram till att evangeliet är det enda

alternativet; alla andra vägar är återvändsgränder. Han inbjöd alla att välja att leva efter evangeliet.

Konferensen inramades också av upplyftande musikframträdanden. "Jag vet att han älskar mig", sjöngs av barnen i Alingsås församling under

ledning av syster Ulrika Stode, och ackompanjerades av syster Wendy Dunford. En församlingskör sjöng "Älska varandra", under ledning av syster Johanna Huldin, och ackompanjerades av syster Linda Ynghammar. ■

Äldste Hans T. Boom gästade åter Stockholm

Gunilla Olsson, Stockholms stav

Andra helgen i maj 2015 samlades Stockholms stav till stavskonferens och gästande medlem från de sjuttios kvorum var Hans T. Boom som för bara tre år sedan var i Stockholm i samma ärende. Det är relativt ovanligt att samma områdessjuttio under sin ämbets tid får gästa samma stavs

stavskonferens två gånger, men holländske äldste Boom verkade trivas med att vara tillbaks.

Staven möttes på lördagen i Gubbängens kapell för ett möte för alla vuxna medlemmar och sedan återigen på söndagen i Folkets Hus i Stockholm, men då för en allmän

Stavspresidentskapet i Stockholms stav tillsammans med äldste Hans T. Boom, områdessjuttio från Holland. Fr.v. Carl-Axel Karlsson, 1:e rådgivare, äldste Hans T. Boom, Jakob Hagman, stavspresident och Peter Forsgren, 2:e rådgivare.



Släkthistoria



FOTO JAKOB HAGMAN

FOTO GUNILLA OLSSON



Missionärer passar på att njuta av solen utanför Gubbängens kapell före lördagens session.

session för samtliga medlemmar. Det var vacker inramning med smyckande blommor, väl framförda andliga musiknummer, bland annat från en tonårig flickkör, och inspirerande tal från både unga och gamla, ledare och församlingsmedlemmar.

Den mesta av undervisningen stod äldste Boom själv för och han undervisade om flera principer. Under lördagens möte talade han mycket om sabbatsbudet. Han nämnde att apostlarna valde att fokusera all tid på sabbatsdagen i den undervisning de gav områdessjuttio i samband med generalkonferensen.

Han drog sig till minnes sina föräldrars undervisning om att hedra

sabbaten under hans uppväxt i Holland. Hans pappa som hindrade honom när han en söndag var på väg ut genom dörren för att meta och förklarade varför man avstår från sport när man håller sabbatsdagen helig. Hans mors exempel i hur hon placerade sig ytterst på kyrkbänken med barnen innanför sig mot väggen för att underlätta att hålla dem lugna och på plats när hans far tjänade i biskopsrådet och satt på förhöjningen. Och hur hans fru undervisar om sabbatsdagen genom att förbereda tysta lekböcker åt deras gemensamma barnbarn. Han förklarade att det finns stora välsignelser förknippade med att hålla sabbatsbudet, men att det ibland



MAJNING KENNETH RILEY INTELLECTUAL RESERVE, INC.

kräver lite ansträngning och att vi inte alltid kan göra det som är bekvämast för oss.

Han meddelade nyheten att församlingsrådet ska spela en större roll i att planera söndagsmötena i fortsättningen och uppmanade alla att ta kaller elser att tala på allvar. Att respektera medlemmars behov och ansträngning att komma till kyrkan för att få andlig näring, men också alla närvarande att ta emot det som förberetts. Han påminde oss också om att dela med oss av våra söndagsmöten, att inbjuda andra att närvara.

På söndagen fokuserade hans tal istället på Joseph Smith och hur Joseph gick tillväga för att själv skaffa sig ett vittnesbörd och hur vi alla måste gå tillväga. Äldste Boom återgav sin personliga process för att skaffa ett vittnesbörd om Mormons bok. Han redogjorde för många av de svårigheter Joseph måste ha stött på när han blev ifrågasatt av både vänner och fiender och hur han fortfarande ifrågasätts. Han kommenterade hur olika situationer kan uppfattas för olika människor, hur våra egna minnen till och med förvanskas med tiden och hur begränsad vår förmåga att förstå och rättvist tolka historia kan vara.

Han avslutade med att vittna om Joseph Smith och de sanningar han uppenbarade, och uppmanade alla att söka ett vittnesbörd på just det sätt som skrifterna uppmuntrar, genom uppriktig bön. ■

Lunds Arena

**Lena Carlsson och Terez Nilsson,
Lunds församling**

På onsdagar är det aktivitetskväll i Lunds församling. Då träffas unga kvinnor och unga män, de äldre primärbarnen har sina aktiviteter och de flesta av församlingens rådsmöten sker då. Men med jämna mellanrum bryter vi mönstret och bjuder in till en gemensam aktivitet som vi kallar Arena. Det handlar om en talangkväll för alla åldrar. Programmet varar aldrig längre än en timme och vi avslutar alltid med en gemensam fika. Vi har anordnat återkommande Arenakvällar i flera år nu. De brukar dyka upp med två, tre månaders mellanrum.

Vi känner att Arena fyller flera syften. Vi anstränger oss särskilt att bjuda in vänner till kyrkan, både som "artister" och som publik. Många av församlingens ungdomar gillar att spela och sjunga, och Arena blir ett naturligt mål att arbeta inför. Ibland tar man hjälp av en klasskompis, ibland gör man något tillsammans med någon från en annan församling. Alla genrer är tillåtna så länge texter och uppträdande är i linje med kyrkans normer. Vi märker att folk tycker om att "bli tjtade på". Det går inte att bara sätta upp en lista och tro att den ska fyllas av ivriga artister som vill dela med sig av sina talanger. Men nu när formen för Arenakvällarna finns på plats går det mycket lättare.

Vi är tacksamma för vårt biskopsråd som alltid lägger undan andra angelägenheter för att vara med på Arena. Arena blir verkligen en mötesplats där medlemmar, vänner och missionärer får en chans att lära känna varandra. Ibland har vi kryddat programmet med någon lek eller en tävling, men vi gör aldrig själva Arena till en tävling. Alla får uppskattning och applåder, även när ens nummer havererar. Dolda talanger kommer fram i ljuset och vi inspireras av varandras mod att dela med sig. ■



FOTO JOHANNES RÖNNDAHL

Brynolf Rönndahl visar upp en av sina många talanger på en Arenakväll i Lunds församling 2014.

HUR JAG VET

I evangeliet finns allt man kan önska

Åsa Dalevall, Borlänge församling

Den 26 mars 1995 döptes jag och blev medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Med andra ord har det nu gått hela tjugo år. Jag vill gärna dela med mig av min berättelse.

Jag föddes 1978 av unga föräldrar som hade en dotter sedan tidigare. Fyra år senare skilde de sig och jag fick växa upp hos min far. Varannan helg var jag hos min mor. De gifte båda om sig och jag fick många syskon. 1985 kom min mammas make i kontakt med en man som berättade att han var mormon, eller medlem i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga. Mor och hennes man bjöd hem den nyfunne vännen och lärde sig mer om hans tro. Ytterligare medlemmar i kyrkan besökte dem och slutligen missionärerna. Min mamma hade aldrig några tvivel om att det de berättade om var sant. I december samma år döptes hon.

Vad gäller mig skulle det dröja nästan tio år till. Jag fick i alla fall nu möjligheten att komma till kyrkan varannan söndag med min mor. Jag minns inte riktigt vad jag tyckte på den tiden, utan jag gjorde mest bara det som jag såg mina föräldrar göra. I tonåren började jag även gå på kyrkaktiviteter, som Unga Kvinnor och annat. Jag började även gå till

kyrkan när jag var hos min far. Jag kunde känna en värme och en gemenskap där som jag inte upplevde någon annanstans än i kyrkan.

Men jag levde ett annat liv också. Ett liv som inte passade in i kyrkan. Jag och mina kompisar använde ibland ett fult språk, vi provade på att festa med alkohol och cigaretter, och vi umgicks gärna med killar som inte var de allra bästa. Men trots det så fortsatte jag att komma till kyrkan.

I januari 1995 skulle Bolliaden vara här i Borlänge, till och med på min egen skola.

Mina vänner i kyrkan ville gärna ha med mig dit. Jag tyckte att jag kunde ge det en chans i alla fall. Eftersom det var här i stan så jag kunde gå hem till min egen säng och sova på kvällen. Jag hade så svårt att sova borta.

Dagarna på Bolliaden gick. Jag hade nog egentligen inte så roligt, men under vittnesbördsmötet sista dagen upplevde jag något som jag



FOTO JENNY LIDBÄCK

Åsa Dalevall, Borlänge församling

tidigare aldrig varit med om; en helt fantastisk känsla uppfyllde mig. En känsla som gjorde att tårar strömmade nerför mina kinder och hjärtat slog så hårt att det kändes som det skulle hoppa ur bröstkorgen. Jag kunde inte sluta gråta på hela den dagen. Mitt hjärta ropade att jag vet att detta är sant och jag måste döpa mig. Jag hade inte sökt efter något svar eller ens

funderat på hur jag skulle göra angående kyrkan. Jag tyckte mig ha det bra som jag hade det. Men nu kunde jag inte bara gå vidare som vanligt. Jag var helt enkelt tvungen att göra en förändring i mitt liv, och det var att bli döpt som medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga.

Min far ville att jag skulle vänta tills jag blev myndig för att fatta beslutet, men mor och jag fick hjälp från ovan för att få honom att gå med på det. Min far, min bonusmor, min mor och alla mina syskon samt min farmor var med på dopet. En av mina bröder, som aldrig tidigare varit i kyrkan, påverkades starkt av anden och frågade senare sin mor (min bonusmor) varför han grät på mitt dop. Hon kunde inte svara på det. Men jag berättade för honom att det var den helige Anden som vittnade för honom att det jag gjorde var rätt. Det var en fantastisk dag i mitt liv. Att få känna sig helt ren och lycklig. Min mor har efteråt berättat att en helt annan slags blick infann sig i mina ögon.

Jag har sedan dess upplevt mycket som stärkt mitt vittnesbörd om att vår Himmelske Fader och Jesus Kristus lever, och att detta är deras återupprättade rike på jorden i dag. Jag har under dessa tjugo år aldrig tvivlat på att evangeliet är sant. Visst har mitt vittnesbörd ibland varit mindre brinnande inom mig på grund av felaktiga

beslut, men jag har aldrig tvivlat. Vi måste dock komma ihåg att trots alla dessa fantastiska känslor som Anden ger, så är tron något vi själva måste välja varje dag. Vi är här för att tro. Jag vill välja att tro på detta för jag tycker det är fantastiskt. Allt faller på plats i

Jesu Kristi evangelium. Jesus säger i Bibeln till sina apostlar: "Skall ni också lämna mig?" Då svarar Simon Petrus: "Herre, till vem skulle vi gå? Du har det eviga livets ord!" Det är så jag känner: Till vem skulle jag gå? I evangeliet finns ju allt man kan önska. ■

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. De skickas även vidare till den nya svenska hemsidan. Nyhetsartiklar bör skickas in senast två veckor efter händelsen.

För att få artiklar och foton publicerade behövs tillstånd från artikelförfattare, fotograf och personer på fotot. (Undantag: Om det är en nyhetsartikel behövs inte tillstånd från personer på fotot.) För barn och ungdomar under 18 år behövs alltid tillstånd från föräldrar!

Speciella blanketter finns nu för dessa tillstånd som kan hämtas från kyrkans svenska hemsida, jesukristi-kyrka.se. Under menyn "Kontakta oss" nere till höger klickar man på "Hur man

skickar in artiklar". Blanketterna måste fyllas i och undertecknas, och skickas eller mejlas tillbaka till redaktionen. ■

Kontakta redaktionen för mer information.

Eivor Hagman, redaktör

eivorhagman@hotmail.com

Medusagatan 2 A, 553 38 Jönköping

Tel. 036-719663

Redaktionen har fått nya medarbetare:

Gunilla Olsson, stavsreporter

Stockholms stav

gunilla.m.olsson@gmail.com

Pelargatan 13, 121 47 Johanneshov

0737-193528

Sara Petersson, stavsreporter Stockholms

södra stav

sara.petersson@gmail.com

Ragnebergsvägen 35, 136 67 Vendelsö

Elisabet Aase, stavsreporter Malmö stav

elisabetaase@gmail.com

Lagmansgatan 4C, 214 66 Malmö

0708-350151 ■