

JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA • SEPTEMBER 2016

Liahona

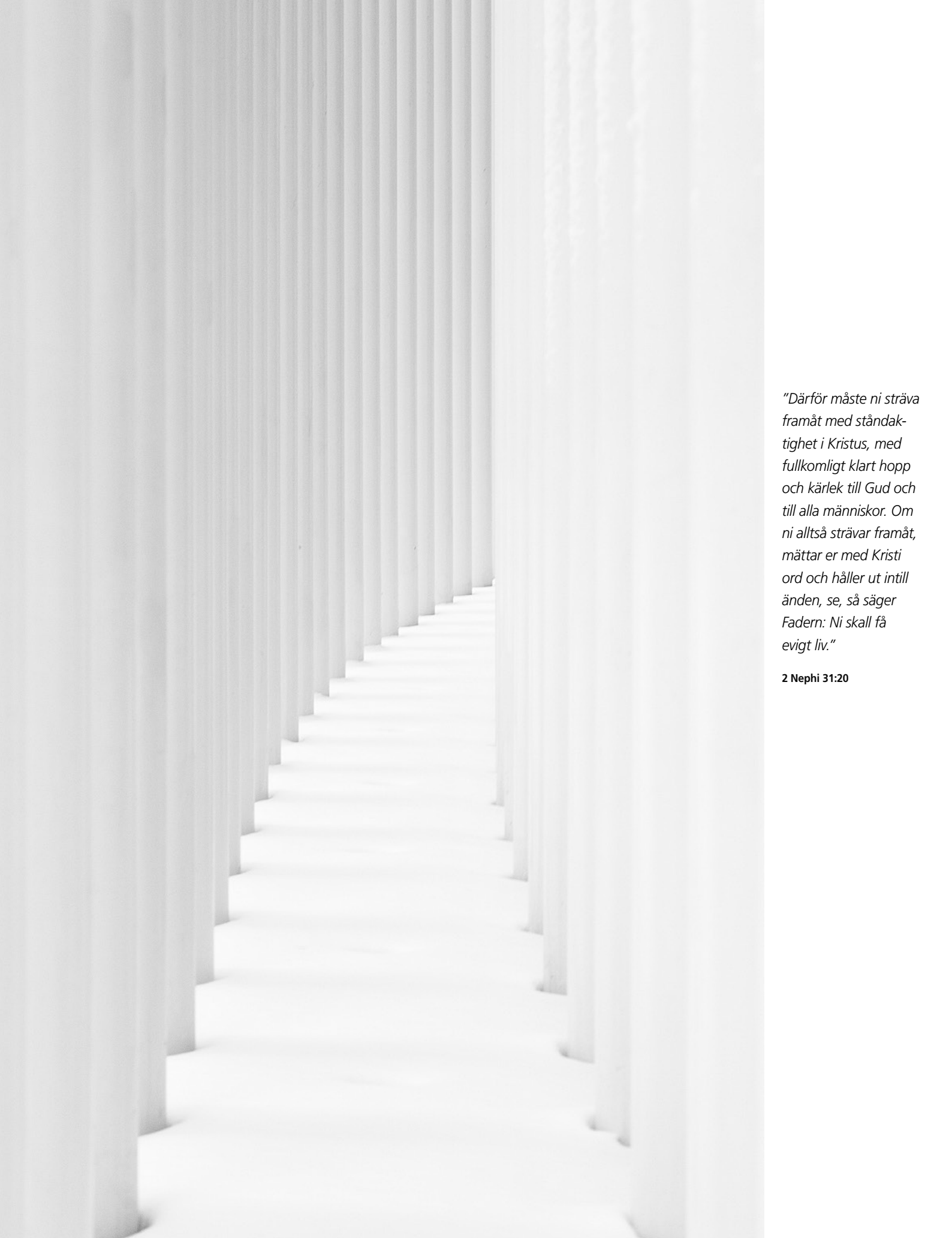


**Kärlek: Kärnan
i en ren gudstjänst,
s. 4, 14**

Religionsfrihet: Ett budskap
om rättvisa, s. 22

Hur jag övervann
själv mordstankar, s. 30

Församlingsråd: Herrens
verktyg för att välsigna
familjen, s. 34



"Därför måste ni sträva framåt med ståndaktighet i Kristus, med fullkomligt klart hopp och kärlek till Gud och till alla människor. Om ni alltså strävar framåt, mättar er med Kristi ord och håller ut intill änden, se, så säger Fadern: Ni skall få evigt liv."

2 Nephi 31:20

BUDSKAP

- 4 Budskap från första president-skapet: Vad kommer efter kärleken?**
Dieter F. Uchtdorf
- 7 Besökslärarnas budskap: Föräldraskapet är en helig plikt**

ARTIKLAR

- 14 En ren gudstjänst**
Don R. Clarke
Lär dig att älska Frälsaren genom att utöva en ren gudstjänst.

- 20 Tionde, timing och transport**
Atilio Coitiño Guzmán
Vi hade inga pengar till att åka kommunalt till kyrkan, om vi inte använde våra tiondepengar.
- 22 Tro, frihet och religionsfrihet**
Ronald A. Rasband
När du sträcker dig ut till andra i en anda av rättvisa får du känna Frälsarens kärlek till dig och till andra i större mått.

- 30 Välj att leva: Hur man övervinner självmordstankar**
Anonym
Världens ljus hjälpte mig igenom vinterdepressionens mörker.
- 34 "Samlade i mitt namn"**
Jakob R. Jones
Se frukterna av ett församlingsråds ansträngningar att söka uppenbarelse och handla i kärlek.

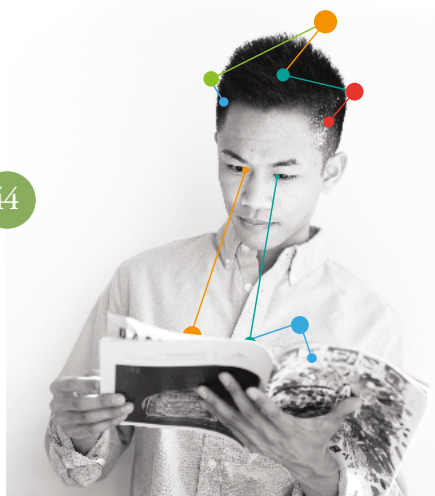
AVDELNINGAR

- 8 Anteckningar från aprilkonferensen 2016**
- 10 Reflektioner: När syster Mabel sjöng**
R. Val Johnson
- 11 Tjänande i kyrkan: Välsignad för mitt tjänande**
John A. Grincer
- 12 Vårt hem, vår familj: I väntan på tvillingar skedde underverk**
Cheryl Lapating-La Torre
- 40 Sista dagars heliga berättar**
- 80 Tills vi möts igen: Den stora stötestenen för Sion**
Ezra Taft Benson



PÅ OMSLAGET

Framsida: Detalj från *Han botade många*, av J. Kirk Richards. Insidan av omslagets framsida: Foto Philipp Klinger © Getty Images. Insidan av omslagets baksida: Les Nilsson.



- 44 Ingen neutral mark: Hur media påverkar oss**
Aysia Tan
Media påverkar oss på ett eller annat sätt – antingen positivt eller negativt.

- 48 Porträtt av en ung vuxen: Bygger riket i Australien**
Ben Robinson
En hörselskada hindrade inte Callan Brooks från att påskynda Herrens verk i Australien.



*Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret.
Ledtråd: Hur kan du vara en missionär?*

- 50 Från missionsfältet: Åk hem till Rebecca**
Mindy Raye Friedman

- 52 Affisch: Se till ljuset**

- 53 Rakt på sak**
*Är det svårt att vara trofast?
Ifrågasätter du en profet?*

- 54 Lektioner i sömnad och en andra chans**
Belen Chaparro
När jag missade chansen att berätta om evangeliet för min pianolärare ville jag inte gå miste om ännu en möjlighet.

- 56 Buden = Kärlek**
Charlotte Larcabal
Vad har buden med kärlek att göra?

- 58 Hur jag vet: Varför Mormons bok?**
Elvin Jerome Laceda

- 60 Stärkt av Guds ord**
Yoon Hwan Choi
Jag fick hjälp att fatta stora beslut i livet genom att studera skrifterna och följa profeten.

- 63 Svar från kyrkans ledare: Hur man visar tacksamhet**
Robert D. Hales

- 64 Vår plats**



- 65 Vilken väg ska jag välja?**
Abbey F.
Också när jag blev mobbad var det bäst att följa Jesus.

- 66 Din himmelske Fader hör dina böner**
Neill F. Marriott
Vi behöver hjälp under det här livet, och vår himmelske Fader vill ge oss den hjälpen.

- 68 Barn som står för sin tro: Att vara en missionär**
Jenna Koford
Jesse spred evangeliet genom att göra ett skolprojekt om Utah.

- 70 Ta hand om Elise**
Merillee Booren
Se hur Daniel slutade vara arg på sin syster och visade sin kärlek till henne.

- 72 Svar från en apostel: Varför är Frälsarens försoning viktig?**
Dallin H. Oaks

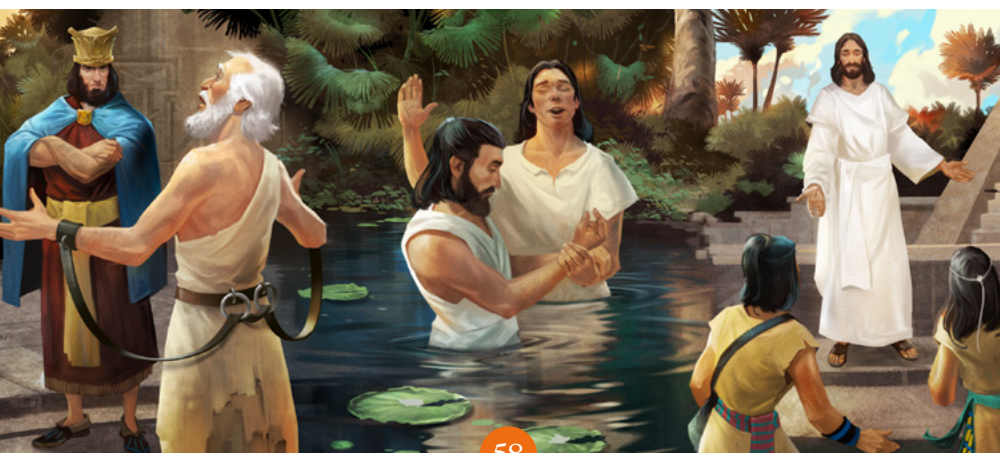
- 73 Vår sida**

- 74 Jesus älskar alla**

- 75 Jag kan läsa Mormons bok**

- 76 Berättelser ur Mormons bok: Jesus besöker nephiterna**

- 79 Färgläggningssidan: Jag kan hjälpa min familj**



Förslag till familjens hemafton

Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemafton.

Här är två exempel.



”Buden = Kärlek”, sidan 56: Du kan fråga dina barn om situationer när de blev frestade att inte lyda dig. Det kan vara sådant som att leka på en trafikerad gata eller gå och lägga sig vid en viss tid. Fråga dem varför de tror att du gav dem de uppmaningarna (eftersom du älskar dem). Du kan sedan använda artikeln för att tillämpa den här principen på buden från vår himmelske Fader. Förklara att vår himmelske Fader ger oss bud därför att han älskar oss och vet att buden skyddar oss. Vi kan visa vår kärlek till honom genom att hålla de buden.

”Ta hand om Elise”, sidan 70: Artikeln berättar om en pojke som heter Daniel som fastän han älskar sin syster som har funktionshinder ibland är arg på henne. Du kan läsa artikeln tillsammans med dina barn. Du kan fråga dem hur Daniel visade sin kärlek till sin syster och sedan fundera över hur ni i er familj kan följa Daniels exempel och visa kärlek till varandra.

MER INFORMATION PÅ INTERNET

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på languages.lds.org. Besök facebook.com/liahona.magazine (finns på engelska, portugisiska och spanska) för att få inspirerande budskap, förslag till familjens hemafton och material som du kan dela med dig av till din familj och dina vänner.

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Buden, 4, 56

Bön, 66

Den Helige Anden, 41

Depression, 30

Familjen, 7, 12, 79

Följa profeten, 53, 60

Försoningen, 72

Förutttillvaron, 53

Föräldraskap, 7

Hopp, 52

Hängivenhet, 10

Högmod, 80

Jesus Kristus, 4, 22, 30, 65, 72, 74

Kärlek, 4, 56, 66, 70, 74

Ljus, 30, 52

Lydnad, 4, 53, 56, 60

Media, 44

Missionsarbete, 42, 43, 48, 54, 68

Mobbning, 65

Mormons bok, 54, 58, 74, 75, 76

Prövningar, 12, 40, 64

Religionsfrihet, 22

Råd, 34

Seminariet, 60

Skriftstudier, 60

Tacksamhet, 63

Teknologi, 44

Tionde, 20

Tjänande, 11, 41, 79

Tro, 11, 22, 48

Utveckling, 40

Vittnesbörd, 58

Ämbeten, 11, 34



Dieter F. Uchtdorf

andre rådgivare i första
presidentskapet

VAD KOMMER EFTER KÄRLEKEN?

Vår älskade profet president Thomas S. Monson har sagt att "kärleken är själva kärnan i evangeliet".¹

Kärleken är så viktig att Jesus kallade den "det största och främsta budet" och sa att alla andra principer i lagen och ord från profeterna hänger på det.²

Kärlek är grundmotivet till allt vi gör i kyrkan. Varje program, varje möte, varje handling vi är en del av som lärjungar till Jesus Kristus bör komma från den egenskapen – för utan kärlek, "Kristi rena kärlek", är vi ingenting.³

När vi förstår det här med sinne och hjärta, när vi har förkunnat vår kärlek till Gud och till våra medmänniskor – vad händer då?

Räcker det att hysa medkänsla och kärlek till andra? Har vi uppfyllt vår förpliktelse mot Gud när vi har förkunnat vår kärlek till Gud och vår nästa?

Liknelsen om de båda sönerna

Vid templet i Jerusalem kom överstepräster och judarnas äldste fram till Jesus för att finna fel i det han sa. Men Frälsaren vände det hela emot dem genom att återge en berättelse.

"En man hade två söner", började han. Fadern gick till den förste och bad honom gå ut och arbeta i vingården. Sonen vägrade. Men sonen "ångrade sig sedan och gick".

Fadern gick sedan till den andre sonen och bad honom gå ut och arbeta i vingården. Den andre sonen försäkrade honom om att han skulle göra det, men han gjorde det inte.

Sedan vände Frälsaren sig till prästerna och de äldste och frågade: "Vilken av de båda gjorde som fadern ville?"

De var tvungna att medge att det var den förste sonen – den som hade sagt att han inte skulle göra det men som senare omvände sig och gick ut och arbetade i vingården.⁴

Frälsaren använde den här berättelsen för att betona en viktig princip – det är de som följer buden som verkligen älskar Gud.

Kanske var det därför Jesus sa till folket att lyssna på och följa fariséernas och de skriftlärdas ord men inte följa deras exempel.⁵ De här religiösa lärarna levde inte som de lärde. De älskade att prata om religion, men tråkigt nog hade de missat poängen.

Gärningar och vår frälsning

En av de sista gångerna Frälsaren undervisade sina lärjungar, talade han till dem om den slutliga domen. De orättfärdiga skulle skiljas från de rättfärdiga. De rättfärdiga skulle ärva evigt liv och de orättfärdiga skulle förpassas till evigt straff.

Vari låg skillnaden mellan de båda grupperna?

De som visade sin kärlek genom gärningar blev frälsta. De som inte gjorde det blev fördömda.⁶ Sann omvändelse till Jesu Kristi evangelium och dess värderingar och principer bevisas genom våra gärningar i det dagliga livet.

I slutändan är det inte enbart en förkunnelse av kärlek till Gud och våra medmänniskor som kvalificerar oss för upphöjelse. Som Jesus lärde: "Inte skall var och en som



säger 'Herre, Herre' till mig komma in i himmelriket, utan den som gör min himmelske Faders vilja."⁷

Vad kommer efter kärleken?

Svaret på frågan "vad kommer efter kärleken?" kan vara enkelt och rakt på sak. Om vi verkligen älskar Frälsaren, vänder vi hjärtat mot honom och sedan vandrar vi längs lärjungeskapets

stig. Om vi älskar Gud strävar vi efter att hålla hans bud.⁸

Om vi verkligen älskar våra medmänniskor, anstränger vi oss för att hjälpa "de fattiga och behövande, de sjuka och lidande"⁹. För de som utför de här osjälviska och medkännande gärningarna¹⁰ är Jesu Kristi lärjungar.

Det är det här som kommer efter kärleken.

Det är det här som är kärnan i Jesu Kristi evangelium. ■

SLUTNOTER

1. Thomas S. Monson, "Kärlek – kärnan i evangeliet", *Liahona*, maj 2014, s. 91.
2. Se Matt. 22:36–40.
3. Se Moro. 7:46–47.
4. Se Matt. 21:28–32.
5. Se Matt. 23:3.
6. Se Matt. 25:31–46.
7. Matt. 7:21.
8. Se Joh. 14:15.
9. L&F 52:40.
10. Se Mosiah 18:8–9.

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

President Uchtdorf säger att Jesu Kristi sanna lärjungar är de som visar sin kärlek till honom och andra genom sina gärningar. Han säger att "om vi verkligen älskar Frälsaren, vänder vi hjärtat mot honom och sedan vandrar vi längs lärjungeskapets stig". Du kan fråga dem du undervisar hur kärleken har motiverat dem att vandra längs lärjungeskapets stig. Berätta gärna om egna upplevelser också. Du kan uppmana dem att be om mer kärlek och styrka att handla i kärlek.

Hålla buden och älska andra

När det handlar om kärlek kan det första vi kommer att tänka på vara romantiska filmer, choklad och blommor. Men kärlek – *sann* kärlek – går mycket djupare och är mycket mer osjälvisk än så. Jesus Kristus levde för oss och dog för oss på grund av sin kärlek till oss. Faktum är att de två stora buden är att älska Gud och älska alla andra (se Matt. 22:36–40). Men hur kan vi *visa* andra att vi älskar dem?

President Uchtdorf återger Kristi liknelse om de båda sönerna, en som arbetar för sin far och en annan som inte gör det. Frälsaren vill poängtera att det bara var sonen som lydde sin

far som verkligen älskade honom. När vi på liknande sätt håller Guds bud, visar vi att vi älskar honom och vill återvända till honom.

Men hur visar vi alla andra att vi älskar dem? President Uchtdorf förklarar det också: "Om vi verkligen älskar våra

medmänniskor, anstränger vi oss för att hjälpa 'de fattiga och behövande, de sjuka och lidande'. För det är de som utför de här osjälviska och medkännande gärningarna som är Jesu Kristi lärjungar.

Så nästa gång du ser en förälder, ett syskon eller en vän, fundera över hur du kan tjäna dem för att visa din tillgivenhet. Det gör inte bara dem och dig glad utan det gör din himmelske Fader glad också.



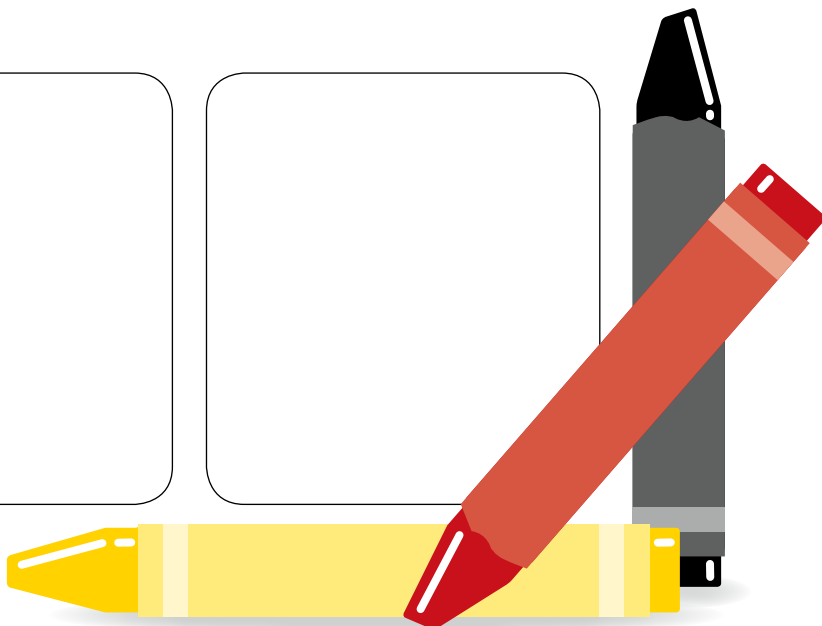
BARN

Visa kärlek

Jesus berättade om en far och hans två söner. Fadern arbetade i en vingård och bad sina två söner att hjälpa honom. Den förste sonen sa nej först, men senare kom han och hjälpte till i vingården. Den andre sonen sa att han skulle hjälpa honom, men han gjorde

det inte. Jesus sa att den förste sonen visade större kärlek till sin far genom att vara lydig.

Spela upp den här berättelsen! Skriv sedan ner eller rita tre saker som du kan göra för att visa din kärlek till din himmelske Fader.



Studera det här materialet under bön och sök inspiration för att veta vad ni ska prata om. Hur kan kunskap om "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" stärka din tro på Gud och välsigna dem du vakar över genom besöksundervisningen? För mer information, gå till reliefsociety.lds.org.

Föräldraskapet är en helig plikt

Vår himmelske Fader inrättade familjer för att hjälpa oss undervisa om rätta principer i en kärleksfull miljö. President Thomas S. Monson har sagt: "Beröm ditt barn, ge det en kram, säg 'jag älskar dig' oftare. Uttryck alltid din tacksamhet. Låt aldrig en problemlösning bli viktigare än att uttrycka kärlek till en person."¹

Susan W. Tanner, tidigare Unga kvinnors generalpresident, lärde: "Vår himmelske Fader exemplifierar det mönster som vi bör följa. Han älskar oss, undervisar oss, har tålamod med oss och har gett oss vår handlingsfrihet. ... Ibland förväxlas disciplin (som betyder undervisning) med kritik. Barn liksom människor i alla åldrar förbättrar sitt uppförande i större utsträckning av kärlek och uppmuntran än av felfinneri."²

"Om vi trofast har familjebön, skriftstudier, hemafton och



prästadömet välsignelser, och vi helgar sabbatsdagen", har äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kvorum sagt, är våra barn "förberedda för ett evigt hem i himlen, vad som än händer dem i den svåra världen."³

Ytterligare skriftställen

1 Nephi 8:37; 3 Nephi 22:13;
Läran och förbunden 93:40; 121:41

Att begrunda

Varför undervisar man bäst om evangeliet med kärlekens och exemplets språk?

SLUTNOTER

1. President Thomas S. Monson, "Kärlek i hemmet — råd från vår profet", *Liahona*, aug. 2011, s. 4.
2. Susan W. Tanner, "Har jag sagt ... ?", *Liahona*, maj 2003, s. 74.
3. Quentin L. Cook, "Herren är mitt ljus", *Liahona*, maj 2015, s. 64.
4. Robert D. Hales, "Vår plikt mot Gud: Föräldrars och ledares ansvar mot det uppväxande släktet", *Liahona*, maj 2010, s. 96, 95.

Tro, Familj, Tjänande



Levande berättelser

"Jag [satt] och läste dagstidningen när en av mina unga söner kom och satte sig tätt intill mig", sa äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum. "När jag fortsatte läsa njöt jag av hans lilla röst som pratade på i bakgrunden. Döm om min förvåning när han en stund senare kröp in mellan mig och tidningen. Han tog mitt ansikte i sina händer och tryckte sin lilla näsa mot min och frågade: 'Farfar! Finns du därinne?' ...

Att finnas *därinne* betyder att vi förstår våra ungdomars hjärtan och har ett förhållande till dem. Och att ha ett förhållande till dem betyder inte bara att prata med dem utan också att göra saker tillsammans med dem. ...

Vi måste planera för och utnyttja undervisningstillfällen ...

Ju äldre jag blir, desto mer inser jag att de undervisningstillfällen jag hade som ung, särskilt från mina föräldrar, har format mitt liv och gjort mig till den jag är."⁴

ANTECKNINGAR FRÅN APRILKONFERENSEN 2016

"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 2016 kan du använda de här sidorna (och konferensanteckningarna i kommande nummer) som hjälpmedel i dina studier och tillämpningar av aktuella lärdomar från levande profeter och apostlar och andra ledare i kyrkan.



Jesu Kristi försoning

"Jag [kan] med eftertryck säga att tack vare Jesu Kristi försoning kommer det slutligen, i det eviga perspektivet, inte att finnas någon orättvisa. 'Allt som är orättvist i livet kan bli rätt igen' [*Predika mitt evangelium*, s. 42]. Våra nuvarande omständigheter kanske inte förändras, men genom Guds barmhärtighet, godhet och kärlek får vi alla mer än vi förtjänar, mer än vi någonsin kan göra oss förtjänta av och mer än vi någonsin kan hoppas på. Vi har blivit lovade att 'han skall torka alla tårar från [våra] ögon. Döden skall inte finnas mer och ingen sorg och ingen gråt och ingen plåga. Ty det som förr var är borta' [Upp. 21:4]."

Äldste Dale G. Renlund i de tolv apostlarnas kvorum, "Så att jag kan dra alla människor till mig", *Liahona*, maj 2016, s. 42.

Svar för dig

Under varje konferens ger profeter och apostlar inspirerade svar på frågor som kyrkans medlemmar kan ha. Du kan använda majnumret 2016 eller gå till conference.lds.org för att få svar på följande frågor:

- Vilka är de fyra slagen av familjeråd och varför är de viktiga?
– Se M. Russell Ballard, "Familjeråd", s. 63.
- Hur förbereder vi oss för templet?
– Se Quentin L. Cook, "Se dig själv i templet", s. 97.
- Vad är prästadömet's nycklar?
– Se Gary E. Stevenson, "Var är prästadömet's nycklar och myndighet?" s. 29.

"Välj tro
framför tvivel."

Se Bonnie L. Oscarson,
Unga kvinnors generalpresident,
"Tror jag på det?" *Liahona*,
maj 2016, s. 89.

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



Han räddar dig

”Här på jorden ... [befläckar] världens smuts och damm ... själen och gör det svårt att känna igen och komma ihåg vår börsrätt och vårt syfte.

Men inget av det här kan förändra vilka vi verkligen är. Den grundläggande gudomligheten i vår natur finns kvar. ...

Du kanske känner att ditt liv ligger i ruiner. Du kanske har syndat. Du är kanske rädd, arg, bedrövad eller plågad av tvivel. Men liksom den gode herden finner sitt förlorade får: om du bara lyfter upp ditt hjärta till världens Frälsare så finner han dig.

Han räddar dig.

Han lyfter upp dig och lägger dig på sina axlar.

Han bär dig hem.”

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, ”Han lägger dig på sina axlar och bär dig hem”, *Liahona*, maj 2016, s. 104.

Framtida roller

I bland tar flera talare upp samma ämne. Det här är vad tre talare sa om förbereda sig för framtida roller:

- ”Unga män, ... Lev ert liv så att ni som män kan bidra med renhet till ert äktenskap och till era barn.” – D. Todd Christofferson, ”Fäder”, s. 96.
- ”Bestäm under bön vad ni kan göra – utifrån er egen tid och era omständigheter – för att hjälpa de flyktingar som bor i era grannskap och närområden.” – Linda K. Burton, ”Jag var främling”, s. 13.
- ”Guds lycksalighetsplan handlar inte om att leta efter någon som är fullkomlig, utan vi letar efter någon som vi under ett helt liv kan samarbeta med för att skapa ett kärleksfullt, bestående och allt bättre förhållande.” – Dieter F. Uchtdorf, ”Beröm till er som värnar om familjen”, s. 78.

Härliga berättelser från konferensen

Vad fångar vår uppmärksamhet mer än en berättelse? Här följer några av de många berättelserna som återgavs under konferensen:

- Vilken lära tröstade ett par i Sydamerika som längtade efter att deras barn skulle besglas till dem? – Se W. Christopher Waddell, ”Ett mönster för frid”, s. 90.
- Vad var det en mamma insåg när hon flög med sitt svårt sjuka barn i helikopter till Primary Children’s Hospital? – Se Bonnie L. Oscarson, ”Tror jag på det?” s. 87.
- Hur fick en ledare för ett prästkvorum en av sina präster tillbaka till kyrkan? – Se Mervyn B. Arnold, ”Till undsättning: Vi klarar det!” s. 53.



NÄR SYSTER MABEL SJÖNG

R. Val Johnson

Kyrkans tidningar

Syster Mabels entusiasm när hon sjöng var smärtsamt obehärskad.

Min bästa vän körde in armbågen i sidan på mig för att hindra mig från att skratta. Vi var trots allt på sakramentsmötet och sjöng sakramentspsalmen.

Men det var svårt att låta bli att skratta, och Pat hade lika svårt som jag att hålla tyst.

Vi var 15 och vi visste allting. Vi visste att alla i vår församling borde vara fullkomliga, men inte var det. Vi visste att talen på sakramentsmötena borde vara inspirerande, men de var mest tråkiga. Och vi visste att den värsta sångerskan i världen satt bland oss och misshandlade psalmer som skulle föra våra tankar till himlen – men för det mesta förde dem åt det andra hållet.

Vi kunde bara hålla för öronen och rysa. Det hjälpte att skratta lite ibland.

Vi var inte säkra på om syster Mabel (hennes förnamn och det enda jag hört någon kalla henne) visste att det var plågsamt att lyssna på henne och inte brydde sig eller var helt omedveten om den inverkan hennes sång hade på resten av oss. Det är mycket möjligt att ingen någonsin hade tagit upp ämnet med henne.

Trots sin ålder var hon en respektgivande kvinna. Inte i fråga om storlek utan om energi. Allt hon gjorde var energiskt och högljutt. Särskilt hennes sång.

Hennes inlevelse i sången tog sig inte bara uttryck i församlingssången utan också i församlingskören. Hennes entusiasm var hämningslös. Jag minns inte att hon var annat än hämningslös i församlingssången, men i kören hade hon fritt utrymme och gick upp i höjder och djup som jag tvivlar på att någon diva i världen någonsin har nått. Eller ville nå.



Men det här hände för länge sedan. Under åren som gått sedan dess har syster Mabel gått bort. Pat och jag har gått skilda vägar. Och i alla fall jag har upptäckt att jag inte visste så mycket som 15-åring som jag trodde att jag gjorde. Jag tror att jag har lärt mig lite om livet – och sång – under de senaste 50 åren.

Jag har lärt mig att livet ska levas med inlevelse och energi. Varje minut är en skatt, och när den väl är förbi, är den förbi för alltid, och man minns den bara flyktigt. Jag har lärt mig att om man ska tjäna andra eller dyrka Herren så är man lyckligast och mest effektiv när man gör det med all den glädje och energi man har.

Jag har lärt mig att ingen på den här sidan slöjan är fullkomlig. Allt Herren begär av oss är hjärta, förmåga, sinne och styrka – i den mån vi kan åstadkomma det. Han tar emot våra ohämmade uppoffringar, hur små de än är, som vår hängivenhets fulla mått.

Jag antar att det är ironiskt att jag har upptäckt att jag inte är bättre på att sjunga än syster Mabel. Jag hoppas att de andra i min församling har mer överseende med mig än vad jag hade med henne. Om hon fortfarande var här skulle jag be henne sjunga för mig. Jag saknar hennes änglalika röst. ■

VÄLSIGNAD FÖR MITT TJÄNANDE

John A. Grincer

Herren finner glädje i att välsigna oss, och jag har upptäckt att hur mycket jag än tjänar, står jag fortfarande i skuld till honom.

När jag nyligen presenterades som talare, nämnde mötesledaren artigast några av mina mer framträdande kallelser i kyrkan som jag haft, som biskop, missionspresident och medlem i ett stavspresidentskap. Brodern var bara artig, men tanken slog mig – varför inte presentera mig som missionsledare i församlingen (mitt nuvarande ämbete) eller någon av mina mindre offentliga kallelser?

Jag kan ärligt säga att jag känt samma vägledande ande i alla kallelser, och var och en av dem har varit givande. Jag har alltid sökt Herrens vägledning i mina kallelser, och har aldrig blivit besviken. Min slutsats är att Herren finner glädje i att välsigna oss – oavsett var vi tjänar.

Jag tror att vi kommer att få ta emot "odödlighetens krona och evigt liv" (L&F 81:6), inte på grund av framträdande kallelser utan för att vi tjänat ödmjukt oavsett vilken kallelse vi fått. Frälsaren sa:

"Låt inte huvudet säga till fötterna att det inte behöver fötterna, ty hur skulle kroppen kunna stå utan fötter?

Och även kroppen behöver varje lem, så att alla kan byggas upp tillsammans, så att ordningen kan bevaras fullkomlig" (L&F 84:109–110).

Jag har varit rädd för en del kallelser i kyrkan under mitt liv. Närhelst jag har haft sådana tankar om en eventuell kallelse, visade det sig att jag snart fick den. Att ta emot sådana kallelser har krävt tro och förtrostan



på de löften som finns i skrifterna.

Nephi sa: "Jag skall gå och göra det som Herren har befallt, ty jag vet att Herren inte ger människobarnen några befallningar utan att bereda en utväg för dem att utföra det som han befäller dem" (1 Ne. 3:7). Paulus förkunnade, "Ty den Ande som Gud har gett oss gör oss inte modlösa, utan är kraftens, kärlekens och självbehärsknings Ande" (2 Tim. 1:7).

Ibland kan vi känna att det är vår rättighet att tacka nej till en kallelse om vi är rädda för den. Men vi behöver komma ihåg att kyrkans ledare ber om kallelser och de personer som ska få dem.

När vi tackar nej till en kallelse, går den vidare till någon annan som får möjligheten att växa och välsignas för sitt tjänande (se L&F 58:32).

Herren finner glädje i att välsigna oss, och jag har upptäckt att hur mycket jag än tjänar, står jag fortfarande i skuld till honom. Han har i sanning välsignat min familj långt över mina förväntningar för vårt tjänande i hans rike. ■

Författaren bor i västra Australien.

I VÄNTAN PÅ TVILLINGAR SKEDDE UNDERVERK

Cheryl Lapating-La Torre

*Vi trodde att allt i våra liv skulle gå
så bra, men snart blev allt komplicerat
och jag var livrädd för vad som mer
kunde gå fel.*



En kväll när jag såg på nyheterna var det något som fångade min uppmärksamhet. Jag kände igen reportern – en klasskamrat sedan college. Hon hade uppnått sin dröm om att bli nyhetsuppläsare!

”Men jag då? frågade jag mig själv. Vad har jag åstadkommit? Jag tittade på barnet som sov i mina armar och tänkte på allt som hade hänt under de senaste tre åren.

Jag hade alltid trott att jag skulle yrkesarbeta, men när min man Charles

och jag fick vår första dotter, Chevy, ändrades mina prioriteringar. Jag slutade mitt jobb för att ta hand om henne. Vi trodde på Jesus Kristus och att så länge vi betalade vårt tionde och följde buden så skulle allt vara bra.

Och allt gick bra till en dag när Charles blev avskedad från sitt jobb. Vi hade tron att allt skulle ordna sig, men vi behövde göra vår del. Vi bestämde att jag också skulle skaffa mig ett jobb, så Charles och jag började leta. Efter några veckor blev jag anställd vid

en teletjänstcentral. Jag avskydde att lämna mitt nio månader gamla barn till en barnvakt varje dag, men det var den bästa lösningen.

Efter bara en månad på mitt nya jobb upptäckte jag att jag var gravid. Lyckligtvis fick Charles snart ett jobb. Det var inte särskilt bra betalt, men det hjälpte. Jag kände mig lättad ett tag.

Min graviditet blev mycket svår och jag var tvungen att sluta mitt jobb. Vid månadskontrollen blev vi chockade när vi upptäckte att jag skulle få

tvillingar. Charles och jag blev rädda, men vi litade på vår himmelske Fader.

Omkring tre och en halv månad in i graviditeten blödde jag en morgon när jag vaknade. Jag trodde att jag hade fått missfall, så jag åkte till sjukhuset. Barnen var okej, men läkaren beordrade mig att ligga till sängs under resten av graviditeten.

Allt hade blivit så komplicerat. Sjukhusräkningarna tömde vårt bankkonto och Charles knappa lön räckte inte för att täcka våra behov. Jag kände mig värdelös. Jag kunde inte dra in någon inkomst eller ta hand om Chevy. Ibland glömde jag att jag bar på två speciella andebarn. Jag väjdade varje morgon och kväll till min himmelske Fader om hjälp. Jag var livrädd för vad som mer kunde gå fel. Men en tanke kom ständigt tillbaka till mig: Din himmelske Fader lever och han vet vad vi behöver.

Det var svårt för Charles också, men han var stark. Utöver sitt jobb hjälpte han mig och tog hand om Chevy. Hans prästadömsvälsignelser tröstade mig, och hans kärlek stärkte mig. Vi var rädda, men gick igenom den här nya prövningen tillsammans.

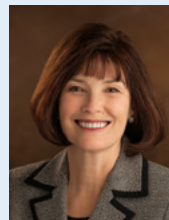
Jag gjorde mitt bästa för att acceptera situationen. I stället för att gå omkring och deppa läste jag skrifterna, kyrkans tidningar och bra böcker. Jag sjöng psalmer också – särskilt "En grundval blev lagd" (*Psalmer*, nr 38) gjorde stor skillnad. Jag kom

närmare min Frälsare. Jag insåg hur mycket jag hade att vara tacksam för trots våra omständigheter.

Allteftersom dagarna gick kände vi Guds hand i vårt liv. Stora och små underverk dök upp överallt. Släktingar och vänner betalade en del av våra utgifter. Jag kände deras kärlek och omsorg om vår familj. Hjälpföreningspresidentskapet gav en eller två systrar i uppgift att besöka mig varje dag. De hade med sig mat, de lagade mat och städade, tog hand om Chevy, delade med sig av andliga tankar och uppmuntrade mig. De bad om att jag skulle återhämta mig och för tvillingarnas hälsa. Vi behövde aldrig vara hungriga. De här systrarna visste inte hur mycket deras tjänande hjälpte mig att bära min börda. När det var dags gjorde min himmelske Fader förlossningarna mycket lätta, och båda flickorna var friska.

År har gått sedan den där prövande tiden i vårt liv, men det har inte gått en dag utan att vi har känt Guds kärlek. Vår ekonomiska situation är mycket bättre nu, och våra barn växer och blir smarta och begåvade. Vi är starkare och bättre förberedda för framtida utmaningar eftersom vi vet att vår himmelske Fader välsignar sina barn i sin egen tid och alltid ger dem hjälp och tröst. Livet är ingen lätt resa, men Gud är alltid med oss och vägleder oss. ■

Författaren bor i Filippinerna.

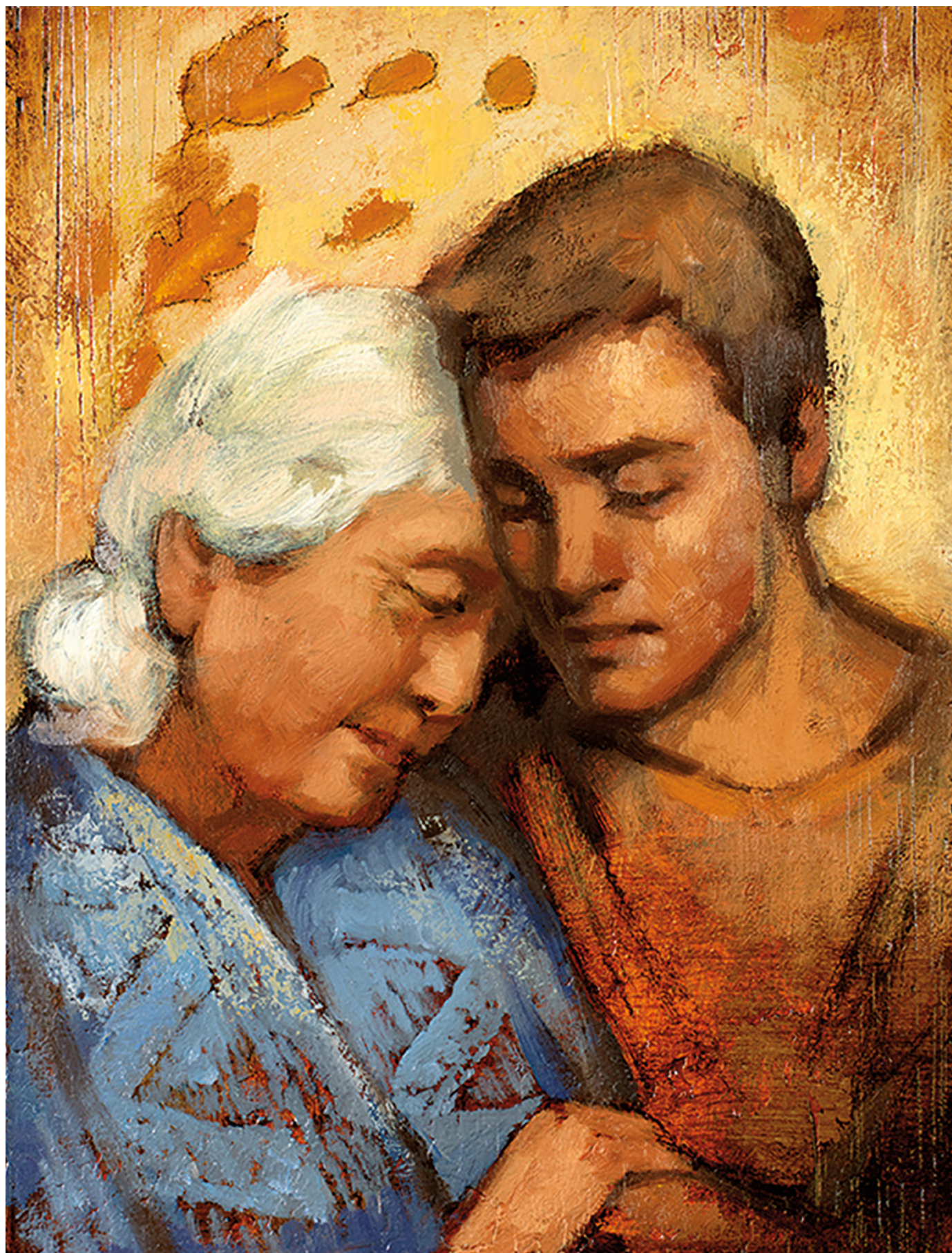


MENINGS- FULLA UTMAN- INGAR

Systrar, jag vet inte varför vi har alla

de prövningar vi har, men själv känner jag att belöningen är så stor, så evig och oupphörlig, så glädjefylld och bortom vårt förstånd, att vi på belöningsdagen kan vilja säga till vår barmhärtige, kärleksfulle Fader: 'Var det allt som krävdes?' ... Vad har det för betydelse, kära systrar, vilka lidanden vi har här, om de till slut är just de prövningar som berättigar oss till evigt liv?"

Linda S. Reeves, andra rådgivare i
Hjälpföreningens generalpresidentkap:
"Värdiga våra utlovade välsignelser",
Liahona, nov. 2015, s. 11.





**Äldste
Don R. Clarke**

Verkade som generalauktoritet mellan 2006 och 2015

EN ren gudstjänst

Om du vill vara glad, känna den Helige Anden och komma närmare Frälsaren, utöva då en ren gudstjänst.

För ett par år sedan kom en ung man som jag kallar John in på mitt kontor kort efter att han hade återvänt från sin mission.

”Äldste Clarke, jag behöver hjälp”, sa han. Han var uppenbart orolig. ”Jag älskade min mission. Den förändrade mig. Men jag har tappat lite av de där heliga och speciella känslorna som jag hade på missionsfältet. Vad kan jag göra för att känna som jag gjorde på missionsfältet?”

Jag har sett det här hända många gånger. Det han frågade var: ”Vad kan jag göra för att vara glad, känna den Helige Anden och vara nära Frälsaren?” Det här är en fråga som vi alla bör ställa oss varje dag.

Den eftermiddagen på mitt kontor slog vi upp Jakobs brev 1:27 och läste: ”Men att ta sig an föräldralösa barn och änkor i deras nöd och hålla sig obesmittad av världen, det är en gudstjänst som är ren och fläckfri.”

Sedan läste vi Alma 34:28: ”Om ni ... avvisar de behövande och de nakna och inte besöker de sjuka och lidande och inte ger av era ägodelar, om ni har några, till dem som står i behov – jag säger er att om ni inte gör något av detta, se, då är er bön förgäves och till ingen nytta för er, och ni är hycklare som förnekar tron.”

Sedan gick vi igenom berättelsen i Johannes evangelium där Petrus och andra apostlar var ute och fiskade utan att få något och Frälsaren uppmanade dem att flytta sina nät till andra sidan av båten där de fångade 153 fiskar. När de hade ätit pratade Petrus och Frälsaren. Frälsaren visste att det här var en av de sista gångerna han undervisade den här framtida profeten och presidenten för kyrkan.

”Älskar du mig”, frågade Frälsaren.

Petrus svarade: ”Ja, Herre, du vet att jag har dig kär.”

Då sa Frälsaren: ”För mina lamm på bete.”

Frälsaren ställde samma fråga två eller tre gånger till och sa sedan: ”För mina får på bete” (se Joh. 21:3–17).

Petrus blev egentligen uppmanad att utöva en ren gudstjänst, eller att ta hand om folket. Guds profet i dag tar också hand om och älskar folket. President Thomas S. Monson är ett enastående exempel på någon som utövar en ren gudstjänst. Han har under hela sitt liv älskat och tagit hand om människor.

Jag har sett många hemvända missionärer som min vän John. Om man frågar dem varför de tyckte om sin mission, så säger de nästan alltid att det är för att de älskade folket. Den dag missionärerna börjar bry sig mer om andra än om sig själva blir de lyckliga. Så är det för oss alla. Vi får alltid ett lyckligare liv om vi tar hand om och älskar andra.

Motsatsen till att ta hand om andra är att tänka på sig själv: min bil, mina studier, mitt jobb, mina problem. När

allting handlar om oss, är vår kontakt med himlen inte så nära som den borde vara.

Jag sa till John att om han utövade en ren gudstjänst så skulle han bli glad och känna så som han hade känt på sin mission. Likaså, om *du* vill vara lycklig, känna den Helige Anden och komma närmare Frälsaren, utöva då en ren gudstjänst. Av skriftställena ovan lär vi oss fyra tillvägagångssätt som kan benämnas som ren gudstjänst.

1. Besöka och ta hand om änkor

John började studera vid college och började göra det som vi hade samtalat om. Senare skickade han mig ett mejl där han berättade att han hade läst inspirerande berättelser från kyrkans tidningar för äldre personer i ett äldreboende.

”Många kände att de fick mycket kärlek och stöd av Frälsaren när Anden vittnade om enkla sanningar och vittnesbörd”, skrev han. ”Jag hade aldrig trott att jag kunde känna sådan kärlek från och till främlingar som jag knappt



hade något gemensamt med. Men jag kände Frälsarens kärlek till dem, till de där vänliga själarna. Det blev tydligt för mig att jag skulle träffa de här personerna – nu ansatta av demens och fysiska åkommor – på andra sidan. Jag skulle se deras män och hustrur som hade vakat över dem från andra sidan slöjan. Jag kände mycket starkt närvaron av min farfar – som jag aldrig hade träffat – när jag satt hos min farmor, och hans ande stärkte och stöttade mig. Jag visste att han var tacksam för mitt enkla besök.”

Han fortsatte: ”Vem kunde tro att jag skulle få känna Herrens ömma barmhärtighet? Det känns så meningslöst att komma hem efter något sådant och bara sätta på teven eller koppla av på något annat sätt. Det har förändrat mig att inse att de här speciella upplevelserna är tillgängliga hela dagen, varje dag när vi som heliga strävar efter att fokusera på och hjälpa andra på något sätt.”

Du kan också göra det, och Herren välsignar dig precis som han välsignade John.

2. Hjälp föräldralösa barn

Det finns många föräldralösa barn i världen. Vore det inte underbart om vi regelbundet kunde ha kontakt med eller skriva till ett sådant barn?

När vår son Nate kom tillbaka från sin mission hade han samma känslor som min vän John. Nate bestämde sig för att bli mentor i ett program som sammanför vuxna med barn som behöver personligt stöd. Det tjänandet förändrade hans upplevelse på college. Nu när Nate är gift har han och hans fru Carla ”adopererat” igen genom det här programmet. Det har varit en stor välsignelse för dem i deras äktenskap att ge av det de har till behövande.



När min fru Mary Anne och jag verkade i Boliviamissionen Santa Cruz hade vi en missionär som var föräldralös. Han hade ingen familj. Herren gav honom i uppdrag att vara äldste Hawkins tränare. Jag tror inte att han var den bästa tränaren, men äldste Hawkins var den bästa kamraten för en föräldralös pojke som hade blivit en av Herrens missionärer.

Äldste Hawkins föräldrar skrev till den här missionären under hans mission och har fortsatt att skriva till honom under de senaste 15 åren. Tack vare äldste Hawkins och hans familj har den här föräldralöse pojken fått kärlek och omsorg och är nu lyckligt gift, har ett jobb och är aktiv i Jesu Kristi evangelium. Vi kan alla hjälpa till att förändra föräldralösa barn.

3. Ta hand om de fattiga och behövande

Skrifterna påminner oss hela tiden om hur viktigt det är att hjälpa de fattiga och

Litar Herren på att vi kan vara ett svar på någon annans bön? Kan han lita på att vi följer den Helige Andens maningar?



behövande. Vi har alla det ansvaret.¹ Ett sätt vi kan bli bättre på att hjälpa de fattiga och behovande är att ge ett generöst fasteoffer. President Brigham Young (1801–1877) sa:

”Första året efter att ha kommit till den här dalen hade jag inte mjöl till familjen så att det räckte till nästa skörd ..., och det kom hem människor till mig varje dag för att få bröd. Jag kände mig nere över [det] en dag. Jag gick ner till det gamla fortet, och när jag var hemma igen var jag helt botad. Jag sa till min hustru: 'Låt ingen som kommer hit och ber om bröd gå härifrån tomhänt, för om du gör det får vi det svårt innan skörden. Men om du ger till var och en som kommer så skall vi ha tillräckligt till dess.' ...

Jag tänker fortsätta göra så, för att mitt bröd ska räcka, ty om jag inte gör det skall vi ha för lite.

Tror du på den principen? Jag vet att den är sann, för jag har bevisat att den är sann så många gånger.”²

Följande upplevelse lades ut på en kristen webbplats av en läkare i Colorado som rullade in på en bensinstation efter att bilen hade hostat till och dött. Han skulle just ringa en bärgningsbil när han såg en kvinna, vars gamla bil stod parkerad vid en bensinpump, halka och ramla.

”Jag klev ur för att se om hon var okej. När jag kom fram till henne såg det mer ut som om hon hade

överväldigats av tårar än att hon hade ramlat. Det var en ung kvinna som såg sliten ut och hade mörka ringar under ögonen. Hon tappade något när jag hjälpte henne upp, och jag plockade upp det och gav det till henne. Det var en femcentare.

”I det ögonblicket blev allting klart för mig: den gråtande kvinnan, den gamla bilen som var full av saker och tre barn därbak (en i barnstol), och bensinpumpen stod på nästan fem dollar. Jag frågade om hon var okej och behövde hjälp, men hon upprepade bara: 'Jag vill inte att mina barn ska se mig gråta.'”

Läkaren förstod hennes situation och tog fram sitt kreditkort, fyllde tanken med bensin och köpte sedan två stora kassar mat och några presentkort till henne och hennes barn vid en snabbmat-restaurang bredvid bensinstationen.

”Hon sa vad hon hette och berättade och hon bodde i Kansas City [i Missouri]”, sa han. ”Hennes pojkvän hade lämnat henne två månader tidigare och hon hade inte fått det att gå ihop ekonomiskt. ... I ren desperation hade hon till slut ringt sina föräldrar som hon inte hade pratat med på omkring fem år. De bodde i Kalifornien och hon kunde komma och bo hos dem och försöka komma på fötter där. Så hon hade packat in allt hon hade i bilen.”

Läkaren gav henne en kram och bad en bön för hennes säkerhet på vägen. När kvinnan gick till sin bil, frågade hon: ”Är du något slags ängel, eller?”

Läkaren svarade: ”Ibland använder Gud vanliga människor.”

Sedan sa han: ”Det var otroligt att vara en del av någon annans underverk. Och naturligtvis, ... när jag satte mig i bilen så startade den med en gång och jag kom hem utan problem. Jag ska ta den till verkstaden i morgon för en kontroll, men jag tvivlar på att mekanikern hittar något som är fel.”³

Litar Herren på att vi kan vara ett svar på någon annans bön? Kan han lita på att vi följer den Helige Andens maningar? Ju mer vi följer Andens maningar, desto fler möjligheter ger Herren oss att vara svaret på någon annans bön.

4. För hans lamm och får på bete.

När Jesus hade sitt samtal med Petrus var hans första råd: "För mina lamm på bete." Frälsaren vet att när vi för lammen på bete så behöver vi inte leta efter bortsprungna får. Några av oss kan ha yngre bröder och systrar, svärsöner eller svärdöttrar, eller andra personer som vi vet behöver hjälp. Må vi vara stora exempel för dem, och må vi finna de lamm som behöver vår hjälp.

Ska du söka upp och hjälpa ett lamm? Ska du, som herden, vara pålitlig nog att ta hand om lammen och fåren, som Frälsaren har bett oss göra?

Frågan som Frälsaren ställde till Petrus kan ställas till var och en av oss: "Älskar

du mig?" När vi utövar en ren gudstjänst genom att besöka och ta hand om änkor, hjälpa föräldralösa, ta hand om de fattiga och behövande och föra hans lamm och får på bete, visar vi Frälsaren att vi älskar honom! När vi gör det blir vi lyckliga, känner den Helige Anden och känner oss närmare honom. ■

Från "En ren gudstjänst", ett tal som hölls under ett andligt möte vid Brigham Young University-Idaho den 13 januari 2015. Hela talet på engelska finns på speeches.byu.edu.

SLUTNOTER

1. Se Jeffrey R. Holland, "Är vi inte alla tiggare?" *Liahona*, nov. 2014, s. 40–42.
2. Brigham Young, "Remarks", *Deseret News*, 18 juni 1856, s. 116.
3. "Friends Are God's Way of Taking Care of Us", lisburn.com/stories/friends_are_gods_way.html.



OCKSÅ VI MÅSTE GE

"Jag vet också att även om jag inte är direkt ansvarig för att hålla reda på min broder, så är jag min broders broder, och eftersom Herren så rikt har välsignat mig vill jag nu dela med mig.' "

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum, "Är vi inte alla tiggare?" *Liahona*, nov. 2014, s. 42.





Tionde,

TIMING OCH TRANSPORT

Atilio Coitiño Guzmán

En lördag insåg min fru och jag att vi inte hade tillräckligt med pengar till att åka till kyrkan kommunalt dagen därpå, och vi kunde inte ta ut pengar från en automat. Vårt tionde låg i ett donationskuvert och skulle ges till biskopen. Vi började prata om hur vi skulle ta oss till kyrkan. Om vi använde tiondepengarna till att betala för resan kände vi att Herren skulle förstå. Men vi insåg att det inte var rätt.

Det andra alternativet var att inte åka till kyrkan, och vi trodde återigen att Herren skulle förstå eftersom vi aldrig hade missat en söndag tidigare. Men om det hände skulle vi inte kunna ge tiondet till biskopen, så den möjligheten avfärdades också.

Vi ville vara trofasta, så vi bestämde oss för att ge oss av tidigare än vanligt och gå till kyrkan. Den där vackra sabbatsdagen började vi gå till kyrkan, som ligger omkring fem kilometer från vårt hem. För våra fyra barn (det äldsta var sex år) var det som en fest. De hade roligt medan de sprang och lekte längs vägen.

När vi nådde en viss punkt på en bred och farlig gata hörde jag Anden säga: "Gå över gatan nu." Jag sa det till min fru och hon svarade att det var farligt eftersom den delen av gatan började svänga vilket gjorde att vi inte såg bilarna som kom. Jag sa att jag kände att vi skulle gå över där, så vi gick snabbt över gatan med två barn vardera vid handen. Just när vi hade kommit över på trottoaren



Vi hade inga pengar att åka till kyrkan för, så vi började gå.

stannade en bil till och föraren frågade:
"Är ni på väg till kyrkan?"

Föraren var en broder som inte tillhörde vår församling, men jag hade träffat honom tidigare eftersom jag hade besökt hans församling. Vi sa ja, och han erbjöd oss skjuts dit. När vi hade satt oss i bilen förklarade brodern att han aldrig åkte den här vägen men att han hade gjort det nu för att hans arbetskollega hade tappat nycklarna till kontoret, och han var på väg till honom med sina nycklar.

Jag tänkte för mig själv att det här inte hade hänt av en slump. Herren visste att vi behövde ta oss till kyrkan. Vårt tionde låg i

fickan, och det gav oss tillfälle att undervisa våra barn om välsignelserna som kommer av att betala tionde. Vi kom fram till kyrkan tidigare än vanligt, men glada och tacksamma. Vi var med på alla mötena och berättade inte för någon vad som hade hänt.

Somrarna i São Paulo är mycket varma, särskilt mitt på dagen när kyrkans möten slutar. Vi gjorde oss redo att gå hem när någon kom fram och frågade: "Har ni någon som skjutsar er hem?" Vi svarade att vi inte hade det, och han sa: "Vill ni att jag kör er hem?" Vi tackade ja till hans erbjudande, och min fru och jag tittade på varandra med känsllosamma leenden.

Herren hade storligen välsignat oss för vår lydnad mer än en gång. ■

Författaren bor i São Paulo, Brasilien.



LYDNAD GER VÄLSIGNELSER

"När vi håller buden blir våra liv gladare, mer tillfredsställande och mindre komplicerade. Våra utmaningar och problem blir lättare att bära och vi får ta emot Guds utlovade välsignelser. Han ger oss lagar och bud, men ger oss också möjlighet att välja om vi ska acceptera eller förkasta dem. Våra beslut i det avseendet avgör vår bestämmande. ...

Må vi inse att vår största lycka i det här livet kommer när vi följer Guds bud och lyder hans lagar!"

Se president Thomas S. Monson, "Håll buden", *Liahona*, nov. 2015, s. 83, 84.





Äldste
Ronald A.
Rasband

i de tolv apost-
larnas kvorum

Tro, frihet OCH religionsfrihet

När du följer uppmaningen att nå ut till andra i en anda av rättvisa, får du i större mått känna Frälsarens kärlek till dig och till alla vår himmelske Faders barn.

Jag misstänker att för några av er känns uttrycket "religionsfrihet" mer som "diskrimineringsfrihet". Jag vill prata med dig om det här synsättet och hjälpa dig förstå vad kyrkan menar när den talar om religionsfrihet och varför den är så oerhört viktig för din framtid och för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Jag ska också ta upp några farhågor och missförstånd som några av er kan ha när det gäller religionsfrihet.

Några av er har kanske svårt att förstå religionens roll i samhället, politiken och medborgerliga frågor. Några av er kanske undrar varför religiösa grupper är engagerade i politik över huvud taget, och ni kan vara skeptiska till varför religiösa personer engagerar sig. Den kollektiva rösten hos de grupper som känner att religion inte ska ha någon del i politiska rådslag har blivit mer högljudd på senare år.

Möjligheten att engagera sig i den politiska processen är en förmån som människor i de flesta nationer har. Lagar och lagstiftning spelar en viktig roll i att forma den sociala och moraliska kulturen. Vi vill att alla i samhället aktivt ska engagera sig i samhällsdialogen som hjälper till att forma lagar och lagstiftning som är rättvisa för alla.

Frihet för alla

Vad menar vi när vi talar om religionsfrihet? Jag ska återge två personers berättelser för dig. När jag gör det vill jag att du ska fundera över hur du skulle känna dig om du var en av de här personerna.

Den första berättelsen handlar om någon som jag kallar Ethan. Han hade nyligen börjat på ett jobb inom ett yrkesområde som han hade längtat efter, och han ville göra ett gott intryck. Han kom tidigt till jobbet och stannade till sent. Han tog sig an extraprojekt och gjorde ett utmärkt jobb. Han var väl omtyckt bland många av sina kolleger och gillade sitt jobb. En dag när han åt lunch med några kolleger kände han sig bekväm nog med att tala om för dem att han var homosexuell. En pinsam tystnad följde för ingen visste vad de skulle säga. Ethan blev besviken över sina kollegers respons, och han kände sig sårad och utstött.

Efter den lunchen blev saker och ting alltmer pinsamma för Ethan på jobbet. Han började känna sig utsatt och mindre värd. Han gjordes inte delaktig i större projekt och blev inte bjuden till sociala aktiviteter efter jobbet, och hans produktivitet minskade eftersom han kände sig utanför och ovälkommen. Efter några månader blev han avskedad eftersom hans chef kände att han inte höll takten. Trots alla anspråk på motsatsen visste Ethan att han hade avskedats för att han var homosexuell.

Nu vill jag berätta för er om Samantha. Samantha hade just börjat arbeta på förvaltningskontoret i ett lokalt universitet. Hon var glad att få arbeta i en stimulerande miljö full av skiftande tankar, åsikter och bakgrunder. En dag på jobbet kom en medarbetare fram till Samantha och sa att

hon hade hört att Samantha var mormon, och frågade om det var sant. Samantha svarade glatt att det var sant, men frågan som följde överraskade henne.

"Men varför hatar ni homosexuella?" frågade medarbetaren. Frågan förvånade Samantha men hon försökte förklara sin tro på Gud och Guds plan för sina barn, vilka, som hon sa, inbegriper riktlinjer om moraliskt och sexuellt beteende.

Hennes medarbetare kontrade med att resten av samhället har kommit längre än de uppfattningarna. "Dessutom", sa hon, "är historien full av personer som använder religiösa läror för att utkämpa krig och marginalisera utsatta grupper."

Samantha upprepade det hon sagt om sin övertygelse och uppfattning om Guds kärlek till alla människor och bad medarbetaren att respektera hennes rätt att ha en tro. Medarbetaren kände att hon behövde berätta för andra anställda om deras samtal, och under de kommande veckorna kände Samantha sig alltmer isolerad när fler medarbetare ställde frågor och attackerade henne.

Samanthas chef som såg att man ofta pratade om religion på arbetsplatsen varnade Samantha för att om hon predikade på arbetet så skulle hon förlora jobbet. Hennes arbete, liksom Ethans, började försämrats. I stället för att riskera att bli avskedad

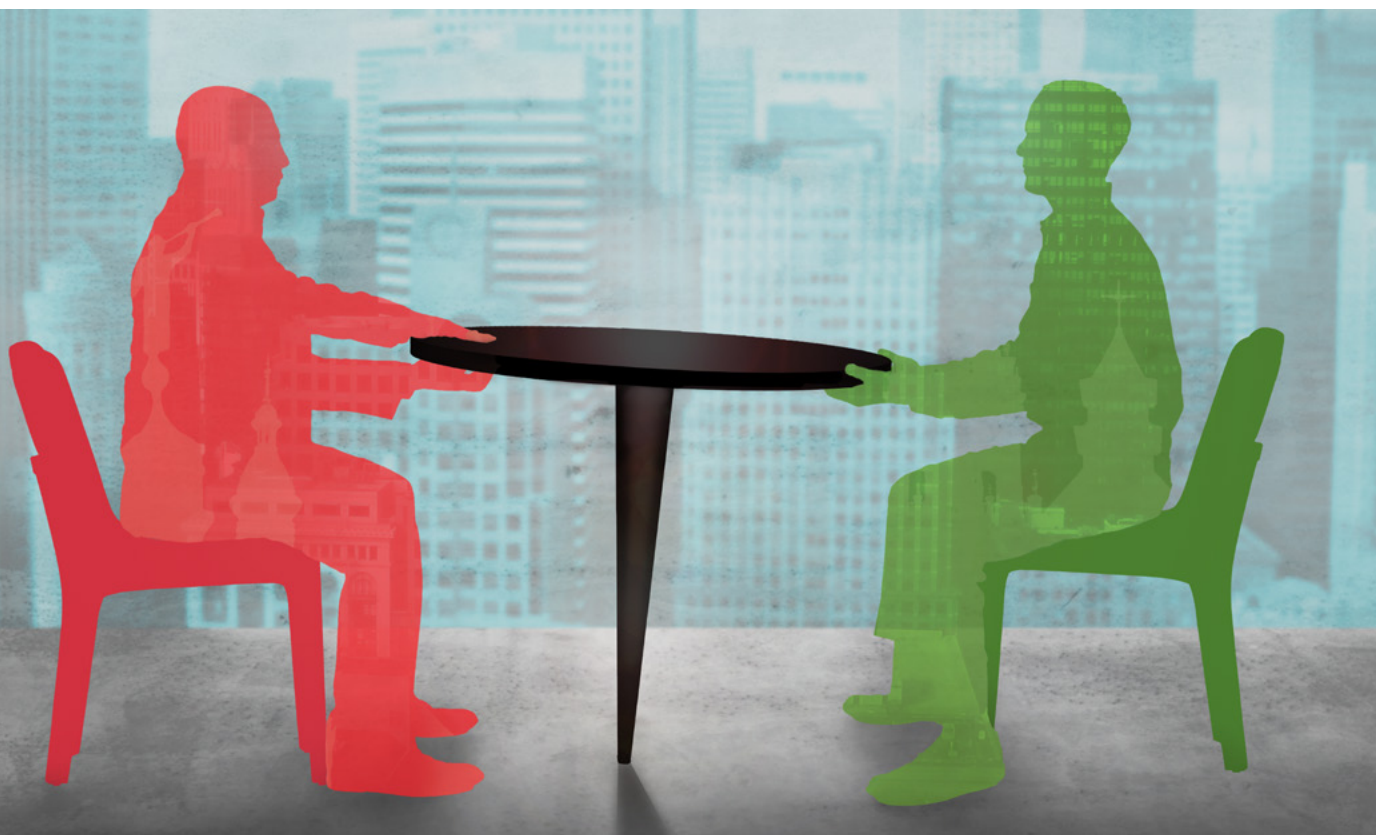
började Samantha titta efter ett annat jobb.

Det här är hypotetiska berättelser, och ändå inte. Det finns många som är som Samantha och Ethan. Hur vi än väljer att leva och vilka val vi än gör, har vi alla den mänskliga naturen gemensamt, och en önskan om rättvisa och vänlighet. Ethan borde inte ha avskedats för att han var homosexuell, och Samantha borde inte ha trakasserats för att hon var religiös. Båda blev felaktigt kritiserade, dömda och straffade.

VIKTEN AV RELIGIONSFRIHET

"Om vi ska kunna använda vår handlingsfrihet måste vi ha religionsfrihet. Vi vet redan att Satan inte ville att vi skulle få den friheten. Han försökte beröva oss vår moraliska handlingsfrihet i himlen, och nu anstränger han sig våldsamt för att underminera, motsätta sig och sprida förvirring om religionsfriheten – vad den är och varför den är väsentlig för vårt andliga liv och vår frälsning."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum, "Bevara handlingsfriheten och beskydda religionsfriheten", *Liahona*, maj 2015, s. 112.



I dagens samhälle verkar det anses rätt att känna empati för Ethans situation, men inte lika mycket för Samanthas. Ethan kan få sitt fall behandlat av en intressegrupp som ännu ett exempel på diskriminering mot homosexuella. Och han förtjänar verkligen att bli beskyddad.

Men hur är det med Samantha? Vem försvarar hennes rätt till ett religiöst samvete? Hur är det med hennes rätt att leva fritt som en troende person med en önskan att älska och tjäna andra, men också ha rätt att välja vad som är rätt och fel och leva sitt liv därefter?

Rättvisa för alla

Vårt samhälle har blivit så förblindat av sin strävan att rätta till felaktig diskriminering av en grupp människor att faran nu är stor att ännu en utsatt grupp skapas: troende personer som du och jag.

Vissa religiösa skolor ifrågasätts redan därför att de kräver att eleverna och fakulteten följer en hederskod som kräver trofasthet och

kyskhet. Verkställande direktörer för stora företag har marginaliserats eller tvingats avgå eftersom deras religiösa åsikter inge längre är politiskt acceptabla. Och vissa företag har tvingats stänga därför att ägarna har handlat efter sitt samvete.

Oavsett vad du kan ha hört eller läst under årens lopp har Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga konsekvent stått för valfrihet och samvetsfrihet. För många år sedan skrev profeten Joseph Smith (1805–1844): "Vi anser ... att alla människor är skapade lika och att alla människor har förmånen att tänka själva i allt som rör samvetet."¹

Senare sa han: "Om jag har varit villig att dö för en 'mormon' så är jag lika redo att dö när det gäller att försvara de rättigheter som en presbyterian, en baptist eller vilken god man som helst från något annat samfund har. Det är nämligen så att samma princip som skulle trampa de sista dagars heligas rättigheter under fötterna, skulle kränka de romersk-katolskas eller andra

Profeten Joseph Smith skrev: "Vi anser ... att alla människor är skapade lika och att alla människor har förmånen att tänka själva i allt som rör samvetet."



Jesus Kristus såg inte till människors etnicitet, rang, eller omständigheter när han undervisade dem om enkla sanningar.

trosåskådningars frihet, samfund som kanske är impopulära och för svaga för att försvara sig själva.”²

Vilken ställning har då kyrkan till religionsfrihet? Jag kan försäkra er att apostlarna och profeterna under inspiration från himlen ingående har övervägt den här frågan. Vi tror på att följa Guds bud som är avsedda att ge oss evig lycka. Men Gud tvingar ingen till himlen.³ Vi tror på att skapa utrymme för att alla ska kunna följa sitt samvete utan att inkräkta på andras rättigheter och trygghet. När en grupps rättigheter kolliderar med en annan grupps rättigheter måste vi följa principen att vara rättvisa mot och lyhörda för så många människor som möjligt. Kyrkan tror på och förespråkar ”rättvisa för alla”.⁴

Att skydda samvetet innebär att skydda sättet som någon tänker och känner på, och skydda den personens rätt att handla därefter. Jag pratar om när någon säger till dig att tankarna, känslorna och uppfattningarna du har inte är tillåtna, värdefulla eller acceptabla

därför att dina åsikter inte är populära. Ett krig i himlen utkämpades om handlingsfriheten, och det är ett stort brott mot den handlingsfriheten att tvinga dig att förråda ditt samvete därför att dina åsikter inte stämmer överens med den stora massans.

Missförstå mig inte. När jag talar om att vara äkta menar jag inte att Herren ger oss fria händer att leva precis som vi vill utan några konsekvenser. Vi är fortfarande ansvariga inför honom för våra val. Han har sagt: ”Var alltså fullkomliga, såsom er Fader i himlen är fullkomlig” (Matt. 5:48). Befallningen att bli fullkomliga innebär att vi börjar där vi är och ber om Herrens hjälp att lyfta oss till den plats dit han vill att vi ska komma. Att vara sanna mot vårt verkliga jag kräver ständiga ansträngningar att stärka vårt ljus, vår kunskap och vår förståelse.

Den yngre generationen är den mest ”uppkopplade” generationen i världshistorien. De är alltid ute på nätet. Och du vet att allt på internet alltid är 100% korrekt, eller hur?

Naturligtvis inte. Så tro inte allt du ser på internet om kyrkan och dess ställning i fråga om homosexuellas rättigheter.

Ett exempel nyligen på kyrkans ställning i fråga om "rättvisa för alla" inträffade i januari 2015 när kyrkan höll en presskonferens med tre apostlar och en medlem i Unga kvinnors generalpresidentskap för att påminna våra medlemmar, samhället och folkrepresentationen i staten Utah om att kyrkan förordar ett balanserat tillvägagångssätt som säkerställer alla människors rättigheter.

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum sa följande under den presskonferensen: "Vi uppmanar lokala, statliga och federala regeringar att tjäna hela sitt folk genom att stifta lagar som skyddar individens, familjens, kyrkornas och andra trosgruppers viktiga religionsfrihet, samtidigt som de skyddar våra HBT-medborgares [homosexuella, bisexuella och transpersoner] rättigheter när det gäller bostad, arbete och tillgång till offentliga hotell, restauranger och transportmedel – beskydd som förvägras i många delar av landet."⁵

I och med antagandet av lagar om beskydd för både HBT- och religiösa personer sex veckor senare, gratulerade kyrkans ledare och andra HBT-samhället. Det var uppmuntrande att se dem skyddade från vräkning, bostadsdiskriminering eller från att bli avskedade från ett jobb på grund av sexuell läggning eller kön. Vi gratulerade också våra religiösa vänner i andra samfund som på liknande sätt blev skyddade på arbetsplatsen och i offentliga utrymmen.

Staten Utah – och kyrkan – berömdes i nyheterna för en sådan historisk kompromiss. Lägg märke till att inga doktrinära eller religiösa principer behövde offras. Inga ändringar gjordes i fråga om Guds morallagar eller vår uppfattning att sexuella relationer enbart bör förekomma inom äktenskapet mellan en man och en kvinna. Resultatet var rättvist för alla och speglade fortsatt höga moraliska normer och läror och respekt för andra.

Ett budskap om rättvisa

Inte många av oss har något större inflytande när det gäller politik och lagstiftning, så du kanske undrar hur det

här ämnet gäller dig personligen i det dagliga livet. Jag vill ta upp tre saker som du kan göra för att stödja och främja ett budskap om rättvisa.

För det första, försök att se andra genom rättvisans lins.

För att kunna göra det krävs det att du först inser att vår himmelske Fader älskar alla sina barn lika mycket. Han har sagt: "Så som jag har älskat er skall också ni älska varandra" (Joh. 13:34). Det finns inget val, ingen synd och inget felsteg som ni eller någon annan kan göra som förändrar hans kärlek till er och dem. Det betyder inte att han ursäktar eller förespråkar syndigt uppträdande. Det gör inte vi heller, varken av oss eller andra. Men vad det betyder är att vi når ut till andra i kärlek för att övertyga, hjälpa och rädda.

När man känner sig fullkomligt älskad är det mycket lättare att älska andra och att se dem så som Frälsaren ser dem. Vänd dig till Frälsaren i bön och be om att få hans rena kärlek till både dig själv och till andra. Han har lovat att du får känna hans kärlek om du ber i tro (se Moro. 7:48).

När du är fylld av den här rena kärleken får du vägledning i dina tankar och handlingar, särskilt på den politiska arenan som ibland kan vara fientlig. Det kan lätt uppstå irritation när vi diskuterar politik, särskilt när vi diskuterar religionsfrihet. Om vi ger efter för irritation i sådana situationer, uppfattar inte vår släkt, våra vänner, grannar och bekanta oss som särskilt kristna

Tänk på hur Frälsaren hanterade svåra frågor och motstridiga åsikter. Han var lugn, han visade respekt och han undervisade, men han tvingade aldrig någon att leva som han lärde.

För det andra, låt rättvisan vägleda dig i hur du behandlar andra. Jesus Kristus såg inte till människors etnicitet, rang, eller omständigheter när han undervisade dem om enkla sanningar. Tänk på den samaritiska kvinnan vid brunnen (se Joh. 4:5–30), den romerske officeren (se Matt. 8:5–13; Luk. 7:1–10) och den impopulära publikanen (se Luk. 18:9–14). Herren befälde oss att följa hans exempel, och sa: "Följ ... mig och gör det som ni har sett

mig göra" (2 Ne. 31:12). Döm inte andra eller behandla dem orättvist för att de har syndat på ett annat sätt än vad du, eller vi, gör.

Den kanske största utmaningen med att behandla andra rättvist är att uppnå den balans som krävs för att stödja religionsfriheten när man har vänner eller familjemedlemmar som känner dragning till personer av samma kön eller som aktivt stöder HBT-personers rättigheter. En del av er är rädda att ni ska framstå som intoleranta eller svikare om ni söker skydd för att utöva er tro offentligt och fritt.

Återigen, studera Frälsarens liv och sök hans vägledning. Frälsaren visade på ett fullkomligt sätt hur man når ut till andra med kärlek och uppmuntran samtidigt som man håller fast vid det som man vet är sant. Kom ihåg att när kvinnan togs på bar gärning för äktenskapsbrott så sa Herren att den som var utan synd skulle stiga fram och bli först med att döma henne. När ingen steg fram sa Frälsaren, som var utan synd: "Inte heller jag dömer dig. Gå, och synda inte mer!" (Joh. 8:11). Den förlåtelse och vänlighet han visade henne stred inte mot hans lära att sexuellt umgänge är menat för en man och en hustru som är lagligt och rättmätigt gifta. Du kan också vara orubblig i fråga om det som är rätt och sant och ändå nå ut till andra i vänlighet.

När Kristi vänner och efterföljare tog avstånd från honom uttryckte han sorg och smärta. Men när det hände så var det för att andra kände sig illa till mods inför hans undervisning, inte för att han kände sig illa till mods inför dem.

När vi strävar efter att behandla andra rättvist måste vi komma ihåg handlingsfriheten. Vi måste alltid

respektera andras rättighet att göra val och be dem visa oss samma respekt. När vi pratar med andra om religionsfrihet måste vi alltid komma ihåg att vi kan ha olika åsikter utan att bli otrevliga. Undvik inte samtal om de här viktiga frågorna bara för att du är rädd att det kan bli svårt eller obehagligt. Vi kan be om hjälp, och vi kan förvänta oss att Frälsaren hjälper oss prata och handla på ett sätt som är behagligt för honom.

För det tredje, stå för rättvisa om du ser att någon annans rättigheter begränsas. Äldste L. Tom Perry (1922–2015) i de tolv apostlarnas kворum var ett enastående exempel på någon som trodde fullt och fast på äktenskap mellan en man och en kvinna, men ändå var villig att försvara andras rättigheter. Han var ett exempel i att se till att andras rättigheter skyddades när han såg någon bli orättvist behandlad eller om en lag var i obalans.

Från Joseph Smiths tid till våra dagar har vårt arv varit att nå ut till andra för att överbrygga brott och sårade känslor utan att äventyra den lära som inte är vår sak att ändra på.

Var aktivt engagerad

Det här för mig till min sista punkt, och det är att din generation behöver vara aktivt engagerad i den här

frågan. Jag står med ledarna i Herrens kyrka när jag säger att vi behöver er generations naturliga känsla för medkänsla, respekt och rättvisa. Vi behöver er optimism och er beslutsamhet för att arbeta oss igenom de här komplicerade sociala frågorna.

Vi litat på att ni vänder er till Frälsaren för att förstå hur ni ska leva ett kristuslikt liv och samtidigt vara rättvisa och kärleksfulla mot andra som inte delar er tro.

STÖD OCH FÖRESPRÅKA RÄTTVISA GENOM ATT:

1. se andra genom rättvisans lins
2. låta rättvisan vägleda dig i hur du behandlar andra
3. stå för rättvisa om du ser att någon annans rättigheter begränsas.





Vi vet att ni vill vara en del av något meningsfullt, och vi vet att ni är flexibla och samarbetsvilliga.

Viktigast av allt, vi vill att ni ska engagera er i samtalet angående den här komplicerade frågan och hitta lösningar på hur man bäst skipar rättvisa för alla, även troende. De här samtalen behöver hållas i våra skolor, i våra hem och i våra relationer med vänner och medarbetare.

När ni har de här samtalen, kom då ihåg de här principerna: se andra genom rättvisans lins, behandla dem med respekt och vänlighet och förvänta er samma behandling i gengäld.

Ökad kärlek

Slutligen vill jag vittna om att när du följer uppmaningen att nå ut till andra i en anda av rättvisa, får du i större mått känna Frälsarens kärlek till dig och till alla vår himmelske Faders barn. Ditt exempel i fråga om respekt och rättvisa öppnar dörrar och skapar

meningsfulla vänskapsband som du kommer att uppskatta i hela ditt liv.

Jag vittnar för dig om att vår himmelske Fader lever, att han känner dig och att han älskar dig. Han står redo att hjälpa dig. Han har inte bara uppenbarat sin plan för oss för att vi ska kunna återvända och bo hos honom för evigt utan också för att vi ska kunna bli välsignade och vara lyckliga i det här livet. När du följer hans lära och när du når ut till andra i kärlek och omtänksamhet så får du känna ännu mer av hans kraft och kärlek. ■

Från "Religious Freedom and Fairness for All", ett tal som hölls under ett andligt möte vid Brigham Young University den 15 september 2015. Hela talet på engelska finns på speeches.byu.edu.

SLUTNOTER

1. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 342–343.
2. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith*, s. 343.
3. Se "Know This, That Every Soul Is Free", *Hymns*, nr 240.
4. "Transcript of News Conference on Religious Freedom and Nondiscrimination", 27 jan. 2015, mormonnewsroom.org.
5. Dallin H. Oaks, i "Transcript of News Conference on Religious Freedom and Nondiscrimination".

Frälsaren visade på ett fullkomligt sätt hur man når ut till andra med kärlek och uppmuntran samtidigt som man håller fast vid det som man vet är sant.

VÄLJ ATT LEVA:

HUR MAN
ÖVERVINNER
SJÄLVMORDSTANKAR

Världens ljus

hjälppte mig

igenom vinter-

depressionens

mörker.

Anonym

Min kamp mot självmordstankar började kort efter att jag hade flyttat till ett kyligt samhälle på Island där bristen på solljus under vintern utlöste en allvarlig vinterdepression. När smärtan blev för stor att hantera funderade jag på självmord.

Under det första året ville jag inte acceptera att jag var deprimerad. Jag var rädd för att berätta för andra, till och med min man, om mina tankar. Ingen i min familj eller i kyrkan visste att jag led av en livshotande sjukdom. De såg mig som en aktiv medlem i kyrkan med ett starkt vittnesbörd som inte hade några större provningar. Jag bad ofta, vädjade om lindring, och min himmelske Fader stärkte mig. Jag blev försiktigare med maten, motionerade ofta, studerade skrifterna intensivt, tjänade andra och höll alla buden. Men det räckte inte.

Depressionen kom över mig som en enorm våg. Så jag sprang fortare och bad intensivare, men jag kunde inte alltid springa ifrån vågen. Jag simmade mot strömmen, bad om att jag skulle klara det tills barnen kom hem från skolan eller till lunchen. Vissa dagar levde jag från minut till minut och fick använda ren viljestyrka för att besegra mina tankar och instinkter.

Jag minns att jag hade en intensiv mental smärta första gången jag nästan begick självmord. Jag planerade inget och tänkte inte framåt – jag förlorade tillfälligt förmågan att tänka logiskt. Efteråt insåg jag hur nära jag hade varit att ta mitt eget liv. Jag undrade vad som var fel med mig. Jag sa till mig själv att inte ha några självmordstankar, och jag låtsades att jag aldrig hade haft några. Jag övertygade mig själv om att jag aldrig skulle ha de där tankarna igen.

Men självmordstankarna fortsatte att komma när jag minst förväntade mig det. Frestelsen att göra slut på den olidliga smärtan var mycket stor. Men jag ville bli botad. Jag förstod inte då att jag led av en akut sjukdom (en sjukdom som är allvarlig och plötslig), men jag visste att jag kunde bli botad. Så jag bad om en prästadömsvälsignelse.

Min make, som var omedveten om min kamp, sa mycket under välsignelsen som lät mig veta att min himmelske Fader var medveten om mig. Han lovade att jag skulle kunna hantera mina provningar. Omedelbart tillfrisknande var inte lösningen, men jag accepterade att min himmelske Fader skulle hjälpa mig övervinna min kamp.

Sommaren kom, full av solsken och långa dagar. Det var aldrig mörkt, inte ens vid midnatt. Jag var glad och kände mig som mig själv igen. Men när dagarna snabbt blev allt kortare i september återvände depressionen och självmordstankarna smög sig på. Jag blev rädd. Först försökte jag



göra det jag hade gjort föregående år: be mer, motionera mer och anstränga mig mer med allting. Men min önskan att begå självmord blev allt starkare och allvarligare. Jag kämpade i två månader och insåg till slut att jag inte skulle klara en vinter till på egen hand. Jag insåg att min himmelske Fader har välsignat oss med bra mediciner och läkare. För att bli frisk behövde jag vara villig att prata om depressionen och gå till en läkare.

Att be om hjälp var det svåraste jag någonsin gjort. Jag kunde knappt prata genom tårarna när jag berättade för min man om depressionen och att jag behövde hjälp. Jag kunde inte säga ordet *självmord* högt. Min man bokade tid hos en psykiater åt mig.

Läkaren skrev ut medicin som hjälpte mig att klara vintern. Liksom många andra kämpade jag för att hitta rätt dosering och hantera biverkningarna. Det här gjorde att mitt äktenskap och mina barn blev lidande, men min man och barnen stöttade mig.

När våren kom lyfte depressionen och jag behövde inte längre någon medicin. Vi flyttade till ett soligt samhälle. Jag trodde att allt var väl och att mentalsjukdomen låg bakom mig. Men jag var inte helt botad. Jag fick skuld-känslor för mina tidigare tankar, känslor och önskningar. Jag gillade inte att mina tonåringar hade räknat ut att jag varit självmordsbenägen. Det kändes som om jag hade förspillt mer än ett år av mitt liv.

Jag var rädd också – särskilt när de kortare dagarna i september kom tillbaka. Jag fick starka dagliga påminnelser om hur det hade varit tidigare och var rädd att jag skulle drabbas av akut depression igen. Men jag kunde se Herrens hand i mitt liv när jag vägledades till en underbar läkare och påbörjade terapi. Jag fick veta att jag också led av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Med läkarens hjälp kunde jag bekämpa PTSD.

Sedan upplevde jag ett underverk. Efter att jag bett många innerliga böner och tillämpat Frälsarens försoning, tog Herren bort mina skuldkänslor, snabbt, tydligt och påtagligt. Hans röst förklarade att jag inte behövde känna någon skuld eftersom depressionen inte var mitt fel. Jesus Kristus bär den bördan åt mig genom kraften i sin försoning. Jag fylldes av ljus och kände mig förhoppningsfull igen.

Jag känner inte till alla anledningarna till varför jag behövde anta utmaningen av en livshotande sjukdom. Jag bär fortfarande med mig minnena, men den mentala och fysiska smärtan är borta. Varje dag är jag tacksam för min familj, min läkare och min tid här på jorden. Tack vare min sjukdom fick jag empati och kärlek till andra. Jag växte känslomässigt och andligt och fick kunskap som jag inte skulle ha fått på något annat sätt. Jag upplevde dyrbara andliga stunder med min himmelske Fader och min Frälsare. Mina upplevelser har lärt mig att bejaka livet. ■

HUR MAN GÖR UPP EN PLAN FÖR ATT FÖRHINDRA SJÄLMORD

Doug Thomas

Auktoriserad klinisk socialarbetare

Du kan göra upp en trygghetsplan så att du, om du har några tankar på att skada dig själv, kan börja med steg 1 och fortsätta igenom stegen tills du känner dig trygg. Den bästa tiden att göra upp planen är innan du har hamnat i en kris. Förvara planen där du lätt kommer åt den, till exempel i mobilen. Det finns webbplatser och appar med bra mallar att fylla i, eller så kan du skapa en plan med hjälp av en expert (se steg 6 nedan) eller på egen hand med hjälp av följande förslag:

1. Var uppmärksam på varningstecken.

Vilka slags tankar, sinnesstämningar och beteenden talar om för dig att en kris håller på att utvecklas. Skriv ner dem med egna ord. Till exempel: "När jag ställer in alla aktiviteter och bara vill sova." "När jag får återkommande tankar om att jag är en börda." "När jag känner mig upprörd och behöver göra något omedelbart för att slippa smärtan." Om du ser de här varningstecknen så vet du att du behöver börja följa din plan.

2. Försök att lugna och trösta dig själv.

Gör en lista över lugnande och avkopplande aktiviteter som du kan göra när du får tankar eller en önskan om att skada dig själv. Exemplet kan vara att gå på en promenad, ta ett varmt bad, motionera, be eller skriva dagbok.

3. Tänk på anledningarna till att du lever.

Ibland kan smärtan kväva alla positiva känslor. Gör en lista för att påminna dig

om de personer du älskar, sådant som du tycker om att göra och välsignelser som du har varit tacksam för.

4. Nå ut till andra och be om hjälp.

Lista flera personer (med telefonnummer) som du kan prata med och som är villiga och har möjlighet att hjälpa dig igenom resten av trygghetsplanen under en kris. De här personerna kan vara vänner, församlingsmedlemmar och familjemedlemmar.

5. Se till att du befinner dig i en trygg miljö.

Det kan innebära att du ber någon hjälpa dig att ta bort sådant som är troligt att du skulle använda för att skada dig själv, eller gå någon annanstans tills du känner att känslorna ändras. Gör en lista över offentliga miljöer, som parker, gym, biografer och så vidare, som är trygga och som får dig på andra tankar.

6. Om du fortfarande vill skada dig själv, kontakta en fackman.

Lista namn, nummer och plats för kliniker, akutmottagningar och hjälplinjer. Suicide.org/international-suicide-hotlines.html har hjälplinjer för ett flertal länder. För USA, till exempel, är numret 1-800-273-TALK.

7. Om du har gjort allt det här och fortfarande inte känner dig trygg, ring då 112 eller besök närmaste sjukhus och be om hjälp.



HERREN KAN HELA OSS

"Det finns ingen fysisk smärta, inget andligt sår, ingen själslig ångest eller sorg, ingen skräp-lighet eller svaghet som du och jag upplever i livet som inte Frälsaren redan upplevt. ... Han kan nå ut, beröra, bistå, hela och stärka oss så att vi bli mer än vi själva någonsin kunnat bli och hjälpa oss göra det vi aldrig hade kunnat göra om vi litat enbart till vår egen kraft."

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum, "Bära sina bördor med lätthet", *Liahona*, maj 2014, s. 90.

Redaktionens anmärkning: En artikel i nästa nummer har ytterligare förslag på hjälp för personer som får självmordstankar. Avsnittet "Suicide" på topics.lds.org har också bra länkar, tal och information.



"SAMLADE i mitt namn"

*Herren har gett församlings- och grensråd i uppdrag
att hjälpa oss tjäna i kärlek och enighet.*

Jakob R. Jones

För inte så länge sedan var jag med på en hemafton hos en familj som jag älskar väldigt mycket: en ung man och hustru och deras lilla dotter. Som deras biskop hade jag kommit hem till dem delvis på grund av en maning från Anden och till stor del av en maning från den unge faderns bekymrade mor och syster, som också var där. Herren hade arbetat med den här familjen för att åstadkomma stora förändringar i deras liv och föra dem tillbaka till evangeliets och kyrkans välsignelser. Men något hade hänt den dagen.

I flera månader hade den unge fadern varit mycket oroad för hur han skulle försörja familjen. Hans anställning skulle snart ta slut, och han och hans fru höll på att bestämma om de skulle flytta familjen till en annan stat. Det skulle innebära betydande förändringar för familjen. Tidigare under dagen hade fadern fått veta att pengar som de väntade på att få inte skulle komma. Det var förödande nyheter.

När jag kom till deras lägenhet kunde jag se det stora missmodet i hans ansikte. Ansvar för att försörja familjen och de ovälkomna nyheterna vägde tungt på den unge faderns axlar.

Hans fru hade valt ett kapitel i skriften som lektion för att hantera de överväldigande bekymren. Fadern läste hela kapitlet. Du kanske känner igen de här orden från Jesaja 55:

"Hör på, alla ni som törstar, kom hit till vattnet, och ni som inte har pengar, kom hit och köp ... och ät. Ja, kom hit och köp ... utan pengar och för intet. ...





”Mina tankar är inte era tankar, och era vägar är inte mina vägar, säger Herren” (vers 1, 8).

Och sedan samtalade familjen om vad de här verserna betydde för dem. Herrens ande fyllde den lilla lägenheten när hemaftonen utvecklades till ett familjeråd. Den unge fadern berättade om sin rädsla och sina bekymmer och önskningar, och alla uttryckte sin kärlek till och omsorg om varandra. De pratade om vad de skulle göra, vilka alternativ de hade, vilka åtgärder de skulle vidta.

Det var ett mycket öppenhetigt samtal. Det uttrycktes några delade meningar. Jag kände att jag bara skulle lyssna och observera. Till slut bestämde mannen och hustrun sig för att fatta beslutet tillsammans med Herren i bön. Sedan sa jag några stöttande och uppmuntrande ord.

Herrens mönster för uppenbarelse

Jag kan inte minnas många tillfällen när jag har känt Herrens ande starkare än i den lilla lägenheten den kvällen med en ödmjuk, kämpande familj. Det var en uppfyllelse av Herrens löfte till sina lärjungar för länge sedan: ”Där två eller tre är samlade i mitt namn för någon saks skull, se, där är jag mitt ibland dem – och på samma sätt är jag mitt ibland er” (L&F 6:32).

”Där två eller tre är samlade i mitt namn ..., se, där är jag mitt ibland dem” (L&F 6:32).

De här orden från Frälsaren är inte bara ett gott råd eller ord till tröst. För den unge profeten Joseph Smith och Oliver Cowdery blev Frälsarens ord grunden till läran och mönstret för hur man tar emot uppenbarelsen, och vägledning för hur man fattar beslut i Guds rike.

Herren var med på familjerådet den kvällen. De hade bjudit in hans ande genom bön och skriftstudier. De var eniga i sitt syfte. De var fyllda av kärlek till varandra. De hade med sig sina bästa förslag och upplevelser och de lade fram dem för varandra och för Herren och bad om hans vägledning. De fattade ett gemensamt beslut och skred till verket.

Kyrkan styrs genom råd.

Kyrkans handbok förklarar läran om råd:

”Herrens kyrka styrs genom råd på general-, områdes-, stavs- och församlingsnivå. Dessa råd är grundläggande för kyrkans ordning.

Under prästadömet ledarskaps nycklar rådgör ledarna på varje nivå med varandra till förmån för den enskilde och familjen.”¹

På alla nivåer i kyrkan strävar vi efter att följa samma principer som Frälsaren undervisade sina lärjungar och Oliver och Joseph om – att samlas i enighet och råd.

Varje församling har ett församlingsråd som ”består av biskopsrådet, församlingskamreren, församlingens verkställande sekreterare, högprästernas gruppleddare, äldstestekvorumets president, församlingens missionsledare och presidenterna för Hjälpföreningen, Unga män, Unga kvinnor, Primärföreningen och Söndagsskolan”.²

Allt arbete som görs av den här gruppen församlingsledare är avsett att i slutändan ”hjälpa enskilda att bygga upp ett vittnesbörd, ta emot frälsande förrättningar, hålla förbund och bli Kristi helgade efterföljare”.³

Du kanske har hört uttrycket ”råd ger trygghet”.⁴ Varför? En av anledningarna är det enkla faktum att ingen av oss är lika klok som många av oss tillsammans. Var och en har ett

unikt perspektiv och en unik uppsättning upplevelser och insikter.

Kyrkans handbok lär också hur församlingsrådsmöten kan bli mycket effektiva genom att hörsamma varje rådsmedlems unika perspektiv: "Under mötet beskriver biskopen varje angelägenhet som tas upp, men normalt sett fattar han inte beslut om åtgärder förrän han har hört diskussionen. Han uppmuntrar till diskussion utan att dominera den. Han ställer frågor och kan be enskilda rådsmedlemmar om förslag. Han lyssnar uppmärksam innan han fattar något beslut. De här diskussionerna ska främja en anda av inspiration."⁵

Enkelt sagt tar vi med våra unika talanger, förmågor och perspektiv. Vi vädjar till Herren att han är med oss för att vägleda oss med sin ande, fylla i skillnaden av det vi brister i och att känna till behoven hos de medlemmar vi tjänar. Vi samtalar om familjers och enskildas behov och strävar efter att komma fram till eniga beslut. Sedan går vi till verket och ber Herren välsigna församlingens medlemmar.

Rådgöra tillsammans i församlingsrådet

Åtta månader innan jag var med på hemaftonen med den unga familjen samlades församlingsrådet en söndagsmorgon. Vi inledde med bön och tittade på en video om hur man hjälper enskilda och familjer att ta emot evangeliets välsignelser och förrättningar. Jag frågade rådsmedlemmarna om de hade kommit att tänka på någon när vi tittade på videon. Det ledde till ett samtal om den här familjen. Vi uttryckte vår kärlek till dem. Vi pratade om möjliga ämbeten, hur vi kunde hjälpa fadern att arbeta på att

ordineras till melkisedekska prästadömet, och hur vi kunde hjälpa paret arbeta på att kunna ta emot templets förrättningar.

Som biskop gav jag dem några uppgifter. Det kändes som om samtalet nästan var över, men det var något som kändes fel. Det var presidenten för Unga kvinnor som slutligen sa: "Jag tror att vi går fram för fort. Det känns som om vi behöver fokusera på det grundläggande med dem, som hemaftnar och skriftstudier och bön." Känslan av att något var fel försvann. Hon pratade, inte på Unga kvinnors organisations vägnar, utan för den här familjen, och det ögonblicket vittnade Anden för oss om hur rätt hennes råd var.

Systemns kommentar ledde till ett nytt samtal. Vi pratade om hur vi kunde hjälpa familjen skapa ett mönster av skriftstudier, bön och hemaftnar. Den unge faderns syster var en av våra församlingsmissionärer, så missionsledaren tog sig an uppgiften att arbeta med henne och hemlärarna för att införa regelbundna hemaftnar. Min fru och jag lämnade över ett exemplar av *Stora hemaftnboken* och en psalmbok i deras hem.

Det mest ihärdiga stödet och styrkan kom från modern och systemen till den unge fadern när de



"När ni är i era medmänniskors tjänst, är ni endast i er Guds tjänst" (Mosiah 2:17).

ständigt var med på hemaftnar med familjen, vilket slutligen ledde till den där viktiga familjekvällen när jag hade förmånen att vara där.

I handboken står det: "Både män och kvinnor ska känna att deras inlägg uppskattas. ... Kvinnors synsätt skiljer sig ibland från männens, och detta bidrar till ett viktigt perspektiv som hjälper församlingsrådet att förstå och vidta åtgärder som svarar mot medlemmars behov."⁶ Som ung biskop sitter jag i råd med Primärs, Unga kvinnors och Hjälpföreningens presidenter som har mycket större visdom och livserfarenhet och insikt än jag. De är ofta i stor utsträckning mina lärare i kristuslik karaktär och även i hur man är en bra far och prästadömsbärare.

Jag är så tacksam för kvinnorna i den här kyrkan. Jag hoppas att våra systrar aldrig behöver känna sig ohörda eller åsidosatta i våra rådsmöten. Församlingsrådets medlemmar verkar som jämlikar. De prästadöms nycklar som ges till biskopen handlar om ordning, organisering och tilldelade ansvar, men aldrig om dominans eller andlig överlägsenhet.

Enighet

Handboken beskriver vikten av enighet: "Efter en öppen diskussion kan biskopen antingen fatta ett beslut eller vänta för att få tillfälle att diskutera saken ytterligare med sina rådgivare. Sedan biskopen har fattat sitt beslut ska rådsmedlemmar stödja det beslutet i en anda av enighet och harmoni.

Om rådsmedlemmar är starkt tveksamma till ett viktigt beslut, kan biskopen vänta till ett senare rådsmöte och där låta församlingsrådet överväga ärendet ytterligare och söka andlig bekräftelse och uppnå enighet."⁷

Enighet är en annan anledning till att råd ger trygghet. Ibland tror vi som enskilda att vi vet vilken åtgärd som ska vidtas, och vi vill ofta hoppa direkt till slutresultatet. Vi glömmer att Herrens slutmål inte är att vi skapar en handlingsplan. Det är att vart och ett av hans barn ska lära känna honom. Du minns hur Herren bad för sina lärjungar:

"Detta är evigt liv att de känner dig, den ende sanne Guden, och den som du har sänt, Jesus Kristus. ...

Jag ber för dem. Det är inte för världen jag ber utan för dem som du har gett mig, eftersom de är dina. ...

Helige Fader, bevara i ditt namn dem som du har gett mig ... för att de skall vara ett, liksom vi är ett:

jag i dem och du i mig, för att de skall vara fullkomligt förenade till ett" (Joh. 17:3, 9, 11, 23).

Herrens mål är att vi ska bli hans – att vi blir ett med honom, med vår himmelske Fader och med varandra. Processen är lika viktig som resultatet. Råden är en del av den gudagivna process varigenom enighet uppnås och genom vilken vi blir Kristi egna. Herren har sagt: "Var ett, om ni inte är ett är ni inte mina" (L&F 38:27).

Den befallningen kan också användas som en test. Herren kan till exempel ha sagt: "Häri genom skall ni veta att ni är mina, när ni är ett med varandra och ett med mig."

Fadern i en familj kan få uppenbarelse om att om han flyttar med familjen så leder det till välsignelser och



enighet Men om inte han är enig med sin fru och barnen kanske planen inte ger de förväntade resultaten.

En biskop kan få uppenbarelse för församlingens missionsplan, men om inte församlingsrådet är eniga i den uppenbarelsen så kommer inte välsignelserna, och biskopen får undra vad det var som blev fel.

Här beskriver president Russell M. Nelson, president för de tolv apostlarnas kvorum, hur första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorums råd fungerar:

”Att 15 män har kallats till det heliga apostlaämbetet ger stort skydd åt oss som medlemmar i kyrkan. Varför? Därför att dessa ledares beslut måste vara enhälliga. Kan ni föreställa er hur Anden måste inspirera 15 män för att de ska bli enhälliga? De här 15 männen har varierande utbildning och yrkesmässig bakgrund, med olika uppfattningar om många saker. Tro mig! Dessa 15 män – profeter, siare och uppenbarare – vet vad Herrens vilja är när enhällighet uppnås!”⁸

Jag vittnar om att Herren är intresserad av detaljerna i våra enskilda liv. Jag förundras ständigt över hur långt Frälsaren är villig att gå, eller skicka en av sina tjänare, för att rädda ett av hans barn. Jag är så tacksam för råden som har fått ansvaret att ta hand om vår himmelske Faders barn. ■

Författaren bor i Kalifornien

För att lära dig mer om familjeråd kan du läsa ”Familjeråd”, äldste M. Russell Ballards tal från generalkonferensen i april 2016.

SLUTNOTER

1. *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 4.1.
2. *Handbok 2*, 4.4.
3. *Handbok 2*, 4.4.
4. Se Henry B. Eyring, ”Listen Together” (andakt vid Brigham Young University, 4 sep. 1988), s. 2, speeches.byu.edu.
5. *Handbok 2*, 4.6.1.
6. *Handbok 2*, 4.6.1.
7. *Handbok 2*, 4.6.1.
8. Russell M. Nelson, ”Att stödja profeterna”, *Liahona*, nov. 2014, s. 75.



OM DU INTE ÄR MED I FÖRSAMLINGSRÅDET

- Som besöks- eller hemlärare kan du be för dem du besöker. Du bryr dig om dem. När du rapporterar till dina ledare om hur det går för dina familjer kan du be om att informationen når församlingsrådet och att rådets medlemmar vägleds av Anden när de tar upp familjernas behov.
- Du kanske har en make eller hustru som du regelbundet skickar iväg till ett församlingsrådsmöte. Du kan frestas att klaga över hans eller hennes frånvaro, särskilt om du lämnas att ensam göra dina barn redo för kyrkan. Du kan be om att din make/hustru vägleds av Anden, att hans eller hennes tjänande för några av vår himmelske Faders barn till Kristus och att din familj blir välsignad.
- När du får en kallelse eller en inbjudan att tala på sakramentsmötet kan du veta att möjligheten att tjäna har kommit från Herren genom hans tjänare genom rådet.

KOMMA FÖRBI PLATÅERNA

Jag ägnar en stor del av mitt liv åt utomhusaktiviteter som att vandra, cykla och åka skidor. Nyligen slog det mig hur mycket vår tid här på jorden liknar tiden jag ägnar åt utomhusträning. Jag har en tendens att fokusera på att bygga upp min styrka och skicklighet inom en viss aktivitet för en tid eller årstid. Sedan byter jag till en annan, antingen av eget val, en tillfällighet eller efter inbjudan. Men oavsett hur tränad och säker jag känner mig inom ett område så blir jag andfådd, missnöjd och känner av muskler som jag aldrig har märkt förut när jag byter till en annan aktivitet. Sedan finner jag mig tillrätta i den nya träningen och bygger upp den nödvändiga uthålligheten och skickligheten på nytt.

På liknande sätt har vi en tendens att fokusera på vissa vanor. Vi blir bekväma. Sedan blir vår nivå av bekvämlighet och välbefinnande, genom eget val, en tillfällighet eller efter inbjudan, en period av utmaningar och tillväxtmöjligheter.

Det kan vara skrämmande att ta itu med livets utmaningar. Nephi säger uppmuntrande: "Sträva framåt med

Oavsett hur tränad och säker jag känner mig inom ett område så blir jag andfådd, missnöjd och känner av muskler som jag aldrig har märkt förut när jag byter till en annan aktivitet.

ståndaktighet i Kristus, med fullkomligt klart hopp och kärlek till Gud och till alla människor. Om ni alltså strävar framåt, mättar er med Kristi ord och håller ut intill änden, se, så säger Fadern: Ni skall få evigt liv" (2 Ne. 31:20).

Ibland tänker jag hur trevligt det hade varit om vi i all oändlighet hade blivit kvar i förutstillvaron och bara lyssnat när vår himmelske Fader berättade för oss om sin stora lycksalighetsplan. Men vår utveckling krävde ett "klassrum" – jorden – där vi själva kunde uppleva jordelivet.

När jag under årens lopp har vittnat om att vår himmelske Faders plan är

verklig och att vi behöver den, har nya möjligheter och ibland smärtsamma upplevelser inpräntat den här läran i min själ. Vi tycks lära oss evangeliets sanningar lite åt gången, och återgå till samma ämne om och om igen. Ibland frågar jag mig själv: "Hur mycket djupare är det meningen att jag ska gå?"

Eller, när det gäller träning: "Hur många fler muskelgrupper behöver jag träna?"

Ändå vet jag, när livets årstider skiftar och provningarna med dem, att Herren ger mig de upplevelser jag behöver. Och när jag strävar framåt så lär jag mig att bli mer lik honom och får återvända till hans närhet. ■

Christopher Drake, Kalifornien



DEN HÄR GÅNGEN HANDLADE JAG

Jag spände fast min dotter i den nötta bältesstolen. Vår budget var stram så jag var tacksam för den begagnade bältesstolen som vi hade fått. Eftersom min dotter hade vuxit ut sin tidigare bältesstol så var det nu dags för den här. Jag såg fram emot att utträtta ärenden den här vackra dagen.

Vi körde in till vårt första stopp, biblioteket. När jag tog av bältet från min dotter lade jag märke till en ung latinamerikansk kvinna som hade parkerat bredvid oss. En baby som inte kunde hålla sig helt upprätt satt direkt på baksätet, ihopkrupen som en boll. Den unga mamman kämpade för att spänna fast den lille pojken tillräckligt hårt. Jag fick två tankar.

"Hon har ingen bältesstol till sitt barn. Jag kunde ge henne min."

Och sedan kom jag med undanflykter.

"Hon pratar förmodligen inte engelska. Jag kan förolämpa henne. Min barnstol är väldigt skamfilad. Hon kanske inte vill ha den. Och hur ska jag kunna ersätta den om hon vill ha den?"

Så jag gjorde ingenting.

Hon satte sig på förarsätet och körde iväg.

Innan jag hann fram till bibliotekets dörrar hade jag ångrat mig. Jag visste att jag hade valt fel, och jag kunde inte göra något åt det.

Jag drog i dörrarna men de gick inte att rubba. Biblioteket hade inte öppnat än. Resten

av ärenderundan ältade jag vad som hade hänt, jagad av det faktum att jag inte hade gjort något.

Efter mitt sista ärende bestämde jag mig för att åka tillbaka till biblioteket. Jag ställde mig på samma parkeringsplats som förut. Till min förvåning såg jag samma mamma och son parkerade bredvid mig igen. En enorm börda lyftes från hjärtat.

Den här gången handlade jag utan att tveka. Jag tog av bältet från mitt barns bältesstol och gick fram till den unga mamman. Hon pratade inte engelska. Med gester pekade jag på hennes barn och på bältesstolen och hennes bil. Tillsammans spände vi fast bältesstolen i bilen. När jag visade henne hur den fungerade insåg jag att

jag redan kunde den enda spanskan som jag behövde kunna: "gracias".

Hjärtat flödade över av tacksamhet mot en barmhärtig himmelsk Fader för att han gav mig en ny chans att hjälpa en behövande syster.

Jag lade till ett sista ärende till min lista – ett besök på en andrahandsaffär i närheten. Jag spände fast min dotter och körde försiktigt till affären. Längst bak i hörnet av affären fanns det en bältesstol på golvet – precis likadan som den jag just hade gett bort, och lika skamfilad. Jag köpte den, förundrad och ödmjuk inför förmiddagens händelseförlopp.

Genom Frälsarens milda men effektiva undervisning hade en lärdom präntats djupt i mitt hjärta: Följ den Helige Andens maningar – första gången. ■

Teresa Weaver, Texas, USA



Den här gången handlade jag utan att tveka. Med gester pekade jag på hennes barn och på bilstolen och hennes bil. Tillsammans spände vi fast bilstolen i bilen.

MIN OSYNLIGA UNDERSÖKARE

Jag välsignades med underbara föräldrar. Mamma var medlem i kyrkan, och fastän pappa inte var det så stöttade han oss när det gällde kyrkans aktiviteter. När jag växte upp bad jag varje dag om att pappa skulle bli medlem.

När jag fick min patriarkaliska välsignelse som 16-åring blev jag lovad att jag skulle påverka pappa och hjälpa honom att bli medlem. Jag berättade för honom vad jag lärde mig i seminariet. Jag berättade om skriftställena där det står att det är nödvändigt att döpas och konfirmeras för att få komma till Guds rike (se Joh. 3:5). Tårögt berättade jag om templets välsignelser som skulle göra det möjligt för oss att vara tillsammans för evigt.

Jag gick i en liten skola i Arizona. Jag var den enda medlemmen i kyrkan i

min klass på high school, men jag hade underbara vänner där. Vid den tiden var president David O. McKay (1873–1970) profet. Vi hörde ofta hans råd att varje medlem ska vara en missionär (se *Kyrkans presidenters lärdomar: David O McKay* [2003], kapitel 6). En sommar frågade min syster Marilyn och jag några vänner om de ville få missionslektionerna. De var med på två lektioner men var inte intresserade efter det. Vi blev besvikna, men det ändrade inte på vår vänskap.

Jag åkte iväg till college i slutet av sommaren. Under vårterminen fick jag ett brev från pappa. Han skrev: "Det är en förmån att vara överhuvud för en familj med underbara flickor. Tack vare era starka vittnesbörd om evangeliet och mötena och ert intresse

för andra ungdomar förra sommaren började jag bli intresserad av kyrkan på allvar. När jag var ute och målade och du och de andra var inne och hade de där mötena så blev jag övertygad om att jag hade tittat in från utsidan länge nog. Jag har tackat min himmelske Fader många gånger för din mor och det faktum att hon växte upp i kyrkan, och för det sätt hon har fostrat er flickor."

Far döptes snart, och ett år senare beseglades vi som familj för tid och evighet i templet i Mesa, Arizona.

Fastän ingen av våra vänner blev medlemmar i kyrkan så blev den viktigaste personen i våra liv det. Vi vet aldrig hur vi välsignas när vi följer profetens råd. ■

Diane Mitchell Call, Arizona, USA

När jag var ute och målade och du och de andra var inne och hade de där mötena så blev jag övertygad om att jag hade tittat in från utsidan länge nog.



ILLUSTRATION ALLEN GARNIS

PÅ JAKT EFTER ETIENE

Några veckor innan jag åkte iväg på min heltidsmission besökte jag en gammal vän som inte var medlem i kyrkan. Jag skulle bara vara där i några minuter men på grund av ett regn-oväder behövde jag stanna längre än väntat. Så min vän, hans mamma och jag satte oss ner och började prata om kyrkan och min förestående mission.

Jag förklarade att jag kanske skulle få i uppdrag att verka i städer som Rio de Janeiro, Belo Horizonte eller Brasília.

Av någon anledning bestämde min väns mamma sig för att ge mig adressen till sin syster som bodde i ett samhälle nära Rio de Janeiro. Hon sa att jag skulle besöka henne om jag skickades dit.

Jag åkte iväg på min mission den 7 juli 1982. Jag verkade i många olika

städer, bland annat i närheten av den plats där min väns moster bodde. Jag funderade på att besöka henne, men hennes hem befann sig inte i mitt område. Jag sa inget om henne till missionärerna som var i det området för jag hoppades fortfarande att jag skulle få åka dit själv.

På den tiden verkade missionärerna i 18 månader. Tiden gick utan att jag träffade min väns moster och hennes familj.

Flera år senare när jag var på en församlingsfest råkade jag se min vän som inte tillhörde kyrkan. Jag fick veta att han hade blivit inbjuden av en av sina släktingar, en moster som hette Etiene som nyligen hade döpts in i kyrkan. Sedan fick jag veta att moster Etiene precis hade flyttat in i vår

församling från staten Rio de Janeiro. Jag lärde mig fort att tycka om hans moster Etiene och vi gillade att prata om våra minnen från Rio de Janeiro. Pinsamt nog upptäckte jag att hon var samma kvinna som jag ville besöka under min mission. Hon hade döpts nyligen, efter att hennes make plötsligt hade avlidit.

Som väl är har hon förlåtit mig för att jag inte uppmanade andra missionärer att besöka henne. Men hon var besviken över tiden hon förlorade när hon inte kunde glädjas åt evangeliets välsignelser.

Sådan ånger är det inte bara hemvända missionärer som känner, utan den kan drabba oss alla om vi undviker att följa Andens maningar, oavsett om det gäller att bjuda med vänner till en aktivitet i kyrkan eller ge en hänvisning till missionärerna. Låt oss söka Herren och be om inspiration. Han talar till oss genom Andens stilla och milda röst. Han ger oss den hjälp vi behöver för att utföra missionsarbete med hängivenhet och kärlek. ■

Elson Carlos Ferreira Paraná, Brasilien



Ingen neutral mark

HUR MEDIA PÅVERKAR OSS

Aysia Tan

I vår moderna teknologifyllda värld bombarderas vi med olika alternativ: se det här, läs det där, lyssna på det här. Vårt samhälle är genomsyrat av media och underhållning, och inflytandet de har på vår tro, våra tankar och våra handlingar är svårfångat men mäktigt. Det vi låter sinnet fyllas av formar hela vår karaktär – vi blir det vi tänker på. Mina studier har lett till att jag har utforskat medias inflytande, och den överväldigande slutsatsen jag kom fram till var att den media vi väljer att ta del av påverkar oss oundvikligen positivt eller negativt.

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum har sagt:

”Tekniken i sig är varken bra eller dålig till sin natur. I stället är det ändamålen som uppnås med och genom tekniken som är de slutliga tecknen på godhet eller orättfärdighet.”¹ Vi ska inte förkasta tekniken utan i stället använda den på sätt som berikar våra liv.

Vi kan utnyttja medias inflytande till vår fördel för att förbättra våra tankar och gärningar genom att göra följande:



1) Erkänna hur mottagliga vi är för medias inflytande och inse hur den påverkar oss.

2) Hitta och välja positiva mediaalternativ.

Hur påverkas vi av media?

Ingen är immun mot inflytandet från media. Vi ska inte tro att vi kan hänge oss åt media som är ämnad att påverka oss mentalt och känslomässigt utan att dess inflytande stannar kvar i vårt undermedvetna långt efter att filmen är slut, boken är stängd eller sången är slut. De som menar att media inte påverkar dem är ofta de personer som är mest påverkade eftersom de förnekar inflytandet och därför inte är vaksamma mot det. Liksom vatten fortsätter att sippra in i en läckande båt vare sig vi upptäcker läckan eller inte, så fortsätter media att påverka våra tankar vare sig vi inriktar oss på dess inverkan eller inte.

Underhållningsmedia kan påverka våra tankar när vi vänder oss till den för att slippa ifrån vardagens stress. Vi söker ofta underhållning som en tillfällig lindring från våra dagliga bekymmer, antingen genom filmer, böcker, teve, tidningar eller musik. När vi använder underhållning som avkoppling får vi aldrig släppa

efter på våra normer. Det är just då vi måste vara försiktiga med vad vi släpper in i sinnet.

För att till fullo uppleva underhållningen tar vissa in vilka budskap som median än har att erbjuda och låter därför de tillgängliga perspektiven påverka deras uppfattning. Filmkritiker beskriver det här fenomenet i filmer:

”Sanningen är beroende av att man på ett tidigt stadium alltigenom övertygar tittarna om en främmande eller fantastisk miljö, känslan från en annan

Vårt ansvar är inte att undvika media helt och hållet eller enbart hålla oss borta från negativ media, utan att välja sund och upplyftande media.

tid, eller ovanliga personer, så att vi fångas av filmens allmänna anda, stämning och atmosfär. Om filmmakaren är skicklig när det gäller att skapa en sådan sanning *går vi villigt med på att skjuta undan vår misstro*, och vi

lämnar vår skepticism och vårt rationella tänkesätt bakom oss när vi går in i filmens fantasivärld.”²

Om vi skjuter undan vår misstro är vi mer mottagliga för de värderingar, förväntningar och uppfattningar som media porträtterar. På så sätt kan media påverka våra tankar utan att vi märker det. Men med det här inflytandet kommer faran att vi accepterar synsätt som inte stämmer överens med evangeliets principer.

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum riktade uppmärksamhet mot underhållningens inverkan när han sa: Visste ni att det latinska ordet för *nöje* betyder ’en förströelse i avsikt att bedra’?³ Ibland vill vi bli distraherade. Vi vänder oss till media för att distrahera oss från våra verkliga vardagsproblem, och vi litar på att den får oss att tro på vad det än är som den har att erbjuda. Ju trovärdigare median är, oavsett om den är sann eller falsk, desto mer tycker vi om den.

Socialpsykologen Karen E.

Dill har sagt: ”När vi förflyttas av filmvärlden förändras vår inställning och våra uppfattningar så att de stämmer bättre överens med de tankar och påståenden som berättelsen framför. Vi skjuter undan vår misstro, och när vi gör det blir vi ofrivilligt

mottagliga för det trossystem som skildras i den fiktiva världen och mer benägna att handla efter de uppfattningarna och tankarna. Många gånger framkallar det vi ser på skärmen en förändring eller ett gensvar hos oss utan att vi är medvetna om det. Det är så medias fantasivärld formar vår verklighet.”⁴

När vi låter media fullfölja sitt ändamål, att *underhålla* oss kanske vi ersätter våra normalt sett rationella tankemönster med de tankar som media förespråkar, vilket i slutändan leder till att våra uppfattningar och vårt beteende förändras. Äldste David B. Haight (1906–2004) i de tolv apostlarnas kворum sa: ”Precis som tanken är handlingens fader, kan det vi tittar på leda till att vi genomför det som rör sig i vårt sinne.”⁵

För att ha kontroll över medias inflytande är det viktigt att vi väljer upplyftande media och inser hur mottagliga vi är för medias inflytande. Median påverkar våra tankar och kan därför påverka våra handlingar. Kung Benjamins råd gäller även oss i dag: ”[Ge] akt på er själva och på era tankar och på era ord och på era gärningar” (Mosiah 4:30).

Hur väljer vi positiva mediaalternativ?

När vi förstår vilket inflytande media har på oss kan vi medvetet välja mellan de alternativ som står till buds. Våra val är av största betydelse när det gäller att avgöra hur mottagliga vi är för Anden och godheten runtomkring oss. Varje beslut vi fattar för oss närmare eller längre bort från vår Fader i himlen.

Den kristne författaren C. S. Lewis skrev: ”Våra förströelser, även vår lek, är av största allvar. Det finns ingen neutral mark i universum: Gud och Satan gör båda anspråk på varje kvadratcentimeter och varje bråkdel av en sekund.”⁶

Vårt ansvar är inte att undvika media helt och hållet eller enbart hålla oss borta från negativ media, utan att aktivt omge oss med sund och upplyftande media. Som väl är finns det i det stora utbudet av media mycket som är gott och sunt, där man värnar om och respekterar traditionella värderingar. Det finns oräkneliga böcker, filmer, sånger och annat med budskap om hopp och lycka, kärlek och vänlighet, glädje och förlåtelse.

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”På grund av sitt enorma omfång presenterar dagens media många och starkt motsatta alternativ. Trots sin skadliga och släpphänta sida, erbjuder den mycket som är positivt och produktivt. ... *Därav följer att vår största utmaning består i att klokt välja vad vi lyssnar på och ser.*”⁷

Kanske har en teve- eller bokserie som vi en gång gillade fått sämre kvalitet moraliskt sett, men vi tycker att det är svårt att ge upp den,



eller så kanske en ny film är särskilt populär eller spännande och vi ser inte något problem med att titta på den. Men att ge efter i det lilla gör det lättare att ge efter lite mer längre fram, tills vi har hängett oss åt något på ett sådant sätt att det är svårt att ta oss ur det hela. Men om vi sätter upp normer för oss själva och bara tillåter oss att se sund media så blir vi mer mottagliga för Anden.

Vi kan följa det tidlösa rådet som Susanna Wesley 1725 gav till sin son John, en av metodismens grundare: "Följ denna regel när du ska bedöma om något är rätt eller fel, eller om till synes orättfärdiga handlingar är oskyldiga: Allt som försämrar ditt omdöme, dövar ditt samvete, för dig längre bort från Gud, eller tar bort din hunger och törst efter andliga ting, kort sagt allt som ger kroppen större styrka och makt över själen, är synd för dig, hur oskyldigt det än kan tyckas vara."⁸

Makten att välja

När vi väljer att ta del av moraliskt upplyftande media så inbjuder vi Anden och låter oss själva bli stärkta. Jesu Kristi evangelium lär oss att vi har fått makt att verka av oss själva (se 2 Ne. 2:26). När vi söker efter sådant som är "dygdigt, älskligt eller hedrande eller berömvärt" (TA 1:13) öppnas hjärtat och sinnet

för tankar och attityder som leder oss till rättfärdiga handlingar. I den här strävan välsignas vi med skydd mot motståndarens inflytande (se Hel. 5:12).

Den stora framgång inom mediateknik som Herren har välsignat oss med medför ett ansvar att välja hur vi ska använda den tekniken. Genom studier och erfarenhet har jag sett den inverkan media har, vare sig vi väljer att inse det eller inte. Vi har möjligheten att välja det moraliskt förnedrande eller det sunda och upplyftande. Valet är vårt – men det som är ännu viktigare är att vi har makten att välja. ■

Häftet *Vägledning för de unga* kan också vara till vägledning för de unga vuxna.



I avsnittet "Underhållning och media" finns några utmärkta riktlinjer för mediaval.

Författaren bor i Utah, USA.

SLUTNOTER

1. David A. Bednar, "To Sweep the Earth as with a Flood" (andakt under Brigham Young Universitys utbildningsvecka, 19 aug. 2014), speeches.byu.edu.
2. *The Art of Watching Films* (2004), av Joe Boggs och Dennis Petrie, s. 43; kursivering tillagd.
3. Jeffrey R. Holland, "Helga er", *Liahona*, jan. 2001, s. 48.
4. *How Fantasy Becomes Reality: Seeing Through Media Influence* (2009), av Karen Dill, s. 224.
5. David B. Haight, "Personlig moral", *Nordstjärnan*, Rapport från den 154:e halvårskonferensen för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, 1984, s. 53.
6. *Christian Reflections*, av C. S. Lewis, red. av Walter Hooper (1967), s. 33.
7. M. Russell Ballard, "Låt våra röster höras", *Liahona*, nov. 2003, s. 16; kursivering tillagd.
8. *Susanna Wesley: The Complete Writings* (1997), s. 109.

Bygger riket i Australien

Ben Robinson

När solen går upp över Mount Baw Baw gör Callan Brooks något han älskar. Han bygger. Han ler medan han sätter ännu en bräda på plats och får en känsla av välbefinnande över ett väl utfört arbete.

När man ser Callan arbeta kan man aldrig tro att han är hörselskadad. Men det har inte fått honom att sänka tempot. För Callan är det som om han föddes till att göra det här. Och kanske var det så – fem generationer av hans släkt har varit byggare.

”När jag fyllde 15 slutade jag skolan för att börja som lärling”, säger han. ”Om man får en lärlingsplats som man vill ha så är det vanligt att australiensare slutar skolan för att arbeta på heltid. Callan har byggt alltsedan dess. Oavsett om Callan har byggt hus, stärkt sitt vittnesbörd eller förhårligat en kallelse så är han hela tiden engagerad i att bygga Guds rike.

På samma sätt som hans hörselskadade inte har hållit honom tillbaka från att bygga hus, har den inte hindrat honom i hans önskan

att lära sig och predika evangeliet.

”När jag växte upp förstod jag knappt 10 procent av det som sas från talarstolen”, säger Callan. Han ville verka som heltidsmissionär men kunde inte göra det på grund av hörseln. Ändå bad han och litade på att Herrens vilja skulle ske. Sedan hände något oväntat: Callans hörsel försämrades ännu mer.

”När jag var 18 var jag helt döv i sex långa månader. Jag gick i kyrkan för känslorna, för det var allt jag fick ut av det”, säger han.

Under den här tiden byggde Callan sitt vittnesbörd och litade på Anden. Men vad som först såg ut att vara en stor prövning blev till slut svaret på hans böner. På grund av att hans hörsel försämrades helt plötsligt var han kvalificerad för att få ett cochlea-implantat. Det förbättrade hans hörsel så pass mycket att han kunde verka som heltidsmissionär. Snart fick Callan åka iväg och tjäna i Perth i Australien.

Nu när Callan är hemma i Moe i Victoria, verkar han som Unga mäns

**Bakslag och
hörselnedsättning
kunde inte hindra
den här unge
mannen från att
påskynda Herrens
verk i Australien.**

president i församlingen och hjälper tio unga män att hålla sig starka i evangeliet på en plats där det är särskilt svårt att göra. För att göra det betonar han Andens roll i att bli verkligt omvänd.

”Vi försöker leda de unga männen till att uppleva sin egen omvändelse genom att läsa Mormons bok och ta del av kyrkans program”, säger han.

Den inverkan som den här femte generationens byggare har är uppenbar, genom hans arbete på byggnader, hans vittnesbörd om evangeliet och hans arbete med de unga männen i församlingen. ■

Författaren bor i Utah, USA.



MER OM CALLAN

Vilka aktiviteter finns det för unga ensamstående vuxna?

Australien har stora konferenser varje år där alla unga ensamstående vuxna samlas. Eftersom de unga vuxna är så utspridda i Australien hjälper det att alla får tid att träffas. Det här är en stor uppoffring för medlemmarna eftersom de får resa hundratals mil för att vara med.

Vad tycker du om att göra på fritiden?

Jag älskar sport, och särskilt att spela basket. Vi har en stor basketturnering vid påsk vartannat år som medlemmar arrangerar. Den inbegriper en division för kvinnor, en trepoängstävling och en dunktävling.

KYRKAN I AUSTRALIEN

143 891 medlemmar
303 församlingar och grenar
145 släktforskningscentrer
6 missioner
5 tempel

FAKTA OM AUSTRALIEN

Huvudstad: Canberra
Officiellt språk: Engelska

NÅGRA SIFFROR

Över 23 miljoner invånare
Över 500 nationalparker
Highway 1 är världens längsta nationella landsväg. Den är 1 450 mil lång och går runt landet.





ÅK HEM TILL REBECCA

Mindy Raye Friedman

Jag hade verkat som missionär i Illinois-missionen Chicago Syd i några månader och var fortfarande i mitt första område. Systrarnas område bredvid vårt hade stängts nyligen, så vi var ansvariga för alla spansktalande undersökare i det området. En av dem var en kvinna som hette Rebecca.

Första gången vi träffade Rebecca blev jag imponerad av hennes tro. Hon bodde i källarvåningen i ett hus, så vi fick knacka på hennes fönster för att hon skulle komma och öppna dörren. De förra missionärerna hade börjat undervisa henne efter att hon bett att få videon *Tro på Kristus*. Om hon inte hade ringt och bett om att få en video hade missionärerna kanske aldrig hittat henne.

Av det Rebecca berättade för oss förstod jag att hon hade haft ett svårt liv. En gång hade hon varit en mycket glad person, men nu hade hon skilts åt från sin son och andra släktingar. Trots att hon levde under enkla omständigheter kände jag Herrens kärlek till henne.

När vi undervisade henne märkte jag att hon kände Anden. Våra besök lyfte hennes humör avsevärt. Tråkigt nog bodde hon långt bort och det var svårt att besöka henne så ofta som vi ville.

En fredag när vi hade zonkonferens bestämde vi att vi skulle åka till den delen av vårt område efteråt eftersom vi redan hade kommit halvvägs dit. Vi frågade Rebecca om hon skulle vara hemma, men hon sa att hon skulle jobba. Vi bestämde oss ändå för att besöka andra undersökare i det området.

Vi fick lite tid över där och visste inte vad vi skulle göra. Då sa min kamrat: "Jag tycker att vi ska åka och se om Rebecca är hemma." Jag tyckte det var ett konstigt förslag eftersom Rebecca hade sagt att hon inte skulle vara hemma. Men då hörde jag en röst som sa: "Åk tillbaka och besök henne." Det kändes bokstavligt talat som om min kropp drogs åt hållet där Rebeccas hus var. Det var den starkaste maningen som jag någonsin hade fått.

Jag sa till min kamrat att vända om och köra till Rebeccas hus. Vi knackade på fönstret två gånger, men ingen svarade. Jag var så besviken för jag visste att det måste finnas en anledning till att Herren hade sänt oss dit. Jag föreslog att vi skulle knacka en gång till. Vi väntade, och precis när vi skulle gå därifrån öppnade Rebecca dörren.

Hon var hemma eftersom hon precis hade blivit avskedad från sitt jobb, och hon behövde verkligen någon att prata med. Hon hade bett om att vi skulle komma. Hon sa att vi var hennes änglar. Vi kunde prata med henne och få henne att känna sig bättre till mods genom att undervisa mer om evangeliet.

Jag är så glad att vår himmelske Fader bryr sig om vart och ett av sina barn och lyssnade på Rebeccas bön, och jag är glad att vi kunde följa maningen och besöka henne, så att vi kunde vara det svaret. Vår himmelske Fader vet allt vad som händer i våra liv, och när vi litar på honom och ber i tro så hjälper han oss med det som vi behöver. ■

Författaren bor i Utah, USA.

Ingen kom till dörren när vi knackade, men vi visste att vi hade blivit sända hit för att hjälpa ett av Guds barn.

SE TILL LJUSET

”Även om vi känner oss vilсна mitt i våra
nuvarande omständigheter lovar
Gud oss hoppet om hans ljus.”

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet,
”Hoppet om Guds ljus”, *Liahona*, maj 2013, s. 70.



Om jag var trofast
i förutttillvaron, varför
är det då så svårt att
vara det nu?

Alla människor som kommer till jorden valde i förutttillvaron att följa vår himmelske Faders plan och godta Jesus Kristus som Frälsaren. Men det betyder inte att det är lätt att vara lydig och rättfärdig i det här livet. Eftersom avsikten med vår himmelske Faders plan är att det här livet ska vara ett prov för hur vi använder vår fria vilja, har vårt minne av förutttillvaron tagits bort. Vi har också, som en del av hans plan, fått en fysisk kropp som utsätts för begär, lustar och frestelser som vi inte kände till som andar. Det gör att vi lättare lockas av sådant som är köttsligt, sinnligt och djävulskt (se Mose 5:13), och det är därför som "den naturliga människan är en fiende till Gud" (Mosiah 3:19).

En person kan bara övervinna de här utmaningarna om han eller hon "ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan och blir en helig genom Herren Kristi försoning" (Mosiah 3:19). Det är inte lätt, men Jesus Kristus stärker dig och förändrar dig när du lyssnar på Anden, gör bra val och kommer till honom. ■



Vad ska jag göra om jag ifrågasätter
något som profeten har sagt?

När den återställda kyrkan hade organiserats fick Joseph Smith en uppenbarelse som sa till de första medlemmarna: "Hans [profetens] ord skall ni ta emot som från min egen mun, med största tålamod och tro" (L&F 21:5).

Joseph Smith sa också att "en profet är en profet endast när han agerar som sådan".¹ Det betyder att "ett uttalande från en ledare som gjorts vid ett enstaka tillfälle ofta står för en personlig, om än väl genomtänkt, åsikt och inte är ämnat att vara officiellt eller bindande för hela kyrkan".² Det är ofta uppenbart när profeten "agerar som sådan", som när han talar till kyrkans medlemmar i egenskap av offentlig person.

Det är vårt ansvar och vår förmån att be vår himmelske Fader "om ett eget vittnesbörd om vad än hans profet har förkunnat".³ Om vi inte får ett vittnesbörd bör vi studera vad andra profeter har sagt om ämnet och välja vad vi ska göra. Det bästa vi kan göra är att följa profeternas kombinerade, oföränderliga råd "med största tålamod och tro". När vi inte håller med om något bör vi be i stället för att klaga. När vi gör det blir vi välsignade (se 1 Ne. 2:11, 16, 19). ■

SLUTNOTER

1. Joseph Smith, i *History of the Church*, 5:265.
2. D. Todd Christofferson, "Kristi lära", *Liahona*, maj 2012, s. 88.
3. Russell M. Nelson, "Att verkligen tillhöra millenniegenerationen" (världsomfattande andakt för unga vuxna, 10 jan. 2016), lds.org/broadcasts.

LEKTIONER I SÖMNAD OCH EN ANDRA CHANS

Jag missade en chans att berätta för min pianolärare om evangeliet. Kunde jag följa maningen den här gången?

Belen Chaparro

När jag var 18 flyttade jag och min familj från södra Argentina till norra Argentina där pappa verkade som missionspresident. De första månaderna var en svår anpassning för mina syskon och mig. Vi hade inte fått några vänner än, så vi började titta efter aktiviteter vi kunde delta i. Jag anmälde mig till en pianokurs.

Min pianolärare Mabel var den bästa läraren jag någonsin haft. Jag tyckte verkligen om lektionerna och blev snabbt bättre på att spela. Men Mabel var sjuk i cancer och hade det jobbigt. Hon ägnade en stor del av sin tid åt att resa och besöka helare, läkare och präster på olika platser. Hon var tvungen att läggas in på sjukhus flera gånger, men hon återhämtade sig och kom tillbaka och undervisade mig med samma goda anda och hängivenhet.

Dag efter dag, lektion efter lektion ville jag berätta för henne om hoppet i Guds plan, hoppet som Jesus Kristus ger med sin makt, men jag visste inte hur.

När lektionerna började efter sommarlovet var Mabel sjuk igen. När jag inte hade hört från henne på ett tag ringde jag och lämnade ett meddelande och frågade hur hon mådde. Dagen därpå ringde hennes dotter och talade om för mig att Mabel hade avlidit. Det gjorde mig oerhört sorgsen. Jag visste att jag borde ha berättat om evangeliet för henne, men jag sköt på det så länge att jag gick miste om den möjligheten.

Jag började på en sykurs, och fick ännu en underbar lärare. Hon tror på Gud med tillhör en annan religion. Under en lektion kom evangeliet upp i ett samtal, och när hon frågade mig vilken religion jag tillhörde, svarade jag att jag var medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Hon verkade inte känna till det namnet, så jag förtydligade: "Folk kallar oss också mormoner." Hon blev genast glad och sa "jag älskar mormonerna!" med ett leende på läpparna.

Hon fortsatte: "Jag märker att du är mormon", och listade flera

anledningar. Jag var glad att hon märkte att jag strävade efter att följa evangeliet. Hon frågade lite om dopet i kyrkan. När jag hade förklarat det, sa hon med en gång: "Jag kan inte döpas i din kyrka för jag fostrades i en annan religion." När jag fick veta mer om hennes tro insåg jag vad jag kunde berätta för henne. Jag fick en mild men bestämd känsla av att jag skulle ge henne en Mormons bok, och jag visste att det var Anden som talade till mig.

Jag fick tag på en Mormons bok, tog ett pappersark och skrev en kort men uppriktig tillägnan och mitt telefonnummer på andra sidan, i fall hon hade några frågor. Jag lade pappersarket i boken, slog in den och satte en rosett på. Jag gav den till henne följande lektion. Hon blev så glad när hon fick den och tackade mig.

Hela veckan undrade jag hur hon hade reagerat när hon öppnade presenten – om hon tyckte om den eller inte. Jag var lite sen till nästa lektion och blev överraskad av hennes

reaktion när jag kom in i rummet. Hon kramade mig och sa entusiastiskt: "Jag älskade den, älskade den! Boken du gav mig är underbar, ända från början där den berättar om plåtarna. Den är så sann! Den har så fina bilder. Jag började läsa och har kommit halvvägs. Jag kunde inte sluta läsa den!"

Resten av klassen vände sig om för att se vad som hände när de hörde all uppståndelse. En av mina klasskamrater som jag hade berättat om Mormons bok för frågade om boken gav frid. Min lärare svarade: "Den fick mig att vilja gråta. Inte för att jag var ledsen utan för att jag kände mig så välsignad." Hon kunde inte sluta le och krama mig.

Jag blev så glad. I den stunden insåg jag att vi inte kan bedöma vem som är redo att ta emot Guds ord. Vi kan inte veta hur mottagligt någons hjärta är. Om Gud inspirerar oss att berätta behöver vi göra det, för han vet bättre än vad vi gör. ■

Författaren bor i Salta, Argentina.



BUDEN = KÄRLEK

Vad har kärlek med buden att göra?



ETT UTTRYCK FÖR KÄRLEK

"Guds bud visar hans kärlek till oss och lydnad mot buden visar vår kärlek till honom."

Carole M. Stephens, första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap, "Om ni älskar mig, håller ni fast vid mina bud", *Liahona*, nov. 2015, s. 118.



Charlotte Larcabal

Kyrkans tidningar

När du tänker på buden kanske du tänker på stentavlor, regler, gränser, fordringar eller krav.

Du tänker förmodligen inte automatiskt på kärlek. Vad har buden med kärlek att göra?

Tja, allt.

Därför att Herren älskar oss

Kommer du ihåg när du var liten och dina föräldrar inte lät dig leka på en trafikerad gata? Eller när de tvingade dig att äta mer grönsaker eller att gå och lägga dig tidigare än du ville?

Du förstod förmodligen inte varför det fanns så många regler. Och du tyckte säkert inte alltid om dem heller. Men kan du, nu när du är äldre, förstå varför dina föräldrar gav dig alla de där reglerna?

Det var för att de älskade dig och ville ditt bästa.

Som den mest fullkomlige föräldern ger vår himmelske Fader oss regler eller bud av samma anledning: Han älskar oss och vill vårt bästa. Förutom det vill han att vi ska bli lika honom och få allt det som han har.

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum har förklarat det här med hjälp av en liknelse:

"En rik far visste att om han gav sin förmögenhet till ett barn som



ännu inte utvecklat den visdom och mognad som krävdes, skulle arvet förmodligen förspillas. Fadern sa till sitt barn:

'Allt jag har vill jag ge dig – inte bara min förmögenhet, utan också min ställning och mitt rykte bland människor. Det som jag *har* kan jag lätt ge dig, men det som jag *är* måste du själv skaffa dig. Du kvalificerar dig för ditt arv genom att lära vad jag har lärt och genom att leva så som jag har levt. Jag ska ge dig lagarna och principerna genom vilka jag har förvärvat min visdom och ställning. Följ mitt exempel, lär så som jag har lärt, och du kommer att bli som jag är och allt vad jag har blir ditt.'

¹

Liksom fadern i äldste Oaks berättelse vill vår himmelske Fader att vi ska ha allt som han har och bli allt som han är. Hans bud är som trappsteg som hjälper oss att lära och växa och bli lika honom.

"Jag ger er ett nytt bud ... Eller med andra ord: Jag ger er föreskrifter om hur ni skall handla inför mig, så att det kan lända er till frälsning" (L&F 82:8–9).

Liksom ett litet barn som inte förstår varför han inte får leka på en trafikerad, farlig väg, kanske inte vi alltid förstår resonemanget bakom vissa bud eller normer. Men när vi förstår att Gud ger oss bud därför att

han älskar oss och vill vägleda oss så att vi kan bli lika honom, blir det lättare att lyda honom.

Därför att vi älskar Herren

Man kan se varje bud som en stor skylt med texten "Jag älskar dig!" från Gud. Och när vi väljer att hålla hans bud så är det som om vi säger "Jag älskar dig!" tillbaka till honom.

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, sa det enkelt när han besvarade frågan "Varför ska vi bry oss om Guds bud?"

"Vi följer Guds bud för att vi älskar honom! ...

Vår lydnad mot Guds bud [blir] en naturlig följd av vår ändlösa kärlek och tacksamhet för Guds godhet."

²

Vår himmelske Fader har gett oss allt vi har – från förmågan att röra på oss till själva luften vi andas – och allt han ber oss om är att vi håller hans bud (se Mosiah 2:21–22). Det är det bästa sättet vi kan visa vår kärlek till och tacksamhet mot honom.

Jesus Kristus sa så själv (se Joh. 14:15).

Varför ger vår himmelske Fader oss bud? Därför att han älskar oss.

Varför följer vi hans bud? Därför att vi älskar honom.

Buden är lika med kärlek.

Så enkelt är det. ■

SLUTNOTER

1. Dallin H. Oaks, "Uppmaningen att bli något", *Liahona*, jan. 2001, s. 40.
2. Dieter F. Uchtdorf, "Nådens gåva", *Liahona*, maj 2015, s. 109.

DELTA I SAMTALEN

ATT BEGRUNDA TILL SÖNDAG

- Hur hjälper buden mig att bli mer lik min himmelske Fader?
- Hur hjälper det mig att hålla buden när jag vet att Gud älskar mig?

VAD DU KAN GÖRA

- När du studerar buden kan du titta efter och skriva ner de utlovade välsignelserna.
- När har du känt dig närmare din himmelske Fader därför att du har hållit hans bud? Berätta om dina tankar för familj och vänner eller på sociala medier.



Varför Mormons bok?

Jag hade alltid litat till andras vittnesbörd om Mormons bok, men nu bestämde jag mig för att det var dags att få ett eget.

Elvin Jerome Laceda

Varför behöver vi Mormons bok när vi redan har Bibeln? Jag har funderat mycket över den frågan. Som tonåring var jag nyfiken på Mormons bok, men jag var inte motiverad att läsa den. En anledning var att ingen uppmuntrade mig att läsa den hemma eftersom jag var den enda medlemmen i kyrkan i min familj, utom morfar som var död.

En söndag under ett vittnesbördsmöte vittnade många medlemmar om att Mormons bok var sann, vilket jag nyligen hade börjat tvivla på. De uppmanade dem som inte hade läst den att skaffa sig ett eget vittnesbörd om att Mormons bok är sann, att Joseph Smith var en Guds profet och att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds rike på jorden.

Jag funderade på om mitt vittnesbörd om kyrkan och Joseph Smith var starkt nog att stå emot Satans frestelser

och lockelser. Jag insåg att det inte var det. Mitt vittnesbörd var svagt eftersom jag bara hade litat till de vittnesbörd som kyrkans ledare och medlemmar hade. Jag lovade mig själv att från och med den dagen skulle jag försöka få ett eget vittnesbörd.

Jag bestämde mig för att läsa Mormons bok. I inledningen läste jag: "Vi inbjuder alla människor överallt att läsa Mormons bok, att i sitt hjärta begrunda det budskap den innehåller och sedan fråga Gud, den evige Fadern, i Kristi namn om boken är sann. De som följer denna väg och frågar i tro får ett vittnesbörd om dess sannhet och gudomlighet genom den Helige Andens kraft (se Moroni 10:3–5)." Jag visste att det var en personlig inbjudan till mig att läsa Mormons bok. När jag fortsatte läsa kände jag den Helige Andens värme vittna för mig att boken var gudomlig och sann.



MORMONS BOK STÄRKER DIN TRO

"Både Bibeln och Mormons bok ger oss en vacker förvisning om att Jesus är Kristus, Guds Son. ... Mormons bok finns nu, delvis eller fullständigt, översatt till 110 språk runtom i världen. Den utgör ett andligt och påtagligt vittne om att återställelsen är sann. När läste du senast Mormons bok från pärm till pärm? Läs den igen. Den kommer att stärka din tro."

Se äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum, "Tro är ingen tillfällighet, det är ett val", *Liahona*, nov. 2015, s. 67.

Jag upptäckte att Mormons bok verkligen vittnar om Kristus, och jag skämdes över att jag hade tvivlat på att den var sann. I skolan hade jag lärt mig hur domare noga studerar bevisen i ett fall innan de fäller en dom. Jag hade gjort tvärtom med Mormons bok: Jag hade dömt den innan jag läste den.

Jag läste ut den med ett ödmjukt hjärta och med mod att försvara det jag trodde på. Dessutom är jag glad att jag har en studiekamrat när jag nu läser Mormons bok igen. Min mormor döptes kort innan jag blev klar med att läsa Mormons bok första gången.

Jag har ett starkt vittnesbörd om att Jesus Kristus är min Frälsare, att Joseph Smith var en Guds profet och att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds sanna och levande kyrka här på jorden. ■

Författaren bor i Filippinerna.



Äldste Yoon
Hwan Choi
i de sjuttios
kvorum

STÄRKT av Guds ord

*När jag lärde mig att tillämpa profeternas ord förändrade det mitt liv
från vad jag ville vara till vad Herren ville att jag skulle vara.*



När jag växte upp i Korea lät far sina barn gå i den kyrka vi själva valde, men under middagen tvistade vi ofta om våra olika religiösa uppfattningar. Den här stridigheten gjorde att far ville att familjen skulle vara enig i sin religiösa tro. Min yngre bror gick till mötena i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga med min morbror, så pappa började gå till mötena med dem för att lära sig mer om kyrkan. Jag följde också med och blev imponerad av roliga veckoträffar och hur seminarieprogrammet stärkte ungdomarna andligen.

När jag fyllde 16 döptes mina föräldrar och jag, och resten av våra 23 familjemedlemmar och släktingar blev medlemmar i kyrkan inom sju månader.

När vi gick med i kyrkan var vi fast beslutna att vara fullt aktiva och fortsätta lära oss om evangeliets lärosatser. Det gjorde vi genom att trofast studera skrifterna varje dag och läsa många andra böcker och manualer som kyrkan har gett ut. Under de kommande åren lärde jag mig två viktiga principer om att hålla sig stark i kyrkan:

1. Studera skrifterna i seminariet, i kyrkan och hemma.
2. Lyssna på och följ profetens råd.

STYRKA I SKRIFTERNA

Förutom att studera skrifterna hemma var min bror och jag också trofast med på seminariet och veckoträffarna. På den tiden hölls söndagsskolan på morgonen och sakramentsmötet sent på eftermiddagen. På grund av avståndet till vårt möteshus stannade vi kvar i kyrkan, hade en seminarielektion och njöt av att umgås med andra medlemmar i kyrkan till efter sakramentsmötet. Många ungdomar anslöt sig till kyrkan i Korea på den tiden, och medan vi lärde tillsammans och hade roligt på aktiviteterna kom vi närmare varandra.

Jag kallades att verka i mitt kvorum för aronska prästadömet och jag hade ett nära samarbete med de unga kvinnorna som verkade i sina klasser. Vi lärde oss att ta hand om och be för dem vi ledde, och hur man planerar aktiviteter tillsammans och använder tiden klokt.

Under veckorna studerade jag skrifterna till seminariet innan jag gjorde mina läxor. När jag var för trött för att göra mina läxor eller när det var jobbigt i skolan, slog jag upp min seminariebok, studerade och bad. Jag upptäckte, när jag gjorde det, att mitt sinne blev klarare och att jag kunde fokusera bättre på mina läxor. Jag gör fortfarande så. I dag, när livet är jobbigt, läser jag fortfarande skrifterna eller generalkonferenstal för att uppfriska mitt sinne.

Många elever på gymnasienivå i Korea tillbringar största delen av sin tid med att vara i skolan och studera till sent. Vi lärde oss att när vi tog oss tid att vara med på seminariet och veckoträffarna så kände vi oss starkare och välsignade och kunde göra läxorna bättre. Det jag lärde mig där hjälpte mig också i andra situationer när jag fortfarande gick i skolan.

En dag höll en av mina lärare en lektion om Utah i vår geografikurs och sa en del om kyrkan som var fel. Jag tänkte: "Ska jag ge den rätta informationen till honom framför klassen, eller ska jag gå fram till honom efter lektionen?" I det ögonblicket kom jag att tänka på min seminarielärares ord. Hon hade sagt: "Motsäg inte eller förolämpa någon som säger något om kyrkan som är fel."

Jag kände att jag skulle vara tyst och visa respekt under lektionen. När jag pratade med honom efteråt sa jag att jag var medlem i kyrkan och gav honom den rätta



informationen om det som han hade sagt under lektionen. Han sa: "Jag visste inte att du var mormon. Tack för att du sa det." Efteråt ändrade han på sin undervisning för att ge rätt information, och behandlade mig fortfarande med respekt. Jag var tacksam för rådet jag hade fått av min seminarielärare.

MILITÄREN ELLER MISSION?

När jag var liten ville jag bli general i armén. Jag planerade att ansöka till militärskolan för att komma närmare mitt mål. Det beslutet innebar att jag inte tänkte verka som missionär eftersom jag visste att programmet i officersskolan inte skulle låta någon ta ledigt för religiösa aktiviteter.

Sedan fick jag möjlighet att vara med på en regionkonferens i Seoul – en upplevelse som ändrade inriktningen på mitt liv. Under konferensen hörde jag president Spencer W. Kimball (1895–1985) råda ungdomarna att:

- a) delta i seminariet,
- b) utföra en hedervärd mission,
- c) gifta sig i templet och
- d) sträva efter upphøjelse.

Jag visste att det rådet var rätt, och jag mindes versen som lyder: "Mina ord [skall] inte förgås utan skall alla uppfyllas, antingen genom min egen röst eller genom mina tjänares röst, ty det är detsamma" (L&F 1:38).

När jag hörde profeten tala om hur viktigt det var att verka som missionär och göra det till en prioritet, visste jag att jag skulle lita på Herren, verka som missionär, lägga undan min dröm om att bli general och tänka på att "först [söka] Guds rike och hans rättfärdighet, så skall ni få allt det andra också" (Matt. 6:33).

Även om jag inte längre planerade att gå på militärskolan var det ändå ett krav att alla unga män skulle göra militärtjänst i tre år. Jag hade redan verkat i Koreamissionen Busan i ett år när jag fick order från Koreas regering om att påbörja min militärtjänst. Jag tjänade tre år i armén, och efter det ville jag avsluta min mission. Då kallades jag till Koreamissionen Seoul och verkade där i ytterligare ett år.

"ÄR DU GALEN?"

När jag hade kommit hem från min mission blev jag återigen välsignad för att jag följde profeternas råd. Som exempel bestämde jag när jag var klar med missionen för att gifta mig, fastän jag inte var klar med mina studier. I Korea ska man enligt traditionen vara ekonomiskt stabil och klar med sina studier innan man gifter sig och bildar familj. Men jag visste att jag behövde följa profetens råd och genast börja arbeta på att gifta mig. Min fru och jag hade träffats i ungdomsprogrammet och var goda vänner före min mission, så vi kände varandra väl. Vi gifte oss kort efter att jag hade

MITT RÅD TILL DIG

När du följer profeternas och apostlarnas råd så blir du välsignad.

1. Studera skrifterna, var med på seminariet, delta i lektionerna som hör till *Kom och följ mig* och använd *Predika mitt evangelium* för att vara en bra missionär både nu och, för dem som verkar, som heltidsmissionär.
2. Lyssna på och följ profetens råd.
3. Gör allt med visdom och ordning.

kommit hem fastän hennes vänner sa: "Är du galen? Ni har inga pengar."

Vi gjorde tvärtemot vad den kulturella traditionen föreskrev eftersom vi visste att vi behövde följa Herrens råd. Vi har välsignats av att följa profetens råd, och vi har fått uppleva mycket som vi inte skulle ha gjort annars.

Herrens råd att göra allt med visdom och ordning (se Mosiah 4:27) skiljer sig ibland från det som samhället lär, men när vi lyder Herrens tidtabell så förändras vi till det bättre. Jag är tacksam för den levande profeten som leder oss på Herrens vägar i dag. Jag vet att "när vi får någon välsignelse från Gud, så sker detta genom lydnad mot den lag på vilken den är baserad" (L&F 130:21). ■



**Äldste
Robert D. Hales**
i de tolv apostlarnas
kvorum

HUR MAN VISAR TACKSAMHET

Jag är djupt tacksam för vår Herre och Frälsare, Jesus Kristi försoningsoffer. Försoningen är den grund som alla evangeliets sanningar vilar på. ...

Tacksamhet är en form av uppskattning, en erkännans handling som får oss att bli ödmjuka eftersom vi medger att en vänlig, hjälpsam och omtänksam handling från någon annan lyfter och stärker oss.

Otacksamhet är attityden att vara omedveten om eller inte erkänna att någon annan har hjälpt oss, eller vad som är ännu värre, när vi vet att vi fått hjälp och inte har tackat enskilt eller offentligt.

På något sätt ligger det en underbart renande eller läkande kraft i att uttrycka och känna tacksamhet. Tacksamhet ger värme till både givaren och mottagaren.

Tacksamhet över det vi har, som uttrycks till vår himmelske Fader i bön, ger en lugnande frid – en frid som inte tillåter oss att fräta sönder våra själar över det som vi inte har. Tacksamhet ger en frid som hjälper oss att

övervinna motgångens och misslyckandets plåga. Att dagligen känna tacksamhet innebär att vi **uttrycker vår uppskattning** för det som vi har just nu, utan tanke på hur vi haft det tidigare eller vad vi önskar för framtiden. Ett erkännande av och uppskattning för de gåvor och talanger som tilldelats oss, gör att vi kan **medge att vi har behov av hjälp** från andra människors gåvor och talanger.

Tacksamhet är en gudomlig princip: "Du skall tacka Herren din Gud för allting" (L&F 59:7).

Det här skriftstället innebär att vi **uttrycker tacksamhet** för det som händer, inte bara för det goda i livet, utan också för motståndet och utmaningarna som ger oss mer erfarenhet och tro. Vi **lägger våra liv i hans händer, medvetna om att allt som händer blir till erfarenhet för oss.**

När vi i bönen säger "må din vilja ske", uttrycker vi verkligen tro och tacksamhet, och vi erkänner då att vi ska **acceptera vad som än händer i livet.**



HUR HAR DU TILLÄMPAT DET HÄR?

När jag är tacksam mot min himmelske Fader är jag mycket gladare. Jag älskar att tjäna andra och visa min tacksamhet mot min himmelske Fader. När jag gör det är det lättare att förstå varför jag sändes hit och vilken uppgift jag har att göra här på jorden. Ett tacksamt hjärta ger frid.

Callie M, 15 år

Må vi känna uppriktig tacksamhet över Guds godhet, över alla välsignelser han har gett oss och uttrycka den känslan i bön till vår himmelske Fader. ■

Från ett tal under generalkonferensen i april 1992.



GUD SÅG ATT JAG VAR LEDSEN

Danelys W. Rodríguez,
Dominikanska republiken

En söndag i kyrkan insåg jag att min tid i Unga kvinnor nästan var över och att jag snart skulle vara med de unga ensamstående vuxna. Jag var ledsen för jag visste att det aldrig mer skulle bli detsamma. Efter söndagsskolan försökte jag rycka upp mig, men det gick bara inte. Jag försökte tala om för mig själv att min

himmelske Fader inte vill att jag ska vara ledsen utan glad (se 2 Ne. 2:25).

Jag hade nästan börjat gråta på min väns axel ute i korridoren när församlingskamreren kom fram till mig och sa: ”Syster Danelys, här får du post!” Han gav mig ett vitt kuvert med mitt namn på. Jag ville veta vad det var så jag frågade kamreren vem som hade skickat det. När han gick iväg sa han att det var från patriarken och att det var en kopia av min patriarkaliska välsignelse. Jag grät ändå, men det var tårar av glädje eftersom jag insåg att Gud hade sett att jag var ledsen och gjort det möjligt för mig att känna glädje mitt i sorgen. Min

MITT FAVORITSKRIFTSTÄLLE

Kwamena Koomson, Ghana

Helaman 5:12

Det här skriftstället hjälper mig förstå att det bara är genom att låta Kristus vara det centrala i vårt liv som vi kan övervinna motståndaren. Trots motgångarna som vi möter är allt möjligt om vi är byggda på den klippa som Jesus Kristus är.

Det här skriftstället har hjälpt mig vara stark under svåra tider.

Jag vet att Gud lever och att han sände sin enfödde Son till jorden för att sona människosläktets synder. ■

patriarkaliska välsignelse hade äntligen kommit, just i det ögonblick när jag behövde den mest.

När jag kom hem och läste den grät jag igen och bad och tackade Gud för den och för att han hade hjälpt mig inse hur lyckligt lottad jag är att vara hans dotter och ha det eviga evangeliets ljus i mitt liv.

När svåra tider kommer kanske vi inte alltid förstår varför, men jag vet att Gud kan hjälpa mig att bli glad. Jag lärde mig det tack vare kärleken som Gud ger mig. Han ger sin kärlek till var och en av oss, och vi har alla förmågan att ta emot den här underbara känslan. Vi kan övervinna prövningar med Guds vägledning. Vi kan le och vara glada. ■

Vilken väg ska jag välja?



Abbey F., 11 år,
Virginia, USA

Det var första dagen i min nya skola. Jag tyckte om att få nya vänner och vara ganska bra på det. Jag kom in i klassrummet och såg alla. Jag trodde att det skulle bli ett jättebra år. När jag skulle äta lunch med mina nya vänner satte vi oss bredvid en tjej

från en annan klass. Hon hette Hannah. När jag satte mig ner sa Hannah: "Fy, dina skor stinker. Jag undrade just om det var soppåsen eller din känsla för mode."

Jag blev verkligen förvånad när hon sa så, och de andra också. Så jag gick bort till ett annat bord och satte mig bredvid en annan ny vän.

Nästa dag på rasten hade Hannah något annat elakt att säga. Så fortsatte det varje dag, men varje gång lät jag bli att säga något elakt tillbaka eftersom min söndagsskollärare broder Lawson hade sagt att man ska behandla andra som man

själv vill bli behandlad. När jag tänkte på det bad jag Hannah artig att sluta eller tala om varför hon betedde sig så mot mig.

Sedan gick jag hem och berättade för mamma om allt som Hannah hade sagt. Det kändes som om jag skulle explodera! Mamma sa: "Abbey, försök bara att inte vara elak tillbaka. Ibland säger andra sådant därför att de har det svårt hemma."

Så jag gick till skolan och tänkte på vad mamma och broder Lawson hade sagt. Den dagen i skolan berättade Hanna äntligen att hon hade det svårt hemma och att hon sa elaka saker för att hon var arg. Jag förlät henne, och i år är hon i min klass och vi är jättebra vänner!

Jag lärde mig att det bästa man kan göra är att följa Jesus. ■

Varje dag hade Hannah något elakt att säga.





Neill F. Marriott

andra rådgivare
i Unga kvinnors
generalpresident-
skap

Din himmelske Fader hör DINA BÖNER

En gång när jag var ung
behövde jag veta att min him-
melske Fader kände mig och för-
stod vilka problem jag hade. Jag
bad honom vägleda mig till ett
skriftställe som skulle hjälpa mig att
känna mig bättre till mods. Jag slog
upp skrifterna och läste: "Vi jublar



föräldrar och bestämde sig för att
helga sabbatsdagen och inte spela i
matcher på söndagar. Han var orolig
att han inte skulle bli bättre för att
han missade de där matcherna. Jacks
lillebror Charles visste att han var oro-
lig. En dag höll Charles familjebönen.
Han bad vår himmelske Fader att



... i våra lidanden, eftersom vi vet
att lidandet ger tålamod, tålamodet
fasthet och fastheten hopp. Och
det hoppet bedrar oss inte, ty Guds
kärlek är utgjuten i våra hjärtan"
(Rom. 5:3–5). Det här skriftstället
lärde mig att mina svåra upplevel-
ser skulle hjälpa mig få tålamod,
fasthet och hopp, och att jag skulle
känna Guds kärlek till mig. Jag
visste att min himmelske Fader

hade hört min bön och besvarat
mig genom skrifterna. Jag litade på
att saker och ting skulle bli bättre.

Min dotterson Stuart fick också
veta att vår himmelske Fader hör våra
böner. Han behövde en vän i skolan.
Han och hans mamma bestämde sig
för att be om att han skulle få hjälp
att hitta en vän. Varje dag när klockan
ringde till rast visste Stuart att hans
mamma bad för honom. Han fick en
ny vän ganska snart! Stuart lärde sig
att hans himmelske Fader brydde sig
om hans bekymmer. Han lärde sig att
hans himmelske Fader skulle besvara
hans böner.

När min dotterson Jack var 10
år spelade han i ett utvecklingslag
i fotboll. Jack pratade med sina



hjälpa Jack så att han inte skulle vara
orolig för fotbollen. Charles visste att
ett bra sätt att hjälpa sin bror var att
be för honom. Han trodde på att hans
bön skulle hjälpa Jack.

Vi behöver hjälp under det här
livet, och vår himmelske Fader vill
ge oss den hjälpen. Han älskar oss.
Han lyssnar när vi ber! ■

VÄLSIGNELSER OCH BÖN

Vår himmelske Fader har många välsignelser som han vill ge oss. Tänk dig en enorm skattkista full av välsignelser till dig. Dina trofasta böner låser upp "skattkistan" med välsignelser. Vi behöver be i Frälsaren Jesu Kristi namn och be vår himmelske Fader att välsigna oss.

tro

De här skatterna är några välsignelser som du kan be om.
Vilka andra välsignelser vill du be om?

mod

kunskap

vittnesbörd

Det kan ta lång tid att få svar på sina böner, eller så blir inte svaret vad du har väntat dig. Men din himmelske Fader lyssnar alltid. Han besvarar dina böner. Han älskar dig.

tröst



ATT VARA en missionär

Från en intervju med Jenna Koford, Utah

Varje medlem kan vara missionär. Min stavsprezident i Kalifornien uppmanade oss att berätta om evangeliet för någon. När jag skulle göra en skolrapport om en stat i USA insåg jag att det var min chans!

Hej, jag
heter Jesse!

UTMANINGEN

Min lärare bad oss att välja en stat i USA och bygga ett diorama, eller en miniatyrscen. Jag sa till min lärare att jag ville ha Utah. Jag har varit i Utah många gånger på familjesemestrar. Jag ville lära mig mer om "bikupestaten". Och jag tänkte att det kunde hjälpa mig med missionsarbetet!



KUL FAKTA

Jag lärde mig att den gyllene spik som länkade den första transkontinentala järnvägen sattes i Utah. Jag satte en bild av templet i Salt Lake City i mitt projekt. Jag skrev också ner några fakta om president David O. McKay (1873–1970) för han var farfars favoritprofet.



Jag visar min låda för några vänner och för missionärerna.

BIKUPAN

Jag ville visa klassen vår Frälsares vackra skapelser i mitt diorama. Jag täckte en kartong med pappersbin och formade den så att den såg ut som en bikupa. Bikupor påminner oss om att vi ska vara flitiga som bin i att sprida evangeliet.

**JESSES TIPS OM HUR MAN KAN STÅ FÖR SIN TRO**

- Lyssna på Andens maningar.
- Säg inga fula ord och missbruka inte Herrens namn.
- Om det händer något som inte är bra, gå därifrån eller gör något som gör att du känner dig bättre till mods.
- Sök efter möjligheter att hjälpa andra.

STÅ FÖR DIN TRO

Hur följer du Jesus genom att stå för din tro? Rita konturen av din fot och skicka oss din berättelse och ett fotografi, tillsammans med en förälders tillåtelse. Skicka den via liahona.lds.org (klicka på "Submit an Article") eller via e-post till liahona@ldschurch.org.

OM ATT VARA EN MISSIONÄR

Jag tog med skolprojektet till ett öppet hus. Alla gillade min bilåda! Min lärare gav mig högsta betyg! Jag hoppas andra ser vilken fin plats Utah är. Kanske ställer de frågor om Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Jag kan knappt vänta tills jag är gammal nog att gå ut som missionär så att jag kan berätta om evangeliet ännu mer!



Ta hand om Elise

Merillee Booren

Baserad på en sann berättelse

*"Jag pratar och jag går med dig och
visar att jag älskar dig"*

(Barnens sångbok,
s. 78).

Daniel stirrade ut genom fönstret. Han såg sina vänner som var på väg till parken med sina basketbollar. Han ville också gå dit.

"Jag kan inte köra dig dit i dag, Daniel", sa mamma. "Din syster är väldigt förkyld. Och du är inte gammal nog att gå dit ensam. Jag är ledsen."

Daniel grimaserade mot sin syster Elise. Hon satt i sin rullstol med sina leksaker i knät. Hon var fem år men kunde varken gå eller prata än. Elise hostade väldigt. Hon blev ofta sjuk, och hon kunde inte vara ute om det var för varmt eller för kallt. Och hon behövde äta genom en slang i magen.

Daniel älskade sin syster, men ibland var han arg också. Det var svårt att alltid göra det som var bäst för Elise. Han ville bara leka med de andra barnen. Magen knöt sig av ilska.

"Det är inte rättvist!" sa han till mamma. "Allting handlar alltid om Elise!" Han sprang nerför hallen till sitt rum.

Två dagar senare blev Elise' hosta mycket värre, och hon behövde tas till sjukhuset. Daniels morföräldrar kom för att vara hos honom. Mamma och pappa var nästan hela tiden hos Elise under resten av veckan.

Daniels morföräldrar kunde ta honom till de andra barnen så att han kunde leka. Men nu var Daniel orolig för Elise. Han var ledsen för vad han hade sagt till sin mamma den där dagen. Han tyckte inte om att han ibland inte kunde åka och leka på grund av Elise. Men Daniel älskade sättet hon log på när han pratade med henne, och det gjorde honom glad att vara med henne.

Daniel tittade ut genom fönstret och hoppades på att få se mamma och pappa ta med sig Elise hem.

Plötsligt såg Daniel mammas bil köra in på uppfarten. Han sprang ut för att möta henne.

"Mamma, jag är ledsen för vad jag sa om Elise den där dagen när jag blev arg", sa han och kramade henne hårt.

"Det är okej", sa mamma och kramade honom tillbaka. "Jag vet att du älskar henne. Det känns inte rättvist att vi inte alltid kan göra det som vi vill. Ibland är det svårt för alla. Men vi är välsignade som har Elise i vår familj."

Daniel sa: "Jag saknar henne."

"Jag också", sa mamma. "Läkaren sa att hon förmodligen kan komma hem i morgon."

Två veckor senare var både Daniel och Elise i Primär.

NÄR LIVET INTE ÄR RÄTTVIST

Du kanske känner dig arg eller orolig när livet inte känns rättvist. Här är några förslag på vad du kan göra för att hantera sådana känslor.

- Skriv ner eller rita det du känner.
- Gör något som du tycker om, som att gå ut och leka eller lyssna på musik.
- Gör en lista över sådant som går bra.
- Be och tala om för din himmelske Fader hur du känner. Be om hans hjälp att bli gladare.
- Berätta om dina känslor för någon.

"Hitta en partner och forma en cirkel!" sa Primärs president.

Daniel skyndade fram och tog tag i sin systers rullstol.

"Elise är min partner", sa han till läraren. Han rullade fram henne till cirkeln med barn.

Han tittade på Elise. Hon log mot honom, och han log tillbaka.

Daniel var glad att Elise kunde vara hemma igen. Han ville vara en bra bror till henne. ■

Författaren bor i Oregon, USA.





**Äldste
Dallin H. Oaks**

i de tolv apostlarnas
kvorum

Varför är Frälsarens försoning viktig?



Vår Frälsares försoning gjorde
uppståndelsen möjlig så att vi alla
får leva igen när vi har dött.

Den gjorde det också möjligt
för oss att bli rena från våra synder
om vi omvänder oss.

Som en del av sin försoning
fick Jesus prövningar av alla slag så
att han kunde veta hur han skulle
hjälpa oss bli gladare när vi är
ledsna eller har det svårt.

Jesus Kristus kan hjälpa och stärka
alla som ber honom.

Han förstår vår smärta och vårt
lidande, och han finns där för oss.



Från "Styrkta genom Jesu Kristi försoning", Liahona, nov. 2015, s. 61–64.



Jag försöker följa Jesus exempel hemma, i skolan och i kyrkan genom att hjälpa andra. Jag tycker om att hjälpa mina klasskamrater med matte och engelska. Barn som lyder sina föräldrar och Frälsaren får välsignelser.

Hannah S., 6 år (när fotografiet togs), Nigeria



Jag tycker om att be därför att jag känner att min himmelske Fader och Jesus Kristus välsignar oss. Jag tror att de lever och älskar oss.

Jag tycker om hemaftnar och att gå i kyrkan med mina föräldrar därför att jag lär mig om Gud och hans Son.

Omar V., 7 år (när fotografiet togs), Ecuador



Snart fyller jag 12 och får aronska prästadömet. Då kan jag komma in i templet och utföra dop för mina förfäder. Jag är jätteglad!

Abel S., 11 år (när teckningen gjordes), Peru



Ananda A., 9 år (när teckningen gjordes), Brasilien



EN FRÅGA TILL DIG

"Min storebror gör militärtjänst och jag saknar honom jättemycket. Hur kan jag känna mig närmare honom?"

Skicka ditt svar via internet på liahona.lds.org (klicka på "Submit an Article") eller mejla svaret till liahona@ldschurch.org. Ta med ditt fullständiga namn, din ålder, stavens eller distriktets namn och föräldrarnas tillåtelse.

Jesus älskar alla

När Jesus Kristus hade uppstått besökte han nephiterna. Han undervisade dem om sakramentet och han visade dem hur man ber. Han uppmanade dem att vara vänliga och att vara fridsstiftare. Fastän det var många människor där, välsignade han varje barn och botade alla som var sjuka. Han bad till sin himmelske Fader för nephiterna därför att han älskade dem.



Min familj och jag besökte några fattiga barn och gav dem leksaker och mat. Jag känner mig glad för att jag har hjälpt någon.

Lia C., 7 år, Chihuahua, Mexiko



"Var mina händer", av Kate P., 11 år, Utah, USA

NEDAN: ILLUSTRATION JARED BECKSTRAND



Klipp ut, vik och spara det här utmaningskortet!



Jag kan visa kärlek!

- ☐ Lär dig 3 Nephi 12:16 utantill.
- ☐ Le, ge en kram eller ett kort för att visa någon att du älskar honom eller henne!
- ☐ Läs 3 Nephi 12:1–9 och välj en egenskap som du kan arbeta på den här månaden.
- ☐ Den här månaden ska jag ...

Månadens skriftställen

När du har läst ett skriftställe färgar du motsvarande numrerade fält på bilden!

1 3 Nephi 12:1–9, 16

3 3 Nephi 13:6–8, 19–21

5 3 Nephi 18:19–21, 24

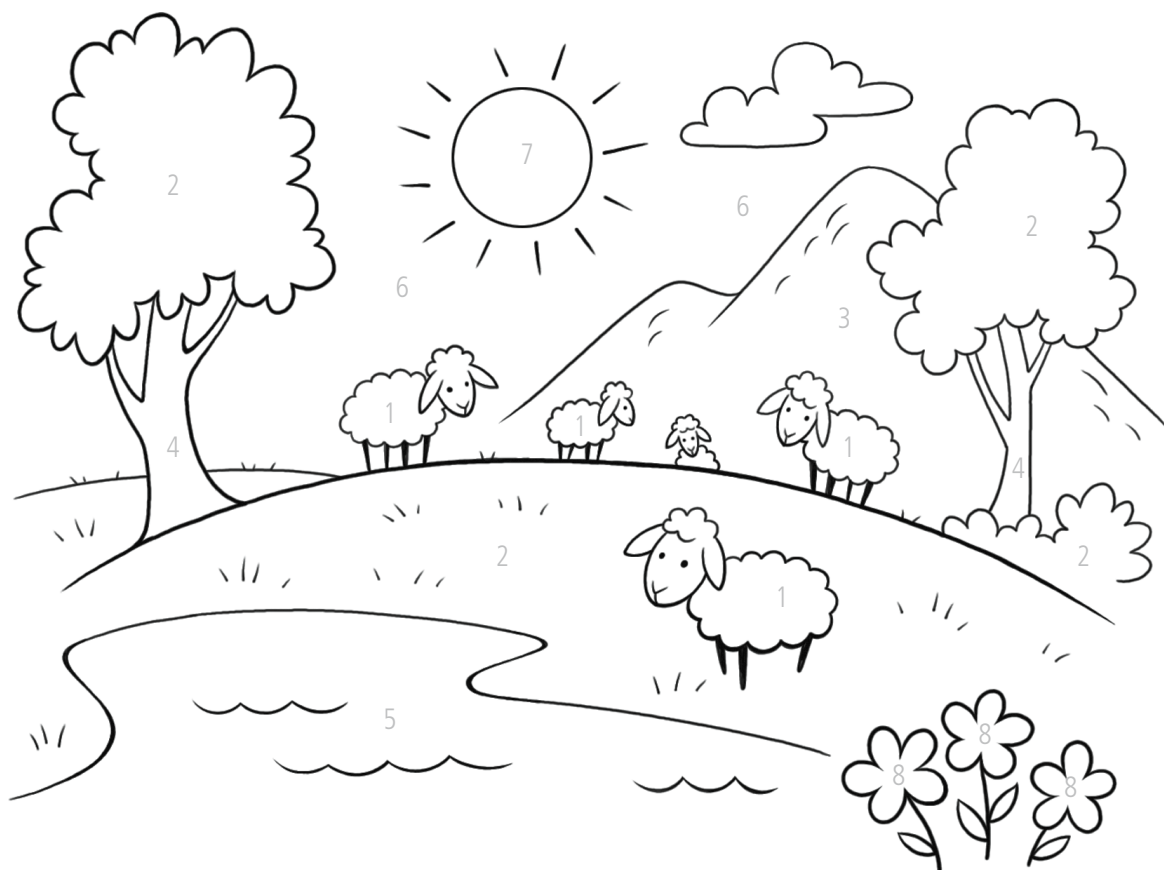
7 3 Nephi 19:11–26

2 3 Nephi 12:19–20, 44, 48

4 3 Nephi 18:1–12

6 3 Nephi 18:35–39

8 3 Nephi 20:1, 29–31





Andra får

När Jesus undervisade i Jerusalem sa han till folket att han hade "andra får" som han behövde undervisa (se Joh. 10:16). Han menade nephiterna och folk i andra länder. Efter sin uppståndelse besökte Jesus och undervisade nephiterna. Du kan läsa mer om hans besök på sidorna 76–78. Och titta efter ännu en läsutmaning i nästa nummer! ■

Jesus besöker nephiterna

När Jesus levde på jorden botade han människor som var sjuka eller skadade. Han lärde folket hur man ber. Han välsignade barnen.



Han kallade tolv apostlar och gav dem sakramentet för att hjälpa dem minnas honom.

Sedan dog Jesus och uppstod.



När Jesus hade uppstått besökte han nephiterna som bodde på andra sidan havet.

Han kallade tolv apostlar och gav dem prästadömet. Han botade människor som var sjuka eller skadade. Han lärde folket hur man ber. Alla böjde sig ner och tillbad honom.





Jesus sa till nephiterna att ta fram sina barn till honom. Han bad, och sedan välsignade han varje barn. Änglar kom och besökte dem.

Jesus gav nephiterna sakramentet så att de alltid skulle minnas honom. ■



Jag kan hjälpa min familj





President Ezra Taft Benson (1899–1994)

Kyrkans trettonde
president

DEN STORA STÖTESTENEN FÖR SION

*Högmod är i grunden konkurrensinriktat
till sin natur.*

Högmöd är en mycket missförstådd synd, och många syndar i okunghet. (se Mosiah 3:11; 3 Ne. 6:18). I skrifterna finns det inte något berättigt högmöd – högmöd betraktas alltid som synd. ...

Högmodets grunddrag är fiendskap – fiendskap mot Gud och vår nästa. *Fiendskap* betyder ”hat eller illvilja eller ett upproriskt tillstånd”. Det är makten varmed Satan vill regera över oss.

Högmod är i grunden konkurrensinriktat till sin natur. Vi mäter vår vilja mot Guds vilja. När vi riktar vårt högmod mot Gud, är det i andan "ske min vilja, inte din". ...

När vi sätter vår vilja mot Guds, får våra önskningar, lustar och begär råda otyglat. (Se Alma 38:12; 3 Ne. 12:30.)

De högmåda kan inte acceptera Guds myndighet i form av vägledning i livet. (Se Hel. 12:6.) De sätter sin uppfattning om sanningen emot Guds stora kunskap, sin egen förmåga emot Guds prästadömes kraft, sina bedrifter emot hans stora verk. ...



De högmodiga önskar att Gud ska hålla med dem. De är inte intresserade av att förändra sina åsikter, så att de överensstämmer med Guds.

Ett stort element i högmodets vanligt förekommande synd är också fiendskapen mot vår nästa. Vi frestas dagligen att sätta oss själva över andra och förringa dem. (Se Hel. 6:17; L&F 58:41.)

Den högmodige gör varje människa till sin motståndare genom att mäta sitt intellekt, sina åsikter, gärningar, rikedomar, talanger eller andra världsliga företräden med andras. Med C. S. Lewis' ord: "Högfärden har ingen glädje i att endast ha något, bara i att ha mer än den som kommer närmast. ... Det är av jämförelsen som stoltheten beror, glädjen

över att vara former än andra. När väl jämförelsen en gång är borta, är det också fallet med högfärden.” (*Kan man vara kristen?* Örebro: Bokförlaget Libris, 1992, s 117.) ...

De högmodiga fruktar människors domar mer än Guds domar. (Se L&F 3:6-7; 30:1-2; 60:2.) "Vad ska människor tänka om mig?" väger tyngre än "Vad ska Gud tänka om mig?" ...

När högmodet får grepp om vårt hjärta, förlorar vi vårt oberoende av världen och ger upp våra friheter i utbyte mot trældom under människors bedömning. Världen ropar högre än den Helige Andens viskningar. Det mänskliga förståndet sätter sig över Guds uppenbarelser, och de högmodiga släpper greppet om järnstången. (Se 1 Ne. 8:19–28; 11:25; 15:23–24) ...

Högmod är den stora stötestenen
för Sion. Jag upprepar: Högmod *är*
den stora stötestenen för Sion. ...

Vi måste ge efter ”för den Helige Andens maningar”, lägga av den högmodiga ”naturliga människan” och bli ”en helig genom Herren Kristi försoning” och bli ”som ett barn: undergiven, mild, ödmjuk”. (Mosiah 3:19; se även Alma 13:28.) ■

*Från "Tagen eder tillvara för högmod",
Nordstjärnan, juli 1989, s. 3–5. Standard-
iserad interpunktion.*

INSIKTER



Vad är en fars viktigaste arbete?

”En fars kanske allra viktigaste arbete är att vända sina barns hjärtan till deras himmelske Fader. Om en far genom sitt föredöme såväl som genom sina ord kan visa vad trohet mot Gud är i sitt dagliga liv, har den fadern skänkt sina barn nyckeln till frid i det här livet och evigt liv i den kommande världen.”

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum, ”Fäder”, *Liahona*, maj 2016, s. 94.

Också i det här numret

FÖR UNGA VUXNA



Ingen neutral mark HUR MEDIA PÅVERKAR OSS

Oavsett om vi tycker om det eller inte påverkas vi av media på ett eller annat sätt. Det är upp till oss att välja klokt.

s. 44

FÖR UNGDOMAR

s. 58 *Varför* Mormons bok?

Jag hade redan dömt Mormons bok innan jag hade läst den. Men sedan bestämde jag mig för att ge den en ärlig chans.



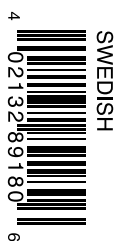
FÖR BARN



Jesus besöker nephiterna

s. 76

Undervisa dina barn om varför Frälsarens besök till nephiterna var viktigt.



JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

Sabbatsdagen hemma

Äldste Detlef H. Adler, Tyskland

Områdessjuttio

"På sjunde dagen hade Gud fullbordat sitt skapelseverk. Han vilade på sjunde dagen från hela det verk som han hade gjort.

Gud välsignade den sjunde dagen och helgade den" (1 Mos. 2:2, 3).

Redan från början här på jorden lärde vi oss att en dag för vila hade fastställts.

Senare ansåg Herren att en tydligare definition var nödvändig och gav ett bud:

"Sex dagar skall du arbeta och uträtta alla dina sysslor.

Men den sjunde dagen är Herrens, din Guds, sabbat. Då skall du inte utföra något arbete, Inte heller din son eller din dotter, din tjänare eller tjäna-

rinna eller din boskap, och inte heller främlingen som bor hos dig inom dina portar.

Ty på sex dagar gjorde Herren himlen och jorden och havet och allt som är i dem, men på sjunde dagen vilade han. Därför har Herren välsignat sabbatsdagen och helgat den" (2 Mos. 20:9–11).

Ytterligare förklaring var nödvändig, så "Herren sade till Mose: Säg till Israels barn: Mina sabbater skall ni hålla, ty de är ett tecken mellan mig och er från släkte till släkte, för att ni skall veta att jag är Herren som helgar er" (2 Mos. 31:13).

Israeliterna tog emot och skapade mycket detaljerade regler för sabbatsdagen, något som Frälsaren rättade till under sin jordiska verksamhet.

Äldste Detlef H.
Adler, Tyskland



Frälsaren kritiserade sin tids ledare och sa: "Sabbaten blev gjord för människan och inte människan för sabbaten. Så är Människosonen Herre också över sabbaten."

År 1831 kom ett ytterligare förtydligande genom en uppenbarelse, som löd:

"Och för att du mera fullständigt skall kunna hålla dig obefläckad av världen skall du gå till bönehuset och offra dina sakrament på min heliga dag.

Ty sannerligen, detta är en dag bestämd åt dig till att vila från ditt arbete och ägna den Allrahögste din andakt" (L&F 59:9, 10).

President Nelson har sagt: "Gud gav oss denna speciella dag, inte för nöjen eller dagligt arbete utan för vila från plikten, för fysisk och andlig





lindring” ("Sabbaten är en lust och en glädje", *Liahona*, maj 2015, s. 129).

Det här är principerna som vi har fått, förtydligade av nutida profeter och förklarade för oss, om och om igen!

Värderingarna i den värld vi lever i förändras dag för dag.

I dag gör många länder i världen sabbaten till en härlig och avkopplande shoppingdag, en dag fylld av nöjen!

Vi som sista dagars heliga lever i den här världen, och Herren känner oss. Vi har förmånen att undervisas av profeter, siare och uppenbarare som ger oss de verktyg vi behöver för att kunna fatta beslut.

Vi får ingen befallningarnas bok längre, men vi får instruktioner om hur vi kan lära oss att göra det som är rätt!

Vi måste ta på oss ansvaret och lära oss att fatta beslut!

*Gör rätt val på din vandring
genom livet.*

*I allt rätt Guds ande leder dig,
och dess ljus skall dig alltid bli-
givet,
när du vill gå den rätta stig.*

*Gör rätt val! Gör rätt val!
Med visdom välj den väg du går.
I dess ljus gör rätt val!
Då Guds välsignelse du får.*

(Psalmer, nr 162)

I den här underbara sången lär vi oss hur det här kan tillämpas på oss!

Vi börjar med att fråga vilket tecken vi ska ge Herren. Sedan studerar vi, begrundar och frågar i tro med ett öppet hjärta, så att vi kan förstå den

Helige Andens viskningar!

Jag vittnar om att du får ett svar, och vad som är ännu viktigare, du får ett andrum från världen på den här sjunde dagen, Herrens dag, och den blir en lust och en glädje! ■

LOKALA NYHETER

Stavskonferenshelg för Stockholms stav

Louise Karlsson, Stockholms stav

Under helgen 7–8 maj 2016 hölls en stavskonferens för Stockholms stav i Hägerstens kapell och med utsändning till församlingar utanför Stockholm. Det blev en andlig fest

med många berikande budskap.

Besökande från de sjuttios kvorum var äldste Paul V. Johnson, rådgivare i presidentskapet för området Europa och äldste Dini Ciacci. De var närvarande



FOTO SYSTER BECKSTRAND

Vid vårens stavskonferens för Stockholms stav talade, från vänster, förste rådgivaren i stavspresidentskapet Carl-Axel Karlsson, andre rådgivare Peter Forsgren, stavspresident Jakob Hagman och äldste Paul V. Johnson, rådgivare i presidentskapet för området för Europa.

under hela konferensen och talade till stavens medlemmar. Temat för konferensen var *Att stärka vår tro på Gud och Jesu Kristi försoning*. En genomströmmande tråd under konferensen belyste vår handlingsfrihet och förmåga att kunna påverka vår tro. Många av talarna delade med sig av hur deras val av handlingar hjälpt dem att behålla och stärka sin tro.

Givande budskap gavs även från stavspresidentskapet. Förste rådgivaren Carl-Axel Karlsson talade om att vår tro börjar vid födseln och att vi likt ett barn ständigt bör vara nyfikna på att stärka vår tro. Andre rådgivaren Peter Forsgren talade om vikten av att vända oss till Herren av hela vårt hjärta (se Mosiah 7:33) och att om vi vet att evangeliet är sant, väljer att leva där- efter (se Mosiah 18:10). Stavsresident Jakob Hagman talade om de många prövningar vi stöter på och hur de är nödvändiga för vår utveckling. Han talade om den kärlek Gud har till oss och hur Kristus – på grund av att han steg ned under allt – är perfekt placerad för att kunna lyfta oss i våra svåra stunder och verka som vår Frälsare.

Som avslutning på både lördagens och söndagens möten fick vi lyssna till äldste Dini Ciacci och äldste Johnson. Äldste Dini Ciacci påminde om planen för Europaområdet där ett av målen är att bli andligt oberoende. Han delade med sig av egna exempel på hur han försökt tillämpa planen i sin familj, men betonade att det finns inte bara ett sätt utan flera. Vi bör vända oss till Herren

i uppriktig bön för att söka vägledning om hur vi kan tillämpa planen i våra liv. Då får vi svar.

Under söndagen fick vi åter lyssna till äldste Johnson som avslutande talare där han talade om skillnaden mellan ljus och mörker. Ljuset bidrar till att vi kan se saker och ting mer tydligt och klart samt lägga märke till detaljer som annars är svåra att se om det hade varit mörkt. En senare parallell drogs till andligt ljus och mörker där vi liksom det fysiska ljuset kan se klarare ju starkare vårt andliga ljus är. Vi förstår evangeliet på ett djupare och tydligare sätt och kan hantera livet bättre. Får vi inte förse sig med andligt ljus genom olydnad är att det tar bort ljus och sanning

från våra liv och det blir svårare att kunna se *detaljerna* i evangeliet. Detta kan även leda till förlorat vittnesbörd och att man börjar ifrågasätta ifall man någonsin har känt Anden i sitt liv. Man har förlorat förståelsen och klarheten. När vi håller buden mottar vi sanning och ljus (L&F 93:28) och ju mer ljus vi har desto mer förstår vi. Andligt ljus är tillgängligt för alla och vi har många källor från vilka vi kan ta emot ljus i våra liv. När vi håller våra förbund blir det lättare för oss att se och förstå. Äldste Johnson förklarade att det är vi som bestämmer hur starkt vårt andliga ljus är och att vi kan vrida upp ljuset genom att öppna våra hjärtan för Guds undervisning (Alma 12:10–11). ■

Miraklet i Visby

Sara Petersson, Stockholms södra stav

Den lilla grenen på Gotland består av en trogen men liten skara medlemmar. Visby gren hoppas att en dag kunna få en församling på Gotland. De trogna medlemmarna arbetar och ber för att det ska kunna ske i framtiden. Att bygga upp en församling genom omvändelsesdop, när det för tillfället inte finns några barnfamiljer i grenen, är ett tufft arbete som kräver extremt hängivna missionärer och osjälviskt hängivna medlemmar. Gotland har de senaste åren haft i

snitt 1,5 dop per år. I den hastigheten skulle det ta 225 år för Visby gren att öka tillräckligt mycket för att bli en församling. Och då krävs det att alla nuvarande medlemmar och omvända förblir aktiva. Det är uppenbart att Visby gren inte bara behöver bönesvar för att nå sin vision och dröm om att bli en församling. Det behövs mirakel!

I slutet av 2015 beslutade Visby grensråd att de skulle öka sina ansträngningar att nå sitt långsiktiga mål. Alla i grenen ombads att under fastehelgen i november fasta för att missionärerna skulle hitta en familj att undervisa. Grenens medlemmar fastade och bad med detta speciella

syfte i åtanke. Även efter att fastan var slut fortsatte bönerna att sändas upp från Gotland.

En dag i november arbetade äldsterna inne i Visby. De kontaktade en liten grupp nyanlända som inte talade svenska och väldigt lite engelska. Äldsterna gav dem ett utdelningskort och bjöd in dem till kyrkan. Genom Google Translate kunde de kommunicera något och en av männen sa att han ville lära sig om Kristus. I slutet av november kom två av dem till kyrkan.

Äldsterna undervisade dem om återställelsen av evangeliet och om vem Kristus är. Missionärerna visade dem en bild på Kristi dop, varpå de båda sa att de också ville bli döpta. De båda männen döptes på sitt uppsatta dopdatum den 2 januari. Genom dessa män kom missionärerna i kontakt med fler intresserade. I dag är sonen till en av männen medlem och även fyra andra som missionärerna kom i kontakt med genom dessa två män.

Grenspresidenten Michael Madden vittnar: "Gud svarar på böner, kanske inte på det sätt som vi tror att de ska besvaras, utan på de sätt som uppfyller hans planer och de planer han har för sin kyrka. Herren sände oss några ödmjuka, underbara män som redan hade en djup tro på Gud och som inget hellre ville än att lära känna honom och följa hans väg."

Genom dessa nya medlemmars fantastiska exempel har missionärerna på Gotland nu över ett dussin uppriktiga undersökare.

President Madden säger: "Jag önskar att vi alla, som är så välsignade med att leva i Sverige, kunde ha samma starka tro på Gud och på att han svarar våra böner som dessa män gjorde."

Ännu en detalj känns angelägen att berätta. Alla de här underbara människorna som döpts in i Visby gren i år kom till Sverige den första helgen i november. Samma helg som grenen fastade för ett mirakel. ■

Lokala sidorna behöver artiklar från medlemmar!

Dina lokala sidor tas fram av medlemmar i ditt eget område under ledning av områdespresidentskapet, för att möta behoven och upplevelserna hos medlemmar där du bor.

Om det finns lokala sidor i varje nummer eller inte beror på om det finns lokalt innehåll. Vi uppmanar dig att berätta om dina trosstärkande tankar och upplevelser genom att kontakta din lokala redaktör. ■

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, Favorit-skriftställe (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 2 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, jesukristikyrka.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 ■