



**Äldste Quentin L. Cook**  
i de tolv apostlarnas kворum

## Välj förståndigt

*”Förkasta det onda och välj det goda” (se Jes. 7:15).*

**M**ina kära bröder, min önskan i kväll är att ge er några råd om beslut och val.

När jag var en ung advokat i San Francisco-området arbetade vår firma med företaget som producerade tv-specialer med Snobben för större helgdagar.<sup>1</sup> Jag kom att uppskatta Charles Schultz och hans serie *Snobben*, med Karl, Gullan, Snobben och andra härliga personligheter.

En av mina favoritstrippar handlar om Gullan. Som jag minns det spelade Karls basebollag en viktig match. Gullan spelade högerfältare och en hög boll kom mot henne. Baserna var fulla och det var matchens sista boll. Om Gullan fångade bollen skulle hennes lag vinna. Om Gullan tappade bollen skulle det andra laget vinna.

Som bara kan ske i en tecknad serie omringade hela laget Gullan när bollen var på väg ner. Gullan tänkte: ”Om jag fångar bollen blir jag hjälte, om inte blir jag syndabock.”

Bollen kom ner och medan hennes lagkamrater förväntansfullt såg på tappade Gullan bollen. Karl slängde sin handske på marken i frustration. Gullan tittade på sina lagkamrater, satte händerna i sidan och sa: ”Hur förväntar ni er att jag ska kunna fånga bollen när jag oroar mig över vårt lands utrikespolitik?”

Detta var en av många bollar som Gullan tappade genom åren och hon hade en ny ursäkt varje gång.<sup>2</sup> Fastän Gullans ursäkter alltid var humoristiska var de samtidigt bortförklaringar. De var osanna anledningar till att hon missade bollen.

President Thomas S. Monson har under sin verksamhet ofta sagt att våra beslut avgör vårt öde.<sup>3</sup> I samma anda är mitt råd i kväll att vi ska höja oss över bortförklaringar som hindrar oss från att fatta rättfärdiga beslut, särskilt i fråga om att tjäna Jesus Kristus. I Jesaja får vi lära oss att vi måste ”förkasta det onda och välja det goda”.<sup>4</sup>

Jag tror det är extra viktigt i vår tid, när Satan härjar i människors hjärtan på så många nya och listiga sätt, att vi gör våra val och fattar våra beslut med omsorg och efter de mål och avsikter vi säger oss ha i livet. Vi behöver vara fullständigt hengivna buden och strikt följa heliga förbund. När vi låter bortförklaringar hindra oss från tempelbegåvning, värdiga missioner och tempeläktenskap blir de särskilt skadliga. Det är hjärtskärande när vi säger oss tro på de här målen och sedan försummar att dagligen handla på det sätt som krävs för att nå dem.<sup>5</sup>

En del ungdomar säger att de har som mål att gifta sig i templet, men







dejtar inte tempelvärdiga personer. Sanningen är den att vissa inte dejtar alls! Ni män som är ensamstående, ju längre ni förblir ogifta efter att ha uppnått en passande ålder och mognad, desto mer bekväma kanske ni blir. Men desto mer *obekväma borde* ni bli! "Verka med iver"<sup>6</sup> i andliga och sociala aktiviteter som är förenliga med era mål att viga i templet.

Vissa skjuter upp giftermålet tills de är färdigutbildade och har fått jobb. Fastän det är allmänt accepterat i världen uppvisar ett sådant tänkesätt inte någon tro, det följer inte nutida profeters råd och överensstämmer inte med den sunda läran.

Jag träffade nyligen en fin ung man i tonåren. Hans mål var att bli missionär, utbilda sig, gifta sig i templet och få en trofast lycklig familj. Jag var mycket glad över hans mål. Men under vårt samtal blev det uppenbart att hans handlingar och de val han gjorde inte stämde överens med hans mål. Jag kände att han uppriktigt ville bli missionär och undvek allvarliga överträdelse som skulle förhindra det. Men hans dagliga beteende förberedde honom inte för de fysiska, känslomässiga, sociala och andliga utmaningar han skulle möta.<sup>7</sup> Han hade inte lärt sig att arbeta hårt. Han tog inte skolan eller seminariet på allvar. Han gick i kyrkan men hade inte läst Mormons bok. Han tillbringade mycket av sin tid med videospel och på sociala media. Han verkade tro att det räckte att bara vara där under missionen. Unga män, förnya er beslutsamhet att bete er värdigt och på allvar förbereda er för att bli sändebud åt vår Herre och Frälsare Jesus Kristus.

Jag tänker inte bara på de stora livsavgörande besluten utan också på allt däremellan – vardagslivet och de till synes alldagliga besluten om vad vi ska ägna större delen av vår tid

åt. Inom dessa områden behöver vi betona måttlighet, balans och framför allt visdom. Det är viktigt att höja sig över bortförklaringar och fatta de bästa besluten.

Ett ypperligt exempel på behovet av måttlighet, balans och visdom är hur vi använder internet. Det kan användas för missionsarbete, som hjälp i prästadömsansvar, till att hitta kära förfäder för heliga tempelförrättningar och mycket mer. Möjligheterna till sådant som är gott är enorma. Vi vet också att det kan förmedla mycket som är ont, däribland pornografi, näthat<sup>8</sup> och anonymt skvaller. Det kan också främja dårskap. Som broder Randall L. Ridd så träffande påpekade under den senaste generalkonferensen när han pratade om internet: "Du [kan] fastna i en oändlig mängd oviktiga saker som upptar din tid och sänker din potential."<sup>9</sup>

Distractioner och motsatser till rättfärdighet finns inte bara på internet utan överallt. De påverkar inte bara ungdomar utan oss alla. Vi lever i en värld som bokstavligt talat är i uppror.<sup>10</sup> Vi omges av överdrivna framställningar av "lekar och underhållning" och av omoraliska och dysfunktionella liv. De framställs som det normala i många medier.

Äldste David A. Bednar uppmanade nyligen medlemmar att vara visa sitt sanna jag i sociala media.<sup>11</sup> Den framstående tänkaren Arthur C. Brooks betonade det här. Han observerar att i sociala media nämner vi ofta de glada delarna i våra liv, men inte de svåra stunderna i skolan eller på jobbet. Vi målar upp ett ofullständigt liv, ibland på ett självförhärligande eller falskt sätt. Vi visar upp det livet och sedan tar vi till oss av våra "sociala mediavänners nästan uteslutande falska liv". Brooks fastslår: "Hur kan man undgå att må sämre när



man använder en del av sin tid till att låtsas vara lyckligare än man är och den andra delen av tiden åt att se hur mycket lyckligare andra verkar vara än en själv?"<sup>12</sup>

Ibland känns det som om vi håller på att drunkna i lättsinnig dårskap, meningslöst oväsen och ständiga stridigheter. När vi vrider ner volymen och undersöker innehållet finns det ytterst lite som är till hjälp i vår eviga strävan mot rättfärdiga mål. En far besvarade med visdom sina barns otaliga önskemål om att få delta i de här tidsfördriven. Han frågade dem helt enkelt: "Gör det dig till en bättre människa?"

När vi bortförklarar felaktiga val, stora som små, som är oförenliga med det återställda evangeliet, går vi miste om välsignelser och beskydd som vi behöver och blir ofta insnärjda i synd eller villar helt enkelt bort oss.

Jag är särskilt bekymrad över dårskap<sup>13</sup> och besattheten av "allt nytt". I kyrkan uppmuntrar vi och uppskattar sanning och kunskap av varje slag. Men när kultur, kunskap och sociala sedvänjor skiljer sig från Guds plan för lycka och Jesu Kristi ytterst viktiga roll sker ett oundvikligt sönderfall av samhället.<sup>14</sup> I vår tid – trots nya framsteg inom många områden, framförallt inom vetenskap och kommunikation – har grundläggande värderingar holkats ur och allmän lycka och välbefinnande har minskat.

När aposteln Paulus inbjöds att tala på Areopagen i Aten fann han en del

av samma intellektuella hycklande och brist på sann visdom som finns i dag.<sup>15</sup> I Apostlagärningarna läser vi: "Athenarna liksom främlingarna där ägnade nämligen all sin tid åt att tala om och lyssna till senaste nytt för dagen."<sup>16</sup> Paulus betonade Jesu Kristi uppståndelse. När åhörarna insåg att hans budskap var religiöst började några håna honom. Andra avfärdade honom och sa: "Vi vill höra dig tala om detta en annan gång."<sup>17</sup> Paulus lämnade Aten utan någon framgång. Dean Frederic Farrar skrev om detta besök: "I Aten grundade han ingen kyrka, till Aten skrev han inget brev, och i Aten, fastän han ofta passerade dess grannområden, satte han aldrig sin fot igen."<sup>18</sup>

Jag tycker att äldste Dallin H. Oaks inspirerade budskap som gör skillnad på "bra, bättre, bäst" ger oss ett effektivt sätt att utvärdera val och prioriteringar.<sup>19</sup> Många val är inte onda i sig, men om de upptar all vår tid och hindrar oss från de bästa valen blir de förrädiska.

Till och med bra satsningar behöver utvärderas för att vi ska kunna fastställa om de har blivit något som tar fokus från de bästa målen. Som tonåring hade jag ett minnesvärt samtal med min far. Han tyckte inte att tillräckligt många ungdomar fokuserade på och förberedde sig för långsiktiga, viktiga mål – som att skaffa jobb och försörja en familj.

Meningsfulla studier och förberedande arbetslivserfarenhet låg alltid

överst bland fars rekommenderade prioriteter. Han förstod att fritidssysselsättningar som debattkurser och elevrådsarbete kunde ha direkt anslutning till några av mina viktiga mål. Han var inte lika förtjust i all den tid jag ägnade åt amerikansk fotboll, basket, baseboll och löpning. Han erkände att idrott kunde ge styrka, uthållighet och samarbetsförmåga, men framhöll att det kanske vore bättre om jag koncentrerade mig på en enda sport, och kortare tid. Som han såg det var idrott bra, men inte det bästa *för mig*. Han bekymrade sig över att vissa sporter gick ut på att bygga lokal berömmelse på bekostnad av viktigare långsiktiga mål.

Med tanke på det är en av orsakerna till att jag tycker om dagstrippen när Gullan spelar baseboll att jag, i min fars ögon, borde ha studerat utrikespolitik och inte oroat mig för om jag lyckades fånga bollen. Jag vill klargöra att min mor älskade sport. Hon skulle ha behövt läggas in på sjukhus för att missa någon av mina matcher.

Jag hade bestämt mig för att följa fars råd och inte spela i lagen på college. Men så berättade vår fotbollstränare på high school att Stanfords fotbollstränare ville äta lunch med Merlin Olsen och mig. De av er som är yngre känner nog inte till Merlin. Han var en otrolig all-American-tacklare i fotbollslaget för Logan High School där jag spelade quarterback,



safety och returnerade avsparkar och ”puntar”. På high school var Merlin eftersökt av de flesta stora fotbollslagen i landet. På college vann han Outland-trofén som landets bästa inre linjespelare. Merlin blev till slut rankad trea i uttagningen till National Football League och spelade otroliga 14 år i rad i Pro Bowl. Han kom med i Pro Football Hall of Fame 1982.<sup>20</sup>

Lunchen med Stanfords tränare var på restaurang Bluebird i Logan i Utah. Efter att vi skakat hand såg han mig inte i ögonen en enda gång. Han talade med Merlin och ignorerade mig.



Först när lunchen var slut vände han sig till mig, men kom inte ihåg vad jag hette. Sedan sa han till Merlin: ”Om du väljer Stanford och vill ha med dig din vän så har han så bra betyg att det nog går att ordna.” Den här upplevelsen bekräftade för mig att jag borde följa min fars kloka råd.

Min avsikt är inte att avråda er från idrott, internet eller andra givande aktiviteter som unga tycker om. Det är den sortens aktiviteter som kräver måttlighet, balans och visdom. När de

används förståndigt berikar de våra liv.

Men jag uppmanar alla, unga som gamla, att se över sina mål och ambitioner och sträva efter att utöva större disciplin. Vårt dagliga handlande och våra val bör stämma överens med våra mål. Vi behöver höja oss över bortförklaringar och distraktioner. Det är särskilt viktigt att göra val som överensstämmer med våra förbund att tjäna Jesus Kristus i rättfärdighet.<sup>21</sup> Vi får aldrig ta blicken från eller tappa den bollen av någon anledning.

Detta livet är tiden att bereda sig att möta Gud.<sup>22</sup> Vi är ett glatt och lyckligt folk. Vi uppskattar sinne för humor och värdesätter ledig tid med vänner och familj. Men vi behöver inse att det finns ett allvarligt syfte som måste ligga till grund för vår inställning till livet och alla våra val. Disträherande faktorer och bortförklaringar som hindrar vår utveckling är skadliga nog, men när de försvagar vår tro på Jesus Kristus och hans kyrka är de förödande.

Min bön är att vårt beteende som prästadömsbärare ska stämma med den ädla strävan som krävs av dem som är i Mästarens tjänst. I allt vi gör bör vi minnas att ”tapperhet i vittnesbördet om Jesus” är den stora skilljelinjen mellan celestia och terrestriala riket.<sup>23</sup> Vi vill vara på den celestia sidan i den uppdelningen. Som en av hans apostlar bär jag ett innerligt vittnesbörd om försoningens verklighet och om Jesu Kristi, vår Frälsares, gudomlighet. I Jesu Kristi namn, amen. ■

#### SLUTNOTER

1. Tv-specialer av Lee Mendelson-Bill Melendez Production.
2. Från att Saturnus månar distraherat henne till att hon oroade sig för giftiga ämnen i handsken, hade Gullan alltid en bortförklaring till att hon tappade bollen.
3. Se ”Decisions Determine Destiny”, kapitel 8 i *Pathways to Perfection: Discourses of Thomas S. Monson* (1973), s. 57–65.
4. Jes. 7:15.
5. ”Om det var lika lätt att göra det man borde som att veta vad man borde göra, då stod det katedraler där det står kapell och slott där fattigfolkets kojor står.” (William Shakespeare, *Köpmannen i Venedig*, akt 1, scen 2, rad 12–14; svensk översättning av Lars Huldén. Ordfront förlag, Stockholm 2004).
6. L&F 58:27.
7. Se *Adjusting to Missionary Life* (häfte, 2013), s. 23–49.
8. Se Stephanie Rosenbloom, ”Dealing with Digital Cruelty”, *New York Times*, 24 aug. 2014, s. SR1.
9. Randall L. Ridd, ”Valmöjligheternas släkte”, *Liahona*, maj 2014, s. 56.
10. Se L&F 45:26.
11. Se David A. Bednar, ”To Sweep the Earth as with a Flood” (tal hållet under utbildningsveckan vid BYU, 19 aug. 2014); [lds.org/prophets-and-apostles/unto-all-the-world/to-sweep-the-earth-as-with-a-flood](http://lds.org/prophets-and-apostles/unto-all-the-world/to-sweep-the-earth-as-with-a-flood).
12. Arthur C. Brooks, ”Love People, Not Pleasure”, *New York Times*, 20 juli 2014, s. SR1.
13. Tyvärr är dårskap ett tidsfördriv som ökat i vår tid. När Frälsaren räknade upp några av de saker som kan förorena människan tog han med dårskap (se Mark. 7:22).
14. Det här hände i forntida Grekland och Rom, liksom bland folken i Mormons bok.
15. Se Frederic W. Farrar, *The Life and Work of St. Paul* (1898), s. 302. Det fanns filosofer av alla slag, bland annat epikuréer och stoiker, motståndare till varandra som ibland kallats hedendomens fariséer och sadducéer. Se också Quentin L. Cook, ”Rikta sin blick bortom målet”, *Liahona*, mars 2003, s. 21–24.
16. Apg. 17:21.
17. Apg. 17:32.
18. Farrar, *The Life and Work of St. Paul*, s. 312.
19. Se Dallin H. Oaks, ”Bra, bättre, bäst”, *Liahona*, nov. 2007, s. 104–108.
20. Merlin Olsen var en framgångsrik amerikansk fotbollsspelare, skådespelare och sportkommentator för NBC. Han vann Outland-trofén när han spelade amerikansk fotboll för Utah State University. Han spelade professionell amerikansk fotboll för Los Angeles Rams. På tv spelade han Jonathan Garvey i *Lilla huset på prärien*, där hans medspelare var Michael Landon, och han hade ett eget tv-program, *Father Murphy*. Merlin gick bort den 11 mars 2010 och vi saknar honom mycket.
21. Se L&F 76:5.
22. Se Alma 34:32.
23. L&F 76:79.