

vond net als Abraham antwoorden op de belangrijkste levensvragen.

De belangrijke vragen gaan over de belangrijkste kwesties: het plan van onze hemelse Vader en de verzoening van de Heiland. Onze zoektocht hoort van ons een vriendelijker, zachtaardiger, liefdevoller, vergevingsgezinder, geduldiger en trouwer discipel te maken. We moeten bereid zijn om te doen wat Paulus onderwees: 'Draag elkaars lasten, en vervul zo de wet van Christus.'¹³

Elkaars lasten dragen betekent iedereen helpen, steunen en begrijpen, onder wie de zieken, zwakken, armen van geest of lichaam, zoekenden en bezorgden, maar ook medeleden, onder wie kerkleiders die de Heer voor een periode geroepen heeft.

Broeders en zusters, blij in de boot, draag uw reddingsvest en houd u met beide handen vast. Laat u niet afleiden! En als iemand onder u uit de boot is gevallen, zoeken we u, vinden we u, helpen we u en trekken we u weer veilig aan boord van het oude schip Zion, waarop God de Vader en de Heer Jezus Christus aan het roer staan en ons leiden. Daar getuig ik van in de naam van Jezus Christus. Amen. ■

NOTEN

1. Zie *Leringen van kerkpresidenten: Brigham Young* (1997), pp. 82–83.
2. Brigham Young, 'Discourse', *Deseret News*, 27 januari 1858, p. 373.
3. Brigham Young, 'Remarks', *Deseret News*, 18 november 1857, p. 291.
4. Alma 5:26.
5. M. Russell Ballard, 'Mission Leadership' (seminar voor nieuwe zendingspresidenten, 25 juni 2014), p. 8.
6. M. Russell Ballard, 'Wees stil en weet dat ik God ben' (CES-haardvuuravond, 4 mei 2014); lds.org/broadcasts.
7. Alma 17:2.
8. Alma 17:3.
9. Brief van het Eerste Presidium en het Quorum der Twaalf Apostelen, 28 juni 2014.
10. Joseph Smith, *Elders' Journal*, juli 1838, p. 44.
11. 2 Nephi 31:20.
12. Brief van het Eerste Presidium en het Quorum der Twaalf Apostelen, 28 juni 2014.
13. Galaten 6:2.



Ouderling Richard G. Scott
van het Quorum der Twaalf Apostelen

Geloofsoefening — uw eerste prioriteit

Ondanks alle nare problemen die we in het leven hebben, moeten we de tijd nemen om actief ons geloof te oefenen.

Toen Adam en Eva in de hof van Eden waren, werd hun alles wat zij voor hun dagelijkse onderhoud nodig hadden, overvloedig gegeven. Ze hadden geen moeilijkheden, problemen of pijn. Omdat ze geen moeilijke tijden doormaakten, wisten ze niet dat ze gelukkig konden zijn. Ze hadden nooit beroering gevoeld, dus konden ze geen gemoedsrust voelen.

Uiteindelijk overtraden Adam en Eva het verbod om van de vrucht van de boom van de kennis van goed en kwaad te eten. Daardoor verkeerden ze niet meer in een onschuldige toestand. Ze kregen met de beginselen van tegenstelling te maken. Ze werden ziek, wat hun gezondheid verzwakte. Ze waren bedroefd en blij.

Doordat Adam en Eva van de verboden vrucht hadden genomen, kwam de kennis van goed en kwaad in de wereld. Door hun keus konden wij naar deze aarde komen om hier beproefd te worden.¹ Wij zijn gezegend met keuzevrijheid, ons vermogen om beslissingen te nemen en verantwoordelijkheid te dragen voor die beslissingen. Door de val kunnen we in ons leven zowel geluk als droefenis ondervinden. We kunnen

gemoedsrust begrijpen omdat we beroering voelen.²

Onze hemelse Vader wist dat dit ons zou overkomen. Het maakt allemaal deel uit van zijn volmaakte plan van geluk. Hij maakte het mogelijk door het leven van zijn volmaakte gehoorzame Zoon, Jezus Christus, onze Heiland, die door zijn verzoening alle moeilijkheden overwon die wij in het sterfelijk leven kunnen ondervinden.

We leven in zware tijden. Ik hoef niet alle bronnen van kwaad in de wereld op te noemen. Het is niet nodig om alle problemen en vormen van verdriet die we in het sterfelijk leven tegen kunnen komen, op te noemen. Ieder van ons is zich pijnlijk bewust van zijn eigen worsteling met verleiding, pijn en verdriet.

In de voorsterfelijke wereld leerden we dat ons doel hier is om beproefd te worden en te groeien.³ We wisten dat we met het kwaad van de tegenstander geconfronteerd zouden worden. Soms zijn we ons bewuster van de negatieve kanten van het sterfelijke leven dan de positieve. De profeet Lehi heeft gezegd: 'Want er moest wel een tegenstelling in alle dingen zijn.'⁴

Ondanks alle nare problemen die we in het leven hebben, moeten we de tijd nemen om actief ons geloof te oefenen. Met dergelijke oefeningen geven wij de positieve geloofskracht van de verzoening van Jezus Christus ruimte in ons leven.

Onze Vader in de hemel heeft ons hulpmiddelen gegeven om tot Christus te komen en geloof te oefenen in diens verzoening. Wordt het gebruik van die hulpmiddelen een vaste gewoonte, dan worden ze de makkelijkste manier om gemoedsrust te vinden te midden van de problemen in dit sterfelijk leven. Ik heb besloten om vandaag vier van die hulpmiddelen te bespreken. Bedenk tijdens mijn toespraak hoe u elk hulpmiddel gebruikt. Vraag de Heer vervolgens hoe u er beter gebruik van kunt maken.

Gebed

Het eerste hulpmiddel is gebed. Praat vaak met uw Vader in de hemel. Trek dagelijks tijd uit om Hem uw gedachten en gevoelens voor te leggen. Vertel Hem alles wat u bezighoudt. Hij is niet alleen geïnteresseerd in de belangrijkste dingen, maar ook in de alledaagse facetten van uw leven. Vertel Hem over al uw gevoelens en ervaringen.

Omdat uw Vader in de hemel uw keuzevrijheid respecteert, zal Hij u nooit dwingen om tot Hem te bidden. Maar gebruikt u uw keuzevrijheid om Hem te betrekken bij elk aspect van uw dagelijkse leven, dan vult uw hart zich met vrede, opbeurende vrede. Die vrede zal een eeuwig licht werpen op uw moeilijkheden. Het zal ertoe bijdragen om die problemen vanuit een eeuwig perspectief op te lossen.

Ouders, zorg ervoor dat uw kinderen veilig blijven door hen elke ochtend en avond te wapenen met de kracht van het gezinsgebed. Kinderen



worden dagelijks gebombardeerd met het kwaad van begeerte, hoogmoed en legio andere vormen van zondig gedrag. Bescherm uw kinderen tegen dagelijkse wereldse invloeden door ze te sterken met de grote zegeningen die uit het gezinsgebed voortvloeien. U mag het gezinsgebed onder geen enkele voorwaarde overslaan.

Schriftstudie

Het tweede hulpmiddel is het woord Gods in de Schriften en de woorden van de levende profeten te bestuderen. Het is door gebed dat we tot God spreken. En Hij reageert meestal door zijn geschreven woord. Wilt u te weten komen hoe de stem van God klinkt en aanvoelt, lees dan zijn woorden, bestudeer de Schriften en overpeins ze.⁵ Maak ze een integraal onderdeel van het dagelijks leven. Als u wilt dat uw kinderen de ingevingen van de Geest herkennen, begrijpen en ernaar handelen, dan moet u de Schriften met hen bestuderen.

Geloof niet in Satans leugen dat u geen tijd hebt om de Schriften te bestuderen. Besluit de tijd uit te trekken om ze te bestuderen. U dagelijks aan Gods woord vergasten, is belangrijker dan slaap, school, werk, televisieprogramma's, computerspellen of

sociale media. U moet misschien uw prioriteiten opnieuw op een rijtje zetten om ervoor te zorgen dat u tijd hebt om Gods woord te bestuderen. Als dat nodig is, doe het dan!

We hebben bij monde van profeten veel beloften gekregen aangaande de zegeningen van dagelijkse Schriftstudie.⁶

Daar voeg ik deze belofte aan toe: besteedt u dagelijks individueel en met uw gezin tijd aan het bestuderen van Gods woord, dan zal vrede de boventoon voeren in uw leven. Die vrede krijgen we niet van de buitenwereld. We krijgen die vrede thuis, in het gezin, en zij komt uit uw eigen hart. Het is een gave van de Geest. U zult vrede uitstralen en in de wereld om u heen anderen beïnvloeden. U levert dan een hele belangrijke bijdrage aan de algehele vrede in de wereld.

Ik beweer niet dat u geen moeilijkheden meer zult ondervinden in dit leven. Bedenk dat Adam en Eva in de hof van Eden geen moeilijkheden hadden, maar ook geen geluk, vreugde en vrede konden ervaren.⁷ Moeilijkheden maken een belangrijk deel uit van het sterfelijk leven. Door consequent dagelijks in de Schriften te studeren, zult u vrede ondervinden te midden van de beroering om u heen,

en zult u de kracht krijgen om verleiding te weerstaan. U zult een sterk geloof ontwikkelen in Gods genade en weten dat door de verzoening van Jezus Christus alles op Gods tijd in orde zal komen.

Gezinsavond

Denk in uw streven naar het versterken van uw gezin en het ontwikkelen van vrede aan dit derde hulpmiddel: de wekelijkse gezinsavond. Waak ervoor om uw gezinsavond niet even snel nog af te raffelen na een drukke dag. Besluit dat uw gezin de maandagavond samen thuis doorbrengt. Laat werk, sport, bezigheden buitenshuis, huiswerk of wat dan ook niet belangrijker worden dan de tijd die u thuis met uw gezin doorbrengt.

De structuur van de avond is niet zo belangrijk als de tijd die u erin investeert. U zou zowel formeel als informeel in het evangelie moeten onderwijzen. Maak er voor het hele gezin een zinvolle gebeurtenis van. De gezinsavond is een waardevolle tijd waarin de gezinsleden in een veilige omgeving hun getuigenis

kunnen geven; leren onderwijzen, plannen en organiseren; gezinsbanden aanhalen; gezinstradities vestigen; met elkaar praten; en, belangrijker, plezier hebben!

Tijdens de afgelopen algemene aprilconferentie deed zuster Linda S. Reeves krachtig verklaard: '[Ik kan] niet anders dan getuigen van de zegeningen van dagelijkse Schriftstudie, gebed en wekelijkse gezinsavond. Dat zijn de zaken die stress wegnemen, leiding in ons leven brengen en ons gezin beschermen.'⁸ Zuster Reeves is een erg wijze vrouw. Ik dring er erg bij u op aan om zelf een getuigenis te krijgen van deze drie cruciale gewoonten.

Tempelbezoek

Het vierde hulpmiddel is naar de tempel gaan. We weten allemaal dat er geen vrediger plek op deze aarde is dan in de tempel van God. Als u geen tempelaanbeveling hebt, zorg dan dat u ervoor in aanmerking komt. Als u een aanbeveling hebt, gebruik die dan vaak.⁹ Plan geregeld tempelbezoek in. Laat niets of niemand u ervan weerhouden om daarheen te gaan.

Luister in de tempel naar de woorden bij de verordeningen, overpeins ze, bid erover, en probeer de betekenis ervan te begrijpen. De tempel is een van de beste plekken om de kracht van de verzoening van Jezus Christus te gaan begrijpen. Zoek *Hem* daar. Bedenk dat u nog veel meer zegeningen ontvangt als u eigen familienamen meeneemt naar de tempel.

Deze vier hulpmiddelen zijn de basisgewoonten die de kracht van de verzoening van Jezus Christus in uw leven zullen waarborgen. Onthoud dat onze Heiland de Vredevorst is. Vrede in dit sterfelijk leven komt door zijn zoenoffer. Als we consequent 's ochtends en 's avonds bidden, dagelijks onze Schriften bestuderen, wekelijks gezinsavond houden en regelmatig naar de tempel gaan, geven we actief gehoor aan zijn uitnodiging om 'tot Hem te komen'. Hoe beter we die gewoonten ontwikkelen, hoe meer Satan ons kwaad wil doen, maar hoe minder hij daartoe in staat is. Door het gebruik van deze hulpmiddelen maken we gebruik van onze keuzevrijheid om de volle gaven van Christus' zoenoffer te aanvaarden.

Ik stel niet dat alle moeilijkheden van het leven verdwijnen als u dit doet. We komen juist in dit sterfelijk leven om te groeien door beproefd en op de proef gesteld te worden. Door moeilijkheden gaan we meer op onze Vader in de hemel lijken en stelt de verzoening van Jezus Christus ons in staat om die moeilijkheden te doorstaan.¹⁰ Ik getuig dat we, als we actief tot Hem komen, elke verleiding, elk hartzeer en elk probleem kunnen doorstaan. In de naam van Jezus Christus. Amen. ■

NOTEN

1. Zie Mozes 5:11.
2. Zie Mozes 6:4-5.
3. Zie Abraham 3:25.



Cuahtémoc (Mexico)



4. 2 Nephi 2:11.

5. Zie Leer en Verbonden 18:36; zie ook vss. 34–35.

6. Enkele voorbeelden:

President Thomas S. Monson: ‘Als we de Schriften lezen en overpeinzen, ervaren we de zoete influisteringen van de Geest aan onze ziel. We kunnen antwoorden vinden op onze vragen. We leren de zegeningen kennen die komen door ons aan Gods geboden te houden. We verwerven een zeker getuigenis van onze hemelse Vader en onze Heiland, Jezus Christus, en hun liefde voor ons. In combinatie met onze gebeden kunnen wij door Schriftstudie met zekerheid weten dat het evangelie van Jezus Christus waar is. [...] Als we aan het gebed denken en de tijd nemen voor de Schriften, zal ons leven oneindig meer gezegend zijn en zullen onze lasten lichter worden.’ (‘Wij staan er nooit alleen voor’, *Liahona*, november 2013, p. 122.)

President Gordon B. Hinckley: ‘Zonder voorbehoud beloof ik u dat er een grotere mate van de Geest des Heren in uw huis zal komen indien u het Boek van Mormon met een gebed in uw hart leest, ook al hebt u het al vele malen gelezen. U zult zijn geboden met grotere vastberadenheid gehoorzamen, en u zult een sterker getuigenis ontvangen dat de Zoon leeft.’ (‘Een krachtig en waar getuigenis’, *Liahona*, augustus 2005, p. 6.)

President Howard W. Hunter: ‘Een gezin wordt rijkelijk gezegend als een wijze vader en moeder hun kinderen samen uit de Schriften lezen en de prachtige verhalen en denkbeelden dan zo bespreken dat iedereen ze begrijpt. Jongeren en kleine kinderen hebben vaak een verbazend inzicht in fundamentele, godsdienstige lectuur.’ (‘Reading the Scriptures’, *Ensign*, november 1979, p. 64.)

President Ezra Taft Benson: ‘Vaak doen we er veel aan om de statistieken van onze ringen te verbeteren. We werken ijverig aan een hoger percentage aanwezig in

de avondmaalsdienst. We werken eraan om meer jongemannen op zending te laten gaan. We streven ernaar om het aantal tempelhuwelijken te vergroten. Dat is allemaal prijzenswaardig en belangrijk voor de groei van het koninkrijk. Maar als de leden en de gezinnen zich geregeld en consequent in de Schriften verdiepen, zullen deze andere gebieden van activiteit vanzelf beter worden. Getuigenissen zullen groeien. Meer toewijding zal het gevolg zijn. Gezinnen zullen hechter worden. En dan zal er persoonlijke openbaring ontvangen worden.’ (‘The Power of the Word’, *Ensign*, mei 1986, p. 81.)

President Spencer W. Kimball: ‘Ik heb gemerkt dat als mijn relatie met de Godheid oppervlakkig wordt en het erop lijkt dat God niet meer naar me luistert of tot mij spreekt, ik heel ver weg ben. Als ik mijzelf in de Schriften verdiep, wordt de afstand kleiner en keert de spiritualiteit terug. Ik merk dan dat ik intenser houd van hen die ik met heel mijn hart, verstand en sterkte moet liefhebben, en omdat ik meer van hen houd, vind ik het gemakkelijker om naar hun raad te luisteren.’ (*Leringen van kerkpresidenten: Spencer W. Kimball* [2006], p. 75).

President Marion G. Romney: ‘Ik weet zeker dat als ouders thuis geregeld en met een gebed in het hart het Boek van Mormon bestuderen, zelf en met hun kinderen, de geest van dat geweldige boek ons huis en alle bewoners ervan zal doordringen. De eerbied zal toenemen; en er zal meer wederzijds respect en aandacht voor elkaar zijn. De geest van twisten zal verdwijnen. Ouders zullen hun kinderen met meer liefde en wijsheid opvoeden. Kinderen zullen ontvankelijker voor de raad van hun ouders zijn. De rechtschapenheid zal toenemen. Geloof, hoop en naastenliefde — de reine liefde van Christus — zullen overvloedig bij ons thuis en in ons leven aanwezig zijn, waardoor vrede, vreugde en geluk tot stand komen.’ (‘The Book of Mormon’, *Ensign*, mei 1980, p. 67.)

President Boyd K. Packer: ‘Ware leer die begrepen wordt, voert tot veranderingen in houding en gedrag. De bestudering van de leerstellingen van het evangelie zal veel sneller tot gedragsverbetering voeren dan bestudering van het gedrag.’ (‘Vrees niet’, *Liahona*, mei 2004, p. 79.)

Elder David A. Bednar: ‘Elk gezinsgebed, elke poging tot Schriftstudie en elke gezinsavond is als een penseelstreek op het doek van onze ziel. Geen van deze gebeurtenissen op zich is erg indrukwekkend. Maar net als de gele, gouden en bruine strepen verf elkaar aanvullen en samen een indrukwekkend meesterwerk vormen, kan het consequent doen van ogenschijnlijk kleine dingen grote geestelijke gevolgen hebben.’ (‘Thuis ijveriger zijn en meer betrokken’, *Liahona*, november 2009, p. 19–20.)

7. Zie 2 Nephi 2:13.

8. Linda Reeves, ‘Bescherming tegen pornografie — een gezin waarin Christus centraal staat’, *Liahona*, mei 2014, pp. 16–17.

9. President Howard W. Hunter: ‘In die geest nodig ik de heiligen der laatste dagen uit om naar de tempel als het grote symbool van hun lidmaatschap op te zien. Het is het grootste verlangen van mijn hart dat elk lid van de kerk waardig is om de tempel te betreden. Het zou de Heer behagen als elk volwassen lid een geldige tempelaanbeveling waardig is en er een in zijn bezit heeft. Wat we wel en niet moeten doen om in aanmerking te komen voor een tempelaanbeveling is precies hetgeen dat ons individueel en als gezin gelukkig maakt. Laten we een tempelbezoekend volk zijn. Ga zo vaak naar de tempel als uw persoonlijke omstandigheden dat toelaten. Hang thuis een plaat van een tempel op zodat uw kinderen die zien. Leer ze waar het huis van de Heer voor is. Zorg ervoor dat ze al vanaf hun jongste jaren plannen maken om erheen te gaan, en om die zegen waardig te blijven.’ (‘Exceeding Great and Precious Promises’, *Ensign*, november 1994, p. 8.)

10. Zie 2 Nephi 2:2.