

Jag vill tacka dig, Kristi. Du var ett så underbart exempel för mig under hela skoltiden. Du var snäll och dygdig. Missionärerna gav mig diskussionerna och uppmanade mig att döpas, men *du* var min tredje missionär. Du planterade ett frö genom dina handlingar, och du har verkligen gjort mitt liv bättre. Jag har en evig familj nu. Mina barn kommer att växa upp med kunskap om evangeliets fullhet. Det är den största välsignelsen som någon av oss kan få. Du bidrog till att föra in detta i mitt liv.”

När jag kontaktade Kristi sade hon: ”Ibland tror jag att vi hör listan över egenskaper som nämns i trettonde trosartikeln och känner oss överväldigade. Men jag vet att när vi lever efter de här normerna och försöker följa Kristi exempel så kan vi göra skillnad ... Jag kan nästan förstå hur Ammon kände sig när han i Alma 26:3 säger: 'Och detta är den välsignelse som förlänats oss, att vi har gjorts till redskap i Guds händer att åstadkomma detta stora verk.'”

Det är min bön att var och en av er inte bara ska säga ”jag tror på att vara ärlig och sann” utan att ni också ska besluta er för att leva efter det löftet dag efter dag. Jag ber att ni, när ni gör det, ska bäras upp av vår himmelske Faders styrka, kärlek och välsignelser. när ni utför det som ni var och en har kommit hit för att göra. Jag säger detta i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Thomas S. Monson: ”Se tillbaka och gå framåt”, *Liahona*, maj 2008, s. 90.
2. *Stå fast i din tro* (2004), s. 182.
3. Se 2 Mos 20:15–16.
4. *Evangeliets lära* (2009), s. 177.
5. Howard W. Hunter, ”Basic Concepts of Honesty”, *New Era*, feb. 1978, s. 4, 5.
6. William J. Scott, ”Forgot to Look Up”, *Scott's Monthly Magazine*, dec. 1867, s. 953.
7. Se *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*, 11:e uppl. (2003), ”true”.
8. Charlotte Brontë, *Jane Eyre* (2003), s. 356.



Mary N. Cook

första rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap

”Vänlighet börjar inom mig”

Välvillighet för med sig glädje och enighet till ditt hem, din klass, din församling och din skola.

För flera veckor sedan lärde jag mig något viktigt av en Laurel-flicka som talade under sakramentsmötet i min församling. Jag kände mig rörd när hon med tillförsikt undervisade och vittnade om Jesus Kristus. Hon avslutade sitt tal med följande ord: ”När jag väljer att ställa Jesus Kristus i centrum i mitt liv blir dagen en bättre dag. Jag är vänligare mot mina nära och kära och jag fylls med glädje.”

Jag hade iakttagit den här unga kvinnan på avstånd under de senaste månaderna. Hon hälsar på alla med glittrande ögon och ett leende. Jag har sett hur hon gläder sig åt andra ungdomars framgångar. Två Mia-flickor berättade nyligen att den här unga kvinnan beslutade sig för att slänga en biobiljett när hon insåg att filmen inte skulle bli en upplevelse som var ”dygdig och älskvärd”.¹ Hon är kärleksfull, vänlig och lydig. Hon kommer från ett hem med en ensamstående förälder och livet har inte varit problemfritt, så jag har undrat hur hon alltid kan vara så glad och vänlig. När den unga kvinnan vittnade: ”Jag ställer Jesus Kristus i centrum i mitt liv”, fick jag svaret.

”Vi tror på att vara ärliga, sanna, kyska, välvilliga och dygdiga och

att göra gott mot alla människor.” Den vackra listan över kristuslika egenskaper som finns i trettonde trosartikeln förbereder oss för tempelvälsignelser och evigt liv.

Jag vill fokusera på bara ett av orden i den listan — *välvilliga*. *Välvillighet* är ett älskvärdt ord som vi inte hör så ofta. Dess latinska motsvarighet betyder ”att önska någon väl”.² Att vara välvillig är att vara vänlig, välmenande och kärleksfull. Många av er fick lära er om välvillighet när ni var i Primär och lärde er den här sången utantill:

”Jag vill vara glad och god och snäll och ha ett vänligt sätt; för att vänlighet börjar inom mig är både sant och rätt.”³

Vår Frälsare undervisade oss om och levde ett liv i välvilja. Jesus älskade alla och han tjänade alla. När vi ställer Jesus Kristus i centrum i vårt liv hjälper det oss att bli välvilliga. För att vi ska kunna utveckla dessa kristuslika egenskaper måste vi lära oss om Frälsaren och ”följa i hans spår”.⁴

Liknelsen om den barmhärtige samariten lär vi oss att vi ska älska



alla. Liknelsen börjar i Lukas, kapitel 10, när en laglärd frågade Frälsaren: "Vad skall jag göra för att få evigt liv?"

Svaret: "Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och av hela din själ och av hela din kraft och av hela ditt förstånd, och din nästa som dig själv."

Den laglärd frågade därefter: "Vem är då min nästa?" Den laglärd ställde en mycket intressant fråga, eftersom judarnas grannar norr om dem, samariterna, var så illa omtyckta att när judarna skulle färdas från Jerusalem till

Galiléen tog de en lång omväg genom Jordandalen för att slippa färdas igenom Samarien.

Jesus svarade på den laglärdes fråga genom att berätta liknelsen om den barmhärtige samariten. Så här lyder liknelsen:

"En man var på väg från Jerusalem ner till Jeriko och råkade ut för rövare. De slet av honom kläderna och mishandlade honom. Sedan gav de sig av och lämnade honom där halvdöd ...

En samarit som färdades samma väg kom också dit. När han såg

mannen, förbarmade han sig över honom.

Han gick fram till honom, hällde olja och vin i hans sår och förband dem. Sedan lyfte han upp honom på sin åsna, förde honom till ett värdshus och skötte om honom.

Nästa dag tog han fram två denarer och gav åt värdshusvärderna och sade: Sköt om honom, och kostar det mer skall jag betala när jag kommer tillbaka."⁵

Till skillnad från den judiske prästen och leviten som gick förbi den sårade mannen, en av deras egna, var samariten vänlig oavsett deras skiljaktigheter. Han gav bevis på den kristuslika egenskapen välvilja. Jesus lärde oss genom den här liknelsen att alla är vår nästa.

En rådgivare i ett biskopsråd berättade nyligen om en upplevelse som visar hur viktig varje medmänniska är. Då han såg ut över församlingen såg han ett barn med en stor ask kriter i många olika färger. När han såg på de många medlemmarna i församlingen, påminde han om att liksom färgkriterorna liknade de varandra, men ändå var varje person mycket unik.

Han sade: "Färgen de kom med till församlingen och världen var deras egen unika färg ... De hade sina egna starka och svaga sidor, personliga önskningar och privata drömmar. Men tillsammans bildade de en färgstark andlig enighet ...

Enighet är en andlig egenskap. Den består av fridens och ändamålets härliga känslor som kommer av att tillhöra en familj ... Det är att önska det bästa för andra lika mycket som man önskar det för egen del ... Det är att veta att ingen med flit vill göra dig illa. [Det betyder att du aldrig är ensam.]"⁶

Vi bygger den enigheten och delar våra unika färger med varandra



krävs mycket för att en familj ska bli stark. "Var glad, hjälpsam och omtänksam mot andra. Många problem i hemmet uppstår därför att familjemedlemmar talar och handlar själviskt eller elakt. Bry dig om de andra familjemedlemmarnas behov. Försök att vara en fridsstiftare i stället för att retas, slåss och bråka."⁹ Kom ihåg: "Vänlighet börjar inom mig."

Jesus älskade barnen, tog upp dem i famnen och välsignade dem.¹⁰ Liksom Frälsaren kan du välsigna alla barn med din vänlighet, inte bara barnen i ditt hem.

Du kanske inte förstår hur ditt liv och föredöme kan påverka ett litet barn. Jag fick nyligen ett brev från en vän som är föreståndare för ett daghem i en lokal high school. I den skolan går det flera unga män och kvinnor som är medlemmar i kyrkan. Hon berättade följande för mig: "När jag går genom korridorerna med de små barnen är det trevligt att se att många av skåpdörrarnas insidor är prydda med bilder på Jesus eller tempel. För några veckor sedan såg ett av barnen en bild på Jesus på insidan av en [ung kvinnas] öppna skåp och sade: 'Titta, Jesus är här i vår skola!' Med tårar i ögonen böjde sig eleven ner och gav barnet en kram. Jag tackade den unga kvinnan för det goda föredöme hon var för alla omkring sig. Det är upplyftande att veta att det finns så många ungdomar som försöker stå för sanning och rättfärdighet och som gör vad de kan för att inbjuda Anden i sitt liv fastän det ofta är svårt med allt oljud och all hårdhet i världen omkring dem. Vi har många underbara ungdomar i kyrkan."

Jag håller fullständigt med henne! Unga kvinnor, *ni* förbättrar världen genom att sätta Jesus Kristus i centrum i ert liv och ni "blir det han vill att ni ska bli".¹¹

genom välvilja: enskilda vänliga gärningar.

Har du någonsin känt dig ensam? Läger du märke till dem som är ensamma och lever i en värld utan färger? Unga kvinnor, jag har sett hur ni ger andra av er egen unika färg med era leenden, era vänliga ord eller ett uppmuntrande brev.

President Thomas S. Monson lärde oss hur man umgås med vänner och alla vi möter när han sade till kyrkans unga kvinnor: "Mina dyrbara unga systor, jag vädjar till er att ni ska ha modet att avstå från att döma och kritisera människor omkring er, och dessutom ha modet att se till att alla känner sig delaktiga, älskade och uppskattade."⁷

Vi kan följa den barmhärtige samaritens exempel och "förbättra världen" för bara en person genom att visa välvilja.⁸ Jag vill inbjuda er alla att åtminstone en gång under den kommande veckan följa samaritens exempel. Det kanske kräver att du sträcker dig utanför din vanliga vänkrets, eller övervinner din blyghet. Du kan modigt välja att tjäna någon som inte behandlar dig väl. Jag lovar dig att om du gör mer än det som är lätt att göra, kommer det att kännas så bra inombords att vänlighet så småningom blir en del av ditt dagliga liv. Du ska

se att välvilja kan föra med sig glädje och enighet till ditt hem, din klass, din församling och din skola. Kom ihåg: "Vänlighet börjar inom mig."

Visst älskade Frälsaren alla, men han tjänade alla också. Låt din godhet omfatta många. Gamla och unga kan storligen välsignas av ditt vänliga tjänande. President Monson har ända sedan han var ung haft en särskild plats i sitt hjärta för de gamla. Han insåg värdet av ett kort besök, ett leende eller beröringen av en sliten och rynkig hand. Sådana enkla kärlekshandlingar ger färg till ett liv som annars består av långa, ensamma och gråa dagar. Jag inbjuder er alla att vara omtänksamma mot era far- och morföräldrar och de gamla. Se dig omkring i kyrkan i morgon och se om det finns någon äldre som skulle glädjas av just din färgnyans i sitt liv. Det krävs inte så mycket av dig: hälsa dem vid namn, prata lite med dem, ge hjälp om så behövs. Kanske du kan hålla upp dörren eller erbjuda hjälp i deras hem eller trädgård? Det som är en enkel sak för dig i din unga ålder kan vara ett överväldigande projekt för en äldre person. Kom ihåg: "Vänlighet börjar inom mig."

Det svåraste kan ibland vara att vara vänlig i ens egen familj. Det

Tack för era välvilliga liv, för att ni låter dem som är annorlunda att vara med, för er vänlighet mot era kamrater, de äldre, er familj, och de små barnen; för att ni genom era handlingar visar att de som är ensamma och som har problem och hjärtesorger är er nästa. Genom er välvilja "hjälp ni andra att se Frälsarens ljus".¹² Tack för att ni kommer ihåg att "vänlighet börjar inom mig".

Jag vet att president Thomas S. Monson är en Guds profet och att hans liv är ett mönster av välvilja som vi kan ta lärdom av. Följ vår profet. Lär av hans föredöme och lyssna på hans ord. Jag tror på Jesu Kristi evangelium och jag vet att det var genom Joseph Smith som prästadömet återställdes till jorden.

Jag vet att Frälsaren lever och älskar var och en av oss. Han har gett sitt liv för alla. Det är min bön att vi sätter Jesus Kristus i centrum i vårt liv och "följer i hans spår" genom att älska och tjäna varandra.¹³ Genom att göra det vet jag att vi kan göra världen till en bättre plats tack vare att "vi tror på att vara ... välvilliga".¹⁴ Det vittnar jag om i Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Se Trosartiklarna 1:13.
2. Se *Oxford English Dictionary Online*, 2:a uppl. (1989), "benevolent", oed.com.
3. "Vänlighet börjar inom mig", *Barnens sångbok*, s. 83.
4. "Guardians of Virtue", *Strength of Youth Media 2011: We Believe* (DVD, 2010); finns också tillgänglig via lds.org/youth/video/youth-theme-2011-we-believe.
5. Luk 10:25, 27, 29, 30, 33-35.
6. Jerry Earl Johnston, "The Unity in a Ward's Uniqueness", *Mormon Times*, 9 feb. 2011, s. M1, M12.
7. Thomas S. Monson, "Mod, mina vänner!" *Liahona*, maj 2009, s. 124.
8. "Guardians of Virtue."
9. *Vägledning för de unga* (häfte, 2001), s. 10.
10. Se Mark 10:16.
11. "Guardians of Virtue."
12. "Guardians of Virtue."
13. "Guardians of Virtue."
14. Trosartiklarna 1:13.



Elaine S. Dalton

Unga kvinnors generalpresident

Dygdens väktare

Förbered dig nu så att du blir berättigad till att få alla välsignelser som väntar dig i Herrens heliga tempel.

I bland händer det att vi inte har ord till att uttrycka våra känslor. Det är min bön att Anden ska vittna för era hjärtan om er gudomliga identitet och ert eviga ansvar. Ni är Israels hopp. Ni är vår kärleksfulle himmelske Faders utvalda och konungliga döttrar.

Förra månaden var jag med på en tempelvigsel för en ung kvinna som jag hade känt sedan hon föddes. När jag satt i beseglingsrummet och såg på den vackra kristallkronan som gnistrade i ljuset mindes jag dagen då jag höll henne första gången. Hennes mamma hade satt på henne en liten vit klänning och jag tyckte att hon var en av de vackraste bäbisarna jag någonsin hade sett. Så kom den här unga kvinnan in genom dörren, återigen klädd i vitt. Hon lyste av glädje. När hon kom in i rummet önskade jag av hela mitt hjärta att varje ung kvinna kunde föreställa sig en sådan här stund och alltid sträva efter att vara värdig att ingå och hålla heliga förbund och ta emot templets förrättningar i förberedelse för upphöjelsens välsignelser.

När det här paret knäböjde vid det heliga altaret, lovades de välsignelser bortom jordisk fattningsförmåga som välsignar, stärker och hjälper dem på deras jordiska resa. Det var en av de stunder när världen står still och hela

himlen gläds. När det nygifta paret såg in i rummets stora speglar, tillfrågades brudgummen vad han såg. Han sade: "Alla dem som har gått före mig." Sedan tittade paret in i den stora spegeln på motsatta väggen och bruden sade med tårar i ögonen: "Jag ser alla dem som kommer efter oss." Hon såg sin framtida familj — sina efterkommande. Jag vet att hon i den stunden återigen förstod hur viktigt det är att tro på att vara kysk och dygdig. Det finns ingen vackrare syn än ett par som förberett sig på rätt sätt och som tillsammans knäböjer vid templets altare.

Dina år i Unga kvinnor förbereder dig för templet. Där får du de välsignelser du har rätt till som en dyrbar Guds dotter. Din himmelske Fader älskar dig och vill att du ska vara lycklig. Du gör det genom att "vandra på dygdens stigar"¹ och "hålla fast vid [dina] förbund".²

Unga kvinnor, i en värld där moralisk förorening, tolerans för det onda, utnyttjandet av kvinnor och förvrängda roller ständigt ökar, måste ni slå vakt om er själva, er familj och alla dem som ni umgås med. Ni måste vara dygdens väktare.

Vad är dygd och vad är en väktare? "Dygd bygger på tankar och uppförande som grundar sig på höga moraliska normer. Den innefattar