

# Lihona



**Hans oändliga nåd,  
s. 10, 12**

**Varför seminariet? s. 20, 46, 48**

**Föräldrar, ta er tid till att  
prata med era barn, s. 34**

**Barn, prata med era  
föräldrar, s. 58**



AVBILDNING AV MINNEAPOLIS (MINNESOTA, USA) INSTITUTE OF ARTS, THE PUTNAM DANA MCWILLAN FUND, KOPIERING FÖRBUDEN

### *Petrus förnekelse, av Gerrit van Honthorst*

*”En tjänsteflicka, som fick se [Petrus] sitta vid elden, ... sade: ’Den där mannen var också med [Jesus].’*

*Men han nekade: ’Nej, kvinna, jag känner honom inte.’*

*Strax därefter fick en man syn på honom och sade: ’Du är också en av dem.’ Men Petrus svarade:*

*’Människa, det är jag inte’ ...*

*Det [var] en annan som bestämt försäkrade: ’Visst var den där mannen med honom’ ...*

*Men Petrus sade: ’Människa, jag förstår inte vad du menar.’ Och genast ... gol tuppen ...*

*Och [Petrus] gick ut och grät bittert” (Luk. 22:56–60, 62).*



## BUDSKAP

- 4** Budskap från första presidentskapet: "Han har uppstått" — en profets vittnesbörd  
Thomas S. Monson
- 7** Besökslärnarnas budskap: Älska, vaka över och stärka

## ARTIKLAR

- 12** Försoningen och jordelivets resa  
David A. Bednar  
*Hur försoningen kan stärka oss så att vi kan göra gott och vara goda och tjäna utöver våra önskningar och vår förmåga.*

- 20** Seminariets välsignelser  
Brittany Beattie  
*Ungdomar runtom i världen berättar hur seminariet hjälper dem att komma till Kristus.*
- 26** Ett ämbete för en nyomvänd  
Helena Hannonen  
*Min familj och jag fick göra många uppoffringar för att jag skulle kunna fullfölja mitt ämbete som pianist, men jag är glad att vi gjorde det.*
- 30** Församlingsråd i verksamhet  
LaRene Gaunt  
*Vilka är med i församlingsrådet, och vad är det de ska göra?*

## AVDELNINGAR

- 8** Anteckningar från aprilkonferensen: Hur du får ut mer av generalkonferensen  
Michael Barber och David Marsh

- 10** Vi talar om Kristus: Oändlig nåd  
Kristen Nicole Cardon
- 34** Vårt hem, vår familj: Ta dig tid att prata och lyssna  
Rosemary M. Wixom
- 38** Sista dagars heliga berättar
- 74** Kyrkonytt
- 79** Förslag till familjens hemafton
- 80** Tills vi möts igen: Hopp i försoningen  
Richard C. Edgley

### PÅ OMSLAGET

Framsidan: *Rör inte vid mig*, av Minerva Teichert, med tillstånd av Brigham Young University Museum of Art. Baksidan: Detalj från *Se mina händer*, av Jeff Ward.



## 42 Alla känner till Bleck

Adam C. Olson

*Blecks kärlek till basket har varit både en prövning och en välsignelse.*



Se om du kan hitta Liahona som är gömd i det här numret. Ledtråd: Välja det rätta.

## 46 Frågor och svar

*Varför behöver jag gå till seminariet när jag kan studera skrifterna på egen hand?*

## 48 Varför seminariet?

*Sju profeter talar om seminariets välsignelser.*

## 50 Seminariet i Ecuadors djungel

Joshua J. Perkey

*Hur seminariet i en ny gren med många nyomvända har fyllt ungdomarna med vittnesbörd, kunskap och tro.*

## 52 Vad kommer efter seminariet?

David A. Edwards

*Här är din inbjudan till institutet.*

## 53 Rad på rad: Andra Timoteusbrevet 3:16–17

## 54 Krascha inte!

Adam C. Olson

*Lite omsorg och förberedelse nu kan förhindra stora problem senare.*

## 57 Affisch: Fördjupa dig i skrifterna



## 58 Pratstund

Hilary Watkins Lemon

*Josie var ledsen för det som hade hänt i skolan, men det kändes bättre när hon fick prata om det.*

## 61 Han bröt dödens band

Patrick Kearon

*Frälsaren dog och uppstod så att vi kan leva igen tillsammans med vår himmelske Fader och vår familj.*

## 62 Ta med Primär hem: Jesus Kristus lär mig att välja det rätta

## 64 Sång: Jag vill gärna likna Jesus

Janice Kapp Perry

## 66 Systrar som delar både namn och tro

Heather Wrigley

*Systrar i Rumänien berättar hur de stärker sin tro.*

## 68 Särskilt vittne: Vad kan jag göra för att följa min himmelske Faders plan för mig?

Richard G. Scott

## 69 Mina evangelieideal

## 70 För små barn

## 81 Skriftfigurer från Mormons bok



**Första presidentskapet:** Thomas S. Monson,  
Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

**De tolv apostlarnas kvorum:** Boyd K. Packer, L. Tom Perry,  
Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard,  
Richard G. Scott, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,  
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,  
Neil L. Andersen

**Chefredaktör:** Paul B. Pieper

**Rådgivande:** Keith R. Edwards, Christoffel Golden Jr.,  
Per G. Malm

**Verkställande direktör:** David L. Frischknecht  
**Planerings- och redigeringschef:** Vincent A. Vaughn  
**Grafisk chef:** Allan R. Loyborg

**Redaktionschef:** R. Val Johnson

**Biträdande redaktionschefer:** Jenifer L. Greenwood,  
Adam C. Olson

**Medredaktörer:** Susan Barrett, Ryan Carr

**Redaktionspersonal:** Brittany Beattie, David A. Edwards,  
Matthew D. Flitton, LaRene Porter Gaunt, Carrie Kasten,  
Jennifer Maddy, Lia McClanahan, Melissa Merrill, Michael R. Morris,  
Sally J. Odekirik, Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough,  
Paul VanDenBerghe, Marissa A. Widdison, Melissa Zenteno

**Huvudansvarig för grafik:** J. Scott Knudsen

**Grafikansvarig:** Scott Van Kampen

**Produktionschef:** Jane Ann Peters

**Seniorformgivare:** C. Kimall Bott, Colleen Hinckley,  
Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy

**Design- och produktionspersonal:** Collette Nebeker Aune,  
Connie Bowthorpe Bridge, Howard G. Brown, Julie Burdett,  
Bryan W. Gygi, Kathleen Howard, Denise Kirby, Ginny J. Nilson,  
Gayle Tate Rafferty

**Prepress:** Jeff L. Martin

**Tryckerichef:** Craig K. Sedgwick

**Distributionschef:** Evan Larsen

**Översättning:**

Översättningstjänst

Mariatorget 1A

118 48 STOCKHOLM

Tfn 08-556 029 80, Fax 08-556 029 89

E-post: edlundcg@ldschurch.org

För prenumeration och priser utanför Föränta staterna och Kanada,  
gå till [store.lds.org](http://store.lds.org) eller kontakta kyrkans lokala distributionscenter  
eller församlings- eller grensledare.

**Ansvarig utgivare för Liahona:** Claes-Göran Edlund

**Ansvarig för Kyrkonytt:** Gösta Körlof

**Redaktör:** Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

**Distribution**

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga, avdelningen för  
medlemsuppteckningar och statistik  
Sveagatan 8A  
441 32 Alingsås

**Prenumerationsinformation**

Prenumeration eller ändring av adress sker genom att kontakta  
Customer Service (kundtjänsten)

Tel: 08-500 655 20

E-post: RCStockholm@LDSCChurch.org

Internet: [store.lds.org](http://store.lds.org)

Priset för en helårsprenumeration är SEK 80:00 som insättes på  
plusgiro: 260353-8. Ange Liahona och språk.

**Skicka manuskript och frågor till internet på [Liahona.Lds.org](http://Liahona.Lds.org);  
via post till *Liahona*, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt  
Lake City, UT 84150-0024, USA eller via e-post till [Liahona@Ldschurch.org](mailto:Liahona@Ldschurch.org).**

*Liahona* (en term i Mormons bok som betyder "kompass" eller  
"vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska,  
cebuano, danska, engelska, estniska, fijianska, finska, franska,  
grekiska, holländska, isländska, indonesiska, italienska, japanska,  
kambodjanska, kinesiska (förenklad), kiribati, koreanska, kroatiska,  
lettiska, litauiska, malagassiska, marshallesiska, mongoliska, norska,  
polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, slovenska,  
spanska, svenska, tagalog, tahitiska, thailändska, tjekiska,  
tonganska, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska.  
(Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.)

© 2012 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the  
United States of America.

Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfälligt, icke  
kommersiellt bruk i kyrkan eller hemmet. Visuellt material får  
inte kopieras om restriktioner för detta anges intill konstverket.  
Copyrightfrågor bör ställas till Intellectual Property Office,  
50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post:  
[cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org).

**For Readers in the United States and Canada:**

April 2012 Vol. 136 No. 4. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish (ISSN  
1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus Christ of  
Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150.  
USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus  
applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty  
days' notice required for change of address. Include address label  
from a recent issue; old and new address *must* be included. Send  
USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at  
address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card  
orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone.  
(Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake Distribution  
Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT  
84126-0368.

# Mer information på internet [Liahona.Lds.org](http://Liahona.Lds.org)



## FÖR VUXNA

Flera artiklar i det här numret  
undersöker och vittnar om Fräls-  
aren. Lär dig mer om honom på  
[JesusChrist.Lds.org](http://JesusChrist.Lds.org).

## FÖR UNGDOMAR

Flera artiklar i det här numret handlar  
om seminariets välsignelser (se sid-  
orna 20–25 och 46–53). För att lära  
dig mer, gå till [seminary.Lds.org](http://seminary.Lds.org).

## FÖR BARN

För att höra sången "Jag vill gärna  
likna Jesus" (se sidorna 64–65),  
gå till [Liahona.Lds.org](http://Liahona.Lds.org).

## ÄMNINGAR I DET HÄR NUMRET

*Sidnumren gäller artikeln  
första sida.*

**Bön, 41**

**Familjen, 34, 42, 58, 66**

**Förberedelse, 54**

**Försoningen, 4, 12, 61, 62, 80**

**Generalkonferensen, 8**

**Hopp, 80**

**Inspiration, 39, 40**

**Institutet, 52**

**Jesu Kristus, 4, 10, 12, 61, 64, 70**

**Kommunikation, 34, 58**

**Lydnad, 54**

**Missionsarbete, 42**

**Mormons bok, 38**

**Normer, 69**

**Nåd, 10, 12**

**Råd, 30**

**Seminarier, 20, 46, 48, 50**

**Skriftstudier, 53, 57, 68**

**Sång, 26, 64**

**Uppståndelse, 4, 61, 62, 70**

**Ämbeten, 26, 30**

## PÅ DITT SPRÅK

*Liahona* och annat material från  
kyrkan finns på många språk på  
[languages.Lds.org](http://languages.Lds.org).

President  
Thomas S. Monson

# ”Han har uppstått”

## EN PROFETS VITTNESBÖRD

”**K**ristendomens trumpetsignal”, har president Thomas S. Monson förkunnat, är att Jesus från Nasaret uppstod från döden. ”Uppståndelsens verklighet ger var och en den frid som övergår allt förstånd” (se Fil. 4: 7).<sup>1</sup>

*I följande utdrag vittnar president Monson om och uttrycker sin tacksamhet för Frälsarens uppståndelse och förkunnar att tack vare att Sonen övervann döden, kan alla Faderns barn som kommer till jorden leva på nytt.*

### Livet efter döden

”Jag tror inte det finns någon som helt kan förstå den fulla betydelsen av det som Kristus gjorde för oss i Getsemane, men jag känner tacksamhet varje dag för hans försoningsoffer för oss.

Han kunde ha ångrat sig i sista ögonblicket. Men det gjorde han inte. Han steg ner under allt för att han skulle kunna rädda allt. När han gjorde det gav han oss liv bortom det jordiska livet. Han återvann oss från Adams fall.

Djupt in i min själ är jag tacksam mot honom. Han lärde oss hur vi ska leva. Han lärde oss hur vi ska dö. Han säkerställde vår frälsning.”<sup>2</sup>

### Ljuset förjagar dödens mörker

”I vissa situationer, som under stort lidande och sjukdom, kommer döden som en barmhärtighetens ängel. Men för det mesta tänker vi på den som en fiende till mänsklig lycka.

Dödens mörker kan för alltid förjagas av ljuset från den uppenbarade sanningen. ’Jag är uppståndelsen och livet’,

sade Mästaren. ’Den som tror på mig skall leva om han än dör, och var och en som lever och tror på mig skall aldrig någonsin dö.’

Denna försäkran om — ja, heliga bekräftelse på — att det finns liv bortom graven kan mycket väl ge den frid som Frälsaren utlovade när han försäkrade sina lärjungar: ’Frid lämnar jag efter mig åt er. Min frid ger jag er. Inte ger jag er en sådan frid som världen ger. Låt inte era hjärtan oroas och var inte modlösa.’”<sup>3</sup>

### Han är inte här

”Vår Frälsare levde igen. Den mest fantastiska, trösterika och hoppfulla av alla händelser i människans historia hade ägt rum — segern över döden. Getsemanes och Golgatas smärta och lidande hade sopats bort. Människans frälsning hade säkrats. Adams fall hade upphävts.

Den tomma graven denna första påskmorgon var svaret på Jobs fråga: ’Kan en människa få liv igen som en gång dött?’ Till alla som hör min röst förkunnar jag: En människa får liv igen som en gång dött. Vi vet det, för vi har ljuset från uppenbarade sanningar ...

Mina älskade bröder och systrar, i våra stunder av djupaste sorg kan vi hämta innerlig frid från ängelns ord den första påskmorgonen: ’Han är inte här, han har uppstått.’”<sup>4</sup>

### Alla ska leva igen

”Vi skrattar, vi gråter, vi arbetar, vi leker, vi älskar, vi lever. Och sedan dör vi ...

Och döda skulle vi förbli om det inte vore för en



människa och hans mission, ja, Jesus från Nasaret ...

Av allt mitt hjärta och min själs innerlighet höjer jag min röst som ett särskilt vittne och betygar och förkunnar att Gud verkligen lever. Jesus är hans Son, Faderns Enfödde i köttet. Han är vår Återlösare. Han är vår Medlare inför Fadern. Han är den som dog på korset för att sona våra synder. Han var uppståndelsens första frukt. Tack vare att han dog ska alla leva igen.”<sup>5</sup>

### Ett personligt vittnesbörd

”Jag förkunnar mitt personliga vittnesbörd om att döden har betvingats, att seger över graven har vunnits. Må de ord som helgades av honom som uppfyllde dem bli verklig kunskap för alla. Minns dem. Vörda dem. Hedra dem.

*Han har uppstått.”*<sup>6</sup> ■

#### SLUTNOTER

1. ”Han har uppstått”, *Liahona*, apr. 2003, s. 7.
2. ”När vi nu skiljs åt”, *Liahona*, maj 2011, s. 114.
3. Se ”Nu är tiden”, *Liahona*, jan. 2002, s. 68; se också Joh. 11:25–26; 14:27.
4. ”Han har uppstått”, *Liahona*, maj 2010, s. 89, 90; se också Job 14:14; Matt. 28:6.
5. ”Han lever, min Förlossare!” *Liahona*, maj 2007, s. 24, 25.
6. Se *Liahona*, apr. 2003, s. 7.

### UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

**N**är du har återgett citaten från president Monsons budskap, lägg märke till hur han vittnar om påskens sanna innebörd. Du kan ställa följande frågor till familjemedlemmarna: ”Vad innebär det för er att en levande profet har vittnat om de här sanningarna idag? Hur kan ni tillämpa det i ert liv?” Du kan bära ditt eget vittnesbörd.

## Jag kommer att se honom igen

Morgan Webecke

**P**appa fick var och en av oss barn att känna sig speciell. Han älskade oss och förlät oss fort. Han gjorde sitt bästa för att se till att var och en av oss var glad och gjorde det klart att han önskade oss det bästa. Jag älskade honom så mycket.

När jag gick i sexan dog pappa i en bilolycka. Min familj och jag var helt förkrossade. Han lämnade ett stort hål i vår familj. Pappa var den jag lutade mig mot, den som jag gick till när jag hade problem. I stället för att söka hjälp lät jag ilskan och smärtan stanna kvar. Slutligen bestämde jag att det var Guds fel. Jag slutade att läsa skrifterna och be. Jag gick bara till kyrkan för att mamma ville det. Jag försökte hålla mig långt borta från min himmelske Fader.

Sedan åkte jag till Unga kvinnors läger för första gången. Jag tyckte om att få nya vänner men jag läste

fortfarande inte skrifterna. Sista kvällen hade vi ett vittnesbördsmöte. Jag kände något som jag inte hade känt på länge: Anden. Jag beundrade tjejerna som gick upp och bar sitt vittnesbörd men jag satt kvar eftersom jag inte trodde att jag hade något. Plötsligt kändes det som om jag var tvungen att gå upp. Jag öppnade munnen och undrade vad jag skulle säga. Så jag sade att jag var glad för Unga kvinnors läger. Sedan sade jag att jag visste att Jesus Kristus dog för mig och att min himmelske Fader älskade mig och att kyrkan var sann.

Jag fylldes av en underbar frid. Tack vare den upplevelsen kan jag säga att jag vet att jag kommer att träffa pappa igen, tack vare Frälsarens försoning och uppståndelse.

# BARN

## Han lever!

**P**resident Monson lär att tack vare att Jesus Kristus dog och uppstod kommer vi alla att leva igen. Titta på bilderna här nedanför. Skriv en siffra i varje ruta för att visa i vilken ordning de olika händelserna inträffade.

Eftersom Jesus Kristus lever kan familjer vara tillsammans för evigt. Rita en bild av din familj i rutan nedanför.





Studera materialet under bön och samtala om det med systrarna du besöker om så är lämpligt. Använd frågorna för att hjälpa dig stärka dina systrar och göra Hjälpföreningen till en aktiv del av ditt eget liv.

## Älska, vaka över och stärka

Liksom Frälsaren tjänar besökslärarna Len åt gången (se 3 Nephi 11:15).

Vi vet att vi lyckas i vårt tjänande som besökslärare när våra systrar kan säga:

1) Mina besökslärare hjälper mig växa andligen, 2) jag vet att min besökslärare verkligen bryr sig om mig och min familj och 3) om jag har problem så vet jag att min besökslärare handlar utan att bli ombedd.<sup>1</sup>

Hur kan vi som besökslärare älska, vaka över och stärka en syster? Här följer nio förslag som finns i kapitel 7 av *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* för att hjälpa besökslärare tjäna sina systrar:

- Be dagligen för henne och hennes familj.
- Sök inspiration för att lära känna henne och hennes familj.
- Besök henne regelbundet för att ta reda på hur hon mår och för att trösta och stärka henne.
- Kontakta dina systrar ofta genom besök, telefonsamtal, brev, e-postmeddelanden och enkla, vänliga gärningar.
- Hälsa på henne under kyrkans möten.
- Hjälp henne när hon råkar ut för en nödsituation, sjukdom eller annat brådskande behov.
- Undervisa henne om evangeliet ur skrifterna och besökslärarnas budskap.



- Inspirera henne genom att vara ett gott exempel.
- Rapportera till en hjälpföreningsledare om ditt tjänande och om systemens andliga och timliga välfärd.

### Från skrifterna

Lukas 10:38–39; 3 Nephi 11:23–26; 27:21

#### SLUTNOTER

1. Julie B. Beck, "Det jag hoppas mina barnbarn ska förstå om Hjälpföreningen", *Liahona*, nov. 2011, s. 113.
2. *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* (2011), s. 112.
3. *Döttrar i mitt rike*, s. 120.
4. Brigham Young, "Remarks", *Deseret News*, 15 okt. 1856, s. 252.
5. Se *Döttrar i mitt rike*, s. 36–37.

### Vad kan jag göra?

1. Hur kan jag få veta vad mina systrar behöver?
2. Hur kan mina systrar veta att jag verkligen bryr mig om dem?

Tro, Familj, Tjänande

### Från vår historia

"Besöksverksamheten har blivit ett medel för sista dagars heliga kvinnor världen över varigenom de älskar, vårdar och tjänar — varigenom de 'kan handla enligt de känslor som Gud har inplantat i [vår] själ', som Joseph Smith lärde."<sup>2</sup>

En syster som nyligen hade blivit änka sade om sina besökslärare: "De lyssnade. De tröstade mig. De grät med mig. Och de kramade mig ... [De] hjälpte mig ut ur den djupa misströstan och depressionen under de första ensamma månaderna."<sup>3</sup>

Hjälp med timligt arbete är också en form av tjänande. Under generalkonferensen i oktober 1856 tillkännagav president Brigham Young att handkärreptionjärerna hade fastnat i djup snö omkring 40 till 60 mil bort. Han uppmanade medlemmarna i Salt Lake City att rädda dem och "noga utföra det vi kallar det timliga".<sup>4</sup>

Lucy Meserve Smith skrev att kvinnorna tog av sig sina varma underkjolar och strumpor mitt i tabernaklet och lade dem i högar i vagnarna som skulle tas till de frusna pionjärerna. Sedan samlade de ihop sängkläder och kläder till dem som så småningom skulle komma med sina knappa tillhörigheter. När handkärrekompanierna kom var en byggnad i staden "full av förnödenheter till dem".<sup>5</sup>

# Anteckningar från aprilkonferensen

"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).

## Hur du får ut mer av generalkonferensen

Michael Barber och David Marsh

Studiekursavdelningen

**F**astän vi säger "amen" i slutet av generalkonferensens sista session behöver den andliga festen inte ta slut där. Den kan fortsätta i och med att vi studerar och tillämpar lärdomarna från konferensen. Under årens lopp har profeterna uppmuntrat oss att göra just det. År 1946 uppmanade till exempel president Harold B. Lee (1899–1973) medlemmarna att låta konferens-talen "vägleda dem i deras vandring och tal under de kommande sex månaderna". Han sade: "Detta är den viktiga information Herren anser lämplig att uppenbara för sitt folk i vår tid."<sup>1</sup>

År 1988 upprepade president Ezra Taft Benson (1899–1994) det rådet

när han sade: "Under de kommande sex månaderna bör ert konferensnummer av *Nordstjärnan* stå närmast era standardverk och ofta användas."<sup>2</sup>

I slutet av generalkonferensen i oktober 2008 bekräftade president Thomas S. Monson på nytt vikten av att studera konferenstalen. Han sade: "Må vi länge minnas det vi hört under den här generalkonferensen. Talen som hållits kommer ut i nästa månads *Ensign* och *Liahona*. Jag uppmanar er att studera dem och begrunda lärdomarna i dem."<sup>3</sup>

Vad kan du göra för att konferensbudskapen ska bli mer betydelsefulla i ditt liv medan du studerar och





## SKRIV NER DET OCH BEGRUNDA DET

”Kanske finns  
det bland allt

vi hört några ord eller ett stycke  
som skiner klart och fångar  
vår uppmärksamhet. Om det  
händer hoppas jag vi skriver ner  
det och begrundar det tills vi  
förstår dess djupare innebörd  
och har gjort det till en del av  
vårt liv.”

**President Gordon B. Hinckley (1910–2008),  
”Du som ödmjukt korset bar”, *Liahona*,  
jan. 2001, s. 102–103.**

begrundar dem? Här är några  
förslag som kan hjälpa dig förbe-  
reda dig för, ta emot och följa de  
inspirerade orden:

**Förbered dig för att ta emot  
inspiration.** Oavsett om du tittar  
på, lyssnar på eller läser konferens-  
talen måste du öppna ditt hjärta  
och sinne för gudomlig inspiration.  
Äldste David A. Bednar i de tolv  
apostlarnas kvorum lärde att oav-  
sett hur bra en talare än är, tränger  
”innehållet i ett budskap och den  
Helige Andens vittnesbörd endast . . . in i hjärtat om  
mottagaren tillåter det.” Han förklarade att för att ta emot  
sådan inspiration krävs det ”andlig, mental och fysisk  
ansträngning och inte bara ett passivt mottagande.”<sup>4</sup>

Följande förslag kan hjälpa dig förbereda dig för att  
bli undervisad av Anden:

1. Avsätt tid till och skapa en miljö utan distraktioner där  
du kan ta emot andliga maningar.
2. Sök gudomlig vägledning genom bön.
3. Skriv ner frågor eller problem som du vill ha svar på.

**Försök förstå budskapen.** Levande profeter  
och apostlar undervisar, förklarar, förmanar, varnar  
och vittnar. Genom att noga studera deras tal kan du  
förstå deras budskap mycket bättre. Här är några bra  
studiemetoder:

- **Ställ frågor.** Till exempel: Vad vill  
Herren att jag ska lära mig av det här  
budskapet? Hur ökar det här talet min  
insikt om en evangelieprincip eller  
en vers i skrifterna? Vilka berättelser  
används för att illustrera evangelie-  
principerna och vad lär jag mig  
av dem?
- **Gör en översikt.** Var upp-  
märksam på vilket slags  
upplägg talaren verkar ha  
på sitt tal. Dela in talet i  
delar och skriv en sam-  
manfattning som förklarar

huvudtanken som presenteras  
i varje del.

- **Fastställ de olika elementen i  
talet.** Lägg märke till sådant som  
lärdomar, skriftställen, berättel-  
ser, varningar, listor, vittnesbörd,  
uppmaningar till handlande och  
välsignelser för lydnad mot råd.
- **Studera talet mer än en gång.**  
Man behöver studera evange-  
liesanningar mer än gång för att  
förstå deras fulla mening och  
betydelse. Skriv ner nya insikter

du får varje gång du studerar.

**Tillämpa det du lär dig.** Om du har en bön i hjärtat  
när du studerar talen, ser du hur budskapen kan tilläm-  
pas på ditt liv. Du kan få veta hur du ska åstadkomma  
meningsfulla förändringar genom att ställa sådana frågor  
som: Vad vill Herren att jag ska göra med det jag har lärt  
mig? och Vad har jag lärt mig som kan hjälpa mig i min  
familj, med arbetet eller med ett ämbete i kyrkan? Skriv  
ner intrycken du får så att du inte glömmer bort dem.  
När du gör det blir du inspirerad att följa lärdomarna och  
du får de utlovade välsignelserna.

Generalkonferensen är en tid när Herren  
uppenbarar sin vilja genom sina tjänare till  
dig. President Spencer W. Kimball (1895–  
1985) lärde följande om konferenstalen:  
”Ingen annan text eller bok förutom kyrkans  
standardverk bör ha en mer framträdande  
plats på dina bibliotekshyllor — inte på grund  
av deras utmärkta retorik eller välformulerade  
framförande, utan på grund av begreppen  
som pekar ut vägen mot evigt liv.”<sup>5</sup> ■

### SLUTNOTER

1. Harold B. Lee, i Conference Report, apr.  
1946, s. 68.
2. Ezra Taft Benson, ”Kommen till Kristus och  
bli fullkomnade i honom”, *Nordstjärnan*, juli  
1988, s. 76.
3. Thomas S. Monson, ”Tills vi möts igen”, *Liahona*, nov  
2008, s. 106.
4. David A. Bednar, ”Sök efter kunskap genom tro”, *Liahona*,  
sept. 2007, s. 17, 20.
5. Spencer W. Kimball, *In the World but Not of It*, Brigham  
Young University Speeches of the Year (May 14, 1968), s. 3.



Gå till  
conference.lds  
.org för att läsa,  
titta eller lyssna  
på generalkon-  
ferenstalen.



# OÄNDLIG nåd

Kristen Nicole Cardon

*Jag behöver Jesu Kristi nåd varje dag.*



## I HERRENS STYRKA

”Med tro på Herren Jesus Kristus och lydnad mot hans evangelium, med förbättring ett steg i taget, med vädjan om styrka, genom att förbättra vår inställning och vår strävan, befinner vi oss i den gode herdens fälla. Detta kräver disciplin och utbildning, ansträngning och styrka. Men som aposteln Paulus sade: ’Allt förmår jag i honom som ger mig kraft.’ (Fil. 4:13).”

Se president Howard W. Hunter (1907–1995), ”Att utveckla andlighet”, *Nordstjärnan*, okt. 1979, s. 43.

”I våra möten i kyrkan talar vi inte ofta om nåd”, sade min religionslärare vid Brigham Young-universitetet, ”men vi som medlemmar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga tror faktiskt på Kristi nåd”.

Faktum är att jag inte kunde komma ihåg några lektioner i Unga kvinnor eller Söndagsskolan som hade handlat om nåd, men tankarna gick tillbaka till tiden i high school-kören när vi sjöng ”Oändlig nåd”.

*Oändlig nåd (mig Herren gav)  
och än i dag mig ger.*

*Jag kommit hem, jag vilsen var,  
var blind, men nu jag ser.<sup>1</sup>*

”Nåd är Guds kraft från Jesu Kristi försoning”, förklarade min lärare. ”Jag delar in nåden i fyra delar: Uppståndelse, återlösning, helbrägdagörelse och styrka.” Han förklarade sedan varje del, men jag hade gått tillbaka till mina minnen.

Den där high school-kören hade en gång rest till Kalifornien för att tävla i en

musikfestival. Jag blev sjuk precis innan vi skulle åka och min onda hals gjorde att jag inte skulle kunna sjunga med kören i festivalen. Om jag gjorde det skulle det låta illa, och det skulle göra ont. Jag bad pappa om en prästadömsvälsignelse och bad hela nästa dag om att jag skulle bli bättre.

Kanske förstod jag det inte helt då, när jag sjöng ”Oändlig nåd” med en fullt frisk hals under festivalen, att jag sjöng om just den kraft som hade botat mig för bara en dag sedan. Frälsarens försoning hade välsignat mig den dagen. Hans nåd var källan till att jag blivit botad.

*”Och han skall gå ut och lida smärta och bedrövelser och frestelser av alla slag, och detta för att det ord skall kunna uppfyllas som säger att han skall ta på sig sitt folks smärta och sjukdomar” (Alma 7:11).*

Efter high school var jag liksom många andra förstaarselever överväldigad av college-kurserna och utmaningen att bo långt hemifrån och dessutom med fem rumskamrater.



Det var då jag lärde mig förstå den stärkande och möjliggörande kraften i Kristi nåd. Jag tillbringade dagarna med att arbeta och studera, men jag litade till mina dagliga böner då jag vädjade till min himmelske Fader att jag skulle kunna utföra alla uppgifter. Allteftersom skolarbetet fortskred upptäckte jag till min stora glädje att med den stärkande och möjliggörande kraften i Kristi nåd fungerade allt inte bara väl utan smärtfritt.

*"Allt förmår jag i honom som ger mig kraft"*  
(Fil. 4:13).

Jag har fortfarande inte upplevt de andra två aspekterna av hans nåd — uppståndelsen och återlösningens fullhet — men jag behöver ändå Jesu Kristi försoning varje dag. Nåd, Guds kraft från Jesu Kristi försoning, har botat mig och stärkt mig. Medan jag strävar efter att lyda Guds bud och göra hans vilja, får jag hjälp som överträffar min egen förmåga.

*"Det är genom nåd vi blir frälsta, sedan vi har gjort allt vi kan göra"* (2 Nephi 25:23). ■

#### SLUTNOT

1. "Oändlig nåd mig Herren gav", *Den svenska psalmboken* (1986), nr 231.

### HUR PÅVERKAR HERRENS NÅD VÅRT LIV?

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum besvarar den frågan i "Försoningen och jordelivets resa" i det här numret på sidan 12:

- "Herren vill, genom sin försoning och den Helige Andens kraft, *leva* inom oss — inte bara vägleda oss utan också ge oss kraft."
- "Viljestyrka, beslutsamhet, motivation och effektiv planering och målsättning är nödvändigt, men slutligen otillräckligt för att segerrikt fullborda jordelivets färd. Vi måste verkligen förlita oss på 'den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd' (2 Nephi 2:8)."
- "Försoningens möjliggörande kraft stärker oss så att vi kan göra gott och vara goda och tjäna utöver vår egen önskan och naturliga förmåga."

---

***Du kan skriva i din dagbok och berätta för din familj om tillfällena när du har känt hur Herrens nåd har botat, hjälpt eller stärkt dig.***



**Äldste  
David A. Bednar**

i de tolv apostlarnas  
kvorum

Det stora ändamålet med Frälsarens evangelium sammanfattades på ett koncist sätt av president David O. McKay (1873–1970): "Ändamålet med evangeliet är ... att göra dåliga människor goda och goda människor bättre, och att förändra människans natur."<sup>1</sup> Således innebär jordelivets resa att vi ska utvecklas från dåliga till goda till bättre och att erfara hjärtats mäktiga förändring — att vår fallna natur ska förändras (se Mosiah 5:2).

# Försoningen

## OCH JORDELIVETS RESA

*Försoningens  
möjliggörande kraft  
stärker oss så att vi  
kan göra gott och vara  
goda och tjäna utöver  
vår egen önskan och  
naturliga förmåga.*

Mormons bok är vår instruktionsbok medan vi färdas på vägen från dålig till god till bättre och strävar efter att förändra hjärtat. Kung Benjamin undervisar om jordelivets resa och försoningens roll för att vi ska lyckas navigera den här resan: "Ty den naturliga människan är en fiende till Gud och har så varit från Adams fall, och kommer att så vara i evigheters evighet, om hon inte ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan och blir en helig genom Herren Kristi försoning" (Mosiah 3:19; kursivering tillagd).

Jag vill göra dig uppmärksam på två uttryck. Det första är "lägger av den naturliga människan". Färden från dålig till god är processen varigenom vi lägger av den naturliga mannen eller den naturliga kvinnan i var och en av oss. Under jordelivet frestas vi alla av köttet. De element av vilka våra kroppar skapades är av naturen fallna och alltid underkastade inflyttandet av synd, förvanskning och död. Men vi kan öka vår förmåga att övervinna köttets begär och frestelser "genom Herren Kristi försoning".



När vi gör misstag, när vi begår överträdelser och syndar, kan vi omvända oss och bli rena genom den återlösande kraften i Jesu Kristi försoning.

Det andra uttrycket är ”och blir en helig”. De här orden beskriver fortsättningen och den andra delen av livets resa att göra ”goda människor bättre” eller med andra ord bli mer som en helig. Den här andra delen av vägen — denna process att gå från god till bättre — är ett ämne som vi inte studerar eller undervisar ofta nog om, eller förstår tillräckligt väl.

Jag misstänker att många av kyrkans medlemmar är mycket mer bekanta med försoningens återlösande och renande kraft än de är med dess stärkande och möjliggörande kraft. Det är en sak att veta att Jesus Kristus kom till jorden för att *dö* för oss — detta är grundläggande i Kristi lära. Men vi behöver också inse att Herren, genom sin försoning och genom den Helige Andens kraft, vill *leva* inom oss — inte bara vägleda oss utan också ge oss kraft.

De flesta av oss vet att när vi gör fel, behöver vi hjälp med att övervinna syndens följder i vårt liv. Frälsaren har betalat priset och gjort det möjligt för oss att bli rena genom hans återlösande kraft. De flesta av oss förstår att försoningen är avsedd för syndare. Men jag är inte så säker på att vi vet och förstår att försoningen också är avsedd för heliga — för goda män och kvinnor som är lydiga och värdiga och samvetsgranna, och som strävar efter att bli bättre och tjäna trofastare. Vi kan felaktigt tro att vi måste göra hela färden från god till bättre och bli en helig helt av oss själva genom rent mod, viljestyrka och disciplin, och med vår uppenbart begränsade förmåga.

Frälsarens evangelium handlar inte om att bara undvika det som är dåligt i livet. Det handlar också i hög grad om att göra det som är gott och bli god. Och försoningen hjälper oss att övervinna och undvika det som är dåligt och att göra det goda och bli god. Frälsaren ger oss hjälp för hela

livets väg — från dålig till god till bättre och till att förändra själva vår natur.

Jag försöker inte antyda att försoningens återlösande och möjliggörande krafter är separata och åtskilda. I stället är dessa två dimensioner av försoningen sammanbundna och kompletterande. De behöver båda vara verksamma under alla skeden av livets färd. Och det är för evigt viktigt för oss alla att inse att *båda* dessa nödvändiga element på livets väg — både att lägga av den naturliga människan och bli en helig, både att övervinna det som är dåligt och bli god — uppnås genom försoningens kraft. Viljestyrka, beslutsamhet, motivation och effektiv planering och målsättning är nödvändigt, men slutligen otillräckligt för att segerrikt fullborda jordelivets färd. Vi måste verkligen förlita oss på ’den helige Messias tjänster och barmhärtighet och nåd’ (2 Nephi 2:8).”

### **Nåd och försoningens möjliggörande kraft**

I Bible Dictionary kan vi läsa att ordet *nåd* ofta används i skrifterna för att beskriva en stärkande eller möjliggörande kraft:

”[*Nåd* är] ett ord som förekommer ofta i Nya testamentet, särskilt i Paulus skrifter. Ordet betyder i huvudsak att det är ett *gudomligt medel till hjälp eller styrka* som ges genom Jesu Kristi rikliga barmhärtighet och kärlek.

Det är genom Herren Jesu Kristi nåd, som möjliggjorts genom hans försoningsoffer, som alla människor kommer att uppstå som odödliga och få sin kropp från graven för att leva för evigt. *Det är också genom Herrens nåd som människor, genom tro på Jesu Kristi försoning och omvändelse från sina synder, får kraft och hjälp till att utföra goda gärningar som de inte skulle kunna utföra av enbart sin egen förmåga. Denna nåd är en möjliggörande kraft* som låter män och kvinnor uppnå evigt liv och upphöjelse efter det att de gjort allt de själva förmår.”<sup>2</sup>



Nåden utgör det gudomliga bistånd eller den himmelska hjälp som var och en av oss är i desperat behov av för att kvalificera oss för det celestialet riket. Således stärker försoningens möjliggörande kraft oss så att vi kan göra gott och vara goda och tjäna utöver vår egen önskan och naturliga förmåga.

I mina egna skriftstudier sätter jag ofta

vår natur. Mormons bok är full av exempel på lärjungar och profeter som kände till, förstod och förändrades av försoningens möjliggörande kraft under livets färd. När vi lär oss förstå denna heliga kraft bättre, förstoras och berikas vårt evangelieperspektiv storligen. Ett sådant perspektiv förändrar oss på betydelsefulla sätt.

Nephi är ett exempel på en person som kände till, förstod och förlitade sig på Frälsarens möjliggörande kraft. Ni kommer ihåg att Lehis söner hade återvänt till Jerusalem för att be Ismael och hans familj att förena sig med dem. Laman och andra i sällskapet som färdades med Nephi från Jerusalem tillbaka till vildmarken gjorde uppror, och Nephi uppmanade sina bröder att ha tro på Herren. Det var vid det skedet i deras färd som Nephis bröder band honom med rep och planerade att döda honom. Lägga märke till orden i Nephis bön: "O Herre, vill du enligt min tro på dig befria mig ur mina bröders händer. Ja, *ge*

*mig styrka så att jag kan bryta dessa band* som jag är bunden med" (1 Nephi 7:17; kursivering tillagd).

Vet du vad jag troligen skulle ha bett om, om jag hade bundits fast av mina bröder? "Snälla, ta mig ur den här röran NU!" Det är särskilt intressant för mig att Nephi inte bad om att få sina omständigheter ändrade. I stället bad han om styrka till att ändra sina omständigheter. Och jag tror att han bad på det här sättet just därför att han visste, förstod och hade upplevt försoningens möjliggörande kraft.



*Nephi bad inte om att hans omständigheter skulle förändras. I stället bad han om styrka till att ändra sina omständigheter.*

in orden "möjliggörande kraft" närhelst jag ser ordet *nåd*. Tänk till exempel på den här versen som vi alla känner väl till: "Vi vet att det är genom nåd vi blir frälsta, sedan vi har gjort allt vi kan göra" (2 Nephi 25:23). Jag tror att vi kan lära oss mycket om den här väsentliga aspekten av försoningen om vi sätter in "möjliggörande och stärkande kraft" varje gång vi ser ordet *nåd* i skrifterna.

### Illustrationer och deras innebörd

Jordelivets färd innebär att vi går från dåliga till bra till bättre och att vi förändrar

Jag tror inte att repen som Nephi var bunden med bara magiskt föll av hans handleder. Jag tror i stället att han välsignades med både uthållighet och styrka utöver sin naturliga förmåga, att han sedan ”i Herrens kraft” (Mosiah 9:17) arbetade och vred och slet i repen och slutligen och bokstavligen kunde bryta banden.

Innebörden för oss alla av den här episoden är tydlig. När du och jag förstår och använder oss av försoningens möjliggörande kraft i vårt liv, ber vi om och eftersträvar styrka till att ändra våra omständigheter i stället för att be om att våra omständigheter ska ändras. Vi blir personer som verkar i stället för objekt som påverkas (se 2 Nephi 2:14).

Tänk på exemplet i Mormons bok när Alma och hans folk förföljs av Amulon. Herrens röst kom till dessa goda människor i deras nöd och tillkännagav:

”Jag skall även lätta de bördor som lagts på era axlar, så att ni inte ens känner dem på era ryggar ...

Och nu hände det sig att de bördor som lagts på Alma och hans bröder lättades. Ja, *Herren styrkte dem* så att de kunde bära sina bördor med lätthet, och de underkastade sig glatt och med tålmod all Herrens vilja” (Mosiah 24:14–15; kursivering tillagd).

Vad var det som ändrades i den här episoden? Det var inte bördorna som ändrades. Påfrestningarna och svårigheterna av förföljelsen togs inte omedelbart bort från folket. Men Alma och hans efterföljare stärktes, och deras ökade förmåga och styrka gjorde deras bördor lättare. Dessa goda människor fylldes med kraft genom försoningen till att *verka*

och att *påverka* sina omständigheter. Och ”i Herrens kraft” vägledades sedan Alma och hans folk till säkerhet i landet Zarahemla.

Nu kanske du med all rätt undrar: ”Vad gör episoden med Alma och hans folk till ett exempel på försoningens möjliggörande kraft?” Svaret på din fråga finns i en jämförelse av Mosiah 3:19 och Mosiah 24:15.



”Och lägger av den naturliga människan och blir en helig genom Herren Kristi försoning och *blir som ett barn: undergiven, mild, ödmjuk, tålmodig, kärleksfull, villig att underkasta sig allt som Herren anser lämpligt att lägga på henne, alldeles som ett barn underkastar sig sin far*” (Mosiah 3:19; kursivering tillagd).

Medan vi utvecklas under jordelivets färd från dålig till god till bättre, medan vi lägger av den naturliga mannen eller kvinnan i var och en av oss, och medan vi strävar efter att bli heliga och få själva vår natur förändrad,

*Herrens röst kom till Alma och hans folk i deras nöd och tillkännagav: ”Jag skall även lätta de bördor som lagts på era axlar, så att ni inte ens känner dem på era ryggar.”*

bör de egenskaper som nämns i den här versen alltmer beskriva det slags person som ni och jag håller på att bli. Vi blir mer som ett barn, mer undergivna, tålmodigare och villigare att underkasta oss.

Jämför nu de här egenskaperna i Mosiah 3:19 med dem som används för att beskriva Alma och hans folk: "Och de *underkastade sig* glatt och *med tålmod all Herrens vilja*" (Mosiah 24:15; kursivering tillagd).

Jag finner parallellerna mellan egenskaperna som beskrivs i de här verserna slående och ett tecken på att Almas goda folk var på väg att bli ett bättre folk genom den möjliggörande kraften i Herren Kristi försoning.

Tänk på berättelsen om Alma och Amulek i Alma 14. Vid det här tillfället hade många trofasta heliga dödat genom eld, och dessa två Herrens tjänare hade fångslats och blivit slagna. Lägg märke till Almas vädjan när han bad i fängelset: "O Herre, *ge oss styrka* enligt vår tro som är i Kristus, ja, till att befria oss" (Alma 14:26; kursivering tillagd).

Här ser vi på nytt Almas insikt om och förtröstan på försoningens möjliggörande kraft, vilket visas i hans begäran. Och lägg märke till resultatet av bönen:

"Och de [Alma och Amulek] slet av repen som de var bundna med, och när folket såg detta tog de till flykten, ty fruktan för undergång hade kommit över dem ...

Och Alma och Amulek kom ut ur fängelset, och de var oskadda, ty *Herren hade förlänat dem kraft* enligt deras tro på Kristus" (Alma 14:26, 28; kursivering tillagd).

Än en gång är den möjliggörande kraften påtaglig när goda människor kämpar mot ondska och strävar efter att bli ännu bättre och tjäna på bättre sätt "i Herrens kraft".

Ett annat exempel från Mormons bok är upplysande. I Alma 31 leder Alma en mission för att

återvinna de avfälliga zoramiterna som, efter att de byggt sin Rameumptom, uppsänder en föreskriven och högmodig bön.

Lägg märke till Almas vädjan om styrka i sin bön: "O Herre, vill du *ge mig styrka* så att jag med tålmod kan uthärda de lidanden som skall komma över mig på grund av detta folks ondska?" (Alma 31:31; kursivering tillagd).

Alma ber också att hans missionärskamrater ska få samma välsignelse: "Vill du *ge dem styrka* så att de kan uthärda de lidanden som skall komma över dem på grund av detta folks ondska" (Alma 31:33; kursivering tillagd).

Alma bad inte om att hans lidanden skulle tas bort. Han visste att han verkade för Herren och han bad om kraft till att handla och påverka sin situation.

Huvudpunkten i det här exemplet finns i den sista versen i Alma 31: "[Herren] gav dem även styrka så att de inte skulle uppleva någon form av lidande *som inte uppslukades av glädjen i Kristus*. Nu var detta i enlighet med Almas bön, och det var för att han bad i tro" (vers 38; kursivering tillagd).

Lidandena togs inte bort. Men Alma och hans medhjälpare stärktes och välsignades genom försoningens möjliggörande kraft så att "de inte skulle uppleva någon form av lidande som inte uppslukades av glädjen i Kristus". Vilken förunderlig välsignelse. Och vilken lärdom var och en av oss bör ta till sig.

Exempel på den möjliggörande kraften finns inte bara i skrifterna. Daniel W. Jones föddes 1830 i Missouri och blev medlem i kyrkan i Kalifornien 1851. År 1856 deltog han i räddningen av de handkärrekompanier som fastnat i Wyoming på grund av svåra stormar. Sedan räddningsgruppen funnit de lidande heliga och gett dem all den omedelbara hjälp de kunde och ordnat med transporter till Salt Lake City för de sjuka och svaga, erbjöd sig Daniel och flera andra unga män att stanna kvar och skydda kompaniets ägodelar.

Den mat och det förråd som lämnades kvar hos Daniel och hans medhjälpare var magert och förbrukades snabbt. Följande citat från Daniel Jones dagbok beskriver händelserna som sedan inträffade.

”Det blev snart så ont om viltbråd att vi inte kunde döda något. Vi åt allt det knappa köttet, man blev hungrig av att äta det. Sedan var allt borta, nu fanns ingenting annat än skinnen kvar. Vi gjorde ett försök med dem. Flera kokades och åts utan någon kryddning, och det gjorde alla i kompaniet sjuka ...

Det såg mörkt ut, för det fanns ingenting kvar utom de råa djurhudar som tagits från svältande boskap. Vi bad Herren vägleda oss i vad vi skulle göra. Bröderna klagade inte, utan förtröstade på Gud ... Slutligen fick jag en stark känsla för hur skinnen skulle behandlas och gav kompaniet råd om hur de skulle tillaga dem, att de skulle sveda dem och skrapa av håret. Detta hade en tendens att ta bort den dåliga smak som skällning gav dem. Sedan vi skrapat dem, kokat dem en timme i rikligt med vatten, hållt bort vattnet som hade dragit ur allt lim, sedan tvättat och skrapat skinnen grundligt, sköljt dem i kallt vatten, sedan kokat dem till gelé och låtit dem kallna, åt vi dem därefter med lite socker strött ovanpå. Det här var mycket besvärligt, men vi hade inte mycket annat att göra och det var bättre än att svälta ihjäl.

”Vi bad Herren att välsigna våra magar och *anpassa dem till den här maten*... När vi nu åt verkade alla uppskatta måltiden. Vi var utan mat tre dagar innan detta andra försök gjordes. Vi åtnjöt denna luxuösa kost i omkring sex veckor.”<sup>3</sup>

Under sådana förhållanden skulle jag förmodligen ha bett om att få något annat att äta: ”Himmelske Fader, sänd en vaktel eller bisonoxe till mig.” Det skulle troligen inte falla mig in att be om att min mage skulle stärkas och anpassas till

den mat som fanns. Vad var det som Daniel W. Jones visste? Han hade kunskap om Jesu Kristi försonings möjliggörande kraft. Han bad inte om att hans omständigheter skulle ändras. Han bad om att han skulle stärkas för att kunna ta itu med sina omständigheter. På samma sätt som Alma och hans folk, Amulek och Nephi stärktes, hade Daniel W. Jones den andliga insikten att förstå vad han skulle be om i den bönen.

Kristi försonings möjliggörande kraft stärker oss till att göra saker vi aldrig kunnat göra av oss själva. Ibland undrar jag om vi i vår nutida bekväma värld — i vår värld med mikrovågsugnar och mobiltelefoner och luftkonditionerade bilar och bekväma hem — någonsin lär oss att erkänna vårt dagliga beroende av försoningens möjliggörande kraft.

Syster Bednar är en anmärkningsvärt trofast och kompetent kvinna, och jag har lärt mig mycket om den stärkande kraften genom hennes stillsamma exempel. Jag har sett henne genomlida intensivt och konstant illamående på morgnarna, och när hon bokstavligen talat var sjuk varje dag i åtta månader under var och en av sina tre graviditeter. Vi bad tillsammans om att hon skulle välsignas, men prövningen togs aldrig bort. I stället fick hon kraft att göra sådant som hon inte hade kunnat göra av egen kraft. Under årens lopp har jag också sett hur hon fått förmågan att hantera det hån och förakt som kommer från den sekulariserade världen när en sista dagars helig kvinna följer profetens råd och gör familjen och fostrandet av barn till sin högsta prioritet. Jag tackar och prisar Susan för att hon hjälpt till att ge mig sådana ovärderliga lärdomar.

### Frälsaren vet och förstår

I Alma kapitel 7 lär vi oss hur och varför Frälsaren kan ge oss den möjliggörande kraften:

”Han skall gå ut och lida *smärta* och *bedrövelser* och *frestelser* av alla slag, och detta för

att det ord skall kunna uppfyllas som säger att han skall ta på sig sitt folks *smärta* och *sjukdomar*.

Och han skall ta på sig döden så att han kan lossa de dödens band som binder hans folk. Och han skall ta på sig deras *skröpligheter* så att hans inre kan fyllas av barmhärtighet i köttet, så att han i köttet kan veta hur han

Son känner till det fullständigt och förstår, för att han upplevde och bar våra bördor innan vi gjorde det. Och eftersom han betalade det yttersta priset och bar den bördan, har han fullkomlig medkänsla och kan uträcka sin barmhärtiga arm mot oss i så många skeden av vårt liv. Han kan nå ut, beröra och stödja — bokstavligen springa till oss — och stärka

oss så att vi blir mer än vi någonsin kunnat bli och hjälpa oss så att vi kan göra det vi aldrig kunnat göra genom att bara förlita oss på vår egen kraft.

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

Ta på er mitt ok och lär av mig, ty jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då skall ni finna ro för era själar.

Ty mitt ok är milt, och min börda är lätt” (Matt. 11:28–30).

Jag förkunnar mitt vittnesbörd om och min uppskattning för Herren Jesu Kristi oändliga och eviga offer. Jag vet att Frälsaren lever. Jag har upplevt både hans återlösande och hans möjlig-

görande kraft, och jag vittnar om att dessa krafter är verkliga och tillgängliga för var och en av oss. ”I Herrens kraft” kan vi verkligen göra och övervinna allt när vi strävar framåt på jordelivets färd. ■

*Från ett tal under ett andligt möte vid Brigham Young-universitetet den 23 oktober 2001. För hela texten på engelska, gå till [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu).*

#### SLUTNOTER

1. Se Franklin D. Richards, i Conference Report, okt. 1965, s. 136–137; se också David O. McKay, i Conference Report, apr. 1954, s. 26.
2. Bible Dictionary, ”Grace”; kursivering tillagd.
3. Daniel W. Jones, *Forty Years among the Indians* (n.d.), s. 57–58.



*Det finns ingen fysisk smärta, ingen själslig ångest, inget lidande i anden, ingen skröplighet eller svaghet som du och jag upplever under vår jordiska resa som inte Frälsaren redan upplevt.*

skall bistå sitt folk i enlighet med deras skröpligheter” (Alma 7:11–12; kursivering tillagd).

Frälsaren har inte bara lidit för vår orättfärdighet utan också för den otillräcklighet, orättvisa, smärta, ångest och de känslomässiga kval som så ofta ansätter oss. Det finns ingen fysisk smärta, ingen själslig ångest, inget lidande i anden, ingen skröplighet eller svaghet som du och jag upplever under vår jordiska resa som inte Frälsaren redan upplevt. Du och jag kanske ropar i ett ögonblick av svaghet: ”Ingen förstår. Ingen vet.” Ingen mänsklig varelse kanske vet det. Men Guds

Över hela världen för seminariet  
ungdomar som dig närmare  
Jesus Kristus.



# SEMINARIETS välsignelser

**Brittany Beattie**

Kyrkans tidningar

**D**u är inte ensam i ditt beslut att vara med på seminariet. Över hela världen gör hundratusentals ungdomar seminariet till en del av sitt liv när de tar sig till klassrummen med buss, kanot, cykel och på andra sätt. Vissa ungdomar vaknar tidigt och åker långa sträckor för att komma i tid, andra gör resan på kvällarna, och så finns det de som studerar hemma flera dagar i veckan.

Det krävs uppoffringar för att vara med på seminariet, men ungdomar runtom i världen upptäcker att det är värt varje ansträngning. Och de som är där har något gemensamt: Deras upplevelser i seminariet för dem närmare Frälsaren och vår himmelske Fader.

## Tar emot utlovade välsignelser

Varför är seminariet så viktigt för dig? En del av anledningarna är följande löften från nutida profeter och apostlar:

- Det "[blir] en gudagåva för det nutida Israels frälsning i en ytterst svår tid".<sup>1</sup>
- Det "förbereder dig för att presentera budskapet om det återställda evangeliet för dem som du kommer att träffa".<sup>2</sup>
- Det hjälper dig "få nödvändig kunskap om sanningen".<sup>3</sup>
- Seminariet "ger underbara möjligheter att studera den lära som gör [dig lycklig]. Den

ger underbara tillfällen att umgås med samma slags ungdomar som du själv."<sup>4</sup>

- "Din kunskap om evangeliet kommer att växa. Din tro kommer att stärkas. Du kommer att skapa underbara vänskapsband."<sup>5</sup>
- Det "berikar dem andligen, ger dem moralisk styrka att stå emot det onda som finns överallt omkring oss, och ökar storligen deras kunskap om evangeliet".<sup>6</sup>
- Det är "en av de bästa förberedelserna för en mission".<sup>7</sup>

## Hitta ett sätt att delta

Ofta blir det nödvändigt att ge upp något annat som man tycker om att göra för att ha tid att vara med på seminariet. Men det är en uppoffring som är värt besväret. Elijah Bugayong från Filippinerna valde att fatta det beslutet under sitt sista år på high school. Under hela tiden i high school hade hon alltid varit tvåa i klassen. Hon var fast besluten att bli etta sista året och hade faktiskt övervägt att hoppa över seminariet som hon hade varit med på under tidigare år för att uppnå sitt mål.

Men en dag förändrades det. "Jag [tittade på] mitt skrivbord", säger hon. "Jag såg en trave böcker bredvid bordet, mina skrifter och seminariedagboken och lektionsboken. Djupt inom mig frågade jag: 'Vilket är viktigast?'"



## EN VÄLSIGNELSE MED LIVSLÅNGA FÖLJDER

För många år sedan hade jag förmånen att undervisa i morgonseminariet. Lektionen hölls mellan 6:30 och 7:30 varje skoldag. I två år såg jag hur sömniga elever vacklade in i klassrummet. Det var en utmaning för deras lärare att väcka dem. När bönen hade uppsänts och en inspirerande tanke hade förmedlats, såg jag hur skärpta sinnen kom till liv, ivriga efter att söka kunskap om skrifterna. Den svåraste delen av lektionen var att avsluta diskussionen i tid, så att eleverna kunde hinna till sina vanliga lektioner vid gymnasiet. Allteftersom skolåret pågick, såg jag hur eleverna fick större självförtroende, vänskapsband knöts och vittnesbördet om evangeliet växte.

För några år sedan när var jag i en speceriaffär i en stad som ligger i närheten, hörde jag någon ropa mitt namn. Jag vände mig om och där stod två av mina före detta seminarieelever. De var nu man och hustru. De presenterade mig för sina fyra söta barn. När vi samtalade med varandra förundrades jag över att de hade kontakt med så många klasskamrater från seminariet, trots att så många år gått. Det var ett synligt bevis på de särskilda band som hade knutits under de tidiga morgnarna i morgonseminariet."

Se äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, "Ta emot sanningen", *Nordstjärnan*, jan. 1998, s. 63.

Elijah hittade sitt svar i Matteus 6:33: "Nej, sök först Guds rike och hans rättfärdighet, så skall ni få allt det andra också." Hon bestämde sig för att trofast närvara på seminariet och hitta andra sätt att balansera sin tid för hinna med studierna. I slutet av året utsågs hon till avskedstalare och fick till och med ett stipendium till universitetsstudier.

Spencer Douglas från Alabama i USA bestämde sig för att ge upp en del sociala aktiviteter så att han skulle kunna få ut det mesta möjliga av seminariet. Under de två första seminarieåren gick han upp klockan fyra på morgonen för att ta sig dit, och under de två sista åren gick han upp klockan fem. Han säger: "Det var många sena aktiviteter med mina vänner som jag inte kunde vara med på eftersom jag behövde gå och lägga mig tidigt. Om jag inte hade gjort det skulle jag inte ha kunnat delta och lära mig något morgonen därpå." För Spencer handlade det inte bara om att vara med på lektionerna, utan också om att vara vaken och redo att lära.

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Att något är bra räcker inte för att man ska göra det. Antalet bra saker vi kan göra är många fler än vi hinner utföra. En del saker är bättre än bra, och det är dessa saker som bör prioriteras i vårt liv."<sup>8</sup> Det är viktiga råd att komma ihåg när du bestämmer dig för hur du ska prioritera seminariet i ditt schema.

## Förberedelse för en mission

Seminariet är också ett bra sätt att förbereda dig för det missionsarbete du kommer att utföra — som medlemsmissionär i dag och om du verkar som heltidsmissionär i framtiden. Franco Huamán Curiniqui från Peru vet att hans skriftstudier i seminariet har hjälpt honom förbereda sig för sin mission.

Han säger att det är värt besväret att gå upp klockan fyra på morgonen för att få den här förberedelsen, och att åka kanot när hans område drabbades av översvämningar, och att sedan vada genom leran för att komma till lektionen. Han säger: "Jag vill bli klar med seminariet och börja på institutet så att jag kan vara redo för en mission. Jag ska fortsätta utveckla mig i kyrkan." Seminariet är viktigt för honom därför att han får lära sig om skrifterna och lära sig viktiga verser utantill, vilket hjälper honom att bli ett bättre missionär.

## En välsignelse för alla delar av livet

När ungdomarna världen över anstränger sig för att vara med på seminariet blir de stärkta inom mycket mer än skriftstudier. Cameron Lisney från England upptäckte att han välsignades inom alla områden i livet. "Seminariet hjälper inte bara till med allt det andliga, utan hjälper också till med skola och utbildning", säger Cameron.



Han säger att "en tidig start på dagen sätter igång hjärnan. Några av mina vänner säger att de inte hinner vara med, men det är ju inte som om de skulle studera matte klockan sex på morgonen, eller hur?" När vi studerar "hjälper Herren oss med våra prov, och om man är med på seminariet så hjälper han oss ännu mer", säger Cameron.

Naturligtvis hjälpte seminariet till att stärka Camerons vittnesbörd också. Han säger: "Början på mitt vittnesbörd kom tack vare seminariet. När jag var 14 år kämpade jag verkligen med evangeliet. Jag tyckte inte om att gå till kyrkan och jag började göra sådant som jag inte borde ha gjort. Det handlade bara om några månader innan jag skulle ha gett upp helt och hållet." Men när en vän inbjöd Cameron till seminariet bestämde han sig för att följa med henne. Det var då välsignelserna verkligen började komma.

"Jag började känna Anden igen", säger Cameron. "Jag började vara mer uppmärksam i kyrkan och gick på Söndagsskolas och prästadsöms lektioner. Det blev lättare och jag började känna mig gladare. Jag fick äntligen ett eget vittnesbörd om evangeliet." När Cameron hade varit med på seminariet i två

månader träffade han sin biskop och ordinerades sedan till lärare inom aronska prästadsömet.

Cameron vet att seminariet hjälper honom att stå emot världens frestelser. "Allteftersom jag fortsatte att gå till seminariet", säger han, "upptäckte jag att det var lättare att hantera utmaningarna som världen presenterar. Det är ganska tufft att vara ungdom i världen vi lever i. Synden omger oss på alla sidor. Jag vittnar för dig om att om du går till seminariet så får du styrka att stå emot den. Seminariet skapar en andlig sköld som skyddar dig. Jag har mött många olika prövningar och frestelser och seminariet har varit till så stor hjälp för att hålla mig på den raka och smala stigen."

### Stärka varandra

I seminariet får du också vara tillsammans med andra tonåringar som delar din tro. Vika Tjelysjkova från Ryssland säger: "Jag inspireras av likasinnade personer som har samma moralnormer och som tror på Gud som jag gör." Hon tillägger: "Om jag har några frågor kan jag ta upp dem med min seminarielärare och med andra elever. Jag kan berätta om mina tankar och bära mitt vittnesbörd för andra för att stärka min egen och andras tro. Genom att läsa skrifterna tillsammans och begrunda deras andliga innehåll kommer vi närmare Gud och varandra."

Ksenia Gontjarova från Ukraina har sett liknande resultat. Hon säger: "När vi berättar om våra





## SEMINARIET PÅVERKADE PRESIDENT HENRY B. EYRINGS LIV

Mildred Bennion var en av de första seminarieeleverna vid Granite Seminary år 1912. Hon skulle senare bli mor till president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet.

Hon förstod vilken viktig del seminariet hade varit i hennes liv, och hon ville att hennes barn skulle få samma välsignelser som hon hade fått genom seminariet. Därför fattade familjen ett stort beslut: "Vi flyttade till Utah med stora ekonomiska uppoffringar för att våra söner skulle kunna närvara vid seminariet och institutet och få vänner bland vårt eget folk. Det borde besvara frågan om mina känslor om detta" (citerat i C. Coleman, *History of Granite Seminary*, s. 142).

Betydelsen av utbildning inom kyrkan fortsatte i familjen Eyring när president Henry B. Eyring 1971 blev rektor för Ricks College (nu BYU–Idaho), en skola som drevs av kyrkan, och när han verkade som kyrkans utbildningschef från 1980 till 1985 och sedan igen från 1992 till 2005.

upplevelser för varandra så blir vi starkare och förstår skrifterna bättre. När vi pratar om exempel från vårt liv under lektionerna så ser jag hur evangeliet verkar i mitt liv och i andras."

### Lära känna vår himmelske Fader och Jesus Kristus

En grupp ungdomar fick nyligen frågan hur seminariet hade välsignat dem. Det går en röd tråd genom deras svar — att seminariet hjälper dem komma närmare deras himmelske Fader och Frälsaren. Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "Alla ämnen ni har studerat i seminariet är viktiga. Varje år när ni inriktar er på ett av standardverken är Herren Jesus Kristus er huvudinriktning."<sup>9</sup>

Här följer det som flera tonåringar sade om hur seminariet har fört dem närmare Jesus Kristus.

- "Jag har lärt mig vad Frälsaren gör för mig när jag har läst alla berättelser från ett flertal profeter och insett hur viktig jag är för honom. Jag inser att han älskade mig så mycket att han dog och led för min smärta."
- "Seminariet är ett jättebra sätt att börja dagen på. Oavsett hur trött jag är, känner jag Anden och får styrka så att jag, när det blir tufft under dagen, utan tvekan vet att min Frälsare älskar mig, och jag har större självförtroende till att stå för det som är rätt."

- "Jag är nyomvänd i kyrkan. Jag började vara med på seminariet redan innan jag döptes. Utan seminariet vet jag inte om jag hade döpts över huvud taget. Utan seminariet skulle jag inte ha Frälsaren i mitt liv just nu eller veta att jag kan få förlåtelse för mina synder. Min himmelske Fader och Jesus Kristus hade egentligen ingen del i mitt liv tidigare. Seminariet hjälpte mig hitta dem och för evigt låta dem bli en del av mitt liv och av mina framtida barns liv."
- "Tack vare att jag gick till seminariet varje dag har jag kommit närmare min Herre och Frälsare Jesus Kristus, genom att lära mig om hans lärdomar, hans stora kärlek till mig och hur jag kan återvända till honom."
- "När jag är i seminariet får skrifterna en djupare mening. Det påminner mig varje morgon om att vara kristuslik i mitt vardagliga liv."
- "Seminariet lärde mig hur man studerar skrifterna och inte bara tycker om det utan också hittar sätt att tillämpa texten. Jag lärde mig om lärdomar och principer som hjälpte mig stärka mitt vittnesbörd om en kärleksfull himmelsk Fader och Jesus Kristus, som jag har med mig under resten av livet."

Med så många välsignelser som kommer av att delta i seminariet är det lätt att se varför ungdomar runtom i världen prioriterar det i sitt schema. ■

#### SLUTNOTER

1. Boyd K. Packer, *Teach the Scriptures* (tal till lärare inom Kyrkans utbildningsverksamhet, 14 okt. 1977), s. 3.
2. Se L. Tom Perry, "Höj ribban", *Liahona*, nov. 2007, s. 48.
3. Se Richard G. Scott, "Förverkliga alla dina möjligheter", *Liahona*, nov. 2003, s. 42.
4. Se Gordon B. Hinckley, "Stå trogna och trofasta", *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 97.
5. Se Gordon B. Hinckley, "Det underverk som tron åstadkommit", *Nordstjärnan*, okt. 1984, s. 90.
6. Se Gordon B. Hinckley, "Kyrkans tillstånd", *Nordstjärnan*, juli 1991, s. 55.
7. Ezra Taft Benson, "Vårt ansvar att dela med oss av evangeliet", *Nordstjärnan*, Rapport från 155:e årliga generalkonferensen för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga, s. 6.
8. Dallin H. Oaks, "Bra, bättre, bäst", *Liahona*, nov. 2007, s. 104.
9. David A. Bednar: "Conclusion and Testimony", *Welcome to Seminary 2010–2011*, [seminary.lds.org/welcome](http://seminary.lds.org/welcome).

## SEMINARIETS HISTORIA

Här är en titt på hur seminariet har vuxit under årens lopp.

1888: President Wilford Woodruff har översyn över bildandet av kyrkans utbildningskommitté som kom att vägleda kyrkans arbete för att främja utbildning, bland annat religionskurser efter skoltid.

1912: De första kurserna för håltimsseminarium organiseras. Totalt 70 elever lämnar skolan för en lektionstimma för att vara med på seminariet. Kurser hålls mitt emot Granite High School i Salt Lake City, Utah, USA.

1925: Antalet elever uppgår till 10 000.

1948: Seminariet börjar hållas i Kanada, det första land utanför USA som har seminarium.

1950: Dagligt seminarium (som tidigare kallades tidigt morgonseminarium) organiseras i Kalifornien där eleverna träffas i kyrkans möteshus innan skolan börjar.

1958: Antalet elever uppgår till 50 000.

1958: Seminariet startas i Centralamerika, med början i Mexiko.

1962: Seminariet startas i Europa, med början i Finland och Tyskland.

1963: Seminariet startas i Asien, med början i Japan.

1965: Antalet elever uppgår till 100 000.

1967: Seminariets hemstudieprogram startas på mindre orter. Eleverna där studerar hemma fyra dagar och träffas en dag varje vecka.

1968: Seminariet startas i Australien.

1969: Seminariet startas i Sydamerika, med början i Brasilien.

1972: Seminariet startas i Afrika, med början i Sydafrika.

1983: Antalet elever uppgår till 200 000.

1991: Antalet elever uppgår till 300 000.

2012: Seminariet hålls i 134 länder och territorier i världen, och antalet elever uppgår till omkring 370 000.



# ETT ÄMBETE FÖR EN NYOMVÄND

Helena Hannonen



**E**n kort tid efter att jag hade döpts vid 10 års ålder i Villmanstrand i Finland fick jag mitt första ämbete i kyrkan. Året var 1960 och vår lilla gren var i desperat behov av någon som kunde spela psalmerna under sakramentsmötena. Jag blev ombedd att fullfölja det uppdraget.

Mamma hade alltid uppmuntrat min bror och mig att utveckla våra konstnärliga talanger, men jag kunde inte spela piano och vi ägde inget piano. Men jag ville arbeta i mitt ämbete så vi gjorde upp en plan.

På en hemafton pratade vi om vad det här ämbetet betydde för oss alla. Men eftersom mamma var änka och hade två små barn, visste vi att det skulle bli en stor utmaning att köpa ett piano och betala för





*Jag var  
nyomvänd och  
kunde inte spela  
piano. Men jag  
är så tacksam  
för mitt  
livsföränd-  
rande ämbete  
som grenens  
pianist.*

lektioner. Vi bestämde oss för att vi var villiga att göra de nödvändiga uppoffringarna.

Den första uppoffringen som familjen gjorde var ekonomisk. Vi bestämde att vi från våren till hösten skulle cykla i stället för att ta bussen. Min bror Martti var modig och blev särskilt bra på att cykla — till och med på snö och is. Jag köpte inte längre några kläder att tala om och lärde mig att sy. Vi lärde oss också att leva förutseende. Vi startade en trädgårdsodling på landet nära mina morföräldrars hus och konserverade mat inför vintern. Våra "semestrar" blev mammas resor till templet i Schweiz eller utflykter och läger nära hemmet.

Den andra uppoffringen som familjen gjorde hade med tid att göra. Vi delade upp hushållssysslorna och lade om våra andra aktiviteter och läxor så att jag hade tillräckligt med tid till att öva på pianot. Tack vare våra uppoffringar och hårda arbete sade mamma ofta att vi inte hade någon ledig tid till att ställa till med problem som andra i vår ålder hade. Faktum är att mitt ämbete blev ett familjeämbete långt innan jag hade spelat en ton.

Jag började få undervisning av en musiklärare i skolan. Jag övade genom att använda ett tangentbord av papper och på pianot i kyrkan. När min pianolärare flyttade köpte vi hans piano och jag ansökte om och fick möjlighet att studera för en känd pianolärare i området.

Jag lärde mig psalmerna på egen hand och övade mycket med grenens sångledare. Alla uppmuntrade mig, även när jag råkade spela en falsk ton. Min lärare blev förskräckt när hon fick veta att jag spelade inför andra innan

jag hade lärt mig styckena helt utantill. Men att spela med en hand var bättre än att inte ha någon musik alls.

Jag cyklade till mina lektioner och när vintern kom försökte jag gå eller åka skidor om det var möjligt. På söndagarna gick jag ensam till kyrkans möten så att jag skulle kunna komma en timme tidigare och ha tid till att öva. Jag bestämde mig för att bara åka buss när temperaturen gick under minus 15 grader. Regn och snö bekom mig inte. Tiden gick fort när jag promenerade för jag hade så många vackra psalmer som höll mig sällskap. Medan jag promenerade färdades jag över slätten med pionjärerna (se "Kom, kom Guds folk", *Psalmer*, nr 19), jag vandrade högt på bergets topp i Sion (se "Se, högt på bergets krön", *Psalmer*, nr 4) och gick samman med ungdomar som aldrig vacklar (se "Skall väl Sions ungdom vackla", *Psalmer*, nr 176). Jag kunde inte vackla med det stödet — fastän min familj och jag var de enda sista dagars heliga i vårt samhälle i östra Finland, i skuggan av ryska gränsen.

Allteftersom åren gick blev jag bättre på att spela och kunde skapa musik i stället för att bara spela rätt noter. Jag lärde mig att välja musik med hjälp av bön så att Anden kunde råda under mötet. Och viktigast av allt, mitt vittnesbörd om evangeliet kom genom musiken. Jag kunde lätt erinra mig psalmernas känslor, ord och budskap om jag någonsin ifrågasatte något. Jag visste att evangeliets principer och förrättningar var sanna eftersom jag lärt mig dem rad på rad och not efter not.

Jag kommer speciellt ihåg en dag när min hängivenhet mot dessa principer sattes



på prov. Jag var 14 år, tyckte om att simma och drömde om att simma i OS. Jag tävlade inte på söndagar men gjorde ändå framsteg. När OS i Mexico City slutligen närmade sig blev jag inbjuden av en tränare att delta i en specialträning.

Men träningen skulle hållas varje söndagsmorgon under söndagsskoltid. Jag resonerade som så att jag kunde vara med på träningen och hoppa över Söndagsskolan eftersom jag skulle vara tillbaka i kyrkan i tid för kvällens sakramentsmöte. Jag sparade till bussbiljetten och planerade allting. Lördagen före den första träningen berättade jag om planen för mamma.

Jag såg hur ledsen och besviken hon blev men hennes enda kommentar var att det var mitt beslut och att jag hade fått undervisning om vad som var rätt. Den kvällen kunde jag inte få orden till "Gör rätt val" (*Psalmer*, nr 162) ur tankarna. Orden upprepades i huvudet som en trasig grammofonskiva.

På söndagsmorgonen hade jag sportväskan i ena handen och musikväskan i den andra. Jag hoppades att det skulle ge mamma intrycket att jag var på väg till kyrkan. Jag gick ut till busshållplatsen. Nu råkade det vara så

*En buss tog mig till mitt ämbete i kyrkan och den andra till min barndomsdröm att bli en simmare i världsklass. Orden i psalmerna jag hade spelat så många gånger gav mig svar.*

att busshållplatsen där bussen som gick till simhallen stannade låg på min sida av vägen, och busshållplatsen för bussen som gick till kapellet låg på andra sidan. Medan jag väntade blev jag irriterad. I öronen ringde musiken till "Har jag gjort något gott?" (*Sånger*, nr 158) — psalmen som var planerad för Söndagsskolan den dagen. Jag visste av erfarenhet att psalmen med sin svåra rytm, komplicerade text och sina höga toner skulle bli en katastrof utan starkt ackompanjemang.

Medan jag stod där och funderade kom båda bussarna. Bussen till simhallen stannade framför mig och busschauffören i bussen som gick till kyrkan stannade och tittade på mig förbryllat eftersom jag alltid brukade ta hans buss. Vi stirrade alla tre på varandra i några sekunder. Vad var det jag väntade på? Jag hade valt Herren (se "Vem kämpar Herrens kamp?" *Sånger*, nr 136). Jag hade lovat att gå dit han kallar mig (se "Kanhända ej uppå stormigt hav", *Psalmer*, nr 178). Mitt beslut att hålla buden hade fattats långt tidigare (se "Håll alla buden", *Psalmer*, nr 195).

Innan hjärnan hade hunnit ifatt hjärtat tog kroppen över. Jag rusade över vägen och vinkade till den andra busschauffören att köra

vidare. Jag betalade biljetten och gick längst bak i bussen som gick till kyrkan, och såg min dröm om att bli simmare försvinna bort i motsatt riktning.

Alla trodde att jag grät den dagen för att jag kände Anden. Men faktum var att jag grät för att min barndomsdröm hade gått i kras, och för att jag skämdes över att jag ens hade övervägt att simma på Sabbaten. Men den söndagen, liksom alla söndagar före och efter, fullföljde jag min kallelse.

När det var dags att börja på högskolan hade jag lärt flera grensmedlemmar att leda musiken och spela piano. På högskolan fortsatte jag att spela piano och tog orgellektioner. Jag trodde att min chans att komma till Latinamerika var borta för alltid när jag slutade tävlingssimma, men när jag hade tagit magisterexamen vid Brigham Young-universitetet verkade jag som missionär i Colombia. Under min mission gav jag pianolektioner. Jag ville ge de heliga där musikens gåva. Barn och ungdomar i Colombia gick kilometervis i den heta solen för att få möjlighet att lära sig spela piano. De började också med en hand tills de kunde spela med båda. Och de gjorde fler uppoffringar än vad jag hade gjort i sina ansträngningar att lära sig spela piano.

Det har gått över 50 år sedan jag döptes. Jag har rest mycket och långt från mitt hem i Finland, men oavsett vart jag har åkt så har det alltid funnits behov av någon som kan spela psalmer. Musikens universella språk har byggt broar av förståelse och kärlek på många platser.

Idag är mina händer långsamma och svaga

*Under min mission i Colombia gav jag pianolektioner.*

*Barn och ungdomar gick åtskilliga kilometer i den heta solen för att lära sig.*

*De gjorde stora uppoffringar för att få musikens gåva.*

av ledgångsreumatism. Många mycket mer kapabla musiker har tagit min plats. Mamma känner sig ofta ledsen när hon tänker tillbaka på mina första år i kyrkan och uppoffringarna jag gjorde, kilometrarna jag gick och allt jag fick vara utan. Hon är rädd att kylan bidrog till min reumatism. Men jag bär mina "krigsskador" med glädje. Jag lät min glädje och sorg ta sig uttryck i musiken. Jag lärde mig att skratta och gråta med fingrarna.

Hjärtat sjunger av glädje när jag tänker på att min himmelske Fader och mina ledare brydde sig så mycket om en ung flicka att de gav mig ett sådant uppdrag. Ämbetet hjälpte mig förstå evangeliet och gjorde att jag kunde hjälpa andra att känna Anden genom musik. Jag är ett levande bevis på att nyomvända behöver ett ämbete — även flickor som inte kan spela piano. Tack vare mitt första ämbete upptäckte jag att inget är omöjligt för Gud och att han har en plan och ett syfte för vart och ett av sina barn. Och genom musiken fick jag ett orubbligt vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium. ■



# Försam- lingsråd

## I VERKSAMHET

**LaRene Gaunt**

Kyrkans tidningar

*Sista dagars heliga använder församlings-  
och grensråd för att välsigna behövande.*



**K**vällen den 22 maj 2011, till ljudet av skrikande sirener, slog en kraftig tornado ner i hjärtat av Joplin i Missouri, USA och förstörde hem och liv. Joplins första församling drabbades hårt av tornadon och biskop Chris Hoffman och församlingsrådet började söka efter saknade medlemmar.

”Vi hade en katastrofplan redo eftersom vi hade pratat om förberedelserna som församlingsråd innan det hände”, säger han. ”Vi litade också till Anden för att få veta vad vi skulle göra. Det fanns ingen elektricitet. Mobilnäten fungerade inte. Vi bad och lyssnade efter svar, och de kom. De kom alltid. Det var glädjande för mig som biskop att höra medlemmarna säga: 'Det här är vad jag har gjort', i stället för 'Vad vill du att jag ska göra?’”

Gensvaret i Joplin visar kraften i ett enat församlingsråd. ”Församlingsrådets möte är ett av de viktigaste mötena i kyrkan”, skrev äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum, ”därför att prästadömskворumet och biorganisationernas ledare kan samtala och planera med biskopsrådet ... Av alla råd och kommittéer i kyrkan tror jag att församlingsrådet kan ha störst inverkan när det gäller att hjälpa vår Faders barn.”<sup>1</sup>





## Förenade av kärlek och tro

I Puerto Francisco de Orellana, en isolerad by i Ecuadors djungel, har medlemmarna ett starkt band av kärlek och tro. Det månatliga grensrådsmötet återspeglar deras omsorg. De inriktar sig på enskilda och familjer först, och sedan på hur programmen kan vara till hjälp. Då kommer inspirationen.

Många medlemmar behöver hjälp med att hitta arbete. Grensrådet inser ofta att medlemmarnas problem kan lösas på lokal nivå. När rådet samtalade om behoven som en ensamstående mor med en liten dotter med hälsoproblem hade, kände Hjälpföreningens president till ett jobb där modern kunde arbeta och samtidigt vara nära sin dotter.

Grensrådet använder också kyrkans resurser, till exempel utbildningsmaterial från kyrkans arbetsförmedling.<sup>2</sup> De startade en kurs, ledd av en grensmedlem, som hjälpte en annan grensmedlem att få ett bättre jobb.

Ramiro Reyes, förste rådgivare i grenspresidentskapet, säger följande om grensrådet: "Vi är alla redskap i Herrens hand. Han uppnår sina mål genom vårt arbete."



## VIKTIGT ATT KOMMA IHÅG FÖR ATT FÅ EFFEKTIVA RÅD

I sin bok *Counseling with Our Councils*, ger äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum följande tre förslag:

*"För det första: Fokusera på det grundläggande."* Följ riktlinjerna i *Handbok 2: Kyrkans förvaltning*, kapitel 4, som finns på internet under avdelningen *Serving in the Church* på LDS.org.

*"För det andra: Fokusera på människor — inte på program."* Inrikta er på "integrering av nya medlemmar, aktivering av mindre aktiva, angelägenheter som rör ungdomarna, enskilda medlemmars ekonomiska bekymmer och ensamstående mödrars och änkors behov."

*"För det tredje: Råden är till för att ge råd och utbyta tankar, inte bara för rapporter och föreläsningar."* Skapa en miljö som inbjuder till öppenhet, där varje person och grupp är viktig och varje åsikt värdefull." Alla har olika synpunkter och bakgrund. Därför kan var och en bidra med ett nytt perspektiv för att förstå medlemmarnas behov.

Se äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum, *Counseling with Our Councils* (1997), s. 106, 109, 112.



## En väg till templet

I Liverpool i New York, USA, fick Primärs president Melissa Fisk insikt om kraften i församlingsrådet när hon var med på ett av rådets möten. När hon letade i sin väska efter en penna hittade hon en bild av 28 primärbarn som stod på trappan till templet i Palmyra i New York. Alla var täckta av getingstick. För ett ögonblick drog bilden hennes uppmärksamhet från mötet och hon tänkte för en stund på dagen då Primär hade åkt till Palmyra för att njuta av den heliga känslan på tempelområdet. När barnen lade ut sina filtar på marken hade de olyckligtvis råkat hamna på ett getingbo.

Efter att alla hade blivit omskötta inbjöd ledarna barnen att röra vid templet. Barnen vägrade eftersom de var rädda att det kanske kunde finnas fler getingar. Föräldrar och ledare ställde sig då på rad och bildade en stig fram till templet. Det gav barnen mod att gå fram.

När Melissa vände tillbaka uppmärksamheten till församlingsrådets möte, tänkte hon: "Tänk om alla kunde omges av sådana kärleksfulla vänner och ledare på sin väg mot templet."

Hennes tankar avbröts av att hon hörde hjälpföreningspresidenten prata om en behövande syster: "Hon var inte

## VILKA ÄR MED I FÖRSAMLINGS- ELLER GRENSRÅDET?

Följande ledare inom prästadömet och biorganisationerna deltar i rådet på två sätt: (1) som församlingsrådsmedlemmar som hjälper biskopen hitta lösningar på församlingens behov och problem och (2) som representanter

### **Biskopsrådet**

Biskopsrådet har ansvaret för alla medlemmar, organisationer och aktiviteter i församlingen. Biskopen presiderar över församlingsrådet, men han kan fatta bättre beslut när han har rådgjort med sina rådgivare, och med församlingsrådet när så är lämpligt.

(Se Handbok 2: Kyrkans förvaltning 4.1, 4.2.)

### **Församlingsskamreren**

"Församlingsskamreren antecknar och följer upp givna uppdrag och beslut som fattats vid församlingsrådets möten ... Han tar också fram aktuella statistiska uppgifter från kyrkans datorprogram för uppteckningar."

(Handbok 2, 4.6.4.)

### **Verkställande sekreteraren**

"Verkställande sekreteraren förbereder dagordningen till församlingsrådets möten ... Biskopen kan också be honom att hjälpa till med uppföljning av rådsmedlemmarnas uppdrag ... [Han] kan skapa kontinuitet mellan församlingsrådet och prästadömetts verkställande kommitté."

(Handbok 2, 4.6.5.)

### **Melkisedekska prästadömetts ledare**

Högprästernas Högprästernas gruppledare och äldstevoumets president är ansvariga för de mäns andliga och timliga välfärd som de presiderar över. Biskopen kan delegera en del av arbetet han gör med familjer till kvorum- och gruppledare.

(Se Handbok 2, 7.)

### **Församlingens missionsledare**

Församlingens missionsledare samordnar församlingens missionsarbete. Han arbetar med heltids- och församlingsmissionärerna. Biskopen kan be honom att leda diskussioner om missionsarbete på församlingsrådets möten.

(Se Handbok 2, 5.1.3.)

i kyrkan i söndags. Jag ska se till att hennes besökslärare berättar för henne om den kommande tempelresan.”

”De har en del svårigheter just nu”, tillade äldstekvorumpresidenten. ”Jag ska prata med hemlärarna och se om det finns något vi kan göra.”

”De unga kvinnorna kan hjälpa till att sitta barnvakt”, sade Unga kvinnors president.

När Melissa tittade på ansiktena på medlemmarna i församlingsrådet, såg hon uppriktig tillgivenhet och omsorg. Ett leende spred sig i hennes ansikte. ”Herren har förberett sätt för hans barn att bli beskyddade och

älskade”, tänkte hon. ”Församlingsrådet!”

Liksom i Joplin, Puerto Francisco de Orellana och Liverpool fortsätter kyrkans ledare över hela världen att upptäcka välsignelserna med församlings- och grensråd. När de gör det använder de den utomordentliga kraften i råden för att hjälpa Herren välsigna sina barn och utföra sitt arbete. ■

#### SLUTNOTER

1. M. Russell Ballard, *Counseling with Our Councils: Learning to Minister Together in the Church and in the Family* (1997), s. 102.
2. *Karriär-workshop* — *Deltagarens arbetsbok* (artikelnr 35163 180) finns att få genom [store.lds.org](http://store.lds.org), kyrkans distributionstjänst eller kyrkans arbetsförmedlingstjänster.

för sin organisation. De samarbetar i kärlek för att tjäna och stärka enskilda och familjer i församlingen eller grenen. (När det här talas om församlingar och biskopsråd, gäller det även grenar och grenspresidentskap.)

#### **Hjälpföreningens president**

Hjälpföreningens president representerar kvinnorna i församlingen över 18 års ålder. Hon gör allt hon kan för att hjälpa kvinnorna stärka sin tro och rättfärdighet, stärka familj och hem och hjälpa behovande.

(Se *Handbok 2*, 9.)

#### **Unga mäns president**

Unga mäns president arbetar för att stärka församlingens unga män från 12 till 18 år. Med hjälp av sina rådgivare hjälper han aronska prästadömet presidentskap (biskopsrådet) och har översyn över scoutprogrammet där det finns tillgängligt.

(Se *Handbok 2*, 8.3.4.)

#### **Unga kvinnors president**

Unga kvinnors president arbetar för att stärka de unga kvinnorna från 12 till 18 år. Hon har ansvaret att ”hjälpa varje ung kvinna göra sig värdig att ingå och hålla heliga förbund och ta emot templets förrättningar”.

(*Handbok 2*, 10.1.1.)

#### **Primärföreningens president**

Primärföreningens president representerar församlingens barn som är 18 månader till 11 år gamla. Hennes perspektiv är till nytta när församlingsrådet tar upp en angelägenhet som påverkar församlingens barn.

(Se *Handbok 2*, 11.)

#### **Söndagsskolans president**

Söndagsskolans president är ansvarig för all undervisning om evangeliet som sker under söndagsskoletid. ”Han är alltid redo att på församlingsrådets möten komma med förslag om hur medlemmarna kan förbättra lärandet och undervisningen i kyrkan och i hemmet.”

(*Handbok 2*, 12.2.2.)



**Rosemary M. Wixom**  
Primärföreningens generalpresident

# Ta dig tid att prata och lyssna

*Vår medvetna ansträngning att kommunicera bättre i dag välsignar vår familj i evigheten.*

**I** en fullkomlig värld skulle alla barn komma hem från skolan och välkomnas av en tallrik nybakta kakor, ett stort glas mjölk och en mamma som är redo att ta sig tid att prata om och lyssna på hur barnets dag har varit. Vi lever inte i en fullkomlig värld, så du kan hoppa över det där med kakor och mjölk om du vill, men hoppa inte över delen "att ta dig tid att prata och lyssna".

President James E. Faust (1920–2007), andre rådgivare i första presidentskapet, beklagade för tjugonio år sedan att familjerna har så lite tid tillsammans. Tänk på det — för 29 år sedan — sade han följande i generalkonferensen: "Ett av de stora problemen i familjerna i dag är att vi tillbringar mindre och mindre tid tillsammans ... Tiden tillsammans är dyrbar — det är tid som behövs till uppmuntran och till att visa hur man utför saker och ting."<sup>1</sup>

När vi tillbringar tid tillsammans och pratar med våra barn, lär vi känna dem och de lär känna oss. Våra prioriteringar, vårt hjärtas verkliga känslor, blir en del av våra samtal med varje barn.

Vilket är det främsta budskapet från ditt hjärta som du skulle ge ditt barn?

Profeten Mose lär oss i Femte Moseboken:

"Du skall älska HERREN, din Gud, av hela

ditt hjärta och av hela din själ och av all din kraft.

Dessa ord som jag i dag ger dig befallning om, skall du lägga på hjärtat.

Du skall inskräpa dem hos dina barn och *tala* om dem när du sitter i ditt hus och när du går på vägen, när du lägger dig och när du stiger upp" (5 Mos. 6:5–7; kursivering tillagd).

Och jag vill tillägga ännu en: "Och när ni äter tillsammans vid middagsbordet."

Om vi vill att vår familj ska vara tillsammans för evigt så påbörjar vi processen i dag. Tiden vi använder till att prata med våra barn är en investering i vår eviga familj medan vi vandrar tillsammans på vägen mot evigt liv.

En mor från Illinois i USA berättar hur hon tog sig tid till att prata med sina barn:

"När våra barn var små hade jag för vana att titta på några olika teveprogram ... Tyvärr inföll programmen samtidigt som barnen skulle gå och lägga sig ...

Det kom till en punkt när jag insåg att jag hade satt programmen överst på min lista och barnen längre ner. Ett tag försökte jag läsa godnattsagor med teven på, men innerst inne visste jag att det inte var det bästa sättet. När jag funderade över hur många dagar och veckor jag hade gått miste om på grund av



den dåliga vanan fick jag dåligt samvete och bestämde mig för att göra en förändring. Det tog ett tag att övertala mig själv att jag faktiskt kunde stänga av teven.

När jag hade låtit teven vara av i två veckor kände jag hur bördan på något sätt lyftes från mig. Jag insåg att det kändes bättre. Jag kände mig renare och jag insåg att jag hade gjort rätt val.<sup>2</sup>

En utmärkt tid för att prata är vid sängdags.

Helaman sade om de unga krigarna: ”De upprepade sina mödrars ord för mig och sade: Vi tvivlar inte på att våra mödrar visste det” (Alma 56:48).

Det var deras ”mödrars ord” som hade undervisat dem. När dessa mödrar pratade med sina barn, undervisade de om Guds ord.

### **Bevara den personliga kommunikationen**

Mycket gott kommer av att prata, och motståndaren är medveten om kraften i det talade ordet. Han skulle tycka om att ta bort anden som finns i vårt hem när vi pratar, lyssnar, uppmuntrar varandra och gör saker tillsammans.

Satan ansträngde sig förgäves för att hindra återställelsen av Jesu Kristi evangelium i den här tidsutdelningen när han försökte avbryta samtalet mellan Joseph Smith och Gud Fadern och hans Son, Jesus Kristus.

Med Josephs ord: ”Jag [greps] omedelbart ... av en makt som helt och hållet överväldigade mig och hade ett så häpnadsväckande inflytande över mig att min tunga bands, så att jag inte kunde tala” (Joseph Smith — Historien 1:15).



Motståndaren skulle gärna binda våra tungor — allt för att hindra oss från att verbalt uttrycka vårt hjärtas känslor ansikte mot ansikte. Han gläds åt avstånd och distraktioner. Han gläds åt oljud. Han gläds åt opersonlig kommunikation — allt som hindrar oss från att känna värmen i någons röst och uppleva de personliga känslor som kommer när vi kommunicerar öga mot öga.

### **Lyssna till barnens hjärta**

Att lyssna är lika viktigt som att prata. Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Om vi lyssnar med kärlek, behöver vi inte undra över vad vi ska säga. Det ges till oss — genom Anden."<sup>3</sup>

När vi lyssnar ser vi in i hjärtat hos människorna runtomkring oss. Vår himmelske Fader har en plan för vart och ett av sina barn. Tänk om vi kunde få en glimt av den personliga planen för vart och ett av våra barn. Tänk om vi kunde få veta hur vi ska främja deras andliga gåvor. Tänk om vi

kunde få veta hur vi ska motivera ett barn att nå sin potential. Tänk om vi kunde veta hur vi ska hjälpa varje barn i övergången från att ha en barnslig tro till att ha ett vittnesbörd.

Hur kan vi få veta det?

Vi kan börja få veta det genom att lyssna.

En sista dagars helig far sade: "Jag gör mycket mera gott när jag lyssnar på mina barn än när jag pratar med dem ... Jag har efter hand lärt mig att mina barn inte vill ha mina färdigsydda, beprövade och kloka svar ... För dem är det viktigare att kunna ställa sina frågor och prata om sina problem än att få mina svar. När de har pratat klart, och om jag har lyssnat tillräckligt länge och väl, behöver de oftast inte mitt svar. De har redan upptäckt svaret."<sup>4</sup>

Det tar tid att fokusera på det som betyder mest. Att prata, lyssna och uppmuntra är inget som händer snabbt. Man får inte ha bråttom med det eller bestämma en tid för det — det blir bäst när det sker spontant. Det händer när vi *gör* saker tillsammans: när vi arbetar tillsammans, skapar tillsammans och leker tillsammans. Det händer när vi stänger av media, lägger bort världsliga distraktioner och fokuserar på varandra.

Det är inte lätt. När vi stannar och stänger av allting måste vi vara redo för det som händer sedan. Först kanske tystnaden känns kvävande. En obehaglig känsla av förlust kan uppstå. Var tålmodig. Vänta bara några sekunder och njut sedan. Ge full uppmärksamhet åt dem som är omkring dig genom att ställa en fråga om dem och sedan börja lyssna. Föräldrar, prata om ett intresse som ditt barn har. Skratta åt sådant som har hänt — och dröm om framtiden. Ett lustigt samtal kan utvecklas till en meningsfull diskussion.

## Prioritera vårt eviga syfte

Förra våren när jag besökte en klass med unga kvinnor, bad läraren klassen att skriva ner våra tio främsta prioriteringar. Jag började snabbt skriva. Jag måste erkänna att min första tanke började med: "Nummer 1: Rensa i lådan med pennor i köket." När vi var klara med listorna bad ledaren för de unga kvinnorna oss att läsa vad vi hade skrivit. Abby, som just hade fyllt 12, satt bredvid mig. Det här var Abbys lista:

1. Gå på college.
2. Bli inredningsdesigner.
3. Gå på mission till Indien.
4. Giftna mig i templet med en återvänd missionär.
5. Få fem barn och ett hem.
6. Skicka ut mina barn på mission och till college.
7. Bli en farmor eller mormor som bakar kakor.
8. Skämma bort barnbarnen.
9. Lära mig mer om evangeliet och njuta av livet.
10. Återvända och bo hos min Fader i himlen.

Jag säger: "Tack, Abby. Du har lärt mig att man ska ha en vision av planen som vår himmelske Fader har för oss. När man vet att man går längs den vägen, oavsett vilka omvägar som kan dyka upp, så klarar man sig. Om man är fokuserad på att nå det slutliga målet — att bli upphöjd och återvända till vår himmelske Fader — då kommer man dit."

Varifrån har Abby fått denna känsla för sitt eviga syfte? Det börjar hemma. Det börjar i familjen. Jag frågade henne: "Vad gör ni i din familj för att skapa sådana prioriteringar?"

Detta var hennes svar: "Förutom att vi läser skrifterna så studerar vi *Predika mitt evangelium*." Sedan tillade hon: "Vi pratar mycket — på hemaftnarna, när vi äter middag och i bilen när vi åker någonstans."

Nephi skrev: "Vi talar om Kristus, vi gläds i Kristus, vi predikar om Kristus." Varför? "Så att våra barn skall kunna veta till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder" (2 Nephi 25:26).

Genom att prata, lyssna och uppmuntra varandra, och göra saker tillsammans som familj, kommer vi närmare vår Frälsare, som älskar oss. Vår medvetna ansträngning att kommunicera bättre i dag — just i dag — välsignar vår familj i evigheten. Jag vittnar om att när vi talar om Kristus, gläds vi också i Kristus och åt försöningens gåva. Våra barn lär sig "till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder". ■

*Från en satellitutsändning av en stavs-konferens i Salt Lake City som hölls den 24 oktober 2010.*

### SLUTNOTER

1. Se James E. Faust, "Att berika familjelivet", *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 74.
2. Susan Heaton, "Talk Time Instead of TV Time", *Nordstjärnan*, okt. 1998, s. 73.
3. Jeffrey R. Holland, "Stå såsom vittnen om mig", *Liahona*, juli 2001, s. 16.
4. George D. Durrant, "Pointers for Parents: Take Time to Talk", *Nordstjärnan*, apr. 1973, s. 24.



## BLÅBÄR OCH MORMONS BOK

**F**ör några år sedan flyttade vår familj från en hektisk, överbefolkad storstad till en liten lantbruksegendom utanför en lugn liten by. Det fanns en övergiven blåbärsfarm i närheten, och genom vänner till ägaren fick vi tillåtelse att plocka alla blåbär vi ville.

Flera morgnar varje vecka den sommaren klämde vi ihop oss i bilen med hinkar och påsar och tillbringade en härlig, delikat timme med att plocka blåbär. En morgon verkade vår yngste son Hyrum inte vilja följa

med oss. Han var övertygad om att vi hade plockat alla blåbär som fanns och att det skulle vara slöseri med tid att åka dit igen. Han blev mycket förvånad när han såg att det fanns lika många blåbär som tidigare. Det fanns tuvor med blåbär på platser som vi inte hade sett tidigare, och de saftigaste bären växte på grenar som han var säker på att han hade plockat av förut.

Vid samma tid hade församlingens ungdomsledare uppmanat tonåringarna att läsa hela Mormons bok innan

skolan började i augusti. Våra barn berättade om utmaningen hemma och hela familjen bestämde sig för att göra det också.

Vi hade precis läst ut Mormons bok när augustinumret 2005 av *Ensign* kom, med uppmaningen från president Gordon B. Hinckley (1910–2008) att läsa hela Mormons bok före årets slut. Hyrum och hans bror Joseph var överförtjusta — tänk att vi redan hade följt profeten! Sedan påminde deras äldre syskon Seth och Bethany dem om att president Hinckley hade bett oss läsa den igen, oavsett hur många gånger vi redan hade gjort det.

*Hyrum var övertygad om att vi hade plockat alla blåbär som fanns och att det skulle vara slöseri med tid att åka dit igen.*





”Men varför då?” frågade pojkarna. ”Vi har läst vartenda ord. Vad finns det mer att lära sig än det som vi redan har läst?”

Efter ett ögonblicks tystnad var det någon som nämnde blåbären. ”Kommer du ihåg när vi trodde att vi hade plockat vartenda bär? Men varje gång vi åkte dit fanns det alltid mer blåbär — alltid! Hur många gånger vi än åkte dit, oavsett hur länge sedan vi hade varit där, fanns det alltid massor av blåbär.”

Vi förstod genast sambandet. Liksom farmen i närheten med dess stora mängder utsökta bär, är Mormons bok en konstant källa till andlig näring, med nya sanningar att upptäcka. Alltså började vi läsa Mormons bok igen.

När jag följde profetens uppmaning läste jag sådant i Mormons bok som jag redan hade läst många gånger, men jag såg orden på ett annat sätt eller förstod dem för att de kunde tillämpas på nya omständigheter eller utmaningar. Varje gång vi uppriktigt läser Mormons bok kan vi få nya insikter och komma närmare Frälsaren. ■

Suellen S. Weiler, Georgia, USA

## JAG KÄNDE ATT JAG SKULLE KOMMA

**T**vå och ett halvt år efter mitt dop i Buenos Aires i Argentina ekade fortfarande orden i öronen som en av äldsterna som

undervisade mig hade sagt: ”Jag vet att du är en missionär.” Jag minns också det kraftfulla svar jag fick när jag bad om att få veta om känslan jag hade i hjärtat faktiskt var verklig. Som tjugooåring visste jag att jag borde förbereda mig för en mission.

Men hur kunde jag vara en missionär? Jag var inte i närheten av de änglalika unga männen som hade undervisat mig om evangeliet. Och hur skulle jag kunna lämna mitt jobb? Var skulle jag bo när jag kom hem? Det hade varit mycket svårt att hitta bostaden jag hade, fastän det bara var ett litet rum på baksidan av någons hus.

På vägen hem en kväll kom återigen de här känslorna och tvivlen. När jag kom hem försökte jag fatta ett beslut. Jag bestämde mig för att knäböja och uppsända en bön om hjälp. När jag gjorde det fick jag en stark känsla av att jag skulle prata med Leandro, en vän som hade varit till stor styrka i svåra stunder.

Men tanken på att väcka honom mitt i natten fick mig att tveka. Jag visste att han var tvungen att gå upp tidigt för att åka till jobbet, och jag vågade inte knacka på hans dörr så sent. Jag kämpade emot tanken men känslan att jag skulle gå och prata med honom stannade kvar. Jag valde ändå att strunta i den.

I stället bestämde jag mig för att gå ett varv runt kvarteret för att få lite frisk luft. Men när jag kom på att jag hade lämnat dörren öppen vände jag tillbaka. När jag kom in satt Leandro i mitt rum. Anden kom över mig och jag blev andlös. Med



*När jag kom in satt Leandro i mitt rum. Anden kom över mig och jag blev andlös.*

en röst som var tjock av rörelse frågade jag honom: ”Vad gör du här?”

”Jag vet inte”, sade han. ”Jag kände bara att jag borde komma och prata med dig.”

Jag berättade för honom om tvivlen jag hade om att gå ut på mission. Han bar sitt vittnesbörd för mig och uppmuntrade mig. Sedan hjälpte han mig att fylla i missionspappren som jag gav till biskopen morgonen därpå. Två månader senare fick jag min kallelse till Argentinamissionen Salta.

Jag vet att min vän var ett redskap i Herrens händer den natten, och jag vet av hela mitt hjärta att min himmelske Fader lyssnar på och besvarar böner som uppsänds med uppriktigt hjärta och verkligt uppsåt. ■

Aldo Fabio Moracca, Nevada, USA

## JAG KOMMER ATT DÖ!

Som sjuksköterska på en hektisk postoperativ avdelning fick jag ett samtal en dag angående en patient som hette Bill och som just hade opererats. Han skulle ha tagits till intensivvårdsavdelningen men skickades till mig eftersom den avdelningen var full.

Patienten kom snart tillsammans med sin familj. Jag blev lättad över att se att han var alert, medveten om vad som pågick och tillsynes lugn.

Efter att ha kontrollerat hans puls, blodtryck, temperatur, och så vidare, och gjort honom och hans familj hemmastadda i rummet, gick jag ut i korridoren för att göra en anteckning i hans journal. Precis när jag hade satt penna till pappret hörde jag en röst säga: "Gå

tillbaka till hans rum." Jag slutade skriva och tittade bakom mig. Det fanns ingen där. Jag trodde att jag hade inbillat mig att jag hörde en röst. Plötsligt hörde jag den igen — men högre.

Jag sprang tillbaka till Bills rum och upptäckte att hans hals hade fördubblats i storlek, och han hade svårt att andas. Jag trodde att halspulsådern hade brustit och tryckte högra handen mot hans hals medan jag använde vänstra handen till att ringa på läkaren som hade utfört operationen. Kirurgen sade att han skulle skicka upp ett team för att ta hand om Bill så fort som möjligt. "Och ta inte bort handen!" sade han.

När jag fortsatte trycka handen mot Bills hals lade jag märke till en bekant kyrkobok vid Bills säng. "Du är medlem i kyrkan?" frågade jag.

Han försökte nicka och sade

***Kirurgen sade att han skulle skicka upp ett team för att ta hand om Bill så fort som möjligt. "Och ta inte bort handen!" sade han.***

sedan att han var tempeltjänare i templet i Atlanta i Georgia. Sedan blinkade han bort tårarna och sade: "Jag kommer att dö!"

Jag sade att han inte skulle dö, och tillade bestämt: "Jag ska gifta mig i templet i Atlanta nästa månad och då ska du vara där." Operationsteamet kom och rullade bort Bill.

Med all spänning i samband med mina bröllopsförberedelser under månaden som följde glömde jag nästan bort Bill, som, visade det sig, hade reagerat på medicinen. Men när tempelvärdinnan ledde mig till beseglingsrummet på min bröllopsdag, såg jag ett bekant ansikte: Bills hustru Georgia. När jag berättade att jag just skulle gifta mig, gick hon iväg för att leta efter Bill. Ögonblicket innan ceremonin började, öppnades dörren och han kom in. Efter veckor av huvudvärk, illamående och trötthet hade Bill känt sig tillräckligt bra den dagen för att åka till templet, utan att veta att det var min bröllopsdag.

Två år senare kallades min make och jag att bli tempeltjänare i templet i Nashville i Tennessee. När vi kom till templet för att bli avskilda, höll en gentleman upp dörren åt mig och sade: "Välkomna till templet i Nashville!" Det var broder Bill.

Vi tjänade tillsammans i tre år. Bill sade till alla att jag hade räddat hans liv, men jag visste att det var Herren som hade räddat honom. Under den här processen hade han lärt mig hur viktigt det är att följa maningarna från Anden. ■

Ramona Ross, Tennessee, USA



## VI BORDE KANSKE BE

**P**å våren 1975 bodde min familj och jag i det gröna jordbruksområdet Rheinland-Pfalz i Västtyskland. En regnig söndag när vi var på väg hem från kyrkan, stannade vi för att titta på en bil som hade rullat på sidan i ett dike vid kanten av skogen. Det var redan mörkt i skogen på grund av det tjocka tak som träden bildade och den annalkande skymningen.

När vi hade undersökt bilvraket gick vi tillbaka till vår bil och upptäckte att den hade fastnat i leran. Jag kunde inte backa, men jag kunde köra framåt — in i skogen. Vi hade tidigare kört genom skogen och upptäckt att många skogsvägar gick in i varandra och att de så småningom ledde tillbaka ut, så jag bestämde mig för att köra vidare in i mörkret.

Jag insåg snabbt att jag hade fattat fel beslut. Den smala, blöta vägen var fylld av djupa, leriga spår och gick längre och längre in i den mörka skogen. Jag försökte hålla farten uppe i rädsla för att vi skulle fastna om jag stannade. Jag såg en liten höjd lite längre fram som såg tillräcklig bastant ut för att hålla bilen uppe. Min plan var att få upp bilen ur leran så att jag fick tid att tänka. Bilen tog sig upp och ur leran med ett ryck.

Jag stängde av motorn och klev ur. Utan billyktorna kunde jag inte se någonting. Jag tände billyktorna igen, tog en ficklampa, och när jag hade



***Jag tände billyktorna igen, tog en ficklampa, och när jag hade undersökt bilen bestämde jag att det bästa sättet var att backa in i skogen.***

undersökt bilen bestämde jag att det bästa sättet var att backa in i skogen och sedan spurta ut samma väg som vi hade kommit.

Jag backade så långt in i skogen jag kunde, rusade motorn lite, spurtade ut på vägen och sjönk djupt ner i leran. Nu hade vi verkligen hamnat i en knipa. Utanför bilen var det beckmörkt och tyst. Inne i bilen satt min hustru och jag med tre rädda barn.

Jag frågade min hustru om hon hade något förslag. Efter en liten stund sade hon: "Vi kanske skulle be." Barnen lugnade nästan genast ner sig. Jag uppsände en ödmjuk men desperat bön om hjälp. Medan jag bad kom en tydlig tanke till mig:

"Sätt på snökedjorna."

Stående i den 25 cm djupa leran i sin söndagsklänning, höll min kära hustru i ficklampan medan jag torkade av bakdäcken med mina bara händer och satte på kedjorna. Med tro och tillit bad vi igen och startade motorn. Vi körde sakta ut genom leran och kom så småningom ut på asfalten igen.

I glädjen över att ha befriats från leran och mörkret glömde jag nästan bort vem som hade hjälpt oss ut ur skogen. Vår femåriga dotter påminde mig när hon sade: "Pappa, vår himmelske Fader besvarar verkligen böner, eller hur?" ■

Scott Edgar, Utah, USA

# Alla känner till Bleck

**Adam C. Olson**

Kyrkans tidningar

För Honoura "Bleck" Bonnet, betydde basket allting. Vid 15 års ålder var Bleck en uppåtgående stjärna i Franska Polynesien — en av de bästa spelarna för ett av de bästa lagen i division 1 i landet. Fastän hans smeknamn var en felstavning av det engelska ordet *black* kunde ingen missta sig på hans talang.

Men han ville nå högre. Han ville spela professionellt i Europa. Och mest av allt ville han vinna guldmedaljen i turneringen South Pacific Games.

Det enda hindret som tycktes stå i hans väg var kyrkan.

## En man med en mission

Laget som Bleck spelade för just då sponsrades av kyrkan, men Bleck hade inget större intresse av kyrkan eller profetens uppmaning till varje värdig ung man att verka som missionär.

Han hade redan sagt till sin biskop att han inte skulle gå på mission. Han såg inte hur han skulle kunna spela professionellt om han missade två år.

Dessutom skulle South Pacific Games — som hålls vart fjärde år — äga rum under hans mission, och Tahitis basketförbund var intresserade av att få honom till att spela i landslaget. Han skulle antligen få möjlighet att sätta stopp för orden som hans far sade varje gång Bleck började få för höga tankar om sig själv: "Alla känner till Bleck, men han har ingen guldmedalj."

Blecks far Jean-Baptiste sade de där orden på skoj. Men de gjorde Bleck arg. De var en påminnelse om att fastän basketfansen i Tahiti kände till honom, hade han inte fått någon medalj från matcherna. Hans far hade fått guldmedalj med herrlaget under den första South Pacific Games-turneringen.

Det var nu Blecks mission att få ett slut på de där orden. Han hade inte tid för någon annan mission.

*Honoura "Bleck" och Myranda Bonnet har länge varit engagerade i basket på Tahiti.*





*Blecks kärlek till basketen har varit både en prövning och en välsignelse.*



”Lycka kommer av att leva så som Herren vill att ni skall leva.”

Thomas S. Monson, ”Förberedelse medför välsignelser”, *Liahona*, maj 2010, s. 64–67.

## Ett förändrat sinne, ett förändrat hjärta

Trots sina känslor angående att gå på mission, deltog Bleck fortfarande i kyrkans aktiviteter. På en av kyrkans danser när Bleck var 16 år tog han mod till sig och bjöd upp Myranda Mariteragi. Myranda var också en duktig basketspelare — med drömmar om att själv vinna en guldmedalj. Hennes far hade också spelat i det första laget som vann guldmedalj.

Några sekunder efter att han hade bjudit upp henne var sången slut. Därför dansade de till nästa sång, som visade sig vara kvällens sista. Vid det laget ville inte Bleck att dansen skulle ta slut.

Bleck hade inte planerat att gifta sig i templet eller ens att gifta sig med en medlem för den delen. Men det började ändras när han lärde känna Myranda bättre under de två åren som följde. En gång när han var hemma hos Myranda lade han märke till något som hon hade gjort i Unga kvinnor. Det stod: ”Jag ska gifta mig i templet.”

Blecks intresse för Myranda och hennes fasta hängivenhet mot ett tempeläktenskap var tillräckligt för att få honom att tänka om. Han bestämde sig för att börja ta kyrkan på allvar. Hans beslut ledde till handlingar som gjorde att den Helige Anden kunde verka i hans liv.

### Beslutet

Ett av dessa beslut var att förbereda sig för att ta emot en patriarkalisk välsignelse när han fyllde 18. När patriarken sade i välsignelsen att Bleck skulle verka som missionär och gifta sig i templet så kände han Anden. ”Jag visste att det var det som Gud ville att jag skulle göra”, säger han.

Trots att det såg ut som om

landslaget hade chans att vinna medalj, bestämde Bleck med sin familjs stöd att han skulle sätta det som Gud ville före det han själv ville. Det var inget lätt beslut. Trycket på honom att spela var oerhört. Och han lärde sig snabbt att hans beslut att underkasta sig Guds vilja skulle prövas mer än en gång.

När han hade verkat som missionär ett år i Tahiti, frågade basketförbundet om han kunde återvända till laget bara för en månad och delta i matcherna.

Blecks missionspresident, som var orolig för vilken inverkan upplevelsen skulle ha på Blecks förmåga att återvända till tjänandet i missionen, kände sig inspirerad att säga: ”Du kan lämna missionen om du vill, men du kan inte komma tillbaka.”

Bleck ville ha den där medaljen, men han ville inte längre ha den mer än något annat. Hans mission hade varit fantastisk. Han var inte villig att ge upp sitt sista år, inte ens för basketeten.

Bleck stannande kvar.

Laget vann guld.

## Andra omständigheter, samma beslut

När Bleck hedervärt hade avslutat sin mission gifte han sig med Myranda i templet i Papeete på Tahiti, och de började bilda familj. Han började också spela för landslaget igen.

Myranda spelade point guard i damernas landslag och förberedde sig själv för South Pacific Games.

Men allteftersom turneringen närmade sig började paret få en stark känsla av att de skulle ha ett andra barn.

Eftersom det var mindre än ett år kvar till turneringen kunde det ha varit lättare att vänta med ytterligare ett barn tills Myranda hade deltagit i den. Damlaget hade goda chanser till medalj.

Men paret hade lärt av erfarenhet att om de





gör Guds vilja i stället för sin egen så får de större välsignelser än något de kunnat hoppas på genom att följa sin egen vilja. Efter grundliga studier och böner bestämde de sig för att sätta familjen främst.

År 1999, när Myranda var i åttonde månaden, vann damernas lag guld.

### Alla känner till Bleck

Bleck och Myranda har haft möjlighet att spela basket på de högsta nivåerna i Franska Polynesien under det senaste årtiondet. De har vunnit landsmästerskap, cup-turneringar och spelat i landslaget år 2003 och 2007.

Båda deltog i 2011 års matcher, men den här gången var Bleck med som tränare för herrlaget. Medan Myranda och damlaget vann guldmedalj tog herrarna brons, och återigen gick Bleck miste om sin dröm om att ta guld.

Bleck undrar ibland hur hans liv skulle ha varit om han hade gjort vad han ville i stället för vad Gud ville.

”Jag skulle förmodligen ha en guldmedalj”, säger han. ”Kanske skulle jag ha spelat professionellt, kanske inte.”

Men paret ångrar inte besluten som de har fattat. De vet inte hur de skulle kunna vara lyckligare.

”Jag gifte mig i templet”, säger Bleck. ”Jag har en fantastisk hustru, fyra underbara barn, och jag är fortfarande aktiv i kyrkan. Basketen i sig kunde inte ge mig något av det. Det är välsignelser som har kommit tack vare att jag satt Herren främst.”

Fadern har inte slutat retas fastän Bleck har satt Herren främst, men orden har fått en ny mening. För några år sedan när basketförbundet övervägde att ha ligamatcher på söndagar, träffades klubbpresidenterna för att diskutera det hela. Någon sade: ”Har ni frågat Bleck?”

Förslaget lades ner.

Tack vare att Bleck har satt Herren främst, känner alla till Bleck — och de känner också till vad han tror på. ■

*För Bleck och Myranda har framgång inom sporten fått ge vika för framgången i familjen.*

## ”Varför behöver jag gå till seminariet när jag kan studera skrifterna på egen hand?”

**D**u kan studera skrifterna själv under resten av ditt liv, så om seminariet finns tillgängligt för dig, dra då nytta av möjligheten i seminariet att studera skrifterna med utmärkta lärare och vänner nu. Genom att lära och studera under ledning av en bra lärare får du nya insikter om verser som du egentligen inte riktigt har förstått tidigare. Läraren kan också berätta om lärdomar från profeter och andra ledare i kyrkan som gör att du förstår skrifterna bättre.

Dessutom är det ofta roligare att lära sig något tillsammans med andra elever i klassen. Du får möjlighet att prata om det som du upptäcker medan du läser. Dina klasskamrater kanske har haft upplevelser som gjort vissa skriftställen till deras favoriter. När du hör deras berättelser kan skrifterna bli levande för dig. Och eftersom du studerar evangeliet tillsammans med andra kan du få den här utlovade välsignelsen: ”Där två eller tre är samlade i mitt namn ... där är jag mitt ibland dem” (L&F 6:32).

Seminariet ger också struktur till dina studier. Du motiveras att läsa i en viss fart, och det hjälper dig avsluta varje bok i skrifterna. Du får möjlighet att samtala om och lära dig nyckelskriftställen utantill. Du kan garanterat få ut mer av skrifterna genom att gå i seminariet än genom i stort sett något annat sätt under den här tiden i ditt liv.

### Större kunskap



När jag studerar de heliga skrifterna själv har jag inte lika roligt som när jag studerar dem tillsammans med andra. Dessutom kan vi få höra intressanta tankar från andra när vi studerar skrifterna tillsammans. I seminariet har jag hört många intressanta berättelser och jag får veta mer om bakgrunden till skrifterna, vilket gör studierna mycket intressantare! Jag är glad att jag bestämde mig för att börja i seminariet.

*Rebecca M., 16 år, Schleswig-Holstein, Tyskland*

### Glädje



Seminariet ger en bra start på dagen. Det gör mig till en gladare person och mer villig att prata om evangeliet med andra. Vi går in mer på djupet i skrifterna, så jag förstår mer.

*Madi S., 15 år, Colorado, USA*

### Perfekt kombination



Seminariet är en upplyftande upplevelse. Ibland räcker det inte att studera själv. Personliga studier och seminariet är en perfekt kombination. Lärarna är jättebra, och om man har några frågor kan lärarna och klasskamraterna hjälpa till att besvara dem.

*Dawson D., 15 år, Idaho, USA*

### Ett starkare vittnesbörd



För det första säger Herren att när två eller tre samlas i hans namn så är han bland dem (se Matt. 18:20; L&F 6:32). När vi känner hans ande hjälper det oss att fundera över vad han har gjort för oss. För det andra: När vi studerar skrifterna med andra förstår vi bättre vad som står i dem. När vi lyssnar på varandra kan vi höra sådant som vi inte har lagt märke till själva, och samma sak kan hända med andra när vi berättar vad vi vet. För det tredje: När jag är i seminariet stärks mitt vittnesbörd. Seminariet ger oss möjlighet att bära vårt

*Svaren är avsedda att ge hjälp och perspektiv, inte att vara officiella tillkännagivanden om kyrkans lära.*



vittnesbörd och lyssna på andras vittnesbörd. Det hjälper oss att hålla oss på rätt väg.

*Dmitri G., 16 år, Dnjepropetrovsk, Ukraina*

### Nya vänner, nya tankar



I seminariet får du nya vänner och ni kommer nära varandra, som en familj. Du lär dig mycket som är nytt,

sådant som du inte skulle lära dig på egen hand. Det är roligt och mycket andligt. Det gör att du börjar dagen på rätt sätt. Om du inte går i seminariet just nu, börja. Det kommer att förändra ditt liv.

*Katarina B., 16 år, Kalifornien, USA*

### Ljus och sanning



När jag går till seminariet söker jag ljus och sanning och sätter på mig Guds vapenrustning (se L&F 27:15–18).

Den rustningen hjälper mig att alltid känna igen hans röst, överallt. Dagliga skriftstudier stärker min tro och mitt vittnesbörd och hjälper mig att vara stark i mina provningar. Att vara med på seminariet är ett av de bästa sätten att hitta ljus och sanning, och att studera skrifterna och meditera.

*Nohemi M., 17 år, Puebla, Mexiko*

### Lärdom från andra



Det är ett måste för mig att gå till seminariet. Min hängivna lärare undervisar och förklarar sanningarna som finns

i skrifterna, och jag lär mig också

mycket från våra klassdiskussioner. Andra elever berättar om sina upplevelser eller sådant de har lärt sig, och de har hjälpt mig få större kunskap om evangeliet och om Frälsaren och hans försoning. Det räcker inte att studera själv, för jag har upptäckt några av svaren på mina problem i klassdiskussioner. Jag kan vittna om att seminariet har en viktig roll när det gäller att stärka mitt vittnesbörd om Jesu Kristi sanna kyrka.

*Denzel J., 15 år, Västra Samoa*

### Tre orsaker

För det första går jag till seminariet därför att jag vill gå ut som missionär. Missionärerna behöver gå upp tidigt och studera evangeliet på morgnarna. Seminariet hjälper mig att utveckla den goda vanan att gå upp tidigt. För det andra är vi klara i huvudet på morgnarna så att vi kan koncentrera oss på att lära oss saker och studera. Det är klokt att använda de bästa timmarna på dagen till att lära sig mer om Gud. För det tredje: Om jag studerar själv kanske jag inte förstår

lika mycket som min lärare. Med hennes vägledning och undervisning kan jag lära mig mycket mer än vad jag skulle lära mig på egen hand.

*H. Chen Yuan, 16 år, T'ai-chung, Taiwan*



### SEMINARIETS VÄLSIGNELSER

”Jag vet vilken kraft det för med sig att delta i seminariets och institutets program. Det har berikat mitt liv och jag vet att det kommer att göra detsamma för er. Det kommer att vara en sköld och ett skydd för er mot världens frestelser och provningar. Det ligger en stor välsignelse i att ha kunskap om evangeliet. Jag känner inte till något bättre sätt för kyrkans ungdomar att få en särskild kunskap om heliga ting, än genom kyrkans seminarie- och institutprogram.”

Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, ”Ta emot sanningen”, *Nordstjärnan*, jan. 1998, s. 63.

## NÄSTA FRÅGA

”Hur förklarar jag för min vän varför det inte är någon bra idé att bryta mot kyskhetslagen?”

Skicka in ditt svar så att vi har det senast den 15 maj 2012, antingen genom att lägga ut det på internet på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org), skicka det via e-post till [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org), eller via vanlig post till:

*Liahona*, Questions & Answers 5/12  
50 E. North Temple St., Rm. 2420  
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Svaren kan komma att förkortas eller förtydligas.

Följande information och tillstånd måste finnas med: (1) Fullständigt namn, 2) födelsedatum, 3) församling eller gren, 4) stav eller distrikt, 5) ditt skriftliga tillstånd, och, om du är under 18 år, dina föräldrars skriftliga tillstånd (e-postmeddelande går bra) att trycka ditt svar och foto.

# VARFÖR seminariet?

## DELTA I SEMINARIET

”Seminariet hjälper er förstå och lita till Jesu Kristi lärdomar och försoning. Ni kommer att känna Herrens ande när ni lär er älska skrifterna. Ni kommer att förbereda er för templet och för att verka som missionär.

Ungdomar, jag ber er delta i seminariet. Studera skrifterna dagligen. Lyssna noga på era lärare. Be om och tillämpa det ni lär er.”

President Thomas S. Monson,  
”Participate in Seminary”,  
seminary.lds.org.

Vad skulle du säga är det viktigaste en elev kan ta med sig från seminariet och institutet? När en grupp seminarieelever ställde den frågan till chefen för kyrkans utbildningsverksamhet, äldste Paul V. Johnson i de sjuttios kворum, sade han att det viktigaste man kan ta med sig är ”ett verkligt vittnesbörd om att Jesus är Kristus. En insikt om att den *verkliga* kunskapen är den andliga kunskapen. Det som kommer från den Helige Anden till våra enskilda själar. Det är den mäktigaste sanningen, det mäktigaste som kan komma av seminariet och institutet. Det förändrar inte bara det du vet. Det förändrar den du är, och det förändrar hur du ser på världen. Och den sortens högre utbildning hjälper till att göra din utbildning komplett” (”A Higher Education”, *New Era*, apr. 2009, s. 15).

Äldste Johnson är en av många generalauktoriteter som har talat om de underbara välsignelser som kommer av att vara med på seminariet och institutet. Så om du undrar varför du bör gå på seminariet så har du några fler bra orsaker från profeter och apostlar här.



## LÄGG EN GRUND FÖR LYCKA OCH FRAMGÅNG

”Seminarieprogrammen hjälper dig som ung man eller kvinna att lägga grunden för lycka och framgång i livet.”

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum, ”Det är dags att gå ut som missionär!” *Liahona*, maj 2006, s. 88.





## LÄR DIG OM EVANGELIETS SANNINGAR

”Jag önskar att varje pojke och flicka kunde gå i seminariet, därför att det är där som de lär sig många av evangeliets sanningar. Det är i seminariet som de grundar sina ideal beträffande vad de ska göra, och de går så ut på mission.”

Se president Spencer W. Kimball (1895–1985), ”President Kimball talar om att vara missionär”, *Nordstjärnan*, feb. 1982, s. 49.

## PRIORITERA SEMINARIET

”Elever, om ni har rätta värderingar tvekar ni inte att avstå från ett tillvalsämne som blir en dekoration i ert liv i stället för en undervisning som kan hålla samman själva grunden till livet. När ni sedan skrivit in er, gå dit, studera och lär. Övertala era vänner att göra detsamma. Ni kommer aldrig att ångra det. Det kan jag lova er.”

Se president Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kворum, ”Fri vilja och självkontroll”, *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 117.



## BJUD IN VÄLSIGNELSER TILL DITT LIV

”Jag är tacksam för kyrkans seminariesystem och för kyrkans institutprogram. Jag vill uppmana varje ungdom i gymnasieåldern att dra nytta av seminarieprogrammet. Ditt liv blir oerhört välsignat om du gör det.”

President Gordon B. Hinckley (1910–2008), ”Excerpts from Recent Addresses of President Gordon B. Hinckley”, *Ensign*, dec. 1995, s. 67.

## UPPTÄCK TRE SAKER SOM SEMINARIET KAN GÖRA

”Det är tre viktiga saker som seminariet kan göra. För det första så för det samman ungdomar som har samma värderingar. Ungdomar tycker om att vara tillsammans med andra som delar deras tro och som älskar skrifterna. För det andra för seminariet samman ungdomarna med en lärare som har ett vittnesbörd, och de kan känna dess kraft när läraren bär det. För det tredje så gör seminariet att ungdomarna engagerar sig i skrifterna.”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Ett samtal om skriftstudier”, *Liahona*, juli 2005, s. 11.

FOTOGRAFI AV SPENCER W. KIMBALL MED TILLSTÄND AV LDS CHURCH ARCHIVES



## TA EXAMEN

”Var regelbundet närvarande vid seminariet, och ta examen. Seminarieundervisning är en av de mest betydelsefulla andliga erfarenheter som en ung kvinna [och ung man] kan få.”

Se president Ezra Taft Benson (1899–1994), *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 71.



# SEMINARIET i Ecuadors djungel

*I en djungel långt borta spelar seminariet en stor roll för ungdomarna.*

**Joshua J. Perkey**

Kyrkans tidningar

**O**ster om Quito i Ecuador, bortom vulkanerna och Anderna, sjunker terrängen snabbt till Amazondjungeln. Där hittar man täta skogar, vattenrika floder, apor, tukaner och till och med rosa delfiner.

Man hittar också en stad som heter Puerto Francisco de Orellana. Den ligger långt från, ja, allt annat i Ecuador. För femton år sedan fanns det relativt få människor i området. Men upptäckten av olja ledde till industrier, personer som sökte jobb och medlemmar i kyrkan.

## Seminariet i en liten gren

Några av ungdomarna, till exempel Oscar R., var redan medlemmar när grenen bildades, men de flesta är nyomvända. Och det brinner en eld i deras hjärta. "Vi är starka", säger Oscar.

I september 2010, bara ett år efter att grenen hade bildats, startades ett seminarieprogram. "När vi först började samlas för några år sedan", säger

Oscar, "var vi bara några få.

Jag var den enda tonåringen. Men vi blev

allt fler. Snart hade vi sex ungdomar, sedan tio, och nu är vi ännu fler."

Eftersom några av ungdomarna går i skolan på förmiddagarna och andra på eftermiddagarna, har de organiserat två scheman för seminarielektionerna. De har en på morgonen mellan klockan åtta och nio och en på eftermiddagen mellan klockan halv fem och halv sex.

Det kanske inte är så många ungdomar som deltar i programmet, men seminariet har förändrat livet för dem som kommer.

## Varför gå dit?

"Seminariet är en stor välsignelse för mig", säger Luis V., en nyomvänd. "Det hjälper mig att bli en bra missionär. Jag har haft många utmaningar och frestelser sedan jag blev medlem i kyrkan, men jag har lyckats hålla mig stark eftersom jag vet att jag gör det som är rätt."

Och det är inte bara Luis som känner det så. "Jag har bara varit medlem i kyrkan en kort tid", säger Ariana J., "men jag har gått på seminariet ända sedan jag döptes. Jag tycker om att vara där eftersom jag lär mig många sanningar om Jesu Kristi evangelium

**Seminarier stärker alla ungdomar, till exempel dessa ungdomar i Ecuador, varav många är nyomvända.**



som fyller hjärtat med hopp och sinnet med kunskap.”

Ariana har fått en fast grund i evangeliet genom att vara med på seminariet. ”För mig är det en välsignelse att få vara med på de här lektionerna”, säger Ariana. ”De stärker min ande och hjälper mig att förbereda mig så att jag en dag kan bli en bra hustru, mamma, ledare i kyrkan och kanske heltidsmissionär.”



Arianas bror Gerardo känner på samma sätt. ”Jag är tacksam över att seminariet har blivit en viktig del av mitt liv”, säger han. ”Det förbereder mig för att verka som missionär en dag. Där har jag lärt mig om frälsningsplanen som Gud har förberett åt mig. Varje lektion jag är med på ger mig hopp om att jag kan ärva det celestialska riket, och gör att jag känner mig säker på att jag har tagit emot Jesu Kristi evangelium.”

Gerardo är ganska trött under lektionerna ibland. Han måste ta sin lillebror till skolan först och sedan snabbt gå tillbaka hem för att hämta sin syster så att de kan gå till seminariet. Men han har inget emot det.

”Allt det här är så nytt för mig, men jag är mycket glad”, säger Gerardo. ”Jag vet att jag är på den rätta vägen som gör det möjligt för mig att träffa min himmelske Fader igen. Den Helige Anden har försäkrat mig om det. Jag måste bara anstränga mig och hårda ut till änden.”

**Ingen anledning att vara nervös**

För Walter A. var seminariet lite skrämmande först. ”Jag var nervös första gången jag kom”, säger han. ”Men när lektionen började kände jag mig speciell eftersom jag kände kärleken man känner när man studerar skrifterna. Och när jag gick därifrån kände jag mig stärkt och glad tack vare det jag hade lärt mig. Seminariet är en av de största välsignelserna vår himmelske Fader har till ungdomarna.”

”Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga har förändrat mitt liv”, säger Abel A. som också förbereder sig för att gå ut som missionär. ”Jag lär mig om profeternas lärdomar. Jag älskar Joseph Smith. Han var trofast i att hjälpa till att återställa kyrkan trots alla problem som det innebär för honom. Jag vill vara lika trofast som han var.”

Många ungdomar måste göra stora

upppoffringar för att komma till seminariet. Det är inte alltid lätt, men för ungdomarna i Puerto Francisco de Orellana är det värt ansträngningen.

”När jag tänker på att sträva framåt, som det står i skrifterna”, säger Abel, ”så tror jag det betyder att vi behöver göra prioriteringar i livet. Seminariet är en av dem. Det har förändrat mitt liv, och det kan förändra andra ungdomars liv.”

Också inne i Ecuadors djupaste djungel blomstrar Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga och dess seminarieprogram för ungdomar, och förändrar livet för dem som väljer att tillåta det. ■



# VAD KOMMER EFTER SEMINARIET?

*Din examen från seminariet innebär inte slutet på dina religiösa studier. Du har fortfarande något underbart framför dig.*

## David A. Edwards

Kyrkans tidningar

I seminariet studerar du skrifterna och träffar förmodligen andra i din ålder regelbundet. Du känner dig välkommen och du kan känna Anden. Är de här upplevelserna över när du är klar med seminariet? Absolut inte.

Nästa steg är kyrkans institutprogram, och du kommer att älska det. Oavsett om du studerar vid ett universitet eller inte kan du fortsätta lära dig om evangeliet, förbereda dig för mission och tempeläktenskap och dela upplevelser med andra i din ålder.

Här är några svar på vanliga frågor om institutet. Du kan få mer information på [institute.lds.org](http://institute.lds.org).

### Vad är institutet?

Institutet har kurser om evangeliet, bland annat om skrifterna, profeternas lärdomar och hur man förbereder sig för mission och tempeläktenskap. I vissa institut kan man välja bland ett flertal kurser.

### Vem kan delta?

Alla unga ensamstående vuxna uppmuntras starkt att delta i



## FAKTA OM INSTITUTET

**Antal elever:** över 350 000

**Antal platser:** över 2 500

**Antal tillgängliga kurser:** 15 grundläggande kurser, plus flera andra specialkurser

**Första institutet:** Moscow, Idaho, USA (1926)

**Första institutet utanför Förenta staterna och Kanada:** Mexiko (1959)

**Institutets mål:** Att hjälpa unga vuxna att förstå och förlita sig på Jesu Kristi lärdomar och försoning, vara värdiga templets välsignelser och förbereda sig själva, sin familj och andra för evigt liv tillsammans med sin Fader i himlen.

institutkurserna. Alla — oavsett om de är gifta eller ensamstående — mellan 18 och 30 kan delta.

### Var kan man hitta ett institut?

Vissa områden har institutbyggnader i närheten av ett college eller universitet. I andra områden hålls kurserna i kyrkans möteshus eller i andra lokaler. Kontakta din biskop eller grensresident för att lära dig mer om institutprogrammet i ditt område, eller gå till [institute.lds.org](http://institute.lds.org) för att hitta ett institut nära dig.

### Varför ska jag gå en institutkurs?

President Thomas S. Monson har sagt: "Gör deltagande i institutet till en prioritet ... Tänk på det. Du får nya vänner, du får känna Anden och din tro stärks. Jag lovar dig att när du deltar i institutet och studerar skrifterna flitigt, kommer din förmåga att motstå frestelser och få vägledning av den Helige Anden i allt du gör att öka" ([institute.lds.org](http://institute.lds.org), 21 apr. 2009). ■



# Andra Timoteusbrevet 3:16-17

*Aposteln Paulus lärde oss hur skrifterna välsignar vårt liv.*



## Hela Skriften

”När vi vill tala till Gud så ber vi. Och när vi vill att han ska tala till oss, rannsakar vi skrifterna, för hans ord uttalas genom hans profeter. Då undervisar han oss när vi lyssnar till den Helige Andes maningar.

Om du inte har hört honom tala till dig på sistone, återvänd då med nya ögon och nya öron till skrifterna. De är vår andliga livlina.”

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum, ”De heliga skrifterna: Guds kraft till vår frälsning”, *Liahona*, nov. 2006, s. 26–27.

## God gärning

Vilka goda gärningar hjälper skrifterna dig att göra? Här är några av de mer uppenbara. Kan du komma på fler? Skriv om dem i din dagbok.

- Verka som heltidsmissionär
- Tjäna i ett ämbete i kyrkan (till exempel i kворum- eller klasspresidentskap)
- Undervisa om evangeliet
- Bära vittnesbörd
- Sprida evangeliet
- Besvara vänners frågor om kyrkan

## Upprättelse

Det ursprungliga grekiska ordet som används i Bibeln betyder bokstavligt talat ”rätta till igen”. Alltså hjälper skrifterna till att hålla ordning på dig och hjälper dig att följa den smala och raka stigen (se 2 Nephi 9:41)

<sup>16</sup>Hela Skriften är utandad av Gud och nyttig till undervisning, till bestraffning, till upprättelse och till fostran i rättfärdighet, <sup>17</sup>för att gudsmänniskan skall bli fullt färdig, väl rustad för varje god gärning.

## Bestraffning

*Bestraffning* — reprimand, tuktan, åthutning eller tillrättavisning, vanligtvis på ett vänligt sätt.

## Rustad

*Rustad* — beredd, välförsedd.



## Undervisning

”Sann lärdom, som blir förstådd, förändrar attityder och beteende. Att studera evangeliets lärdomar

förbättrar beteendet snabbare än studier av själva beteendet.”

President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kворum, ”Frukten icke”, *Liahona*, maj 2004, s. 79.

*Redaktionens anmärkning: Den här sidan är inte avsedd att vara en omfattande förklaring av en utvald vers i skrifterna, bara en inledning till egna studier.*



# KRASCHA

## INTE!

*Förhindra stora problem senare genom att fixa små problem nu.*

**Adam C. Olson**  
Kyrkans tidningar

### ANDLIGA KONTROLLER



”Vi behöver göra regelbundna andliga kontroller av oss själva för att se var vi behöver förbättra oss. Vanligtvis upptäcker vi små

misslyckanden med hjälp av den Helige Anden ... Vi behöver lyssna noga på det som framhålls för oss av Anden, kyrkans ledare, närstående, medarbetare och vänner.”

Äldste Marcos A. Aidukaitis i de sjuttios kvorum, ”Honesty in the Small Things”, *Ensign*, sept. 2003, s. 30.

**A**ndrei har tyckt om flygplan sedan han var liten. Men medan många andra drömmer om att flyga befinner sig inte Andreis huvud bland molnen; han är mer intresserad av muttrar och skruvar. Den här sextonåringen från Rumänien studerar till att bli flygmekaniker.

I Rumänien kan tonåringarna välja att förbereda sig för universitetsstudier under gymnasietiden eller att gå en yrkesskola. På grund av Andreis kärlek till flygplan var hans beslut att gå en flygmekanikerutbildning lätt.

Flygmekaniker lagar inte bara flygplan som gått sönder. Något av det viktigaste de gör är att inspektera och underhålla flygplan så att de inte går sönder. De inspekterar allting på ett flygplan, alltifrån propellrar till landningsutrustning och varje del däremellan.

”Det kan vara svårt att hitta ett litet problem som kan få ett plan att krascha”, säger Andrei. ”Men det är lättare att hitta det än att försöka sätta ihop ett helt plan igen.”

Det är viktigt att ha ett underhållsschema att följa, och att vägra hoppa över det — både för flygplan och för kyrkans medlemmar — så att man

kan hitta och rätta till problem innan de blir livshotande, antingen mekaniskt eller andligt sett.

### Andlig underhållning


Andrei bor i Bukarest, en stad med nästan två miljoner invånare. Men kyrkan är relativt ung i Rumänien, och det finns bara tillräckligt många medlemmar i Bukarest till två grenar. Andrei och hans familj bor långt från de andra medlemmarna i grenen. Andrei känner hur världen runt omkring honom drar, både i skolan och bland vänner. Han vet hur lätt det skulle kunna vara att krascha — andligt talat — om han inte underhåller andligheten regelbundet.

Livet kan vara hektiskt. Förutom tiden Andrei använder till skolstudier, fotboll och datorn, tar han sig tid till att be, fasta, studera skrifterna och uppfylla sina ansvarsuppgifter som präst. Han ser också till att ”gå” till seminariet, vilket han gör via internet på grund av avståndet.

Att göra allt detta är en del av det regelbundna andliga underhållet som hjälper till att hitta och rätta till svagheter innan de leder till en livshotande krasch av andligt slag.

”Det finns saker som man bara





måste göra regelbundet och skapa en vana med”, säger han. ”Man får inte låta livet ta över.”

### Andliga krascher

Andrei har lärt sig att om vi inte underhåller vår andlighet regelbundet, kan krafter som stress eller gruppsyck försvaga vårt motstånd mot frestelser. När det händer dröjer det inte länge förrän vi tappar riktning, kontroll och slutligen vår andliga kraft.

Precis som ett plan utan el tappar höjd, tappar vi andlig kraft och höjd när vi syndar, och fjärrar oss från himlen. Förr eller senare leder det till en andlig krasch.

Det är möjligt för Frälsarens försörjning att ”laga” oss om vi har kraschat, men det är så mycket bättre att lita till hans kraft att hjälpa oss fixa problemet när det är litet — innan det orsakar en andlig katastrof.

### Faran med att hoppa över

Tanken på att hoppa över det mekaniska underhållet av ett flygplan har aldrig fallit Andrei in. Att hoppa över det är inte ett alternativ. ”Det finns lagar som styr sådant”, säger han. Men om han *hoppade*

över underhållet — bara en gång — ”skulle förmodligen inget hända”.

Det största problemet med att hoppa över underhållskontrollen är kanske inte att planet omedelbart kraschar, utan att det inte gör det. ”Om inget dåligt händer när jag hoppar över något idag, så blir jag mer frestad att hoppa över det i morgon”, säger han.

Om underhållet hoppas över regelbundet, kommer kraften och trycket som planet — eller vi

— utsätts för att orsaka en skada förr eller senare. ”Så småningom kraschar vi”, säger han.

Det är därför Gud också har gett oss lagar om regelbundet andligt underhåll. ”Ni skall *ofta* komma tillsammans [i kyrkan]” (3 Nephi 18:22; kursivering tillagd). Be *alltid* (se 3 Nephi 18:19). Sök *flitigt* i skrifterna (se 3 Nephi 23:1–5). ”Pryd *ständigt* dina tankar med dygd” (L&F 121:45; kursivering tillagd). Besök templet *regelbundet*.<sup>1</sup>

När vi håller dessa lagar och ser till att få regelbundet andligt underhåll så håller vi oss uppe.

”Ett plan är byggt för att lyfta från marken och lämna världen”, säger Andrei. ”Det är det vår himmelske Fader vill att vi ska göra. Med regelbundet underhåll kommer vi tryggt fram dit vi vill komma — tillbaka till himlen.” ■

#### SLUTNOT

1. Se Thomas S. Monson, ”Det heliga templet — en ledstjärna för världen”, *Liahona*, maj 2011, s. 92.

”Pröva er själva om ni lever i tron” (2 Kor. 13:5).

## CHECKLISTA FÖR ANDLIGT UNDERHÅLL

Flygmekaniker har ofta en checklista för sådant som de behöver inspektera regelbundet. Kyrkans ledare har föreslagit att vi regelbundet kontrollerar vår andlighet.<sup>1</sup> Här är några frågor som kan hjälpa dig undersöka din andliga hälsa då och då. Om du undrar över något av dina svar kan du prata med dina föräldrar eller din biskop eller grensresident.

- Ber jag regelbundet och uppriktigt?
- Mättar jag mig med Guds ord i skrifterna och de levande profeternas lärdomar?
- Håller jag sabbatsdagen helig och går till kyrkans möten regelbundet?
- Fastar jag och betalar villigt mitt tionde och fasteoffer?
- Är jag villig att förlåta andra?
- Hittar jag regelbundet sätt att tjäna andra?
- Minns jag alltid Frälsaren och följer hans exempel?
- Håller jag mina tankar och mitt språk rena?
- Är jag ärlig i allting?
- Håller jag Visdomsordet?

#### SLUTNOT

1. Se Joseph B. Wirthlin, ”Fasta i tron”, *Nordstjärnan*, juli 1997, s. 16.

# FÖRDJUPA DIG I SKRIFTERNA

Låt seminariet förvandla dig.

(Se 1 Nephi 19:23.)



# Pratstund

*"Jag ska hedra mina föräldrar och göra min del för att stärka min familj" (Mina evangelieideal).*

## Hilary Watkins Lemon

Baserad på en sann berättelse

**O**kej, allihop. Nu är det dags för pratstund", ropade mamma.

Josie hade sett fram emot pratstunden hela dagen. Varje kväll samlades Josie och hennes två yngre bröder, Ben och Wes, i vardagsrummet med mamma och pappa för att prata om vad som hände i deras liv.

Ikväll hade pappa sagt att han skulle hjälpa Josie öva på vad hon skulle säga under morgonannonseringarna i skolan. Att läsa morgonannonseringarna var en särskild förmån i Josies skola. I morgon skulle Josie spela en del av sin favoritsång i skolans högtalare och använda mikrofonen för att annonsera dagens aktiviteter och lunchmeny.

Josie sprang till vardagsrummet, glad över att få öva på det hon skulle säga.

"Här är vår berömda annonsör!" sade pappa när Josie hoppade upp och satte sig på soffan bredvid

honom. "Hur känns det att få annonsera i morgon?"

"Jag är glad men lite nervös. Jag är rädd att jag ska säga något fel, och så hör hela skolan det", sade Josie.

"Det är därför vi ska öva", sade pappa. "Läs igenom din text så lyssnar jag efter var du kan säga något på ett bättre sätt."

"Tack, pappa", sade Josie.

Hon och pappa gick igenom texten så många gånger att Josie tappade räkningen. Sedan ställde sig Josie upp och läste upp texten en sista gång för hela familjen. Mamma och pappa ropade bravo. Ben gav henne en "high five" och Wes log och klappade händerna.

När Josie gick och lade sig var hon glad och kände sig säker.

Nästa dag gick allting bra. Fastän Josie var nervös, log hon när hon hörde sin musik spelas i skolans högtalare. Hon var glad att hon hade övat på sin text med pappa, och läste den sakta och tydligt, utan några misstag.

"Du gjorde ett jättebra jobb", sade fröken Blake, som var assisterande rektor.

I slutet av skoldagen ställde sig Josie i busskön. En äldre pojke vände sig om och frågade: "Är du den tjejen som läste upp annonseringarna i dag?"

Josie log. "Ja", sade hon.

"Varför tog du den där sången?"



frågade pojken. "Det var en fänig sång. Du förstörde ju morgonannonseringarna." Sedan kallade han henne något elakt och han och hans vänner skrattade åt henne.

Josie satte sig längst fram i bussen. Hon hade en stor klump i magen.

När Josie kom hem såg hon att mamma lekte med Wes.

"Mamma, jag vet att det inte är tid för pratstunden än, men jag undrar om vi kan prata nu ändå", sade Josie.

"Visst kan vi det, Josie", sade mamma. "Vad hände?" Var det något som gick galet med morgonannonseringarna?"

"Nej", sade Josie. "Allting var perfekt. Åtminstone trodde jag det tills en kille sade till mig att jag hade tagit en fänig sång. Han

kallade mig för något elakt också."

Mamma klappade på golvet bredvid sig. Josie gick fram och satte sig. Mamma gav henne en stor kram. Josie och mamma pratade om allt som hade hänt den dagen, och även fröken Blakes komplimang.

"Jag är ledsen att den där pojken och hans vänner var dumma mot dig", sade mamma. "Men det låter som om andra personer som du respekterar, som till exempel fröken Blake, tyckte om hur du läste upp annonseringarna. Pappa och jag är så stolta över dig. Du övade jättemycket, och det lönade sig verkligen!"

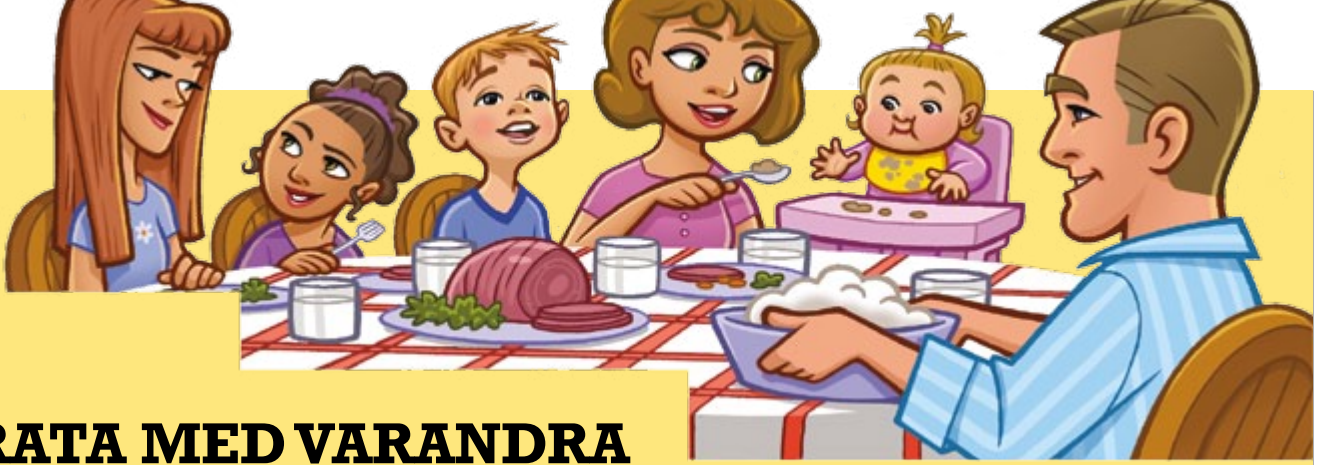
Josie kramade mamma igen. "Tack, mamma", sade Josie. "Det känns mycket bättre nu." Josie var glad att man kunde ha pratstund när som helst. ■



"**I**ngenting är viktigare i relationerna mellan familjemedlemmar än en öppen och ärlig kommunikation."

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum, "Likt en utsläckt eld", *Liahona*, juli 1999, s. 103.





## PRATA MED VARANDRA

Här är några förslag på hur din familj kan ha egna "pratstunder":

- Be dina föräldrar att ta några minuter varje dag när din familj kan prata med varandra. Det kan

vara när ni äter tillsammans eller på en viss tid varje dag.

- Se till att alla turas om att prata och lyssna. Alla ska få vara med!
- Visa respekt för dina

familjemedlemmars åsikter. Se till att alla får känna att det han eller hon säger är viktigt.

## SAMTALSLEKAR

Behöver du några förslag på vad ni ska göra på pratstunden? Ni kan pröva de här lekarna:

**Kasta bönpåse:** Om din familj är stor och det är svårt att turas om så kan ni använda en bönpåse för att visa vems tur det är att prata. När personen med bönpåsen har sagt vad han eller hon vill säga så kastar du bönpåsen till en annan familjemedlem.

**Intervjuer:** Dela in er i grupper om två och turas om att vara intervjuare. Tänk ut några frågor till den andra personen och ställ sedan frågorna till honom eller henne. Du kan till och med använda en riktig mikrofon eller bandspelare till intervjuerna.

**Vad skulle du göra?** Turas om att ställa olika frågor till din familj som börjar med "Vad skulle du göra ... ?" Några exempel är "Vad skulle du göra om du gick vilse?" och "Vad skulle du göra om du kunde åka vart som helst i världen?"



## TIPS TILL FÖRÄLDRAR: PÅ TUMANHAND

**D**et är roligt att prata med varandra som familj, men det är också viktigt att föräldrar och barn tillbringar tid på tumanhand. Använd olika tillfällen under dagen till att prata med dina barn enskilt. Be ett barn åt gången att hjälpa dig göra en hushållssyssla, följa med dig på ett ärende, eller prata med dig på ditt rum i fem minuter. Bara några minuter kan leda till meningsfulla samtal.



# Han bröt DÖDENS BAND



Äldste Patrick Kearon  
i de sjuttios kvorum

*"De [har] evigt liv genom Kristus,  
som har brutit dödens band"  
(Mosiah 15:23).*

**E**n kväll när våra barn var små läste vi skrifterna tillsammans som familj. Vi läste om Frälsaren och pratade om hur han aldrig gjorde några misstag.

Senare på kvällen stoppade min hustru om vår treåriga dotter Susie i sängen. Susie tittade upp på sin mamma och sade: "Mamma, Jesus gjorde faktiskt ett misstag."

"Vad menar du?" frågade hennes mamma.

"Han bröt sönder något", sade Susie.

Något förbryllad frågade hennes mamma: "Vad bröt han sönder?"

"Jesus bröt dödens band", svarade Susie.

Min hustru insåg att hon och Susie hade sjungit primärsången "On a Golden Springtime" ("På en härlig vår en gång") många gånger, och Susie hade lärt sig orden "En härlig vår vaknade Jesus och lämnade graven där han hade legat. Han bröt dödens band."<sup>1</sup> Susies

mamma förklarade att när Jesus bröt dödens band så betyder det att han uppstod så att vi alla kan leva igen när vi har dött.

Det samtalet har gett min hustru och mig många tillfällen att undervisa våra döttrar Lizzie, Susie och Emma om vad försoningen betyder för var och en av oss. Susie hade rätt: Jesus bröt dödens band. Men det var inget misstag. Det var den största gåvan han kunde ge oss! (Se Läran och förbunden 14:7.)

Frälsaren dog och uppstod så att vi kan leva igen tillsammans med vår himmelske Fader och vår familj om vi är rättfärdiga. Om vi är värdiga får vi glädjas åt odödlighetens och det eviga livets välsignelser en dag. Jag är tacksam för att Jesus bröt sönder något — dödens band! ■

#### SLUTNOT

1. Se "On a Golden Springtime", *Children's Songbook*, s. 88.



Du kan använda den här lektionen och aktiviteten för att lära dig mer om månadens tema i Primär.

# JESUS KRISTUS

## lär mig att välja det rätta

**F**ör Tanner skulle påsken inte bli likadan i år som den varit tidigare. Tanners farfar hade dött och han var ledsen därför att han aldrig skulle få vara med honom under den här speciella tiden igen.

Men på Primär blev Tanner påmind om att anledningen till att vi firar påsk är att Jesus lever! När

han uppstod, återförenades hans ande för evigt med hans kropp, och den skulle aldrig dö igen. Tanner lärde sig att tack vare att Jesus uppstod, kommer alla att uppstå en dag, hans farfar också!

En påsksång gjorde Tanner glad medan han sjöng: "Jesus har uppstått, Jesus, vår vän. Vi är så glada

han lever än."<sup>1</sup> Tanner ville berätta om den här goda nyheten för alla. Han bestämde sig för att före påsk lägga små buketter med vårbloomor vid grannarnas ytterdörrar tillsammans med skriftställen om Jesu uppståndelse. Han föreställde sig hur glada de skulle bli när de hittade hans gåva på Påskdagens morgon. ■

#### SLUTNOT

1. "Jesus har uppstått", *Barnens sångbok*, s. 44.



### Sånger och skriftställe

- Johannes 13:15
- Sång av eget val om Jesus Kristus
- Förslag på sånger från *Barnens sångbok*: "Jesus har uppstått" (44), "Blev Jesus levande igen?" (45), "Han dog, och ger oss liv igen" (*Lilla stjärnan*, apr. 2005, s. LS13), "Påskens hosianna" (*Lilla stjärnan*, apr. 2003, s. 8–9)



## VDR-aktivitet Var i världen?

När Jesus Kristus hade uppstått besökte han inte bara människor i Jerusalem utan också det rättfärdiga folket i Amerika. Rita tillsammans som familj en linje från varje bild till landet (Jerusalem eller Amerika) där det hände som visas på bilden. Turas om att läsa skriftställena för att lära er mer om vad som hände på bilderna.



**J e r u s a l e m**



Jesus välsignar barnen  
3 Nephi 17:11–25



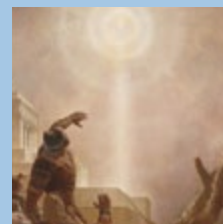
Jesus visar sig för  
Maria från Magdala  
Johannes 20:14–18



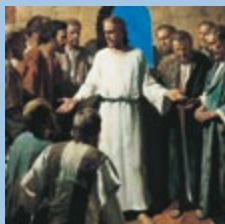
Jesus undervisar i Amerika  
3 Nephi 11:8–11



Jesus uppstiger till himlen  
Apostlagärningarna 1:9–11



Jesus visar sig för de  
rättfärdiga människorna  
3 Nephi 11:1–8



Jesus visar sina sår för  
sina apostlar  
Lukas 24:36–40



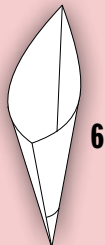
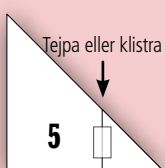
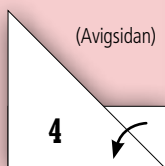
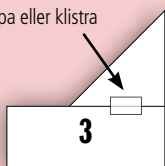
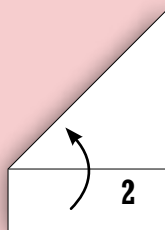
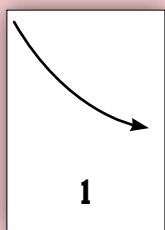
Jesus ber att få se de nephitiska  
uppteckningarna  
3 Nephi 23:7–13



Jesus visar sig för sina  
apostlar  
Matteus 28:16–20

## Bara för dig

Du kan göra egna påskbuketter precis som Tanner. Använd ett vitt eller färgat fyrkantig pappersark och följ stegen här nedanför. Fyll struten med små blommor eller godsaker och överraska en vän eller familjemedlem med den!



Tejpa eller klistra

(Avigsidan)

Tejpa eller klistra



**A m e r i k a**



# Jag vill gärna likna Jesus

## Förenklad

Beslutsamt ♩ = 104-116

Text och musik: Janice Kapp Perry

1. Jag vill gär-na lik - na Je - sus, jag vill i hans  
(2. Jag) vill va - ra god mot al - la och va - ra en

fot - spår gå. Jag vill va - ra god och  
tro - fast vän. En un - der-bar dag skall

vän - lig, hans kär - lek i hjär - tat få. I -  
Je - sus få kom - ma till - baks i - gen. Jag

© 1980 Janice Kapp Perry. Sången får kopieras för tillfällig, icke kommersiell användning i hemmet eller kyrkan. Denna text måste finnas med på varje kopia.

bland gör jag fel och be - hö - ver hans tröst, och jag all - tid  
vill all - tid vand - ra på kär - le - kens stig för då hör jag

lyss - nar när hans An - de vis - kar: Äls - ka var - and - ra, som  
tyd - ligt hur hans An - de vis - kar:

Je - sus har sagt. Han har sin kär - lek i män - ni - skan

lagt. Var vän - lig och hjälp - sam i hand - ling och ord, bad

Je - sus här ne - re på jord. 1. Jag jord. 2. Jag jord.

# Systrar som delar både **namn** och **tro**

**Heather Wrigley**

Kyrkans tidningar

**M**aria och Diana D. är inte bara systrar, de är också bästa vänner. Diana är 10 år och Maria fyllde 12 i augusti förra året. De bor i Rumänien där det finns omkring 3000 medlemmar i kyrkan. De håller sin tro på Jesus Kristus stark genom att gå till kyrkan, läsa skrifterna och be.

"I kyrkan har jag lärt mig att ha tro på Gud", säger Maria. En dag när hon hade ett prov, bad hon till sin himmelske Fader i Jesu Kristi namn om hjälp. När hon sedan fick bra betyg kände hon att hennes himmelske Fader hade hjälpt henne.

Diana säger att Mormons bok hjälper henne att ha tro. "Varje dag när jag läser Mormons bok har jag en bra dag", säger hon. Hennes favoritberättelse i skrifterna är berättelsen om Joseph Smith. "Han bad, och Gud och Jesus Kristus hjälpte honom", säger hon. ■



## **CHOKLAD**

*Båda systrarnas favoritdessert är gjord av choklad: Maria tycker om brownies och Diana tycker om chokladkaka.*

**FAVORITSÅNG**

*Maria och Diana spelar piano båda två. Marias favoritsång är "Älska varandra". Den handlar om Jesus bud att älska andra. Diana kan spela den nästan perfekt men slutet är det svåraste, säger hon.*

**JAG LÄNGTAR SÅ TILL TEMPLET**

*Maria och Diana vill båda gifta sig i templet en dag. De bor i tempeldistriktet för templet i Kiev i Ukraina.*

*När Diana blir äldre ska hon besöka templet i Kiev och utföra dop för de döda. Maria är tillräckligt gammal att göra det nu. Templet ligger drygt 80 mil bort.*

**FAMILJEN KOMMER FÖRST**

*Maria och Diana älskar sina föräldrar. "Mamma gör så att vi mår bättre när vi är sjuka", säger Maria. "Pappa tar oss till skolan", säger Diana.*

**PSALMER**

*Dianas favoritpsalm är "Långt härifrån i Judeens land", som handlar om när Jesus föddes. Medlemmarna i Rumänien använder kyrkans gröna psalmbok. "Imnuri" betyder "psalmer" på rumänska.*





# Vad kan jag göra för att följa min **HIMMELSKE FADERS** plan för mig?

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum återger några av sina tankar om det här ämnet.



Lär dig om den stora lycksalighetsplanen genom att studera skrifterna.



Lyssna till nutida och forntida profeters röster.



Lyd de inre känslor som kommer som maningar från den Helige Anden.



Be dina föräldrar och dina prästadömsledare om råd när det behövs.

Från "Glädjen av att leva efter den stora lycksalighetsplanen", Nordstjärnan, jan. 1997, s. 70.

# MINA EVANGELIEIDEAL

Jag ska följa den plan min himmelske Fader har för mig.

Jag ska komma ihåg mitt dopförbund och lyssna till den Helige Anden.

Jag ska välja det rätta. Jag vet att jag kan omvända mig när jag har gjort något fel.

Jag ska vara ärlig mot min himmelske Fader, mot andra och mot mig själv.

Jag ska använda min himmelske Faders och Jesu namn vördnadsfullt.

Jag ska inte svära eller säga fula ord.

Jag ska göra sådana saker på sabbatsdagen som hjälper mig att känna mig nära min himmelske Fader och Jesus Kristus.

Jag ska hedra mina föräldrar och göra min del för att stärka min familj.

Jag ska hålla mitt sinne och min kropp heliga och rena och jag ska inte använda sådant som är skadligt för mig.

Jag ska klä mig passande för att visa respekt för min himmelske Fader och för mig själv.

Jag ska bara läsa och se på sådant som min himmelske Fader tycker om att jag läser och ser på.

Jag ska bara lyssna på musik som min himmelske Fader tycker om att jag lyssnar på.

Jag ska ha bra vänner och vara vänlig mot andra.

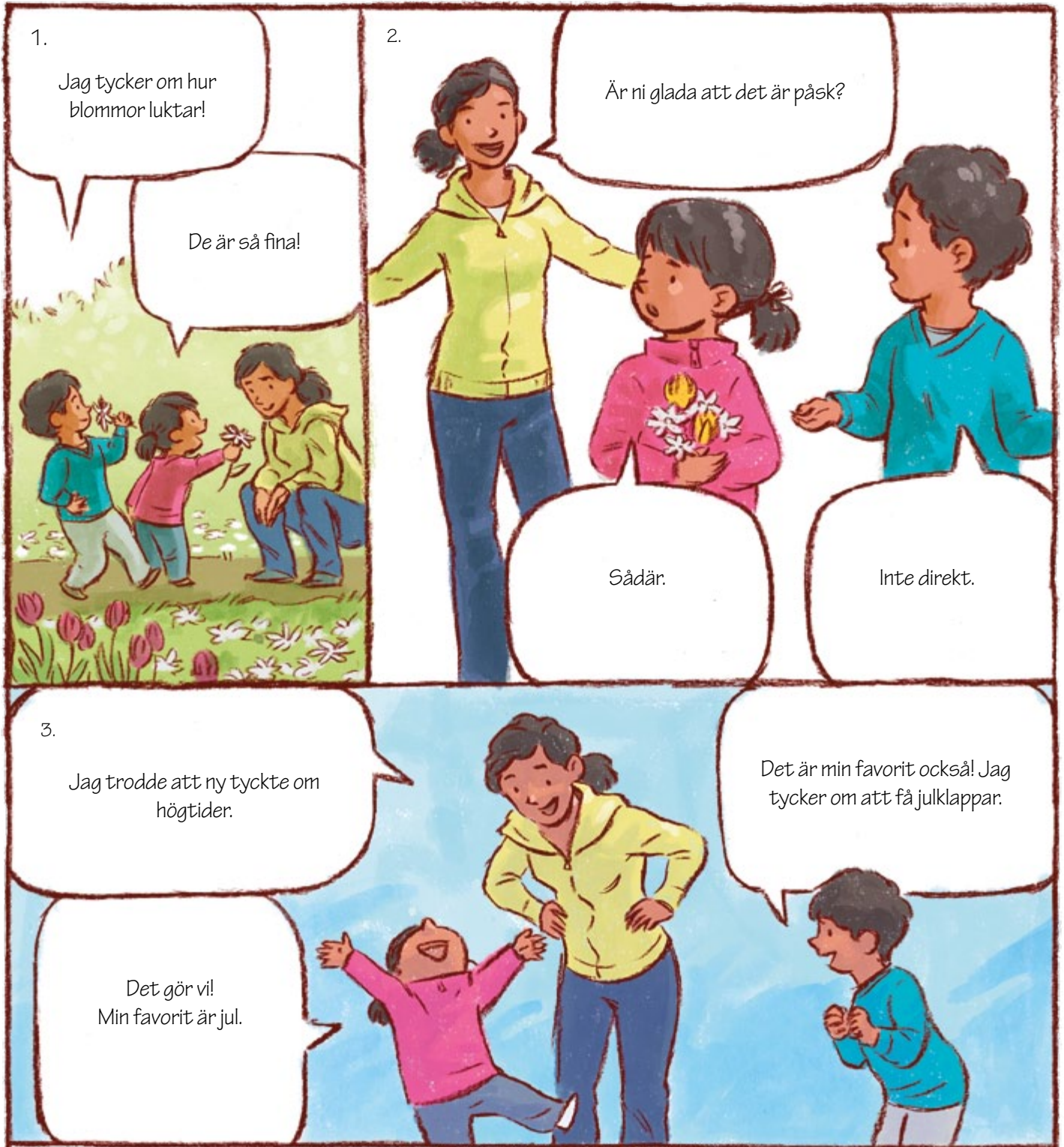
Jag ska nu leva så att jag kan vara värdig att komma till templet och göra min del för att få en evig familj.

## JAG ÄR ETT GUDS BARN

*Jag vet att min himmelske Fader älskar mig, och jag älskar honom.  
Jag kan be till min himmelske Fader när som helst och var som helst.  
Jag försöker minnas och följa Jesus Kristus.*

# Se påskens glädje

Baserad på en sann berättelse

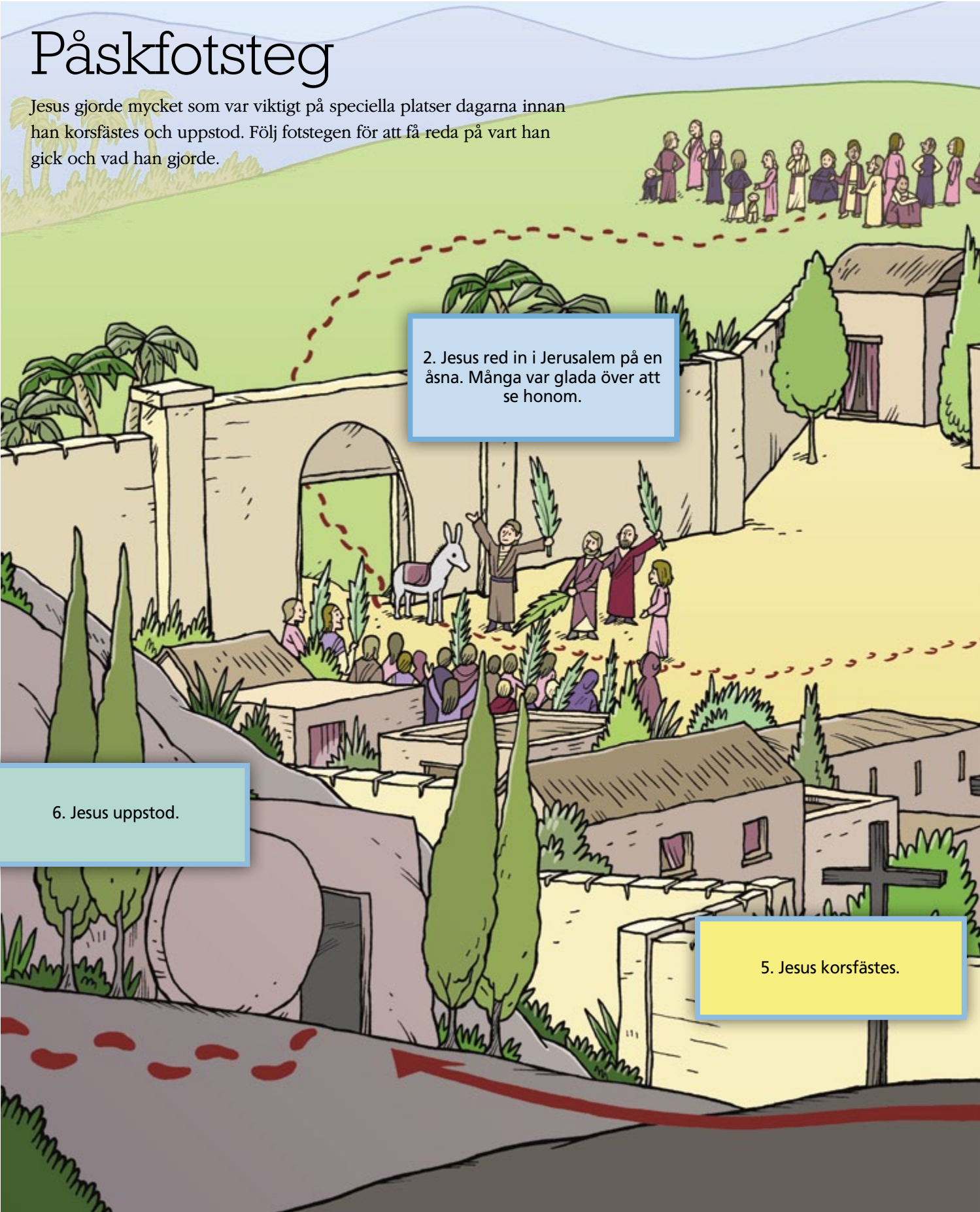






# Påskfotsteg

Jesus gjorde mycket som var viktigt på speciella platser dagarna innan han korsfästes och uppstod. Följ fotstegen för att få reda på vart han gick och vad han gjorde.



2. Jesus red in i Jerusalem på en åsna. Många var glada över att se honom.

6. Jesus uppstod.

5. Jesus korsfästes.

1. Jesus undervisade folket på en kulle som hette Oljeberget.

3. Jesus botade sjuka personer vid templet.

4. I Getsemane örtagård bad Jesus till sin himmelske Fader och led för våra synder.

## Världsomfattande ledarutbildningsmöte betonar vägen till verklig tillväxt

**Heather Whittle Wrigley**

Nyheter om och händelser i kyrkan

**K**yrkans ledare förklarar betydelsen av "sann tillväxt" och hur man åstadkommer det under det världsomfattande ledarutbildningsmötet den 11 februari.

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, medlemmar i de tolv apostlarnas kvorum, de sjuttios presidentskap och presidentskap för biorganisationer undervisade kyrkans ledare runtom i världen.

"Med kyrkans termer kan *tillväxt* definieras som 'nya medlemmar' ... Men *sann tillväxt* definieras som 'en ökning av antalet aktiva medlemmar'", förklarade president Uchtdorf.

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum tillade: "Kyrkan växer när personlig, livslång omvändelse till evangeliet resulterar i ökad trofasthet hos varje individ och familj."

Denna ökade trofasthet innebär sådant som inte är lätt att mäta, till exempel dagliga böner, skriftstudier, hemaftnar, kärlek i hemmet och personliga upplevelser med försoningen, sade president Uchtdorf.

"Alltför ofta komplicerar vi skönheten och enkelheten i Jesu Kristi evangelium med oändliga listor över minutiösa förväntningar", sade han. "Men när vi fokuserar på 'varför' vi har evangeliet försvinner mycket av förvirringen."

En stor del av utsändningen handlade om grundläggande lärdomar och principer som ger svar på frågan 'varför'.

"De rätta 'varför'-frågorna leder oss till de rätta besluten om 'vem', 'vad', 'när', 'var', 'varför' och 'hur'", sade president Uchtdorf.

### Äktenskap och familj i planen

"Kyrkan är uppbyggd av familjer", sade president Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kvorum. "Församlingar och stavar är av underordnad betydelse. När vi pratar om familjer ser vi den verkliga tillväxten i kyrkan."

Han sade att varje make och far bör vara prästadömsämbetsman i sitt hem, och presidera över sin familj i rättfärdighet. Prästadömsledare, sade han, bör likaledes leda på ett värdigt sätt — fastän ämbetena inom prästadömet varierar har en värdig prästadömsbärare lika mycket prästadöme som en annan (se L&F 1:20).

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum betonade att män och hustrur, fäder och mödrar, måste bygga en relation av kärlek, omvändelse och bön för att lyckas stärka och skydda familjen, som "har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga välfärd" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen" *Liahona*, nov 2010, s. 129).

"Tre gånger i helig skrift ges varningen att hela jorden ska ödeläggas när Herren återkommer om vissa villkor inte har mötts", sade han. "Varje gång har varningen att göra med den mänskliga familjens tillstånd utan templets beseglade förrättningar. Utan dessa upphöjelsens förrättningar kan Herrens härlighet inte komma till stånd."

För att detta slutmål ska uppnås — evigt liv och upphöjelse för alla Guds barn — krävs det att verklig tillväxt sker i våra hem, i församlingar och grenar och i hela kyrkan.



### Tillämpning av evangeliet

Verklig tillväxt och omvändelse kommer när vi tillämpar evangeliet i vårt dagliga liv. Under en frågestund förklarade äldste L. Tom Perry och äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum att den yttersta tillämpningen av evangeliet är att ingå och hålla tempelförbund. Lydnad mot förbunden, sade äldste Christofferson, kan förvandla den naturliga människan till en helig med tiden.

Att nå ut till andra är en annan viktig aspekt av evangeliets tillämpning. Medlemmarna har ansvaret, enskilt och som kyrka, att nå ut till och rädda personer i timlig och andlig nöd, sade ledarna.

Vi ska inte tveka att gå samman med andra trosåskådningar och hjälporganisationer för att ta hand om fattiga och behövande, sade äldste Christofferson. Prästadömsledarna ska leda oss i detta arbete, men medlemmarna och missionärerna ska också stödja den rollen.

Under en paneldiskussion betonades att vi ska inrikta oss på att hjälpa familjer, stärka bärare av melkisedekska prästadömet och hjälpa till att bygga upp ungdomarnas tro och vittnesbörd. Äldste Ballard och äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum deltog, tillsammans med äldste Ronald A. Rasband i de sjuttios presidentskap; Elaine S. Dalton, Unga kvinnors generalpresident och Rosemary M. Wixom, Primärs generalpresident.

*Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum talar under en paneldiskussion som var en del av det världsomfattande ledarutbildningsmötet i februari 2012.*

Under februaris världsomfattande ledarutbildningsmöte sade president Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet: "Det första vi måste göra är att förstå. Sedan måste vi omvandla denna insikt till handling... Vi är inte mycket förtjänta av att höra Guds ord om vi inte tillämpar det vi hör i vårt liv."

Han inbjöd kyrkans ledare att göra tre saker efter ledarutbildningsutsändningen och i sitt tjänande i sina ämbeten för att få ut det mesta möjliga av undervisningen från kyrkans ledare:

1. Begrunda under bön, enskilt och som råd, den undervisning ni har fått och ta reda på 'varför' ska tjäna och verka.
2. Bestäm er, efter begrundan och samtal, för några åtgärder som ni ska vidta. Åtgärderna ska vara anpassade till varje organisations, församlings, stavs, familjs eller enskilda omständigheter och behov.
3. När ni har fattat dessa beslut följer ni upp inom ramarna för era ansvarsområden och ämbeten under vart och ett av era rådsmöten.

Äldste Rasband sade att varje ledare behöver engagera sig i att föra tillbaka medlemmar till full aktivitet, och äldste Andersen betonade att ungdomarna behöver vara mer engagerade i att återaktivera och stärka andra ungdomar.

### Uppnå verklig tillväxt

Verklig tillväxt kommer när vi tillämpar evangeliets principer i vårt dagliga liv, betonade president Uchtdorf.

”När ni begrundar allt detta, fråga er själva ’varför’ ni ska tjäna och verka och vad ni behöver göra när det gäller era ansvarsuppgifter som enskilda och som råd”, sade han.

### Lär dig mer

Man kan se, lyssna på, skriva ut och ladda ner material från utsändningen på ett dussintal språk genom att gå till [lds.org/study/other-addresses](http://lds.org/study/other-addresses) och klicka på **Worldwide Leadership**

**Training.** ■

## Artiklar efterlyses

*Liahona* är intresserad av att läsa om läsarnas jultraditioner:

- Hur firar ni julen i din familj?
- Vilka traditioner är vanliga i din kultur?
- Vilka traditioner har du skapat för att föra dig själv och din familj närmare Frälsaren?
- Vilka minnesvärda julupplevelser — särskilt de som har att göra med traditioner — kan du återge för oss?

Skicka dina minnen och förslag till *Liahona* så att de är oss tillhanda senast den 1 juni 2012, till [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org). ■

## BibleVideos.LDS.org är en gåva till världen

Under första presidentskapets julandakt 2011 presenterade kyrkans ledare webbplatsen Jesus Christ Bible Videos (Bibelfilmer om Jesu Kristi liv), en ’gåva’ till världen.

BibleVideos.lds.org är en samlingsplats för nya korta filmer som skildrar scener från Kristi liv, alltifrån när ängeln förutspådde Kristi födelse till Frälsarens uppståndelse.

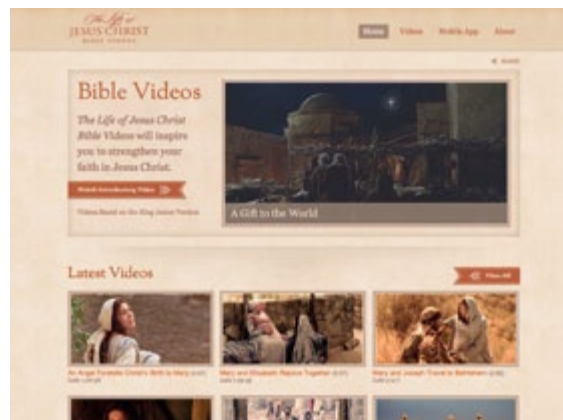
President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, tillkännagav webbplatsen under julandakten.

”Liksom skrifterna som de här korta filmerna följer troget, kan de verka tysta”, sade han. ”Din tro och den Helige Anden skapar de känslor som de här världsomskapande händelserna förtjänar.”

Materialet till filmerna är taget från filmningar vid kyrkans nya filmstudio, LDS Motion Picture Studio South Campus, i Goshen i Utah, där filmningen av New Testament Scripture Library Project påbörjades i augusti 2011.

Projektet omfattar över 100 kortfilmer som skildrar Kristi liv, tagna direkt från texten i King James utgåva av Bibeln.

Webbplatsen har en mobilvänlig utformning med material på engelska (BibleVideos.lds.org), spanska (videosdela biblia.org) och portugisiska (videosdabiblia.org). En gratis iPad-app finns också som tillhandhåller ett nytt sätt att uppleva bibelberättelser genom att se, höra och peka. ■



**Så småningom kommer det att finnas omkring 100 filmer som skildrar scener från Nya testamentet om Kristi liv på webbplatsen The Life of Jesus Christ Bible Videos.**

## Äldste Christofferson och äldste Jensen undervisar medlemmar i Argentina

Lördagen den 12 november 2011 talade äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum och äldste Jay E. Jensen i de sjuttios presidentskap till ungdomar, unga vuxna, prästadömsledare, missionärer och medlemmar i Salta i Argentina.

Äldste Mervyn B. Arnold, president för området Sydamerika Syd, hans hustru Devonna samt äldste Ruben Spitale, områdessjuttio, var också närvarande. Dessutom deltog äldste Christoffersons hustru Kathy och äldste Jensens hustru Lona.

Nästan 1 300 ungdomar och föräldrar var med på brasaftonen där både äldste Christofferson och äldste Jensen talade. Ytterligare 10 000 medlemmar i 70 stavscentrer runtom i Argentina såg mötet via satellit.

Äldste Jensen, som tidigare verkat som president för området Sydamerika Syd, sade: "Om ni inte kommer ihåg något som jag har sagt så vill jag att ni ska komma ihåg några ord från en profet, president Thomas S. Monson, om vilken jag vittnar att han är en sann Guds profet. Det är följande ord: 'Våra beslut avgör vår bestämmelse.' "

Vi har vår handlingsfrihet — förmågan och förmånen att fatta beslut — sade äldste Jensen, och

med dessa beslut väljer vi vår bestämmelse.

Han återgav berättelsen om en vän som en kväll valde att dricka alkohol och sedan köra bil, vilket ledde till en olycka som dödade två personer. Han jämförde detta med situationen då han och hans hustru valde att skjuta på äktenskap så att han kunde verka som heltidsmissionär när han var ung.

"När [jag kom tillbaka hem] gifte vi oss i templet. Vi ingick förbund som vi har förnyat varje vecka under hela vårt liv. Vi fattade ett beslut som har avgjort vår bestämmelse", sade han.

Syster Christofferson talade därefter och bar sitt vittnesbörd om välsignelserna med att hålla förbunden, och äldste Christofferson avslutade mötet.

"Det enda som ni egentligen behöver är kärlek och tro", sade äldste Christofferson. "Det är tron som hjälper oss i vårt äktenskap, i vår familj, i vårt yrke [och] i vår anställning."

Han betonade att buden ger vägledning till vårt liv och hjälper oss få det som verkligen är viktigt.

Sedan rådde han både ungdomarna och deras föräldrar att besluta sig för att följa råden i häftet *Vägledning för de unga*.

BILD: JAMES DALRYMPLE



"Detta kommer storligen att stärka era barn, även när de står ensamma — i vetskapen om att deras föräldrar följer samma principer", sade han.

Äldste Christofferson avslutade mötet med att uttrycka sin kärlek till medlemmarna i Argentina, där han verkade som missionär för nästan femtio år sedan.

I Salta träffade äldste Christofferson och äldste Jensen också lokala missionärer och unga ensamstående vuxna som de förmedlade brödernas kärlek till.

*Gå till Prophets and Apostles Speak Today på LDS.org för att läsa mer om de nutida apostlarnas verksamhet. ■*

***Både äldste Christofferson och äldste Jensen talade till missionärer i Argentina-missionen Resistencia i början av november 2011.***



*Templet i Quetzaltenango i Guatemala, som invigdes den 11 december 2011 av president Dieter F. Uchtdorf, är kyrkans 136:e tempel.*

### Invigning av templet i Quetzaltenango i Guatemala

Templet i Quetzaltenango i Guatemala invigdes söndagen den 11 december 2011 under tre sessioner av president Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet. Invigningssessionerna sändes via satellit till kyrkans enheter i tempeldistriktet.

”Vilket vackert tempel det här är”, sade president Uchtdorf under lördagens kulturella firande, där ungdomar från området dansade, sjöng och gjorde ett visuellt framförande om landets historia och kultur. ”Templet strålar som en juvel, och det är en juvel för det här området i det här landet.”

Templet i Quetzaltenango är kyrkans 136:e tempel i världen och det femte i Centralamerika. Templet betjänar omkring 60 000 sista dagars heliga.

### Kyrkan tar första spadtaget för det sjunde templet i Brasilien

Den 15 november 2011 presiderade äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum över första spadtagsceremonin för templet i Fortaleza, kyrkans sjunde tempel i Brasilien.

”Det här templet blir en källa till hopp, ljus och tro på Gud för alla som kommer och vandrar här och i det här fältet”, sade äldste Bednar. ”Den här staden kommer alltid att vara bättre och annorlunda tack vare templet som ska byggas här.”

Templet byggs på Avenida Santos Dumont i Fortaleza, Ceará i Brasilien. Under generalkonferensen i oktober 2009 tillkännagav president Thomas S. Monson att templet i Fortaleza skulle byggas. ■

### Konsert i Puerto Rico drog tusentals åhörare

Den 18 december 2011 närvarade medlemmar från fem stavar i Puerto Rico vid en julkonsert som hölls i Paseo de las Artes i staden Caguas. Omkring 85 medlemmar i kyrkan framträdde och cirka 2 500 invånare i kommunen närvarade.

### Nytt center för unga vuxna är Afrikas tredje

Den 4 november 2011 höll unga vuxna i Soweto södra stav i Afrika sin första aktivitet i en ny byggnad som nu används enbart som center för unga vuxna.

Det finns över 140 center i Europa, och några spridda runtom i Förenta staterna. Centret i Soweto är Afrikas tredje. De andra finns i Demokratiska Republiken Kongo och i Zimbabwe.

### Annorlunda aktivitet leder till frågor

En pappersrulle var ursprunget till ”Frågor till Gud”, en missionsaktivitet i Nizhnij Novgorod i Ryssland den 9 oktober 2011.

Under flera timmar stannade över 150 personer till vid två bord vid en starkt trafikerad gata och tog en tuschpenna och skrev ner sina frågor. Totalt skrevs 84 frågor ner på pappersrullen. Många gav uttryck för att de ville ha svar av missionärerna som var där.

*Gå till [news.lds.org](http://news.lds.org) för att läsa mer om dessa och andra berättelser. ■*



### En nödvändig kompass

*Liahona* är min ledstjärna i livet. Med den går jag aldrig vilse. Jag tror att alla som läser kyrkans tidningar kan hitta exakt det som han eller hon behöver. Jag är Primärs president och ser att barnen tycker om att höra berättelser om andra barn som dem i tidningen. *Liahona* är en mycket viktig kompass i vårt liv. Den hjälper oss att undvika Satans fallgropar.

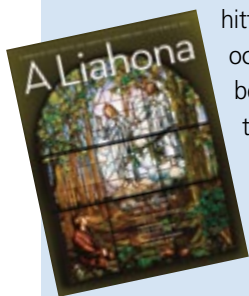
Janina Ivanivna Davidenko, Ukraina

### Upplevelser ger tröst

*Liahona* har hjälpt mig så mycket med sina budskap och artiklar. Med det oroliga liv vi har stannar jag ofta upp under dagen och läser en artikel i tidningen som berättar om andra medlemmars upplevelser. Dessa artiklar hjälper mig alltid att

hitta andlig tröst och att förnya mitt beslut att återvända till Guds och Jesu Kristi närvaro med min familj.

João Carlos,  
Brasilien



Skicka kommentarer och förslag till [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org). Bidragen kan komma att förkortas eller redigeras. ■

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



**”Seminariets välsignelser”**, sidan 20: Läs artikeln i förväg och besluta hur du bäst kan tillämpa budskapet på din familj. Om du har tonåringar i seminariet kan du börja med att fråga varför seminariet är viktigt för dem. Läs sedan avsnittet som heter ”Tar emot utlovade välsignelser”. Uppmuntra de yngre barnen att förbereda sig för att gå på seminariet när de är så pass gamla. Om du inte har barn i seminarieåldern kan du läsa artikeln och sedan samtala om betydelsen av seminariet för dagens ungdomar.

**”Alla känner till Bleck”**, sidan 42: Ni kan sjunga ”Gör vad är rätt” (*Psalmer*, nr. 160) som inledningssång. Läs eller sammanfatta berättelsen om Bleck. Be familjemedlemmarna att återge en upplevelse när de har varit tvungna att göra ett svårt val mellan olika vägar och vilka följder deras beslut fick. Avsluta med att läsa citatet av president Thomas S. Monson.

### Enkel, lugn och oförglömlig

Det var en oförglömlig hemafton med våra två små flickor Angélique, 6 år, och Béthanie, 4 år. Min make och jag hade båda kollapsat i våra stolar, trötta och utan att veta var vi skulle börja. Då tog våra döttrar initiativet. De snurrade på hemaftonshjulet och gav oss varsin uppgift. Min make fick i uppgift att leda hemaftonen, Béthanie hade hand om sångerna och Angélique fick hålla lektionen.

Béthanie valde ”Jag längtar så till templet” (*Barnens sångbok*, s. 99), och vi sjöng den tillsammans. Pappa bad inledningsbönen. Sedan tog Angélique det senaste numret av *Liahona* och valde en artikel från Barnens sidor. Hon lär sig att läsa i skolan, så hon läste artikeln för oss. Vi hade en lugn känsla i hemmet. Anden vittnade om att det hon läste var sant.

Vi lekte några lekar tillsammans och bad avslutningsbönen. Medan jag bad kunde jag inte låta bli att tacka vår himmelske Fader för hans ande och kärlek, och även för att han har välsignat vårt hem med dessa små andar. Min make och jag vet att vårt ansvar är att ta hand om dem och att undervisa dem om evangeliet. Att ha hemaftnar är en del av det heliga ansvaret.

Sylvie Poussin, Réunion

**Biskop  
Richard C. Edgley**

förste rådgivare  
i presiderande  
biskopsrådet



## HOPP I FÖRSONINGEN

Jag har träffat människor som har förlorat allt hopp. De känner att omvändelse ligger utom räckhåll och att förlåtelse är något ouppnåeligt. Sådana människor förstår inte vad försoningens renande kraft innebär. Eller, om de förstår det, så har de inte insett betydelsen av Jesu Kristi lidande i Getsemane och på korset. När någon av oss förlorar hoppet om att vårt liv kan renas så förnekar vi djupet, kraften och omfattningen av hans lidande för vår skull.

För några år sedan hade jag i uppdrag under en stavskonferens att intervjua en tjugottårig man för att avgöra om han var värdig att gå ut som missionär. Generalauktoriteter brukar vanligtvis inte intervjua blivande missionärer. Så det här var ovanligt. När jag läste lite om bakgrunden till anledningarna till intervjun, ömmade mitt hjärta för honom. Den här pojken hade begått allvarliga överträdelser. Jag undrade varför jag blivit ombedd att besöka någon med en sådan bakgrund och fastställde att det skulle vara högst ovanligt om jag kunde rekommendera honom att bli godkänd som missionär.

Efter lördagskvällens konferensmöte drog jag mig tillbaka till stavspresidentens kontor för intervjun. Medan jag väntade kom en stilig ung man med ett strålande ansikte in. Jag undrade hur jag skulle kunna avböja ett samtal för det var uppenbart att han ville prata, och jag hade en bestämd tid med en mycket bekymrad ung man. Men han presenterade sig. Han var den unge mannen som jag skulle träffa.

*Hopp måste  
vara baserat på  
kunskap och  
vittnesbörd,  
men också  
på att vi gör  
försoningen  
personlig.*

I kontorets avskildhet ställde jag en enda fråga: "Varför ska jag intervjua dig?"

Han berättade om sitt förflutna. När han var klar började han berätta om de steg han hade tagit och det personliga lidande han hade genomgått. Han pratade om försoningen — försoningens oändliga kraft. Han bar sitt vittnesbörd och uttryckte sin kärlek till Frälsaren. Och sedan sade han: "Jag tror att Frälsarens personliga lidande i Getsemane och hans offer på korset var tillräckligt kraftfulla för att rädda till och med en man som jag."

Rörd av hans ödmjukhet och av Anden, sade jag: "Jag ska rekommendera dig för att verka som representant för Jesus Kristus." Och sedan sade jag: "Jag tänker bara be dig om en enda sak. Jag vill att du ska bli den bästa missionären i hela kyrkan. Det är allt."

Tre eller fyra månader senare talade syster Edgley och jag på missionärsskolan. Efter mötet pratade jag med några missionärer när jag såg en ung man med ett bekant ansikte.

Han frågade: "Kommer du ihåg mig?"

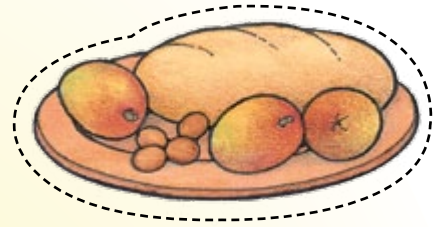
Något generad svarade jag: "Tyvärr. Jag vet att jag borde komma ihåg dig, men det gör jag inte."

Då sade han: "Jag ska tala om för dig vem jag är. Jag är den bästa missionären på missionärsskolan." Och jag trodde honom.

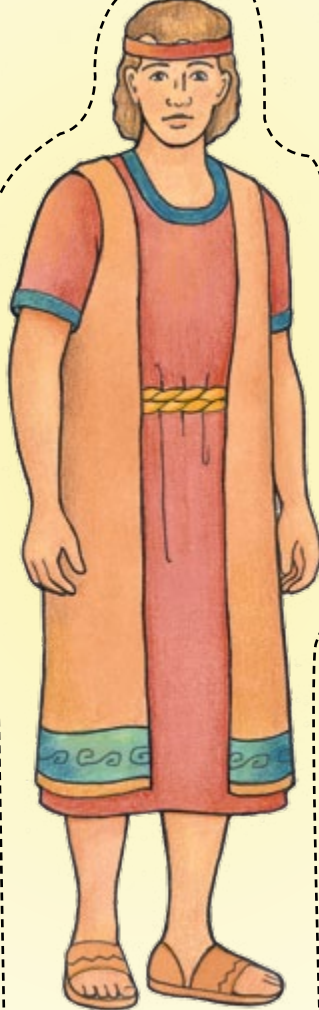
Den här unge mannens hopp var inte bara baserat på en kunskap och ett vittnesbörd om försoningen utan också på att han gjort denna gåva personlig. Han förstod att det gjordes för honom personligen! Han hade känt kraften i försoningen och hoppet det ger när allt kanske känns förlorat eller hopplöst. ■

*Från ett tal under ett andligt möte vid Brigham Young-universitetet den 4 november 2008. För att se hela texten på engelska, gå till [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu).*

**D**et här året kommer det att finnas ett ark med skriffigurer från Mormons bok i många nummer av *Liahona*. För att göra dem stadiga och lätta att använda klipper du ut dem och klistrar eller tejpar fast dem på styvt papper, små papperspåsar eller pinnar. Ha varje uppsättning i ett kuvert eller en påse tillsammans med rutan där det står var berättelsen finns som figurerna hör ihop med.



Alma



Amulek



Zeezrom

Alma och Amuleks  
mission till Ammonihah

Alma 8–14



"Du och jag kanske ropar i ett ögonblick av svaghet: 'Ingen förstår. Ingen vet'", skriver äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum. "Ingen mänsklig varelse kanske vet det. Men Guds Son känner till det fullständigt och förstår, för han upplevde och bar våra bördor innan vi gjorde det. Och eftersom han betalade det yttersta priset och bar den bördan, har han fullkomlig medkänsla och kan uträcka sin barmhärtiga arm mot oss i så många skeden av vårt liv. Han kan nå ut, beröra och stödja – bokstavligen springa till oss – och stärka oss." Se "Försoningen och jordelivets resa", sidan 12.