

JESU KRISTI KIRKE AV SISTE DAGERS HELLIGE • AUGUST 2016

# Liahona



**Et evig perspektiv  
på kvinnenes  
rolle, s 26**

Hva betyr det egentlig  
å ha tro? s 16

Hvordan ledere kan hjelpe  
ungdom å undervise, s. 24

Suksesshistorier: Hvordan vi  
ble selvhjulpne, s 36-41, 54



*"For se, mine brødre, dere har fått dømmekraft så dere kan skjelve godt fra ondt, og måten å dømme på er så klar at dere kan vite det med fullkommen kunnskap, likesom dere kan skjelve dagslyset fra den mørke natten."*

**Moreni 7:15**



4

## BUDSKAP

- 4 Budskap fra Det første presidentskap: Håpet om en evig familie**  
Av president Henry B. Eyring
- 7 Besøkende lærerinnens budskap: Felles omsorg for familien**



### OMSLAGSSIDEN

Forside: Foto: Matthew Reier. Mor og datter. Tatt i Gahna, Vest-Afrika. Annen omslagsside: Foto © iStock/Thinkstock. Nest siste omslagsside: Foto: Les Nilsson.

## HOVEDARTIKLER

- 16 Å akseptere Herrens vilje og hans timeplan**  
Av eldste David A. Bednar  
*En sterk tro på Herren betyr å akseptere hans vilje og hans timeplan, selv om utfallet ikke blir som vi ønsket.*
- 26 Å være kvinne: Et evig perspektiv**  
Av Sharon Eubank  
*En korrekt forståelse og utøvelse av Guds lære i Kirken er en kilde til myndiggjøring av kvinnen.*
- 32 De forsvunne Skriftene**  
Av eldste Gene R. Cook  
*Herren besvarte ikke bare våre bønner, men velsignet også livet til en fremmed.*

## AVDELINGER

- 8 Notater fra konferansen, april 2016**
- 10 Hva vi tror på: Vi tror på etterlevelse av De ti bud**
- 12 Refleksjoner og speilbilder: Ti grunner til at jeg elsker Mormons bok**  
Av David Fullmer
- 13 Tjeneste i Kirken: En langt større gave**  
Av Chris Deaver
- 14 Nytt fra Kirken: Områdepresidentskaper**
- 24 Undervisning på Frelserens måte: Forbered ungdom til å undervise**  
Av Brian K. Ashton
- 36 Sagt av siste-dagers-hellige**
- 80 Til vi ses igjen: Mirakler**  
Av eldste Matthew Cowley



42

## 42 Forankret i Kristus

Av eldste L. Whitney Clayton

*Jesus Kristus er nøkkelen til et liv med velsignelser. Å utvikle dype åndelige røtter i Ham gjør oss i stand til å glede oss og finne fred midt i prøvelsene.*

## 49 Du er kongelig

Av Kathy Kipp Clayton

*Tre ting du må unngå for å nå ditt høyeste og evige mål.*



*Se om du kan finne liahonaen som er gjemt i dette nummeret. Tips: Hva slags kaker liker du best?*



64

## 50 Reddet av min bror

Av Brittney Ann Harman

*Jeg vil alltid være takknemlig for at jeg inviterte min bror til å begynne å gå i templet sammen med meg da han fylte 12 år, for jeg skulle komme til å trenge hans støtte mange år senere.*

## 53 Plakat: Mormonad: Ikke bli dratt med

## 54 Et hopp inn i fremtiden

Av Miriam Bay

*Etter å ha deltatt i en selvhjelpenhetsklasse i Kirken startet en 11 år gammel jente et trampoline-foretak for å bidra i samfunnet.*

## 58 Spørsmål og svar

*Jeg har en venn som føler at hun ikke har noen andre venner i Kirken enn meg. Hva kan jeg gjøre for å hjelpe henne?*

## 60 Bare med Guds hjelp

Av eldste Timothy J. Dyches

*Jeg vet av personlig erfaring at Gud hjelper oss å gjøre mer enn vi kan klare på egenhånd, alt fra å vinne debatter til operasjonsstuer.*

## 63 Svar fra Kirkens ledere: Hvordan holde seg verdig

Av president Thomas S. Monson

## 64 Derfor vet jeg: På søken etter Gud

Av Ismael Ezequiel Polanco Almonte

*Etter flere års søken etter sannhet ble mine bønner besvart da jeg dro til Seminar sammen med min venn.*



68

## 66 Å være der vi burde være

Av eldste Randy D. Funk

*Å stå på hellige steder betyr å gjøre gode ting. Hvordan kan du stå på hellige steder?*

## 68 Den lille flasken med stillhet

Av Ray Goldrup

*Gage tenkte ikke så mye på den tomme flasken bestefaren ga ham før noen uker senere, etter onkelens begravelse.*

## 70 Hender, hjerte og et smil

Av Laura Goodrich

*Laura ville gjerne være vakker som sin mor, men hun hadde ingen leppestift. Moren fortalte henne hvor virkelig skjønnhet kommer fra.*

## 72 Svar fra en apostel: Hvorfor er familier så viktige?

Av eldste D. Todd Christofferson

## 73 Vår side

## 74 Helter i Mormons bok: Samuel vitnet

## 75 Jeg kan lese Mormons bok

## 76 Historier fra Mormons bok: Samuel underviser om Jesus

## 79 En side å fargelegge

**Det første presidentskap:** Thomas S. Monson,  
Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

**De tolv apostlers quorum:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks,  
M. Russell Ballard, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,  
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,  
Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson,  
Dale G. Renlund

**Redaktør:** Joseph W. Sitati

**Assisterende redaktører:** James B. Martino,  
Carol F. McConkie

**Rådgivere:** Brian K. Ashton, Randall K. Bennett,  
Craig A. Cardon, Cheryl A. Esplin, Christoffel Golden,  
Douglas D. Holmes, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

**Administrerende direktør:** Peter F. Evans

**Daglig leder:** Vincent A. Vaughn

**Director of Church Magazines:** Allan R. Loyborg

**Økonomiansvarlig:** Garff Cannon

**Redaksjonssjef:** R. Val Johnson

**Assisterende redaksjonssjef:** Ryan Carr

**Produksjonssjef:** Megan VerHoef Seitz

**Tekst og redigering:** Brittany Beattie, David Dickson, David A.  
Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene  
Porter Gaunt, Jill Hacking, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris,  
Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirke, Joshua J. Perkey,  
Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Anne Selu,  
Paul VanDenBerghe, Marissa Widdison

**Kunstnerisk ansvarlig:** J. Scott Knudsen

**Bilredaktør:** Tadd R. Peterson

**Design:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Tom Child,  
Nate Gines, Colleen Hinckley, Eric P. Johnson, Susan Lofgren,  
Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Teare,  
K. Nicole Walkenhorst

**Koordinator for opphavstett:** Collette Nebeker Aune

**Produksjonssjef:** Jane Ann Peters

**Produksjon:** Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett, Bryan W. Gygi,  
Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty, Derek Richardson

**Førhåndstrykk:** Jeff L. Martin

**Trykkerisjef:** Craig K. Sedgwick

**Øversettelse:** Statsautorisert translator Petter Svanevik

**Distribusjonssjef:** Stephen R. Christiansen

**Distribusjon:** Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, Department of  
MSR Sveagatan 8A, 441 32 Alingsås, Sverige

Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring  
vennligst kontakt kundeservice

Telefon: +46 (0) 8500 655 20

E-post: rcstockholm@ldschurch.org

Internett: store.lds.org

Abonnementspris pr. år: NOK 64 (inkl. mva. og porto)

**Send manuskripter og spørsmål til Liahona, Rm. 2420, 50 E.**  
North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; e-post til:  
liahona@ldschurch.org; eller på internett: liahona.lds.org.

Liahonas lokalredaksjon:

Redaksjonens adresse:

Ole Podhorny

Vestbrynet 13

1519 MOSS

Tlf.: 69 27 17 04

email: ole@podhorny.com

Nyhetsredaktør: Ole Podhorny

Liahona (et navn fra Mormons bok som står for «kompass»  
eller «veiviser») utgis på albansk, armensk, bislama, bulgarsk,  
kambodsjansk, cebuano, kinesisk, kinesisk (forenklet), kroatisk,  
tsjekkisk, dansk, nederlandsk, engelsk, estisk, filipinsk, finsk, fransk,  
tysk, gresk, ungarsk, islandsk, indonesisk, italiensk, japansk, kiribatisk,  
koreansk, latvisk, litauisk, gassisk, marshalleisk, mongolsk, norsk,  
polsk, portugisisk, rumensk, russisk, samoansk, slovensk, spansk,  
svensk, swahili, tagalog, tahitisk, thai, tongansk, ukrainsk, urdu og  
vietnamesisk. (Hyppigheten varierer for de forskjellige språkområder.)

© 2016 Intellectual Reserve, Inc. Ettertrykk forbudt. Trykt i USA.

Tekst og bildemateriale i Liahona kan kopieres til ikke-  
kommersiell bruk i kirken eller i hjemmet. Bildemateriale kan ikke  
kopieres hvis det er påført anmerking om at kopiering ikke er  
tillatt. Spørsmål om opphavstett rettes til Intellectual Property Office,  
50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post:  
cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

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

August 2016 Vol. 80 No. 8. LIAHONA (USPS 311) Norwegian (ISSN  
1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of  
Latter-day Saints, 50 East North Temple, 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  
or at store.lds.org. (Canada Poste Information: Publication Agreement  
#40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address  
changes to Distribution Services, Church Magazines,  
P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

# Ideer til familiens hjemmeaften

Dette nummeret inneholder artikler og aktiviteter som kan brukes på familiens hjemmeaften. Her er to eksempler.



## «Ti grunner til at jeg elsker Mormons bok,» på side 12:

Når dere har lest denne artikkelen sammen som familie, kan dere la hvert familiemedlem skrive ned noen grunner til at de er veldig glad i Mormons bok. Overvei å la hver enkelt person dele sin liste og sine favorittskriftsteder fra Mormons bok. Dere kan sette dere som mål å finne flere grunner etter hvert som dere regelmessig leser Mormons bok sammen.

## «Å være der vi burde være,» på side 66:

Dere kan lese om eldste Funks opplevelse når han valgte å stå på et hellig sted, og deretter gjøre den tilhørende aktiviteten på side 67. Overvei å diskutere som familie hva som gjør et sted hellig, og hvordan hver enkelt kan stå på hellige steder, selv om det ikke er inne i en kirke eller i et tempel. Diskuter hvor viktig Den hellige ånd er, og hvilken rolle han har i å hjelpe oss å stå på hellige steder.

## MER PÅ INTERNETT

Liahona og annet av Kirkens materiale er tilgjengelig på mange språk på [languages.lds.org](http://languages.lds.org). Gå inn på [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (tilgjengelig på engelsk, portugisisk og spansk) for å finne inspirerende budskap, ideer til familiens hjemmeaften og materiell som du kan dele med venner og familie.

## EMNER I DETTE NUMMERET

Tallene viser til første side av artikkelen.

**Arbeid, 38**

**Bønn, 32, 60, 64**

**Den hellige ånd, 26, 54, 66, 68**

**Familie, 4, 7, 50, 72**

**Forsoning, 4, 16, 42**

**Fysisk helse, 16, 37**

**Gjeld, 39**

**Guddommelig natur, 26, 47**

**Jesu Kristus, 12, 16, 42, 73, 75, 76**

**Kall, 13**

**Kjærlighet, 4, 70**

**Kriseberedskap, 36**

**Kristi lære, 26**

**Lydighet, 10, 42**

**Matvarelager, 40**

**Mirakler, 80**

**Mormons bok, 12, 63, 74, 75, 76**

**Omvendelse, 32, 64**

**Pornografi, 63**

**Prestedømsvelsignelser, 16, 80**

**Selvhjulpenhet, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 54**

**Seminar, 64**

**Skriftene, 32**

**Slektshistorie, 50**

**Teknologi, 53**

**Tempelarbeid, 4, 50**

**Tiende, 79**

**Tilstedeværelse i kirken, 50, 66**

**Tjeneste, 13, 54, 70**

**Tro, 16, 38, 42, 60, 80**

**Undervisning, 13, 24**

**Ungdom, 24**

**Venner, 58, 64**

**Verdighet, 63**

**Visdomsordet, 37, 63**

**Vitnesbyrd, 63, 74**



Av president  
Henry B. Eyring

Førsterådgiver i Det  
første presidentskap

# HÅPET OM en evig familie

Av alle de gavene en kjærlig himmelske Fader har gjort tilgjengelig for sine barn, er den største gaven evig liv (se L&p 14:7). Det betyr at de kan få leve sammen i familier i vår himmelske Faders og hans elskede Sønnns nærvær for alltid. Bare i det høyeste av Guds riker, det celestiale, vil kjærlige familieband kunne fortsette.

Alle av oss håper på gleden ved å leve i kjærlige familier. For noen av oss er det en følelse vi ikke har erfart – en følelse vi vet er mulig, men ennå ikke har forstått. Vi har kanskje sett det i andres liv. For andre av oss har kjærligheten til familien blitt mer levende og dyrebare når døden har adskilt oss fra et barn, en mor, en far, en bror, en søster, eller en elsket og verdsett bestemor eller bestefar.

Vi har alle følt håpet om at vi en dag igjen skal kunne føle den sterke hengivenheten til det familiemedlemmet som vi var så glad i, og lengter etter å omfavne igjen.

Vår himmelske Fader kjenner vårt hjerte. Hans hensikt er å gi oss glede (se 2 Nephi 2:25). Derfor ga han sin Sønn som gave til oss, for å muliggjøre gleden ved evige familieband. Fordi Frelseren brøt dødens band, skal vi oppstå. På grunn av at han sonet for våre synder, kan vi, ved vår tro og omvendelse, bli verdige til det celestiale rike, der familier er bundet sammen i kjærlighet for evig.

Frelseren sendte profeten Elijah til Joseph Smith for å gjengi prestedømmets nøkler (se L&p 110). Med disse nøklene kom beseglingskraften, som tilbyr Guds største gave til hans barn – evig liv i familier som er bundet sammen for alltid.

Det er et tilbud som hvert av Guds barn som kommer til verden, kan gjøre krav på. En tredjedel av hans åndebarn forkastet dette tilbudet i foruttlivværelsen. Fordi de manglet tro og gjorde opprør, valgte de å aldri få del i vår himmelske Faders gave som omhandler evige familier.

For de av oss som besto den kritiske prøven i foruttlivværelsen og derved kvalifiserte oss til å motta den gaven som et fysisk legeme er, kan vi fortsatt velge om vi vil ha evig liv. Hvis vi er velsignet ved å finne det gjengitte evangelium, kan vi velge å inngå og holde pakter med Gud som kvalifiserer oss for evig liv. Når vi trofast holder ut, vil Den hellige ånd bekrefte vårt håp, og vi kan vite at vi er på veien mot evig liv, for å leve sammen i familier for bestandig i det celestiale rike.

For noen kan denne evige gleden virke som et svakt eller forsvinnende håp. Foreldre, barn, brødre og søstre, har kanskje tatt valg som tilsynelatende diskvalifiserer dem for evig liv. Du kan til og med lure på om du selv har blitt kvalifisert gjennom Jesu Kristi forsoning.



En Guds profet ga meg en gang et råd som ga meg fred. Jeg var bekymret for at andres valg ville gjøre det umulig for vår familie å være sammen for evig. Han sa: "Du bekymrer deg om feil problem. Du skal bare leve verdig til det celestiale rike, så vil familieordningene bli mer strålende enn du kan forestille deg."

Til alle av dere med personlige erfaringer som, eller hvis ekteskap og barn – eller mangelen på sådanne – kaster skygge over deres håp, gir jeg mitt vitne om at vår himmelske Fader kjenner deg og elsker deg som ett av sine ådebarn. Mens du var sammen med ham og hans elskede Sønn før dette liv, plantet de i ditt hjerte det håpet du har om evig liv. Med kraften fra Jesu Kristi forsoning

i virksomhet, og med Den hellige ånds veiledning, kan du føle nå, og vil føle i den kommende verden, den familietilhørigheten din Fader og hans elskede Sønn så gjerne vil at du skal motta.

Jeg vitner om at når du lever verdig til det celestiale rike, vil det profetiske løftet om at "familieordningene vil bli mer strålende enn du kan forestille deg," bli ditt. ■

#### UNDERVIS FRA DETTE BUDSKAPET

**V**urder å begynne med å fortelle dem som du underviser, om en gang du var takknemlig for håpet om evige familier. Be dem om å grunne på de gangene de har følt takknemlighet for evige familier. Spør dem om

de ønsker å dele det som de føler, med de andre. Du kan så be dem om å tenke på måter de kan forbedre sitt liv på, og leve mer verdig til det celestiale rike slik at det profetiske løftet om at "familieordningene vil bli mer strålende enn du kan forestille deg", kan bli deres.

## Del evig glede

Noe av det beste med evangeliet er kunnskapen om frelsesplanen. Vi har den fantastiske muligheten å kunne være sammen som familie for evig. Denne kunnskapen hjelper oss å ha håp når vi føler oss overveldet av verden. President Eyring sier, "Vår himmelske Fader kjenner vårt hjerte. Hans hensikt er å gi oss glede (se 2 Nephi 2:25). Derfor ga han sin Sønn som gave for at gleden ved familiebånd skulle kunne vare evig ... Det er en gave som hvert av Guds barn som kommer til verden, kan gjøre krav på."

Denne velsignelsen kan anvendes av de av oss som lever akkurat nå og dem som har gått bort – men bare gjennom vår hjelp. Våre forfedre er i åndeverden akkurat nå, og venter på at vi skal forberede navnet deres slik at tempelordinansene kan forrettes på deres vegne. Noen ganger kan det imidlertid være vanskelig å gjøre arbeidet for dem. Vi kan



ha det for travelt, eller vi kan bo så langt unna templet at det er vanskelig å dra dit ofte.

Heldigvis finnes det andre måter vi kan hjelpe våre forfedre på, som å gjøre slektshistorisk arbeid, indeksering, eller sitte barnevakt for våre foreldre mens de drar til templet. Ved å hjelpe, tjener vi Herren og gir håpet om en evig familie til dem som er på den andre siden av sløret.

## Familier er evige

På grunn av Jesu Kristi forsoning og gjengivelsen av prestedømskraft til å besegle familier, kan vi være sammen som familier for bestandig! Hva verdsetter du høyest med din familie? Følg disse instruksjonene for å lage papirlenken og feire familien.

1. Brett et stykke papir dobbelt to ganger slik at det blir en lang remse.
2. Tegn en persons skikkelse med hender som strekker seg ut mot de brettede kantene.
3. Klipp ut skikkelsen. Ikke klipp der hendene berører de brettede kantene.
4. Brett ut papiret. Skriv eller tegn noe du verdsetter ved hvert enkelt familiemedlem.
5. Lim flere remser sammen hvis du har en større familie!





Studer ydmykt dette stoffet, og søk å få vite hva du skal dele med andre. Hvordan vil det å forstå "Familien – en erklæring til verden" styrke din tro på Gud og velsigne dem du våker over som besøkende lærerinne? Du finner mer informasjon på [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org).

## Felles omsorg for familien

"Mann og hustru har et høytidelig ansvar for å elske og ha omsorg for hverandre og for sine barn."<sup>1</sup> "Hjemmet skulle være Guds laboratorium for kjærlighet og tjeneste," sa President Russell M. Nelson, president i De tolv apostlers quorum.

"Vår himmelske Fader ønsker at en ektemann og hans hustru skal være trofaste mot hverandre, og anse og behandle sine barn som en arv fra Herren."<sup>2</sup>

I Mormons bok sa Jakob at noen av grunnene til at lamanittene på et tidspunkt var mer rettferdig enn nepittene, var kjærligheten ektemenn hadde for sin hustru, kjærligheten hustruer hadde for sin ektemann, og kjærligheten begge hadde for sine barn. (se Jakob 3:7).

En av de beste måtene å innby til kjærlighet og harmoni i hjemmet,



er ved å snakke vennlig til våre familie-medlemmer. Å snakke vennlig bringer Den hellige ånd. Søster Linda K. Burton, Hjelpeforeningens øverste president, har bedt oss overveie: "Hvor ofte snakker vi bevisst kjærlige og vennlige ord til hverandre?"<sup>3</sup>

### Flere skriftsteder

Romerne 12:10; Mosiah 4:15; Lære og pakter 25:5

#### NOTER

1. "Familien – En erklæring til verden," *Liahona*, nov. 2010, 129.
2. Russell M. Nelson, "Frelse og opphøvelse," *Liahona*, mai 2008, 8.
3. Linda K. Burton, "Vi vil stige opp sammen," *Liahona*, mai 2015, 31.
4. D.Todd Christofferson, "La oss være menn," *Liahona*, nov. 2006, 46.

tro, familie, hjelp



### Levende historier

Eldste D. Todd Christofferson i De tolv apostlers quorum delte en opplevelse fra barndommen som lærte ham hvor viktig det er med en kjærlig familie. Da han og brødrene hans var unge, gjennomgikk moren en omfattende kreftoperasjon som gjorde det svært smertefullt for henne å bruke høyre arm. I en familie med gutter var det mye som skulle strykes, men mens moren strøk, stoppet hun ofte opp og gikk på soverommet for å gråte inntil smertene gikk over.

Da eldste Christoffersens far fant ut hva som skjedde, lot han i all hemmelighet være å spise lunch i nesten et helt år for å spare nok penger til å kjøpe en maskin som forenklet strykingen. På grunn av kjærligheten til sin hustru, satte han et eksempel på omsorg i familien for guttene. Om dette omsorgsfulle samspillet sa eldste Cristoffersen, "Jeg var ikke klar over fars offer og kjærlighetshandling overfor mor på den tiden, men nå som jeg vet, sier jeg til meg selv, 'Der har du en mann.'"<sup>4</sup>

### Overvei dette

Hvordan kan kjærlighet og omsorg for hverandre innby Ånden til vårt hjem?

# NOTATER FRA KONFERANSEN, APRIL 2016

*“Det jeg, Herren, har talt, har jeg talt... enten ved min egen røst eller ved mine tjeneres røst, det være det samme” (1&p 1:38).*

Når du repeterer generalkonferansen som fant sted i april 2016, kan du bruke disse sidene (og konferansenotater i fremtidige nummer) som veiledning til å studere og anvende de aktuelle læresetningene fra de levende profeter og apostler samt andre av Kirkens ledere.



**DOKTRINÆR KLARGJØRING**

## Tilgivelse for våre synder

“Ordinansene dåp ved nedsenkning, håndspåleggelse for Den hellige ånds gave og nadverden er ikke isolerte og separate foreteelser. De er snarere elementer i et innbyrdes beslektet og forsterkende mønster av forløsende fremgang. Hver påfølgende ordinans løfter og forsterker våre åndelige hensikter, ønsker og prestasjoner. Faderens plan, Frelserens forsoning og evangeliets ordinanser gir den nåde vi trenger for å streve fremover og utvikle oss linje på linje og bud på bud mot vårt evige mål.”

Eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum, “Alltid bevare en forlatelse for deres synder,” *Liahona*, mai 2016, 62.

## ET PROFETISK LØFTE



## Evighet

“Mitt budskap i kveld er et forsøk på å beskrive... hva vi må gjøre for å være en del av planen for lykke som vår himmelske Fader har beredt for oss. Før vi ble født, bodde vi i en familie sammen med vår opphøyde og evige himmelske Fader. Han foreskrev en plan som gjør det mulig for oss å gå videre og utvikle oss og bli ham lik. Han gjorde det av kjærlighet til oss. Formålet med planen var å gi oss privilegiet å leve evig slik vår himmelske Fader lever. Denne frelsesplanen tilbød oss et liv i jordelivet, hvor vi skulle bli prøvet. Vi ble lovet at på grunn av Jesu Kristi forsoning, hvis vi adlød evangeliets lover og prestedømsordinanser, skulle vi få evig liv, den største av alle hans gaver.”

President Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det første presidentskap, “Evige familier,” *Liahona*, mai 2016, 81.

## TREKK PARALLELLER

# Menns guddommelige roller

Flere talere tar noen ganger opp det samme emnet i evangeliet. Her er det tre talere sa om menns guddommelige roller:

- Ektemenn: "Behandle din hustru... slik vår himmelske Fader har behandlet deg." – Henry B. Eyring, "Evide Familier," 83.
- Prestedømsbærere: "Lev opp til [deres] privilegier som bærere av prestedømmet. "I en kommende tid vil *bare* de menn som har tatt sitt prestedømme på alvor, ved *flittig* å søke å bli undervist av Herren selv, være i stand til å velsigne, veilede, beskytte, styrke og helbrede andre." – Russell M. Nelson, "Prisen for prestedømskraft," 67-68.
- Fedre: "Rollen som far er av guddommelig opprinnelse fra og med en Fader i himmelen, og i denne jordiske tilværelse, med far Adam ...  
Farskap krever offer ...  
Å elske sine barns mor – og vise denne kjærligheten – er to av de beste tingene en far kan gjøre for sine barn. Dette bekrefter og styrker det ekteskapet som er grunnlaget for deres familieliv og sikkerhet."  
– D. Todd Christofferson, "Fedre," 94, 95.



"Lydighet er selve livsnerven i troen."

President Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap, "Han vil løfte deg på sine skuldre og bære deg hjem," *Liahona*, mai 2016, 103.

For å lese, se på eller lytte til taler fra generalkonferansen, kan du gå inn på [conference.lds.org](http://conference.lds.org).

## Gode historier fra konferansen

Hva fanger vår oppmerksomhet bedre enn en god historie? Her følger noen av historiene som ble fortalt under konferansen:

- Hva er forbindelsen mellom magnoliatrær i blomst og hvordan kjærlighet gir plass til andre i vårt liv? – Se Neill F. Marriot, "Hva skal vi gjøre?" 10.
- Hvorfor ble eldste Hales igjen etter stavskonferansen for å håndhilse på alle? – Se Robert D. Hales, "Den hellige ånd," 105.
- I en alder av 11 år, var Yvette Buggingo en flyktning, faren hennes var blitt drept og tre av brødrene var savnet. Hvordan endte historien? – Se Linda K. Burton, "Jeg var en fremmed," 13.
- Hva kan disse historiene fra siste-dagers-hellige barn fra ikke-medlemmers hjem inspirere oss til å gjøre? – Se Neil L. Andersen, "Den som mottar dem, mottar meg," 49.

## VI TROR PÅ ETTERLEVELSE AV DE TI BUD

De ti bud kan vi finne i Det gamle testamente (se 2 Mosebok 20:1-17), men siste-dagers-hellige vet at disse budene gjelder for alle tidsaldre, ikke bare i gammeltestamentlig tid. Abinadi underviste om De ti bud i Mormons bok (se Mosiah 12:33-36; 13:13-24, og Herren åpenbarte dem igjen til profeten Joseph Smith for vår tid (se L&p 42:18-29; 59:5-13).

Selv om mange mennesker i dagens samfunn forkaster disse budene, er vår tro at de fortsatt gjelder. President Thomas S. Monson har sagt:

“Adferd som før ble regnet som upassende og umoralsk, blir nå ikke bare tolerert, men også av stadig flere ansett som akseptabel ...

Selv om verden har forandret seg, er Guds lover konstante. De har ikke forandret seg, og de vil ikke forandre seg. De ti bud er nettopp det – bud. De er *ikke* forslag. De er akkurat like nødvendige i dag som de var da Gud ga dem til Israels barn.”<sup>1</sup>

Vi snakker ikke nedsettende om andre fordi de ikke følger budene. Vi ser heller på vårt eget liv og vurderer hvor flinke vi er til å leve etter de

guddommelige instruksjonene vi er blitt gitt.

De ti bud representerer en grunnleggende oppførsel som kan deles inn i to grupper, hvordan vi behandler Gud og hvordan vi behandler hverandre. For å hjelpe oss å ha Gud sentralt i vårt liv, befaler han oss å ikke tilbe andre guder, holde sabbatsdagen hellig, og unngå blasfemi og avgudsdyrkelse. For å hjelpe oss å ha kjærlighet til Guds barn, befaler han oss å hedre våre foreldre, ikke stjele, ikke ta liv, ikke lyve, ikke begjære, og ikke begå hor.

På grunn av stadig åpenbaring fra Gud til hans profeter, har vi lært mer om hva han forventer av oss, men De ti bud er fortsatt et sted å begynne i vår søken etter å bli mer lydige. “Guds bud er en tilkjennegivelse av hans kjærlighet til oss, og lydighet mot hans bud er et uttrykk for vår kjærlighet til ham.”<sup>2</sup> ■

*“Mester! Hvilket bud er det største i loven?”  
Se hva Frelseren svarte i Matteus 22:37-40.*

#### NOTER

1. Thomas S. Monson, “Stå på hellige steder”, *Liahona*, nov. 2011, 83.
2. Carole M. Stephens, “Dersom dere elsker meg, da holder dere mine bud,” *Liahona*, nov. 2015, 120.

### BUDENE ER TIL FOR Å GJØRE OSS LYKKELIGE



“Guds bud er ikke gitt for å frustrere oss eller for å være til hinder for vår lykke. Det stikk motsatte er tilfellet. Han som skapte oss og elsker oss fullkomment, vet akkurat hvordan vi må leve vårt liv for å oppnå størst mulig lykke ...

Vår himmelske Fader elsker oss høyt nok til å si: Du skal ikke lyve, du skal ikke stjele, du skal ikke drive hor, du skal elske din neste som deg selv, og så videre. Vi kjenner budene. Han forstår at når vi holder budene, blir vårt liv lykkeligere, mer givende og mindre komplisert.”

President Thomas S. Monson, “Hold budene,” *Liahona*, nov. 2015, 83.

**Hva er noen eksempler på hvordan du kan etterleve budene idag:**

*"Du skal ikke ha andre guder foruten meg" (2. Mosebok 20:3). Selv om de fleste mennesker idag ikke blir fristet til å tilbe en gullkalv, skulle vi heller ikke tilbe avguder som prestisje eller materielle eiendeler (se 2 Nephi 9:30).*



*"Kom hviledagen i hu, så du holder den hellig" (2. Mosebok 20:8). Å holde sabbatsdagen hellig kan hjelpe oss å holde øyet "ene og alene vendt mot [Guds] ære" (L&p 88:67).*

*"Du skal hedre din far og din mor" (2. Mosebok 20:12). Dette kan omfatte å hedre våre forfedre, våre foreldre og våre himmelske foreldre.*



*"Du skal ikke drive hor" (2. Mosebok 20:14). Å ha rene tanker hjelper oss å holde dette budet (se L&p 42:23).*



*"Du skal ikke begjære" (2. Mosebok 20:17). Begjær leder blandt annet til utilfredshet og sorg.*

# TI GRUNNER TIL AT JEG ELSKER MORMONS BOK

Av David Fullmer

*Som et annet vitne om Jesus Kristus, forklarer denne bemerkelsesverdige boken prinsipper og læresetninger som ikke finnes noe annet sted.*

Jeg elsker Mormons bok. Generelt elsker jeg den for den kraft den har til å bringe sine lesere “nærmere Gud ved å følge dens forskrifter enn ved å følge noen annen bok”. Kanskje det var derfor profeten Joseph Smith kalte den “sluttstenen i vår religion” og “den mest korrekte av alle jordens bøker”.<sup>1</sup>

Men jeg elsker boken av konkrete grunner også. Her er 10 av mange grunner:

Mormons bok ...

1. Ble nedtegnet i én periode av historien til bruk for lesere i en annen tid. Se Mormon 8:16, 34-35.
2. Beskriver tydelig Lucifers metoder for å spre kaos i de siste dager. Se 2 Nephi 28:3-29.
3. Erklærer at menneskelig svakhet er en anledning til å bli gjort sterk, med ydmykhet til å komme til Kristus som forutsetning. Se Ether 12:27.
4. Definerer nestekjærlighet som Kristi rene kjærlighet og en guddommelig gave som vi kan gjøre konkrete tiltak for å oppnå. Se Moroni 7:43-48.

5. Forklarer behovet for en motsetning i alle ting. Se 2 Nephi 2:11-13.
6. Beskriver tydelig under hvilke omstendigheter barmhjertigheten kan tilfredsstille rettferdighetens krav. Se Alma 34:11-30.
7. Forteller om *to* folkegrupper som mottar konkrete instruksjoner om å studere Jesajas ord, og en av disse er oss. Se 2 Nephi 25:4-8; Mormon 8:23.



8. Vitner sammen med Bibelen om Guds forhold til menneskene, som forutsagt av en profeti i Det gamle testamente. Se Esekiel 37:15-20; 2 Nephi 28:29; 29:3-8.
9. Inneholder et løfte om at hvis vi leser og ber angående den, med et oppriktig hjerte og har tro på Kristus, vil Herren åpenbare for oss at den er hans ord. Se Moroni 10:4-5.
10. Lærer oss at Frelserens lidelse ga ham fullkommen medfølelse med våre prøvelser, og evnen til å hjelpe oss når vi strever med dem. Se Alma 7:11-13.

Fremfor alt elsker jeg Mormons bok på grunn av dens klare vitnesbyrd om at Jesus er Kristus. Jeg elsker den for dens løfte om at Herren til slutt vil forløse hele Israels hus når de inngår og holder hellige pakter med ham. Mormons bok er et mirakel i vår tid – en kjærlighetsgave til oss fra Gud selv. ■

*Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.*

#### NOTE

1. Joseph Smith, i innledningen til Mormons bok.

# EN MYE STØRRE GAVE

Av Chris Deaver

*Bror Reynolds ikke bare underviste oss – han var glad i oss.*

Mitt siste år i Primær fikk vi en ny lærer, bror Reynolds. Han hadde grått hår og rynker, og han fortalte historier om depresjonen og da han tjenestegjorde i militæret under andre verdenskrig. Til å begynne med brydde jeg meg ikke om historiene hans – de var kjedelige og skjedde for veldig lenge siden.

En gang oppførte vennene mine og jeg oss dårlig i klassen. Bror Reynolds tok meg til side og snakket direkte til meg. Han ba meg ganske enkelt om å oppføre meg bedre, og fortalte at han bare ønsket det beste for meg. Før dette hadde vennene mine og jeg ikke fulgt noe særlig godt med. Men vi skjønnte snart at det var noe spesielt med bror Reynolds – han brydde seg virkelig om oss, og hans eneste agenda var å vise oss omsorg.

Bror Reynolds delte sitt vitnesbyrd om Frelseren Jesus Kristus hele tiden. Han hadde et lys i øynene sine når han underviste oss om kraften ved å leve et Kristus-sentrert liv. Historiene hans ble virkelige opplevelser som satte igang fantasien og fikk oss til å ønske å tjene Herren.

Jeg husker fremdeles en leksjon da han underviste om profeten Joseph Smith, og hvordan han bar vitnesbyrd om at Joseph en gang var en ung gutt som oss. Med tårer i øynene fortalte han at Herren hadde høye

forventninger til oss, akkurat som han hadde hatt til Joseph. Bror Reynolds sa at hver og en av oss ville utrette store ting i livet vårt, til og med endre verden, hvis vi ville være som Joseph og holde oss nær Frelseren.

Noen få år senere, da vennene mine og jeg gikk på videregående skole, fikk vi høre at bror Reynolds trengte å få beskåret aprikostrærne sine. Vi beskåret gladelig trærne, noe som tok flere timer med klatring i stige og kutting av grener. Det var hardt arbeid, men vi visste at det ville bety mye for bror Reynolds.

Det samme året fikk vi høre at bror Reynolds trengte nye Skrifter. Hans



egne var gamle, med eselører og delvis i stykker. Vi gikk sammen og kjøpte et fint sett, innbundet i skinn, og fikk navnet hans inngravert på forsiden. Vi ga det til ham på menighetens julefest. Jeg kommer aldri til å glemme hvordan ansiktet han glødet, og hvordan øynene glitret av tårer og glede av å se oss gutter gjøre noe som betydde så mye for ham.

Etter at jeg var begynt på universitetet noen år senere, fant jeg ut at bror Reynolds var gått bort. Jeg dro for å besøke hans hustru og familie, og for å uttrykke og dele min respekt og takknemlighet for ham. Da jeg fikk se alle de lykkelige barna og barnebarna han hadde, forsto jeg hvor velsignet jeg hadde vært som kjente denne fantastiske mannen.

“Han var så glad i dere gutter,” sa søster Reynolds gjennom tårene med et smil. “Han var *virkelig* glad i dere.”

I en verden der det er vanskelig å fokusere på de riktige tingene, viste bror Reynolds oss at forholdet til vår himmelske Fader og Hans sønn, er det som betyr mest. Vi beskåret kanskje bror Reynolds trær og ga ham nye Skrifter, men han ga oss en mye større gave, en vedvarende kjærlighet for Frelseren, Jesus Kristus. ■

*Artikkelforfatteren bor i California, USA.*

# NYTT FRA KIRKEN

Gå inn på [news.lds.org](http://news.lds.org) og finn flere kirkerelaterte nyheter og begivenheter.

## Nye områdeledere kalt

Det første presidentskap har kunngjort endringer i områdepresidentskaper med virkning fra 1. august, 2016. Alle medlemmer i områdepresidentskapene er generalautoritet-syttier.

De sytti kalles ved åpenbaring,

under ledelse av Det første presidentskap, til å hjelpe De tolv apostler i deres tjeneste over hele verden.

Under Kristi jordiske virke kalte han De sytti, instruerte dem på lignende vis som De tolv apostler, og sendte dem ut "foran seg" idet han

forklarte at de som hørte deres røst, ville høre hans røst (se Matteus 10:1, 16-17; Lukas 10).

I en åpenbaring gitt til profeten Joseph Smith i 1835 åpenbarte Herren blant annet: "De syttis orden er at de skal ha syv presidenter til å presidere over seg, utavlagt blant De sytti." (se L&P 107:93) ■

### De syttis presidentskap



L. Whitney Clayton

Bistår alle områder



Donald L. Hallstrom

Nord-Amerika nordvest  
Nord-Amerika vest



Richard J. Maynes

Nord-Amerika sydøst



Craig C. Christensen

Utah nord  
Utah Salt Lake City  
Utah syd



Ulisses Soares

Idaho  
Nord-Amerika sentralt



Lynn G. Robbins

Nord-Amerika sydvest



Gerrit W. Gong

Nord-Amerika nordøst

### Afrika sydøst



Stanley G. Ellis

Førsterådgiver



Kevin S. Hamilton

President



S. Mark Palmer

Annenrådgiver

### Afrika vest



Marcus B. Nash

Førsterådgiver



Terence M. Vinson

President



Vern P. Stanfill

Annenrådgiver

### Asia



Chi Hong (Sam) Wong

Førsterådgiver



Randy D. Funk

President

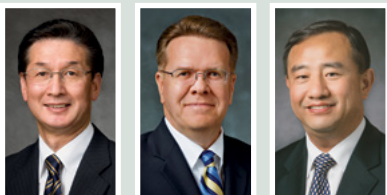


David F. Evans

Annenrådgiver



## Asia nord



Kazuhiro Yamashita  
Førsterådgiver

Scott D. Whiting  
President

Yoon Hwan Choi  
Annenrådgiver

## Brasil

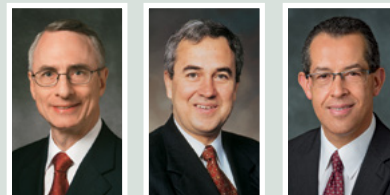


Marcos A. Aidukaitis  
Førsterådgiver

Claudio R. M. Costa  
President

W. Mark Bassett  
Annenrådgiver

## Karibien

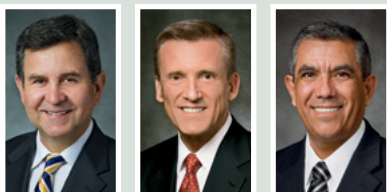


Claudio D. Zivic  
Førsterådgiver

Walter F. González  
President

Hugo E. Martínez  
Annenrådgiver

## Mellom-Amerika

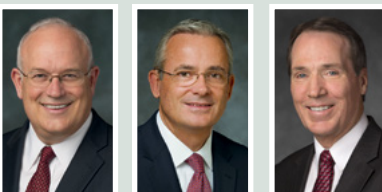


Adrián Ochoa  
Førsterådgiver

Kevin R. Duncan  
President

Jose L. Alonso  
Annenrådgiver

## Europa



Paul V. Johnson  
Førsterådgiver

Patrick Kearon  
President

Gary B. Sabin  
Annenrådgiver

## Europa øst



James B. Martino  
Førsterådgiver

Bruce D. Porter  
President

Larry S. Kacher  
Annenrådgiver

## Mexico



Arnulfo Valenzuela  
Førsterådgiver

Paul B. Pieper  
President

Rafael E. Pino  
Annenrådgiver

## Midtøsten/Afrika nord



Larry R. Lawrence  
Wilford W. Andersen  
Administreres fra Kirkens hovedkvarter

## Stillehavet

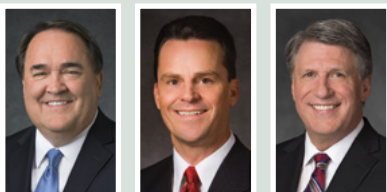


S. Gifford Nielsen  
Førsterådgiver

O. Vincent Haleck  
President

Craig A. Cardon  
Annenrådgiver

## Filippinene

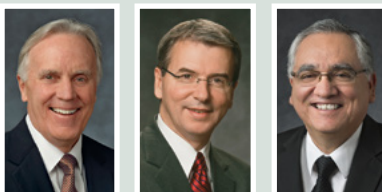


Allen D. Haynie  
Førsterådgiver

Shayne M. Bowen  
President

Evan A. Schmutz  
Annenrådgiver

## Syd-Amerika nordvest



Lawrence E. Corbridge  
Førsterådgiver

Carlos A. Godoy  
President

Hugo Montoya  
Annenrådgiver

## Syd-Amerika syd



Allan F. Packer  
Førsterådgiver

José A. Teixeira  
President

Mark A. Bragg  
Annenrådgiver



DETLI FRA KRISTUS I GETSEMANE AV HARRY ANDERSON



# Å akseptere Herrens vilje og hans timeplan

*Sterk tro på Frelseren innebærer at vi underdanig godtar hans vilje og tidsplan i vårt liv, selv om utfallet ikke er det vi håpet på eller ønsket.*

**E**ldste Neal A. Maxwell (1926-2004) var en avholdt disippel av vår Herre Jesus Kristus. Han var medlem av De tolv apostlers quorum i 23 år, fra 1981 til 2004. Den åndelige kraft i hans undervisning og hans eksempel på trofast disippelskap velsignet og fortsetter å velsigne medlemmer av Frelserens gjenopprettede kirke og verdens innbyggere på fantastisk vis.

I oktober 1997 var søster Bednar og jeg vertskap for eldste og søster Maxwell ved Brigham Young University – Idaho (deretter Ricks College). Eldste Maxwell skulle tale til studenter, ansatte og lærere under en andakt.

Tidligere samme år gjennomgikk eldste Maxwell 46 dager og netter med tærende cellegiftbehandling for blodkreft. Hans rehabilitering og videre behandling gikk bra gjennom våren og sommeren, men eldste Maxwells fysiske styrke og utholdenhet var likevel begrenset da han reiste til Rexburg. Etter å ha møtt eldste og søster Maxwell på flyplassen, kjørte Susan og jeg dem hjem til oss så de kunne få litt hvile og en lett lunsj før andakten.

I løpet av våre samtaler den dagen spurte jeg eldste Maxwell hvilke lærdommer han hadde fått gjennom sin sykdom. Jeg vil alltid huske det nøyaktige og gjennomtrengende svaret han ga. “Dave,” sa han, “jeg har lært at det å ikke vike tilbake er viktigere enn å overleve.”



***Min tro ble styrket da jeg var vitne til at dette ekteparet lot sine sterke og forståelige ønsker om helbredelse bli "oppslukt av Faderens vilje" (Mosiah 15:7).***

Hans svar på spørsmålet mitt var et prinsipp som han hadde fått omfattende personlig erfaring med under sin cellegift-behandling. I januar 1997, da han skulle begynne sin første serie med behandlinger, så eldste Maxwell på sin hustru, tok hennes hånd, tok et dypt åndedrag, og sa, "Jeg vil bare ikke vike tilbake."

I sin tale på generalkonferansen i oktober 1997, sa eldste Maxwell med stor innlevelse: "Når vi møter våre egne ... prøvelser og vanskeligheter, kan vi også be til Faderen, slik Jesus gjorde, om at vi ikke må 'vike tilbake' som betyr å trekke seg eller gi opp (L&p 19:18). Det er mye viktigere å ikke å vike tilbake enn å overleve! Dessuten er det å drikke av den bitre kalk uten å bli bitter, en del av det å følge Jesus."<sup>1</sup>

Disse skriftstedene om Frelserens lidelse da han utførte det uendelige og evige son-offer, ble enda mer intense og meningsfylte for meg:

"For se, jeg, Gud, har lidd dette for alle for at de ikke skulle lide, hvis de ville omvende seg.

Men hvis de ikke vil omvende seg, må de lide likesom jeg.

Hvilken lidelse fikk meg, ja, Gud, den største av alle, til å skjelve av smerte og til å blø fra hver pore og lide, både på legeme og ånd, og ønske at jeg ikke måtte drikke den bitre kalk, og vike tilbake –

Men ære være Faderen, jeg drakk og fullendte mine forberedelser for menneskenes barn." [L&p 19:16-19.]

Frelseren vek ikke tilbake i Getsemane eller på Golgata.

Eldste Maxwell vek heller ikke tilbake. Denne mektige apostelen kjempet standhaftig videre og ble velsignet med mer tid i jordelivet til å vise kjærlighet, stå til tjeneste, undervise og vitne. De siste årene av hans liv var et ettertrykkelig utropstegn bak hans eksempel på hengivent disippelskap både ved hans ord og hans gjerninger.

Jeg tror de fleste av oss sannsynligvis ville forvente at en mann med eldste Maxwells åndelige kapasitet, erfaring og format, vil møte alvorlig sykdom og død med forståelse av Guds plan for lykke, med trygghet og med verdighet. Men jeg vitner om at slike velsignelser ikke bare er forbeholdt generalautoriteter eller noen få utvalgte medlemmer av Kirken.

Siden jeg ble kalt til De tolv's quorum, har mine oppdrag og reiser gjort meg i stand til å bli kjent med trofaste,

fryktløse og tapre siste-dagers-hellige over hele verden. Jeg ønsker å fortelle dere om en ung mann og en ung kvinne som har velsignet meg, og som jeg har lært viktige åndelige lærdommer sammen med om ikke å vike tilbake og å la vår egen vilje bli "oppslukket av Faderens vilje" (Mosiah 15:7).

Beretningen er sann, og personene er virkelige. Jeg vil imidlertid ikke bruke navnene på personene det gjelder. Jeg bruker også med tillatelse utvalgte uttalelser fra deres personlige dagbøker.

### **"La ikke min vilje skje, bare din"**

John er en verdig prestedømsbærer og virket trofast som heltidsmisjonær. Da han kom hjem fra sin misjon, gikk han på stevnemøter og giftet seg med en rettskaffen og flott ung kvinne, Heather. John var 23 og Heather var 20 den dagen de ble besejlet for tid og all evighet i Herrens hus.

Omtrent tre uker etter deres tempelvielse fikk John diagnosen benkreft. Da kreftknuter også ble oppdaget i lungene, var ikke prognosen god.

John skrev i dagboken: "Dette var den mest skremmende dag i mitt liv. Ikke bare fordi jeg fikk vite at jeg hadde kreft, men også fordi jeg var nygift og følte at jeg hadde sviktet som ektemann. Jeg var vår nye families forsørger og beskytter, og nå – etter tre uker i denne rollen følte jeg at jeg hadde sviktet."

Heather skrev: "Dette var rystende nyheter, og jeg husker hvor mye det forandret vårt syn på livet. Jeg satt på et venterom på sykehuset og skrev bryllupstakkekort mens vi ventet på resultatene av Johns prøver. Men etter å ha fått vite om Johns kreft, syntes ikke leirkrukker og kokekar å være så viktige lenger. Dette var den verste dagen i mitt liv, men jeg husker at jeg la meg den kvelden med takknemlighet for vår tempelbesegling. Selv om legene hadde gitt John bare 30 prosent sjanse til å overleve, visste jeg at

hvis vi var trofaste, hadde jeg 100 prosent sjanse til å være sammen med ham for evig."

Omtrent en måned senere begynte John med cellegiftbehandling. Han beskrev denne opplevelsen: "Behandlingene gjorde meg sykere enn jeg noen gang hadde vært. Jeg mistet håret, gikk ned 19 kg, og kroppen min følte som om den gikk i oppløsning. Cellegiftbehandlingen påvirket meg også følelsesmessig, psykisk og åndelig. Livet var en berg-og-dalbane i månedene med cellegiftbehandling, med oppturer, nedturer og alt imellom. Men gjennom det hele bevarte Heather og jeg troen på at Gud ville helbrede meg. Vi bare visste det."

Heather skrev ned sine tanker og følelser: "Jeg orket ikke tanken på å la John tilbringe natten alene på sykehuset, så jeg sov hver natt på den lille sofaen på rommet hans. Mange venner og familiemedlemmer kom på besøk i løpet av dagen, men nettene var vanskelige. Jeg stirret i taket og lurte på hva vår himmelske Fader hadde planlagt

for oss. Noen ganger kom de mørke tankene, og min frykt for å miste John fikk nesten overhånd med meg. Men jeg visste at disse tankene ikke kom fra vår himmelske Fader. Mine bønner om trøst ble hyppigere, og Herren ga meg styrke til å holde det gående."

Tre måneder senere gjennomgikk John et kirurgisk inngrep for å fjerne en stor svulst i benet. To dager etter operasjonen besøkte jeg John og Heather på sykehuset. Vi snakket om den første gangen jeg møtte John på misjonsmarken, om ekteskapet deres, om kreften og om de evig viktige lærdommene vi får gjennom jordelivets prøvelser. Da vi avsluttet vår tid sammen, spurte John om jeg ville gi ham en prestedømsvelsignelse. Jeg svarte at jeg gjerne ville gi ham en velsignelse, men at jeg først måtte stille noen spørsmål.

Jeg stilte så spørsmål jeg ikke hadde planlagt å stille og aldri tidligere hadde tenkt over: "John, har du tro til å bli helbredet? Hvis det er vår himmelske Faders vilje at du blir

***En av jordelivets største velsignelser er å ikke vike tilbake og å la vår egen vilje bli "oppslukket av Faderens vilje."***



***Mitt hjerte svulmet av takknemlighet og beundring da jeg så dette unge paret møte den mest krevende av alle åndelige kamper med ydmyk underkastelse av sin egen vilje til fordel for Guds vilje.***

overført til åndeverdenen ved døden i din ungdom for å fortsette din tjeneste, har du tro til å underkaste deg hans vilje og ikke bli helbredet?”

Det hendte ofte i Skriftene at Frelseren eller hans tjenere utøvde den åndelige gave helbredelse (se 1 Korinterbrev 12:9; L&p 35:9; 46:20) og oppfattet at en person hadde tro til å bli helbredet (se Apg 14:9; 3 Nephi 17:8; L&p 46:19). Men etter hvert som John og Heather og jeg snakket sammen og kjempet med disse spørsmålene, forsto vi i økende grad at hvis Guds vilje var at denne gode unge mannen skulle bli helbredet, kunne denne velsignelsen bare mottas hvis dette tapre paret først hadde tro til ikke å bli helbredet. Med andre ord måtte John og Heather, ved hjelp av vår Herre Jesu Kristi forsoning, overvinne “det naturlige menneskets” (Mosiah 3:19) tendens i oss alle til utålmodig å kreve og insistere uavlatelig på de velsignelsene vi ønsker og tror vi fortjener.

Vi så et prinsipp som gjelder for enhver hengiven disippel: Sterk tro på Frelseren innebærer at vi underdanig godtar hans vilje og tidsplan i vårt liv selv om utfallet ikke er det vi håpet på eller ønsket. Naturligvis ville John og Heather ønske, lengte etter og be om helbredelse av all makt, sinn og styrke. Men viktigere var det å være “villige til å bøye oss for alt som Herren finner gavnlig å pålegge oss, likesom et barn bøyer seg for sin far” (Mosiah 3:19). De ville være villige til å “ofre hele [sin] sjel som et offer til ham” (Omni 1:26) og ydmykt be: “Far, om du vil, så la denne kalk gå meg forbi! Men la ikke min vilje skje, bare din” (Lukas 22:42).

Det som i utgangspunktet syntes for John, Heather og meg å være forvirrende spørsmål, ble en del av et gjennomgripende mønster av evangeliets paradokser. Herren har sagt: “Den som finner sitt liv, skal miste det. Men den som mister sitt liv for min skyld, skal finne

det” (Matteus 10:39). Han erklærte også: “Men mange som er de første, skal bli de siste, og de siste de første” (Matteus 19:30). Og Herren ga sine disipler i de siste dager denne rettleiding: “Ved ditt ord skal mange høyreiste bli ydmyket, og ved ditt ord skal mange ringe bli opphøyet” (L&P 112:8). Dermed syntes det å ha tro til ikke å bli helbredet, å passe inn i et mektig mønster av gjennomtrengende paradokser som krever at vi spør, søker og banker på for å få kunnskap og forståelse (se 3 Nephi 14:7).

Etter å ha tatt den nødvendige tid til å tenke over mine spørsmål og snakke med sin hustru, sa John: “Eldste Bednar, jeg ønsker ikke å dø. Jeg ønsker ikke å forlate Heather. Men hvis Herrens vilje er å overføre meg til ånderverdenen, så er det vel greit for meg.”

Mitt hjerte svulmet av takknemlighet og beundring da jeg så dette unge paret møte den mest krevende av alle åndelige kamper med ydmyk underkastelse av sin egen vilje til fordel for Guds vilje. Min tro ble styrket da jeg så dette paret la sitt sterke og forståelige ønske om helbredelse bli “oppslukt i Faderens vilje” (Mosiah 15:7).

John beskrev sin reaksjon på vår samtale og den velsignelsen han fikk: “Eldste Bednar delte med oss eldste Maxwells oppfatning av at det er bedre ikke å vike tilbake enn å overleve. Eldste Bednar spurte så: ‘Jeg vet at dere har tro til å bli helbredet, men har dere tro til ikke å bli helbredet?’ Dette var en fremmed tanke for meg. I bunn og grunn spurte han om jeg hadde tro til å akseptere Guds vilje hvis hans vilje var at jeg ikke skulle bli helbredet. Hvis tiden nærmet seg for meg til å tre inn i ånderverdenen gjennom døden, var jeg rede til å underkaste meg og godta det?”

John fortsatte: “Å ha tro til ikke å bli helbredet virket fornuftsstridig, men dette perspektivet forandret min og min hustrus tankegang og lot oss fullt og helt sette vår lit til Faderens plan for oss. Vi lærte at vi måtte utvikle tro på at Herren har kontrollen uansett utfall, og at han vil lede oss fra der vi

er, til dit vi trenger å komme. Mens vi ba, endret våre bønner seg fra ‘Vær så snill å gjøre meg frisk’ til ‘Vær så snill å gi meg tro til å godta det utfallet du har planlagt for meg.’

Jeg var sikker på at siden eldste Bednar var apostel, ville han velsigne kroppens bestanddeler så de omstilte seg, og jeg ville hoppe opp av sengen og begynne å danse eller gjøre noe lignende! Men da han velsignet meg den dagen, ble jeg forundret over at ordene han uttalte, var nesten identiske med dem som min far, min svigerfar og min misjonspresident hadde uttalt. Jeg innså at til syvende og sist spiller det ingen rolle hvem sine hender som legges på mitt hode. Guds kraft forandrer seg ikke, og hans vilje blir gjort kjent for hver av oss og gjennom hans bemyndigede tjenere.”

Heather skrev: “Denne dagen var fylt med blandede følelser for meg. Jeg var overbevist om at eldste Bednar ville legge hendene på Johns hode og fullstendig helbrede ham for kreften. Jeg visste at han kunne bli helbredet ved prestedømmets kraft, og jeg ønsket så inderlig at det skulle skje. Etter at han lærte oss om tro til ikke å bli helbredet, var jeg livredd. Inntil da hadde jeg aldri avfunnet meg med det faktum at Herrens plan kunne innebære å miste min nye mann. Min tro var avhengig av resultatene jeg ønsket. På en måte var den endimensjonal. Selv om den var skremmende i starten, frigjorde til slutt tanken på å ha tro til ikke å bli helbredet, meg fra mine bekymringer. Den lot meg ha full tillit til at min himmelske Fader kjente meg bedre enn jeg kjente meg selv, og han ville gjøre det som var best for meg og John.”

En velsignelse ble gitt, og ukene, månedene og årene gikk. John ble på mirakuløst vis bedre. Han var i stand til å fullføre sine universitetsstudier og fikk lønnet arbeid. John og Heather fortsatte å styrke sitt forhold og å nyte livet sammen.

En tid senere fikk jeg brev fra John og Heather, hvor de informerte meg om at kreften hadde kommet tilbake.

***Selv om vi har sterk tro, vil mange fjell ikke bli flyttet. Og ikke alle de syke og svakelige vil bli helbredet.***

Cellegiftbehandlingen ble gjenopptatt og en operasjon planlagt. John forklarte: "Ikke bare kom denne nyheten som en skuffelse for Heather og meg, men vi ble forvirret. Var det noe vi ikke hadde lært første gang? Forventet Herren noe mer av oss?"

Så jeg begynte å be om en forklaring og om at Herren måtte hjelpe meg å forstå hvorfor jeg hadde fått kreften tilbake. En dag da jeg leste i Det nye testamente, fikk jeg mitt svar. Jeg leste beretningen om Kristus og hans apostler ute på sjøen da det blåste opp til uvær. I frykt for at båten ville kantre gikk disiplene til Frelseren og spurte: 'Mester, bryr du deg ikke om at vi går under?' Dette er akkurat hva jeg følte! Bryr du deg ikke om at jeg har kreft? Bryr du deg ikke om at vi ønsker å få barn? Men da jeg leste videre i historien, fant jeg svaret mitt. Herren så på dem og sa: 'Dere lite troende,' og han rakte ut hånden og roet vannet.

I det øyeblikket måtte jeg spørre meg selv: 'Tror jeg virkelig på dette? Tror jeg virkelig at han roet vannet den dagen? Eller er det bare en fin historie å lese om?' Svaret er: Jeg tror, og fordi jeg vet at han roet vannet, visste jeg umiddelbart at han kunne helbrede meg. Så langt hadde jeg hatt vanskelig for å forene behovet for min tro på Kristus med det uunngåelige i hans vilje. Jeg så dem som to adskilte ting, og noen ganger følte jeg at det ene sto i strid med det andre. 'Hvorfor skulle jeg ha tro hvis hans vilje til slutt er det som vil gjelde?' spurte jeg. Etter denne opplevelsen, visste jeg at det å ha tro, i det minste i mitt tilfelle, ikke nødvendigvis var å vite at han *ville* helbrede meg, men at han *kunne* helbrede meg. Jeg måtte tro at han kunne, og om det så skjedde, var opp til ham.

Da jeg lot disse to tankene sameksistere i mitt liv, konsentrerte min tro om Jesus Kristus og fullstendig underkastet meg hans vilje, fant jeg større lindring og fred. Det har vært så bemerkelsesverdig å se Herrens hånd i vårt liv.

Ting har falt på plass, mirakler har hendt, og vi blir stadig ydmyke når vi ser Guds plan for oss utfolde seg."

Rettferdighet og tro er helt klart medvirkende til å flytte fjell, hvis det å flytte fjell utretter Guds hensikter og er i samsvar med hans vilje. Rettferdighet og tro er helt klart medvirkende til å helbrede de syke, døve eller halte dersom helbredelse utretter Guds hensikter og er i samsvar med hans vilje. Med andre ord vil mange fjell ikke bli flyttet, selv om man har sterk tro. Og ikke alle de syke og svakelige vil bli helbredet. Hvis enhver motgang ble innskrenket, hvis alle sykdommer ble fjernet, ville de viktigste hensiktene med Faderens plan bli forpurret.

Mange av de lærdommer vi skal oppnå i jordelivet, kan bare mottas gjennom de tingene vi opplever og noen ganger lider. Og Gud forventer og stoler på at vi møter midlertidig jordisk motgang med hans hjelp, slik at vi kan lære det vi trenger å lære, og til slutt bli det vi skal bli i evigheten.

***Gud forventer og stoler på at vi møter midlertidig jordisk motgang med hans hjelp, slik at vi kan lære det vi trenger å lære og til slutt bli det vi skal bli i evigheten.***

### **Alle tings betydning**

Denne historien om John og Heather er både alminnelig og ualminnelig. Dette unge paret er representativt for millioner av troende, paktsoverholdende siste-dagers-hellige over hele verden som trenger seg frem langs den snevre og smale sti med standhaftig tro på Kristus og et fullkomment, klart håp (se 2 Nephi 31:19-20). John og Heather hadde ikke spesielt synlige lederstillinger i Kirken, de var ikke i slekt med generalautoriteter, og noen ganger opplevde de tvil og frykt. I mange av disse aspektene er historien deres ganske vanlig.

Men, brødre og søstre, denne unge mannen og unge kvinnen ble velsignet på eiendommelig vis med å lære viktige lærdommer for evigheten gjennom lidelse og motgang. Jeg har fortalt dere dette fordi John og Heather, som er akkurat lik så mange av dere, lærte å forstå at det er viktigere ikke å vike tilbake enn å overleve. Dermed handlet





ikke deres erfaring først og fremst om å leve og dø, men snarere om å lære, leve og bli.

For mange av dere er, har eller kunne dette parets historie vært deres historie. Dere møter, har møtt eller vil møte tilsvarende utfordringer i deres liv med det samme mot og åndelige perspektiv som John og Heather viste. Jeg vet ikke hvorfor noen mennesker lærer evighetens lærdommer gjennom prøvelser og lidelse, mens andre lærer lignende lærdommer gjennom redning og helbredelse. Jeg vet ikke alle årsakene, alle hensiktene, og jeg vet ikke alt om Herrens tidsplan. I likhet med Nephi kan dere og jeg si at vi "forstår ikke hva alle ting betyr" (1 Nephi 11:17).

Men visse ting vet jeg med sikkerhet. Jeg vet at vi er en kjærlig himmelsk Faders åndesønner og -døtre. Jeg vet at den evige Fader er opphavsmannen til planen for lykke. Jeg vet at Jesus Kristus er vår Frelser og Forløser.

Jeg vet at Jesus gjorde Faderens plan mulig ved sin altomfattende og evige forsoning. Jeg vet at Herren, som ble "knust, brutt og opprevet for oss,"<sup>2</sup> kan hjelpe og styrke "sitt folk i forhold til deres skrøpeligheter" (Alma 7:12). Og jeg vet at en av jordelivets største velsignelser er å ikke vike tilbake, og å la vår egen vilje bli "oppslukt av Faderens vilje" (Mosiah 15:7).

Selv om jeg ikke vet alt om hvordan og når og hvor og hvorfor disse velsignelsene kommer, vet jeg, og jeg vitner om at de er virkelige. Og jeg vet at når dere strever fremover i livet med standhaftig tro på Kristus, vil dere bli velsignet med evnen til å ikke vike tilbake. ■

*Fra en Kirkens skoleverks andakt, "At vi ikke må... vike," holdt på University of Texas i Arlington 3. mars, 2013.*

#### NOTER

1. Neal A. Maxwell, "Anvend Kristi forsonende blod," *Lys over Norge*, jan. 1998, 23.
2. "Jesus fra Nasaret," *Salmer*, nr. 107.

***Mange av de lærdommer vi skal oppnå i jordelivet, kan bare mottas gjennom de tingene vi opplever, og noen ganger lider.***



Av **Brian K. Ashton**  
 Annenrådgiver i Søndagsskolens øverste presidentskap

# FORBERED UNGDOM TIL Å undervise

Ungdom trenger å undervise. Herren gjorde dette klart da han listet opp prestens plikter:

“En prests plikt er å *forkynne, undervise, forklare, formane og døpe, og forrette* nadverden.” (L&p 20:46; uthevelse tilføyd).

Bare noen få vers senere utvider Herren plikten til å undervise og forklare til å gjelde for lærere og diakoner (se L&p 58-59). Sannheten er at alle våre unge menn og unge kvinner trenger muligheter for å undervise av og til.

## Fordelene ved at ungdom underviser andre ungdommer.

Jesus Kristus var mesterlæreren. Å undervise hjelper de unge å følge Frelserens eksempel og bli ham lik. Undervisning forbereder dem også til å bli misjonærer, foreldre og ledere i Kirken. Når de unge underviser, må de studere evangeliet og etterleve det. De må også ha Ånden for å kunne undervise (se L&p 42:14). Som et resultat av dette vil unge lærere vanligvis lære mer og få et sterkere vitnesbyrd om emnet enn klassens medlemmer.

I tillegg vil ungdom som underviser, få selvtillit, lære undervisningsferdigheter, og begynne å forstå at de ikke vet alt. Ungdom som har hatt mulighet til å være lærere, forstår også hvordan de kan være bedre elever og klassemedlemmer.

Som om ikke det er nok, blir de unge som blir undervist, også velsignet. Ungdom lytter ofte bedre og deltar mer når en av kameratene underviser. Vennskap blir styrket når ungdom diskuterer emner i evangeliet med Ånden tilstede.

Og ungdom er ofte bedre i stand til å hjelpe andre med å arbeide seg gjennom felles problemer.

## Hvordan kan voksne ledere hjelpe ungdom å lykkes?

Når ungdommer underviser, er voksne ledere ansvarlig for å sørge for en passende oppfølging og en åndelig atmosfære.

Voksne lærere må følge Ånden når de inviterer ungdom til å undervise.<sup>1</sup> Noen unge er ikke rede til å undervise, og ledere må være forsiktige slik at de unge ikke føler seg utilpass. Andre unge kan kanskje være rede til å undervise en del av en leksjon, mens andre kan klare en hel. Mens ungdommer vanligvis skulle delta i undervisningen av én del av de fleste leksjoner, skulle de ikke undervise hver leksjon. I små klasser må ledere påse at de unge ikke blir bedt om å undervise for ofte. Noen leksjoner, særlig de med vanskelige emner, undervises best av voksne. Ungdommer trenger dessuten å se voksne lederes eksempel på å undervise riktige prinsipper.

Voksne ledere eller foreldre skulle arbeide en-til-en med de unge for å hjelpe dem å forberede leksjoner. Denne hjelpen innebærer å be de unge om å lese leksjonen minst en uke på forhånd,<sup>2</sup> foreslå at de ber for å få vite hva vår himmelske Fader ønsker at de skal undervise, utarbeide en leksjonsplan, og øve på å undervise leksjonen sammen. Etter hvert som de unge mottar inspirasjon i forberedelsesprosessen, kan lederne hjelpe dem



*Ungdom trenger å undervise, og med litt hjelp kan de undervise godt.*

min 13 år gamle sønn, Jacob, om han kunne hjelpe meg å undervise. Vi lagde en leksjonsplan sammen. Jacob tok første del av leksjonen, han viste en kort film, delte skriftsteder med dem som var knyttet til emnet, og stilte tankevekkende spørsmål. Jacob

å gjenkjenne denne inspirasjonen som det den er.

Voksne leder kan hjelpe unge lærere å finne spørsmål som vil gi diskusjon, be om veiledning fra Den hellige ånd, og hjelpe de unge å finne sannheter på egenhånd. Ledere kan også hjelpe de unge å lære og være stille etter å ha stilt et spørsmål, for å gi klassens medlemmer tid til å motta inspirasjon.

Gjennom leksjonen kan voksne ledere dele personlige erfaringer og vitnesbyrd som hjelper de unge å forstå at de ikke er alene med sine utfordringer, og gi dem håp til å komme seg gjennom dem. Ungdom trenger den visdom og erfaring som voksne ledere kan tilby. Ledere skulle også forklare læresetninger når det er nødvendig.

Voksne ledere skulle ikke ta over leksjonen, selv om de ser at den unge læreren synes det går tungt. Ledere kan imidlertid være forberedt på å gi ekstra støtte ved å studere leksjonsmateriellet på forhånd, og be om hvordan de best kan hjelpe den unge læreren.

### **Ungdom kan undervise, og undervise godt**

Jeg ble nettopp spurt om å vikariere i søndagsskoleklassen for 12- og 13- åringer i menigheten min. Jeg spurte

spurte også klassens medlemmer hva de følte, og hjalp dem å gjenkjenne Den hellige ånd.

Under den andre halvdel av klasseperioden, fikk jeg elevene til å undervise hverandre om Det første syn. Deretter ba vi dem undervise om Det første syn på familiens hjemmeaften. Etter klassen sendte vi en e-post til foreldrene for å informere dem om dette.

Da jeg spurte Jacob om hva han følte for leksjonen, sa han, "Den var veldig bra. Jeg vet at Ånden var til stede, for jeg trodde ikke at klassekameratene mine kunne svare på spørsmålene våre, men det kunne de."

Ungdom trenger å undervise, og du kan hjelpe dem å lykkes. Når de gjør det, vil vitnesbyrdet deres vokse, og de vil bli bedre forberedt til å bli misjonærer, foreldre og ledere i Kirken. Viktigst av alt er at de vil bli mer lik Frelseren. ■

*Se den nye håndboken, Undervisning på Frelserens måte, på [undervisning.lds.org/nor](http://undervisning.lds.org/nor) for flere ideer om forbedring av undervisningen.*

#### **NOTER**

1. Quorumspremier i Det aronske prestedømme rådfører seg med sine voksne ledere når de avgjør hvilke ungdommer som skal undervise kommende leksjoner (se *Håndbok 2: Kirkens administrasjon* [2010], 8.3.2).
2. Fordi åpenbaring kommer "linje på linje, og bud på bud" (2 Nephi 28:30), gir det å lese leksjonen minst en uke i forveien lærere tid til å motta inspirasjon.

JEG ØNSKER Å  
UTTRYKKE FRA  
EGEN ERFARING  
AT LIVET MITT ER  
RIKT OG EDELT  
OG UENDELIG  
MYE BEDRE  
SOM KVINNE  
PÅ GRUNN AV  
JESU KRISTI  
EVANGELIUM.

# Å være kvinne

## ET EVIG PERSPEKTIV

**Av Sharon Eubank**

Leder av Kirkens veldedighetstjeneste

**F**or mange år siden, da min venn og hennes mann ga leder- skapsopplæring ute på landsbygden i Ghana, kom en kvinne frem til henne etterpå og sa, veldig følelsesladet, "Dette er en kirke for kvinner." Min venn spurte kvinnen hva hun mente. Hun sa, "Vi har den fantastiske Hjelpeforeningen, som underviser oss om åndelige og timelige ting som velsigner vår familie og oss. Samtidig befinner din ektemann seg i naborommet og underviser våre ekte- menn om at de må behandle sin hustru og sine barn med vennlighet og omsorg. Vi har templet, så de av mine barn som er døde, vil være mine for bestandig. Alt jeg vil ha, finner jeg i denne kirken. Dette er en kirke for kvinner."

Er dette en kirke for kvinner? Med noen få fargerike unntak, har min personlige erfaring vært at jeg har blitt svært selvstendig og myn- diggjort. Istedenfor å besvare dette spørsmålet for dere, vil jeg fortelle hva jeg har sett rundt om i verden. Jeg er ikke en lærd, en akademiker eller en talsperson for kirken. Men jeg ønsker å uttrykke fra egen erfa- ring at livet mitt er rikt og edelt og uendelig mye bedre som kvinne, på grunn av evangeliet og Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige.

Kirkens lære om kvinners rolle i familien, Kirken, samfunnet, nasjonen, og templet og hvordan menn og kvinner arbeider sammen er langt fra begrensende og konservativt, det er den mest ydmyke, kraftfulle, opplyste og vitale lære jeg noen gang har hørt uttrykt. Jeg forteller mine søstre at det du trenger som kvinne, som en kristen, som en intellektuell, som en evig person, finnes her i Jesu Kristi lære og i utøvelsen av denne læren i Kirken.



“MANGE GODE  
KVINNER I VERDEN...  
VIL TREKKES MOT KIR-  
KEN I STORE SKARER...  
DETTE VIL SKJE I DEN  
GRAD KIRKENS KVIN-  
NER – PÅ EN POSITIV  
MÅTE... BLIR SETT PÅ  
SOM ANNERLEDES OG  
FORSKJELLIGE FRA  
ALLE ANDRE KVINNER  
I VERDEN.”

**PRESIDENT  
SPENCER W. KIMBALL**



### Den lære som kommer fra Gud, holder menn og kvinner like ansvarlig.

Jesu Kristi evangelium gjelder for både menn og kvinner, og den lære som kommer fra Gud, holder begge like ansvarlig, uten noen dobbeltstandard. Gud aksepterer ikke pornografi, hor, forsømmelse, forskjellsbehandling eller undertrykking, uavhengig av vårt kjønn.

Denne læren gir oss også kunnskap om hvor vi kom fra, hvorfor vi er her, og hvor vi går hen. Den gir oss vår forståelse av vårt kjønn som kvinner og menn så vel som våre roller som sønner og døtre, søstre og brødre, hustruer og ektemenn, og mødre og fedre.<sup>1</sup>

Eldste D. Todd Christofferson i De tolv apostlers quorum har sagt: “Profeter har åpenbart at vi først eksisterte som intelligenser, og at vi ble gitt form, eller åndelegemer, av Gud, og slik ble vi hans åndebarne – sønner og døtre av himmelske foreldre.”<sup>2</sup> Intelligens har alltid eksistert (se L&p 93:29).

Jeg er en *kvinne*. Med kjønn kom spesielle egenskaper og ansvarsoppgaver.

Jeg er en *datter*. Denne rollen definerer hvem jeg er i mitt forhold til Gud. Jeg har himmelske foreldre, og har rett, som en datter, til å kommunisere med min himmelske Fader gjennom bønn, og til å motta åpenbaring gjennom Den hellige ånd.<sup>3</sup>

Jeg er en *søster*. Denne rollen betyr at jeg er en kristen, et medlem av Kirken, en søster i evangeliet, en disippel, og at jeg har inngått pakter om at jeg vil ofre, innvie, yte tjeneste og lede.

Jeg får kanskje også muligheten å bli en *hustru* – om ikke i dette liv, så helt sikkert i det neste. Denne rollen viser hvem jeg er i forholdet til en likeverdig partner, en ektemann. Fordi vi ikke er like – siden ingen har den samme kombinasjon av gaver og trekk som jeg har eller han har – bruker vi våre egenskaper til å utfylle hverandre og forsøke å bli ett. Ordet *besegling* er en utmerket beskrivelse på det evige forenede potensial til et ekteskap opprettet ved presedømsmyndighet i et tempel.

Roller som *mor* er den jeg er i forhold til mine etterkommere. Uansett om jeg faktisk får denne rollen i denne korte tiden på jorden eller etterpå, er løftet om en evig familie gitt til dem hvis ekteskap er beseglet i tempel og ved Løftets hellige ånd (se L&p 132:19).

Vår lære er unik her på jorden, og den er en del av gjenopprettelsen av Jesu Kristi evangelium. Tenk på hva det betyr å forstå og tro på denne læren. Det gir meg et evig perspektiv på alt jeg gjør.

### Vi praktiserer Guds lære i Kirken

Jeg tror at å være et medlem av Kirken gjør meg til en del av det beste utviklingsprogram som noensinne har vært laget. En bred læreplan av personlig utvikling, myndiggjørelse, og lederskap for kvinner gjennomføres ganske enkelt ved å gjøre det alle medlemmer gjør: lederskap, tale i forsamlinger, ta avgjørelser, overbevisende diskusjoner, budsjettering, innflytelse, tjeneste i lokalsamfunnet, leseferdigheter, forskning, ressursutvikling, hagebruk, matlagring, familiens helse, det bare fortsetter og fortsetter.



Jeg tror at misforståelser knyttet til kvinners roller oppstår når det ikke er samsvar med læren og utøvelse av læren. Vi kan imidlertid, gjennom fortsatt åpenbaring fra Gud til hans profeter og til oss gjennom Den hellige ånd, fortsette å gjenkjenne og eliminere de fleste misforståelser som kommer til overflaten.

Apostler og profeter vil for eksempel fortsette å bringe klarhet i ting vi alltid har trodd på:

- Eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum sa, "Når menn og kvinner drar til templet, blir begge begavet med den samme kraft, som er prestedømmets kraft."<sup>4</sup>
- Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum konstaterte, "Vi er ikke vant til å snakke om at kvinner har prestedømmets myndighet i sine kall i Kirken, men hvilken annen myndighet kan det være?"<sup>5</sup>
- President James E. Faust (1920-2007), annenrådgiver i Det første presidentskap, sa: "Hver far og mor er henholdsvis patriark og matriark i sin familie, som jevnbyrdige i sine karakteristiske foreldreroller."<sup>6</sup>

## 1. Ha det store bildet i tankene

Kan jeg komme med tre forslag som vil hjelpe oss i vår etterlevelse av læren? Mitt første forslag er å ha det store bildet som kommer fra Jesu Kristi lære i tankene.

For en tid tilbake, da jeg var leder av Kirkens veldedighetstjeneste, satt jeg i et møte da jeg fikk et hastespørsmål som omfattet kristne flyktninger som var fordrevet fra Irak og inn i Kurdistan av styrker fra Islamsk Stat. Den anglikanske presten i Bagdad hadde 5 000 mennesker som sloss

om plassen utenfor kirken hans, og de hadde ikke mat å spise. Det siste-dagers-hellige misjonærekteparet som drev humanitærarbeidet, spurte om krisemidler for å kjøpe ris, bønner, olje og tepper, og vi responderte umiddelbart slik at de kunne få middag samme kveld.

På grunn av arbeidet mitt, er dette ting jeg har foran meg hver dag. Ved å bli tvunget til å se det store bildet så ofte, spør jeg meg selv, hva vil være best bruk av min energi? Når vi ser etter svar, la oss lete i evangeliets læresetninger. "Å se forbi målet" (Jacob 4:14) eller å bli opptatt med et spørsmål eller en praksis, tar ofte vårt fokus og vår tid bort fra etterlevelse av evangeliet.

Bonnie L. Oscarson, Unge kvinners øverste president, talte om å være forankret i evangeliet når vi søker svar: "Vi kan velge om vi vil holde fast på det vi allerede har følt, eller ikke. Det finnes ikke svar på alt, men vi kan velge om vi vil holde oss til det vi har følt fra Den hellige ånd. La oss arbeide for å gjøre ting bedre, men bevare vår tro underveis."<sup>7</sup>

Vår utøvelse vil fortsette å forandre seg i Kirken etter hvert som vi lærer å anvende læren bedre og mer fullkomment. Jeg håper neste generasjon vil bli mer rettferdig og ensartet i sin etterlevelse av evangeliet. Jeg tror også at de store grunnleggende stenene er på plass og er nok til å gi næring til vår tro og vårt vitnesbyrd.

## 2. Vær trofast når du møter motsetninger

Motsetninger er ikke nødvendigvis en dårlig ting. Jeg tror at motsetninger også kan gjøre oss sterkere. Da jeg besøkte Huntington Botanical Gardens i San Marino, California, la jeg merke til store vindmøller i utstillingen som simulerte de konstante passatvindene som gjør tropiske trær sterke slik at de kan motstå mulige orkaner. Herren sender, eller tillater, daglig "passatvinder" i form av problemer og motstand for å styrke røttene våre og gjøre oss mer fleksibel. Slike utfordringer er faktisk en gave.

De følgende to episoder fra Kirkens historie gir oss perspektiv på motsetninger:

DEN HELLIGE ÅND  
BLIR BORTE SÅ  
SNART EN MANN  
ELLER EN KVINNE  
BEGYNNER Å UTØVE  
URETTFERDIG  
HERREDØMME OG  
SVIKTER I Å LEDE  
MED YDMYKHET,  
KJÆRLIGHET OG  
RENHET.

**SE L&P 121:37**



Den første episoden er fra Brigham Youngs ankomst i Salt Lake Valley i 1847, som beskrevet av President Gordon B. Hinckley (1910-2008): "Ingen plog hadde noensinne pløyd jorden. [Brigham Young] visste ingenting om dens fruktbarhet, ingenting om årstidene, været, frosten, de vanskelige vintrene, muligheten for insektplager. [Tidligere utforskere] Jim Bridger og Miles Goodyear hadde intet godt å si om dette stedet. Sam Brannan tryglet ham om å dra med ham til California. Han hørte ikke på noen av dem. Han ledet folket sitt til dette hete, og hva som måtte ha fremstått som forkomne stedet. Da han var kommet frem, så han ut over den brede dalen mot Salt Lake i vest og sa: 'Dette er det rette sted.'"<sup>8</sup>

Den andre episoden er da Wilford Woodruff husket en erklæring fra profeten Joseph Smith. I løpet av de første dagene av gjenopprettelsen snakket profeten til en liten gruppe ledere om den store doktrinære kunnskapen som lå foran dem: "Brødre, deres vitnesbyrd her i kveld har oppløftet meg og lært meg meget. Men jeg vil gjerne si til dere foran Herrens åsyn at dere ikke vet mer om denne kirkes og dette rikets fremtid enn et lite barn på sin mors fang. Dere forstår det ikke."<sup>9</sup>

Jeg tar med disse historiene fordi de beskriver hvordan jeg føler det. Det å være på riktig sted eller å ha den rette læren betyr ikke at det ikke vil bli blendende saltsletter og svarte gresshoppersvermer



eller drepende frost eller mennesker som sier nei, med dette er det riktige stedet og den rette læren. Og vi må stå på. Vi forstår omtrent like lite som et lite barn på sitt mors fang om hva Herren foretar seg med menn og kvinner og prestedømmet. Men Herren er tilfreds med å undervise oss når vi er klar for det, når vi vokser, når vi spør. Når vi øker vår forståelse, kan vi gjøre som søser Oscarson sa, "Bevare vår tro underveis."

### 3. Søke Den hellige ånd

Det er ved å stille spørsmål og finne svar at vi kan få et vitnesbyrd om Guds lære. Den hellige ånd vil vitne gjennom fredelige og varme følelser når noe er sant. Linda K. Burton, Hjelpeforeningens øverste president, sa om denne prosessen: "La oss gå til den riktige kilden for å finne svar. Hvorfor skulle vi tro på Internett og ikke på profetene? Vi kan finne en måte å stille spørsmålene på som fremelsker samarbeid og tar opp oppriktige bekymringer... Men vær tålmodig og ydmyk."<sup>10</sup>

Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum forklarte forskjellen mellom





Satans inflytelse og svar fra Gud:  
“Hvem er det som så forsiktig hvi-  
sker løgner i øret ditt? ... Både du  
og jeg vet hvem som gjør dette – det  
er han som er far til alle løgner. Det  
er Lucifer, vår felles fiende.”<sup>11</sup>

Profeten Joseph Smith, som  
hadde mer erfaring med å motta  
åpenbaring enn noen andre i denne  
evangelieutdeling, prøvde å lære  
oss at spørsmål må tilnærmes med

en forpliktelse om enhet og respekt. Dette innbyr Den  
hellige ånd. I 1839 skrev Joseph i et brev fra Liberty feng-  
sel at “prestedommets rettigheter er uadskillelig forbundet  
med himmelens krefter” og at prestedommet bevarer sin  
kraft “ved overtalelse, ved langmodighet, ved mildhet og  
saktmodighet og ved oppriktig kjærlighet” (L&p 121:36,  
41). Profeten underviste lignende prinsipper til Hjelpefore-  
ningen: “Ydmykhet, kjærlighet og renhet – det er disse ting  
som skulle foredle [oss].”<sup>12</sup>

Joseph Smith snakket om vennlighet og ydmykhet som  
en nøkkel til å føle Den hellige ånd og utøve rettferdig  
innflytelse. Han sa dette til både menn og kvinner fordi det  
berører halvparten av ligningen i ektetskapet og i Kirken.  
All autoritet og gudommelig godkjennelse blir borte (fordi  
Den hellige ånd blir borte) så snart en mann eller en kvinne  
begynner å utøve urettferdig herredømme (se L&p 121:37)  
og svikter i å lede med ydmykhet, kjærlighet og renhet.

### Det kvinner lengter etter, finnes i vår lære

Det er en lengsel blant mange kvinner i verden om å bli  
verdsatt, om å finne en hensikt med sine gjøremål, om å finne  
en mann som ønsker å bygge en familie og forbli trofast.

Jeg møtte en gang en britisk danser da jeg reiste med  
tog til Finland. Vi var begge glad for å snakke engelsk, og  
mens vi pratet sammen stilte vi hverandre spørsmål: Hva  
gjør du i Finland? Hva tror du på? Da hun fikk en forståelse  
av min tro, spurte hun, “Du røker og drikker ikke? Du tror

ikke på sex før ekteskapet?” Gjennom hele samtalen kom  
hun nysgjerrig tilbake til dette emnet. “Jeg går ut fra at hvis  
du gikk ut med menn som følte på samme måte, kunne det  
fungere,” sa hun. Og senere: “Finnes det menn som føler  
på samme måte?” Hun begynte med forakt og endte opp  
med lengsel. Hun lengtet etter noe hun hørte i vår lære.

Minnet om vårt møte på toget har aldri forlatt meg, og  
minner meg ofte om den velkjente uttalelsen fra President  
Spencer W. Kimball (1895-1985): “Mye av den store vekst  
vi ser i Kirken i de siste dager, vil finne sted på grunn av de  
mange gode kvinner i verden ... som vil trekkes mot Kir-  
ken i store skarer. Dette vil skje i den grad Kirkens kvinner  
greier å utstråle rettferdighet, og i den grad Kirkens kvinner  
– på en positiv måte – blir sett på som spesielle og forskjel-  
lige fra alle andre kvinner i verden.”<sup>13</sup>

Læren om kvinnens identitet og roller omfattet mitt  
hjertes dypeste ønsker. Jordiske menneskers utøvelse av  
Guds lære er ikke perfekt, men den er lydhør, levende,  
full av håp og gode intensjoner. Vi tror at Gud “fortsatt vil  
åpenbare mange store og viktige ting angående Guds rike”  
(Trosartiklene 1:9). Vi kan velge å følge denne læren.

Så jeg spør igjen: Er dette en kirke for kvinner? Mitt svar  
er ganske enkelt basert på mine egne erfaringer fra rundt  
omkring i verden. Ja. ■

*Fra en tale gitt på FairMormon Conference i Provo, Utah, USA,  
8. august, 2014.*

#### NOTER

1. Se “Familien – en erklæring til verden”, *Liahona*, nov. 2010, 129.
2. D. Todd Christofferson, “Hvorfor ekteskap, hvorfor familie,”  
*Liahona*, mai 2015, 50.
3. Se “Familien – en erklæring til verden”, 129.
4. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner og prestedomskraft,”  
*Liahona*, sept. 2014, 36.
5. Dallin H. Oaks, “Prestedommets nøkler og myndighet,” *Liahona*,  
mai 2014, 51.
6. James E. Faust, “Profetisk tale,” *Lys over Norge*, mai 1996, 6.
7. Bonnie L. Oscarson, personlig samtale med forfatteren, 21. juli, 2014.
8. Gordon B. Hinckley, i James E. Faust, “Brigham Young: A Bold  
Prophet” (Tale i utdanningsuke, 21. aug, 2001), 1, speeches.byu.edu.
9. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Smith* (2007), 137.
10. Linda K. Burton, personlig samtale med forfatteren, 21. juli, 2014.
11. Jeffrey R. Holland, “Den andre fortapte sønn”, *Liahona*, juli 2002, 70.
12. *Læresetninger – Joseph Smith*, 482.
13. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Spencer W. Kimball* (2006),  
222-23.





Av eldste  
Gene R. Cook

Virket som medlem av De sytti fra 1975 til 2007

# DE forsvunne SKRIFTENE

*Gud hører og besvarer våre bønner hvis vi utøver tro på ham og hans sønn.*

**D**en 29. juli, 1977, hadde søster Cook og jeg akkurat avsluttet et besøk i Bolivia Santa Cruz misjon som en del av mitt oppdrag som medlem av De sytti, og vi hadde en mellomlanding i Cochabamba, Bolivia flyplass, som varte i omtrent fem timer. Vi var veldig slitne, så vi var glade for å få noen få timers hvile. Mens jeg var i ferd med å sovne, fikk jeg en sterk tilskyndelse om at jeg skulle våkne og skrive ned noen ideer som kom inn i mitt sinn.

Jeg skrev i nesten tre timer, og løste noen organisatoriske problemer jeg hadde arbeidet med i mitt eget misjonsområde i mange år. Jeg følte en sterk utgytelse av Ånden og skrev spent ned alle inspirerte tanker.

Endelig dro vi til La Paz, Bolivia. Vi ble vennlig tatt imot av President og søster Chase Allred på flyplassen og kjørt i deres bil til misjonskontoret. Vi låste bilen, og lot bagasjen og stresskofferten min bli liggende, og søster Allred ba en av eldstene om å holde et øye med bilen.

Da vi kom inn på kontoret, ble presidenten møtt av en kvinne hvis mann lå for døden. Både presidenten og jeg hjalp til med å berolige henne og hjelpe henne med det hun trengte. I mellomtiden dro søster Cook og Allred til misjonshjemmet.

Da presidenten og jeg kom tilbake til bilen, var alle eiendelene våre borte. Jeg antok at søster Cook hadde tatt tingene med seg til misjonshjemmet. Men da vi kjørte mot hjemmet, oppdaget jeg at vinduet på høyre side hadde fått en liten skade, og jeg fryktet at våre eiendeler hadde blitt stjålet.

Da vi kom til misjonshjemmet, gikk det opp for oss at våre eiendeler faktisk hadde blitt stjålet. Tapet av klærne skapte et umiddelbart, men bare midlertidig problem. Det som var mer nedslående var at Skriftene mine var i den stjålne stresskofferten sammen med de inspirerte ideene jeg hadde fått i Cochabamba. Jeg ble overveldet av mismodighet, sinne, og følelser av hjelpeløshet.

Etter at vi alle hadde bedt om at vi måtte få våre eiendeler tilbake, forsøkte vi forgjeves å nyte middagen. Skriftene hadde jeg fått av mine foreldre, med en hellig inskripsjon til meg fra min mor og far før han døde. Jeg hadde brukt tusenvis av timer med å markere, kryssreferere og verdsette den eneste jordiske eiendom jeg noensinne hadde betraktet som særlig verdifull.

Selv om President Allred og jeg hadde mye å diskutere, følte jeg en sterk tilskyndelse av at vi måtte gjøre alt som sto i vår makt for å få tilbake Skriftene. Så etter middag knelte alle de tilstedeværende igjen for å be. Vi ba til Herren om at Skriftene måtte bli returnert, at de personene som hadde tatt dem måtte bli ledet til å forstå sine urettferdige gjerninger og omvende seg, og at tilbakegivelsen av Skriftene måtte føre til at noen kom inn i den sanne Kirke.

Vi bestemte oss for å gjennomføre området nær misjonskontoret, i håp om at tyven eller tyvene kanskje hadde tatt de salgbare gjenstandene og forkastet de engelske bøkene.

Omtrent 10 av oss satte oss i bilen med lommelykter og varme klær. Vi kjørte opp og ned mørke gater, gjennom søkte forlatte tomter, og snakket med folk helt til vi hadde gått gjennom alle muligheter. Ingen hadde sett eller hørt noe. Til slutt dro vi nedslått hjem. President Allred og jeg avsluttet våre møter sent på kvelden, og neste dag fløy søster Cook og jeg tilbake til vårt hjem i Quito, Ecuador.

I løpet av de neste ukene, fortsatte misjonærene i Bolivia å lete. I ren desperasjon bestemte de seg for å sette inn en annonse i to aviser, der de utlovet en belønning.

I mellomtiden var jeg i Quito, og følte meg ille til mote. Jeg hadde ikke studert Skriftene i det hele tatt siden mine ble stjålet. Jeg hadde prøvd å studere, men hver gang jeg leste et vers, kunne jeg bare huske noen få av de mange krysshenvisingene jeg hadde gjort i løpet av 20 år. Jeg var nedslått, deprimert, og hadde ikke noe ønske om å lese. Jeg ba mange ganger om at Skriftene mine ville bli funnet. Min hustru og små barn fortsatte også å be hver dag i tre uker, de sa: "Himmelske Far, vær så snill og bring pappas Skrifter tilbake."

Etter omtrent tre uker følte jeg en sterk åndelig tilskyndelse: "Eldste Cook, hvor lenge har du tenkt å holde på uten å lese og studere?" Ordene brente seg fast, og jeg bestemte meg for at jeg måtte være villig til å underkaste meg og være ydmyk nok til å begynne på nytt igjen. Jeg brukte Skriftene til min hustru, og begynte på 1. Mosebok i Det gamle testamente, og med hennes tillatelse begynte jeg å markere og kryssreferere igjen.

Den 18. august, kom en av Kirkens ansatte, bror Eb Davis, til Ecuador fra Bolivia med en pakke fra misjonspresidenten i La Paz. Han la Skriftene mine på bordet sammen med notatene jeg hadde gjort av mine åndelige tilskyndelser.

Den gleden jeg følte var ubeskrivelig. Å se at Herren, på en mirakuløs måte, kunne ta disse bøkene ut av La Paz, en by på 700 000 – 800 000 mennesker, fra tyvenes hender og returnere dem helt urørt – ikke en side var fjernet, revet i stykker eller ødelagt – er fremdeles uforståelig for meg. Den dagen lovet jeg Herren at jeg skulle bruke min tid og mine Skrifter mye bedre enn jeg noen gang hadde gjort tidligere.

Jeg oppdaget senere at det var en dame på en markeds plass – er av flere hundre i La Paz – som så en full mann som viftet rundt med en svart bok. Hun var medlem av en protestantisk kirke og fikk en sterk åndelig innskytelse om at noe hellig ble skjendet. Hun gikk bort til mannen og



spurte ham hva det var. Han visste ikke, men viste henne boken. Hun spurte om han hadde noe annet. Han tok frem en til svart bok. Hun spurte om han hadde noe mer. Han tok frem en perm full av papirer som han sa at han skulle brenne. Hun spurte så om hun kunne kjøpe disse tingene hos ham, noe han sa ja til, til en pris av 50 pesos (omtrent 2,50 U.S. dollar).

Etterpå var hun usikker på hvorfor hun hadde kjøpt bøkene. De var på engelsk, og hun kjente ikke engang det engelske språket. Og de hadde kostet mye – nesten 10 prosent av hennes månedslønn. Hun hadde ingen grunn til å kjøpe bøkene, bortsett fra den åndelige tilskyndelsen. Hun begynte umiddelbart å lete etter kirken hvis navn sto utenpå bøkene: Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige.

Etter å ha oppsøkt flere kirker, kom hun omsider til misjonskontoret til Kirken i La Paz. Hun hadde ikke hørt om belønningen eller sett annonsen i avisen, som kom ut den dagen. Hun spurte ikke etter penger, ikke engang etter

de 50 pesos som hun hadde lagt ut. Eldstene tok gledesstrålende i mot bøkene og ga henne belønningen uansett.

Hun fortalte misjonærene at hun tilhørte pinsemenigheten, men lyttet omhyggelig mens de fortalte henne om evangeliet. Hun husket at hun hadde lest noe om Joseph Smith i en brosjyre hun hadde funnet på gaten for to eller tre år siden. Hun tok misjonærleksjonene, og etter den andre leksjonen, forpliktet hun seg til dåp. To uker senere, den 11. september 1977, en søndag ettermiddag i en gren i La Paz, Bolivia, ble Maria Cloefe Cardenas Terrazas og hennes 12 år gamle sønn, Marco Fernando Miranda Cardenas, døpt.

Herren forandret min overveldende følelse av hjelpeløshet da Skriftene ble borte, til stor glede da jeg så hans hånd åpenbare seg. Herren sa, "Derfor sier jeg dere: Alt dere ber om i bønner, tro bare at dere får det, så skal det bli gitt dere" (Markus 11:24).

Gud hører og besvarer våre bønner hvis vi utøver tro på ham og hans sønn, Herren Jesus Kristus. ■

*Selvhjulpethet vises på mange måter. Med Herrens hjelp kan vi utvikle kropp, sinn og ånd – og hjelpe andre å gjøre det samme. Følgende fem historier viser hvordan medlemmer har blitt velsignet ved å bli mer selvhjulpne.*

## KRISEBEREDSKAP: JORDSKJELV OG DEMIJOHNS

**D**a jeg var ni måneder gammel, ble mine foreldre – et ungt par med tre barn og gravid med det fjerde – tatt av et jordskjelv med styrke 7,5 i Argentina. Mens huset raste sammen, grep far og mor tak i oss og løp. Etter å ha forsikret seg om av vi var uskaddet, så de rundt på ødeleggelsene. Min far fikk fort oversikt over skadene, og fant ut at vi ikke kom til å få rent vann gjennom det offentlige nettverket. Det var ikke engang vann nok til å vaske bort støvet fra de sammenraste husene!

**B**estemor hadde lyttet til profeten og fylt to demijohns med friskt drikkevann, noe som dekket familiens behov inntil krisehjelpen kom.

Da sjokket hadde lagt seg, tok far sykkel og dro for å se til sin mor, som bodde noen få kvartaler unna. Da han kom til morens ødelagte hus, gikk han på baksiden til der hun satt, og så at hun bare hadde noen få skrammer.

Bestemor ba far om å prøve å berge noe fra ruinene, og mens han gjorde det, fant han to demijohns (glassbeholdere som ble solgt med 20 til 60 liter vin i) fylt med friskt drikkevann. De var uskaddet.

Noen få måneder før jordskjelvet hadde President Spencer W. Kimball

(1895-1985) instruert de hellige i hele verden om å lagre mat og vann. Min bestemor, en nylig konvertitt, hadde lyttet. Fra de to demijohns var vi istand til å dekke familiens behov i et par dager før krisehjelpen kom.

Dette eksemplet på bestemors lydighet var et vitnesbyrd for min far, som senere konverterte til evangeliet. Familien vår har senere blitt beseglet i templet. Jeg er så takknemlig for bestemors tro og lydighet mot befalingen om å være beredt. ■

*Ricardo Sosa, Santa Lucia, Argentina*



## FYSISK HELSE: GÅ NED I VEKT MED VISDOMSORDET

**D**a jeg var midt i 60-årene, begynte det å bli vanskelig for meg å komme meg rundt omkring. Jeg veide nesten 136 kilo. Jeg hadde lite energi og lav utholdenhet, og hadde til og med fått handicap-skilt i bilen slik at jeg kunne parkere så nært butikkene som mulig.

Jeg bestemte meg for at det var på tide å gå ned i vekt. Jeg leste i Lære og pakter 89 og ba til min himmelske Fader, "Hjelp meg å forstå hva dette virkelig betyr." Etter hvert som tiden gikk, fikk hvert vers, hvert ord – ny betydning. Selv om jeg ikke drakk alkohol, te eller kaffe, jeg røykte heller ikke, hadde jeg egentlig ikke fått med meg det overordnede budskapet. Jeg visste at visdomsordet var en helseregulering, men jeg hadde aldri før tenkt på det som en livsstil.

For første gang trodde jeg på

ordentlig at jeg kunne endre min livsstil. Jeg satte et realistisk mål om at jeg skulle gå ned 23 kg på 50 uker.

Jeg holdt telling med kalorier og næringsstoffer. Jeg undersøkte de helsemessige fordelene med alt jeg spiste. Mens jeg spiste sunnere mat, følte jeg meg tilfreds. Jeg hadde ikke sug etter noe. Det virket som kroppen min visste hva den trengte. Den usunne maten jeg pleide å glede meg over, mistet sin tiltrekningskraft. Jeg sluttet med sukker i maten. Med tiden sluttet jeg å telle kalorier, og spiste plantebasert mat, slik visdomsordet sier: "det som bærer frukt enten i eller over jorden" (L&p 89:16). Jeg nådde målet mitt og mer til. På litt over 23 måneder hadde jeg gått ned halvparten av kroppsvekten min. Det er 12 kjolestørrelser mindre! Jeg har nå klart å beholde denne vekten i over tre år.

Jeg føler meg sunn. Blodsukkeret mitt er stabilt, og jeg kan ikke huske sist jeg hadde hodepine. Jeg trenger ingen medisiner. Selv om å gå ned i vekt har bidratt til en overordnet følelse av velvære, betyr min nye livsstil like mye.

Å ha kontroll på det jeg spiser, er å overvinne det naturlige menneske (se Mosiah 3:19). Det finjusterer min åndelige dømmekraft og gir meg mulighet til å motta løftet om at jeg "skal finne visdom og kunnskapens store skatter, til og med skjulte skatter" (L&p 89:19). Å bytte ut hurtigmat med visdom, er en god handel.

Jeg er så takknemlig til en kjærlig himmelsk Fader som hørte min enkle bønn og ga meg en ny forståelse av visdomsordet. Jeg vet at visdomsordet er en åpenbaring. Jeg vet at det kan endre liv. ■

*Carol E. Wolf, Utah, USA*



## ARBEID: STOR TRO, FÅ MØBLER

Da min hustru og jeg giftet oss, var jeg arbeidsledig. Vi hadde svært få møbler, men vi hadde mye kjærlighet, og stor tro.

Da jeg endelig fikk meg jobb, ble det krevet at jeg skulle arbeide på søndag ettermiddag. Jeg hadde lovet Herren at jeg ikke skulle arbeide på hans dag. Men jeg hadde fortsatt ansvaret for å forsørge familien min. Til tross for dette, forlot ikke løftet jeg hadde gitt mitt sinn.

Svaret kom neste søndag da vi sang "Welcome, Welcome, Sabbath Morning" (*Hymns*, nr 280), og det gikk opp for meg hvor viktig sabbatsdagen er. Etter at jeg fant ut at forhandling om ny arbeidstid ikke var noen mulighet, sa jeg opp jobben. Vi fortsatte med livet vårt, og hadde tro på at Herren

ville ta vare på oss. Min hustru arbeidet for å forsørge oss, og vi fikk vår første datter, Saria. Imens tok jeg et kurs i elektronisk mekanikk, ved hjelp av Det vedvarende utdanningsfond. Fortsatt fikk jeg ikke noen jobb.

Min hustru måtte gå tilbake til sin jobb tre måneder etter at Saria ble født, men Saria savnet henne fryktelig. Vi ba om å få vite hva vi skulle gjøre, og bestemte oss for at hun måtte slutte å arbeide. Det virket uklokt, men vi følte at det var det vi skulle gjøre. Vi hadde fire måneder med arbeidsledighetsforsikring som jeg kunne bruke til å finne noe, og jeg klarte omsider å få en midlertidig ansettelse.

Da vår andre datter, Amanda, ble født, fikk jeg endelig en lærlingeplass, men ting forble vanskelige. Vi hadde fortsatt få

møbler og ustabil arbeid. Jeg tok det profesjonelle selvhjulpne kursset i Kirken to ganger. Jeg gjorde mitt beste, men det lille jeg tjente, dekket knapt nok det mest nødvendige.

Femten måneder etter at jeg begynte lærlingetiden, fikk jeg min nåværende jobb. Jeg er nå tekniker ved et elektrisk anlegg på et stort kjøpesenter. Jeg jobber fra mandag til fredag, noe jeg anser som et mirakel i denne bransjen. Alle mine kolleger jobber søndager og helligdager. Vi har nå en helseplan, og vi har møbler! Jeg vet at det er Herren og Det vedvarende utdanningsfond som har bragt meg hit. Jeg vet at hvis vi gjør vår del, vil Herren alltid gjøre sin, og vi vil være i stand til å fortsette å være selvhjulpne. ■

*Lenine Santiago Duarte Nazareno, Salvador, Bahia, Brazil*

Jeg hadde lovet Herren at jeg ikke skulle arbeide på hans dag. Jeg sa opp jobben, og hadde tro på at Herren ville ta vare på oss.





## ØKONOMI: HAVREGRØT, BRØD, RIS OG BØNNER

**M**in manns skolegang hadde kostet mye, og vi så frem til en jobb som ville sette oss istand til å betale ned gjelden vi hadde opparbeidet oss. Vi ble tilbudt flere stillinger, men følte best for et professorat på Hawaii. Da kontrakten kom, viste det seg imidlertid at lønnen var lavere enn det som var avtalt. Vi fikk beskjed om det det var en ny policy og at forhandlinger ikke var et tema. Vi hadde følt oss så sikre på denne nye jobben, så vi signerte kontrakten allikevel.

Vi elsket Hawaii, min mann trivdes i jobben, og vi ble velsignet som familie. Det syntes å gå bra med nedbetalingen av studiegjelden, helt til kredittselskapet informerte oss om at vår nye rente ville bli 14 prosent isteden for 3 prosent som vi hadde nå. Vi argumenterte med at vi alltid hadde betalt avdragene i tide, og at vi hadde nedbetalt mye av gjelden allerede. Men selskapet sto på sitt.

Først gjennomførte vi litt kreativ økonomistyring, der vi overførte saldoen til forskjellige kredittkort med kort-siktig null prosent rente. Så begynte vi å kutte ned på utgiftene. Vi reduserte forbruket av mat, klær og bleier for vår syv-tallige familie drastisk. Vi levde på matvarelageret. Hver morgen spiste vi havregrøt, hver ettermiddag spiste vi hjemmebak brød, og hver kveld spiste vi ris og bønner. Vi hadde ingen luksus som smør, fersk melk, eller juice. Etter at vi hadde betalt tiende og andre helt nødvendige utgifter, gikk all vår inntekt med til å betale ned på kredittkortene.

Seks måneder senere hadde vi betalt ned 90 prosent av gjelden vår! Herren hadde forøket vår inntekt på mirakuløse måter. Vi var istand til å betale ned resten av gjelden raskt, og vi er svært takknemlige. Datteren min klager fortsatt over da hun måtte spise havregrøt hver morgen, men jeg vet at ved å betale vår tiende og være lydige mot profeten, ble vi velsignet økonomisk og timelig. ■

*Navn ønskes ikke oppgitt, Hawaii, USA*



**D**et syntes å gå bra med nedbetalingen av studiegjelden, helt til kredittselskapet informerte oss om at renten ville øke.



**M**annen min og jeg ønsket å ha et stort matvarelager, så vi bestemte oss for å kjøpe litt ekstra hver uke.

## MATVARELAGER: HERMETISERT OST OG LÅNERENTER

**D**a jeg ble gift, begynte jeg systematisk å bygge opp et matvarelager. Mannen min og jeg ønsket å ha et stort lager, men vi hadde ikke råd til å kjøpe alt på en gang, så vi bestemte oss for å kjøpe litt ekstra hver uke.

Vi så etter tilbud på ting som vi kjøpte regelmessig, særlig hermetikk.

Jeg likte å se på den lille stabelen av hermetikk og tørrvarer i skapet mitt som stadig ble større. En gang gjorde vi den feilen at vi kjøpte hermetisk ost som smakte helt

forferdelig, men mannen min stålsatte seg og spiste en boks i uken helt til det var tomt. Etter at vi hadde skaffet oss et passe stort lager, begynte vi å spise av det, og så erstattet vi hver ting vi spiste med to nye.

Snart ble skapet vårt ganske fullt, så vi begynte å kjøpe lagervarer til hunden og kattene våre. Vi begynte også å lagre urter og krydder, vakumpakket hvete, vann og mineralvann, samt alt vi brukte til daglig som ikke var mat, som såpe, deodorant og vaskemidler.

Så kjøpte vi et hus, og like før vi signerte, økte rentene på huslån drastisk. Vi måtte leve på matvarelageret i nesten et år for å unngå å miste hjemmet vårt.

Matvarelager er en helt vanlig del av vår husholdning nå. Vi bruker det og blir velsignet av det hver dag. Jeg er så takknemlig for at vi lyttet til det inspirerte rådet fra Herrens profet fordi det betyr at jeg nå kan se meg rundt i takknemlighet i mitt varme og hyggelige hjem. ■

*Yvonne Aston, Channel Islands, England*

# PÅ VEIEN TIL STØRRE SELVHJULPENHET

*Blir du mer selvhjulpen for hver dag?*

**G**i deg selv poeng etter disse utsagnene for å få en forståelse av hvor langt du er kommet på veien til selvhjulpenhet.

Denne evalueringen er ikke en omfattende liste av retningslinjer. Mens du og din familie bønnfykt studerer dette emnet og rådfører dere med hverandre, kan Ånden tilskynde dere til å vite hvordan dere skal forbedre dere.

Etter å ha gjennomført evalueringen kan du overveie å sette deg noen mål på områder der du fikk få poeng.

## Beredskap

- 1. Jeg har satt til side kontanter i tilfelle en krise skulle oppstå.
- 2. Jeg har et lager hjemme av nødforsyninger (tepper, stearinlys, lommelykt etc.)
- 3. Jeg har viktige papirer lagret på et sikkert sted, og familien og jeg vet hvordan vi kan få tilgang til dem.
- 4. Jeg kjøper inn og lagrer regelmessig ekstra mat og vann.
- 5. Jeg bruker matvarelageret som jeg har, og erstatter det med ny mat slik at det ikke går ut på dato.

## Fysisk helse

- 1. Jeg anstrenger meg for å trimme daglig.
- 2. Jeg spiser sunn mat og drikker nok vann hver dag.
- 3. Jeg etterlever visdomsordet og oppmuntrer andre til å gjøre det samme.
- 4. Jeg unngår å bli avhengig av skadelige stoffer.
- 5. Jeg får nok søvn og unngår å sove for mye.

## Økonomi

- 1. Jeg prøver å finne måter å spare penger på ved å redusere unødvendige utgifter.
- 2. Jeg setter regelmessig penger til side på en spare- eller investeringskonto.
- 3. Jeg unngår unødvendig gjeld.
- 4. Jeg betaler en ærlig tidende og bidrar med et generøst fasteoffer.
- 5. Jeg tar vare på mine eiendeler slik at de varer lengre.

## Utdannelse

- 1. Jeg søker etter formelle og uformelle anledninger til å lære.
- 2. Når jeg søker etter mer utdanning, ser jeg etter ressurser som stipend eller Det vedvarende utdanningsfond.
- 3. Jeg er åpen for syn og meninger som er forskjellig fra mine.
- 4. Jeg søker Ånden for å hjelpe meg å skjelne sannhet og huske det jeg lærer.
- 5. Jeg inkluderer daglig skiftstudium som en del av min utdanning.

## Arbeid

- 1. Jeg gjør en innsats for å forbedre mine arbeidsevner og produktivitet gjennom seminarer og kurs i regi av jobben.
- 2. Jeg arbeider godt sammen med andre, og de stoler på meg.
- 3. Før jeg søker jobber, ber jeg om tilbakemelding på min CV og mine intervjuferdigheter.
- 4. Jeg ber og er positiv når jeg søker jobber.
- 5. Jeg ser etter muligheter for å finne nye kontakter som kan lede til arbeid.

## Svarnøkkel

1 = aldri, 2 = noen ganger, 3 = ofte, 4 = nesten alltid, 5 = alltid



Av eldste  
**L. Whitney Clayton**

i De syttis  
presidentskap

# Forankret i

**E**n av de mest foruroligende hendelsene i all hellig skrift er nedtegnet i Johannes-evangeliet. Den fant sted etter at Frelseren hadde lidd ufattelig smerte for våre synder og jordiske svakheter i Getsemane (se L&p 19:15-18).

Denne hendelsen fulgte også etter at han var blitt forrådt og arrestert, og natten med fornedrelse og fysiske overgrep han led ved de jødiske ledernes hånd. Det var etter at han ble brutalt pisket av romerske soldater som handlet under ledelse av Pontius Pilatus. Det var etter at tornekronen ble trykket ned på hodet hans.

Pilatus konkluderte med at Jesus ikke hadde gjort noe som berettiget korsfestelse. Han ga ordre om at Jesus skulle piskes, en form for ekstrem, men vanligvis ikke dødelig fysisk straff. Kanskje Pilatus håpet at han ved å torturere og ydmyke Frelseren på denne måten, ville kunne overbevise

jødernes ledere om at Jesus allerede hadde fått en fryktelig smertefull lærepenge, og blitt gjort til et offentlig eksempel. Kanskje håpet han å vekke et snev av barmhjertighet i dem. Etter piskingen ga derfor Pilatus ordre om at Jesus skulle bringes til offentlig beskuelse.

## “Se det menneske!”

“Jesus kom da ut og bar tornekronen og purpurkappen. Og Pilatus sa til dem, Se det menneske!

Da nå yppersteprestene og tjenerne fikk se ham, ropte de: Korsfest! Korsfest! Pilatus sier til dem: Ta dere ham og korsfest ham! For jeg finner ingen skyld hos ham” (Johannes 19:5-6).

Selv om resten av historien er enormt betydningsfull, stopper jeg med Pilatus ord: “Se det menneske.”

Pilatus oppfordring var svært ironisk. Selv om Jesu fysiske utseende i det øyeblikket var vansiret, hadde

**I denne og den neste artikkelen, vitner eldste Clayton og hans hustru, Kathy, om Frelseren og hans evne til å hjelpe Guds barn å nå sitt evige potensial.**

# Kristus



det aldri så langt vært, og heller ikke siden har det vært noen mann eller kvinne som i større grad fortjente å bli sett. Hans liv var fullkomment. Han var uten likemann. Ingen hadde noensinne levd slik han gjorde. Ingen vil noensinne gjøre det igjen. Han var i besittelse av enhver dyd i dens fullkomne form.

Han hadde fullkommen selvbeher-skelse. Hans følelser var fullkomne, i likhet med hans tanker. Hans forstand var ubegrenset. Han alene var virkelig verdig til å bli sett, fra ethvert perspektiv, til å bli gransket, målt og tilbedt. Intet innblikk i hans tanker, hjerte og følelser ville eller kunne skuffe. Selv

om hans utseende ikke viste det akkurat da, var Jesus legemliggjørelsen av et rikt liv.

Så det er ikke hans utseende i dette lidelsens øyeblikk vi først og fremst skulle huske (se Jesaja 53:2). Det var den han var innenfor det lidende fysiske tabernaklet, som betydde absolutt alt for oss alle. Den han var, muliggjorde det han gjorde. Det er storslagenheten av den han var som innbyr vår oppmerksomhet.

Det vi skulle se når vi “[ser] det menneske”, er hans stadig sterkere seier over ondskapens krefter, selv om det da ikke så ut til å være en seier i det hele tatt. Det var hans fullkomne

ro midt i den verste stormen noe menneske noensinne ville oppleve. Ethvert djevlesk virkemiddel fienden noen gang hadde oppfunnet, hadde, eller ville snart bli sluppet løs mot ham. Han overvant dem alle. Han sto foran Pilatus i fullkommen fred og ro.

Hans herredømme over naturkreftene og menneskenes omstendigheter ble demonstrert utover enhver tvil. Han kunne befale onde ånder. Han helbredet syke, ga syn til de blinde og hørsel til de døve. Han ga de døde livet tilbake, og ga avdøde barn tilbake til deres foreldre. Han kjente alles tanker og følelser. Han tilga synder og rensket spedalske. Han hadde



båret byrden av alle menneskers synder, smerter, sykdommer og svakheter natten før denne episoden med Pilatus fant sted. Ironisk nok hadde han til og med lidd for syndene til dem som akkurat da mishandlet ham.

Ja, “se det menneske.” Han er Guds Sønn. Han var det store forbilde i livet, Den ene som var sendt for å vise veien og være Veien. Han er “veien og sannheten og livet” (Johannes 14:6) for oss alle. Med disse tre ordene, “se det menneske”, uttrykte Pilatus ubevisst den enkle formelen for å oppnå livets høyeste mål.

Da han ba jødene om å se ham, rettet Pilatus dem og oss mot Den ene, den eneste som kan gjøre vårt liv rikt og vår “frelse fullkommen.”<sup>1</sup> Derfor befalingen “Se hen til Gud og lev” (Alma 37:47).

Det vi skulle huske når vi ser ham, er at på grunn av ham og alt han gjorde og alt han var og er, kan vi også seire. Vi kan også overvinne. Vi kan leve rikt midt i prøvelser. Hvis vi velger å “se” ham og ta imot og anvende hans frelsende evangelium, vil han frelse oss. Han vil redde oss fra virkningene av vår egen falne natur og våre svakheter, og frelse oss fra synd, fra åndelig middelmådighet og fra endelig og evig nederlag. Han vil rense, lutre, forskjønne og til slutt til og med fullkomngjøre oss. Han vil gi oss glede og fred. Han er nøkkelen til et rikt liv.

### En tale om frøplanter

Min hustru, Kathy, og jeg bor i en åsside. Det vokser dvergeik der. I motsetning til store og mektige eiketrær, blir aldri dvergeik høye eller store, men de er hardføre og vakre.

For noen år siden satte vi en stor blomsterpotte på gangveien opp til inngangsdøren vår. Vi plantet fargerike blomster i potten, som var plassert under grenene til en dvergeik. Da årstiden endret seg og høsten kom, begynte dvergeiken å miste frøene sine, eller eikenøttene, og noen av dem falt ned i blomsterpotten.

En dag la jeg merke til at noen små frøplanter hadde spiret. Vi ønsket ikke noe annet enn blomster i blomsterpotten, så jeg begynte å trekke frøplantene opp av plantejorden. Til min forbauselse var røttene tre eller fire ganger lenger enn den synlige delen av frøplantene over jorden.

I Utah, USA, er somrene varme med lite nedbør, og vintrene er kalde med mye vind og snø. De dype røttene til dvergeiken kommer seg ned gjennom jordsmonnet. Dette gjør at en større del av roten kan suge til seg fuktighet og næring fra jorden. De dype røttene forankrer også trærne for å holde dem oppreist og stødige i vinden, helt fra de er svært unge. Dype røtter gjør det lettere for dvergeiken å overleve. Når frøplantene

til slutt vokser til sin fulle høyde, fortsetter røttene å gi dem næring, beskytte og støtte dem.

Vi kan lære noe av dvergeiken. Vi har alle noen erfaringer som er som varme somre og kalde vintre. Vi har lette og vanskelige perioder, fremgang og nederlag, helse og sykdom, perioder med lykke og stunder med sorg og bedrøvelse. Livet er ikke statisk. Det er ikke lett.

Livet ligner på andre måter også. Vi er omgitt av kultur og tradisjoner i vårt eget lokalsamfunn og land. Noen av disse innflytelsene er gode, andre er dårlige. Noen vil løfte oss, og andre vil svekke og fornedre oss. Vårt hjem kan være velsignet med evangeliets lys, eller bli ødelagt fordi vi ikke holder Guds bud. Våre venners eksempel kan være fantastisk eller forferdelig. Ingen av oss vet nøyaktig hvor livet vil bringe oss. Vi kan ikke fullt ut forutsi vår fremtidige helse eller velstand. Vi kan ikke forutse krigers eller værrets innflytelse. Forskjellige omstendigheter vi ikke rår over, gir oss alle utfordringer.

I motsetning til trær, kan vi velge å bevisst utvikle den åndelige rotstrukturen for vårt liv. Vi avgjør hvor vi skal sette våre røtter, og hvor dypt ned i jorden de skal stikke. Daglige avgjørelser gjør små, nesten umerkelige forskjeller i vår tro, og virkningen av dem blir grunnleggende.

## Forankret i Frelseren

Fordi vi ikke vet når eller hvordan våre egne utfordringer vil komme, eller hvor lenge våre egne vintre eller somre vil vare, skulle vi stikke våre røtter så dypt vi kan ned i den eneste sanne kilden til næring for vår sjel, vår Herre Jesus Kristus. Han ønsker at vårt liv skal å være rikt. Han har oppfordret oss til å komme til ham. Han erklærte: “Lær av meg, og lytt til mine ord, gå frem i min Ånds saktmodighet, og du skal ha fred i meg” (L&p 19:23).

Vi bygger opp styrke i sjelen til å ri av livets stormer ved å lære av ham. Vi lærer ved studium og ved tro Vi lærer ved å se gode eksempler. Vi lærer når vi utfører vi tjeneste for andre for å tjene ham (se Matteus 25:40). Vi lærer når vi prøver å følge ham på alle måter vi kan.

Å lytte betyr å gi akt på, ikke bare å høre. Vi lytter til ham i vårt personlige skriftstudium. Vi lytter på nadverds-møtet og i templet. Vi hører ham i “en stille susen” (1 Kongebok 19:12). Vi lytter til ham i levende profeter og apostlers røst.

Ved å lytte omhyggelig, blir vi påminnet om at “mennesket lever ikke av brød alene, men av hvert ord som går ut av Guds munn” (Matteus 4:4). Vi styrker våre røtter med gradvis vekst, ett trinn om gangen. Når vi lytter, følger vi den veien han vandret. Han er veien som leder til et

rikt liv, og lykten som lyser den opp (se Johannes 8:12).

## Hold budene

Det er ingen hemmelighet eller overraskelse med hensyn til hva vi kan og bør gjøre for å utvikle våre røtter: Vi holder Guds bud. Vår evne til å gjøre hans vilje vokser når vi gjør hans vilje. Det blir lettere fordi vi utvikler større overbevisning og tro. Når vi trofast fortsetter med å anvende grunnleggende læresetninger, velsigner Herren oss med større indre styrke.

Verdig, gjennomtenkt tilbedelse er et viktig bidrag til dybden av våre åndelige røtter. Ærbødig tilstedeværelse på nadverdsmøtet og deltagelse i nadverden med ærlig hensikt gjør sabbaten til noe mer enn bare en vanlig søndag. Vi kan ikke virkelig stikke våre røtter dypt med mindre vi “alltid minnes ham” (L&p 20:77, 79). Når vi forbereder oss før våre møter, blir sabbaten en bedre opplevelse for oss. Når vi overveier vårt behov for tilgivelse og velsignelsen ved alltid å ha Ånden hos oss, begynner vi å se kirkesalen som et tilfluktssted og nadverden som en tid for helliggjørelse.

Derfor er det visse ting vi alltid skulle ha med oss når vi går i kirken. Fremst blant disse er et sønderknut hjerte og en angrende ånd. Vi skulle komme dit ivrige etter å søke og føle forsoningens velsignelser. Samtidig

er det også visse ting vi skulle legge igjen hjemme. Tanker om sport, arbeid, underholdning og innkjøp, bør lukkes inne i et skap i vårt hjem som åpnes på en hvilken som helst annen dag enn sabbatsdagen. Sann tilbedelse fremmer ekte omvendelse. Det hjelper oss å sende røttene av vår tro dypt ned, hvor vi finner et åndelig reservoar, som skal være “en kilde med vann som veller frem til evig liv” (Johannes 4:14).

Paulus skrev:

“Likesom dere altså tok imot Kristus Jesus som Herre, så vandre i ham, rotfestet og oppbygget i ham, grunnfestet i troen slik dere har lært” (Kolosserne 2:6-7).

Hvis vi ikke opplever noen personlige stormer og litt tørke, vil aldri røttene våre få sjansen til å bli sterke. Ironisk nok er grei skuring en prøve i seg selv, og en vanskelig en. Fraværet av problemer kan svekke oss hvis vi ikke er påpasselige. Vi vil kanskje ikke passe “[oss] selv og [våre] tanker og [våre] ord og [våre] gjerninger og [etterleve] Guds befalinger og [holde] fast ved troen” (Mosiah 4:30) uten en prøvelse som bøyer våre knær og virker på vårt hjerte.

Livet har det med å gi oss alle vanskeligheter, selv om vi gjør vårt beste. Med mindre vi tar forferdelige valg som alltid har tragiske konsekvenser, kan vi vanligvis ikke velge når eller



hvordan livets problemer vil banke på døren vår. Hver dag kan vi imidlertid velge hvordan vil vi forberede oss på dem. Vi får en påminnelse fra Josva: "Velg i dag hvem dere vil tjene" (Josva 24:15).

Her er en annen påminnelse:

"Gå inn gjennom den trange port! For vid er den port, og bred er den vei som fører til fortapelsen, og mange er de som går inn gjennom den.

For trang er den port, og smal er den vei som fører til livet, og få er de som finner den." (Matteus 7:13-14).

Vi skulle ikke bli overrasket om vi mangler tro hvis vi vandrer på yttergrensene av den snevre og smale

sti. Hva vi gjør og ikke gjør, spiller virkelig en rolle, fordi handlinger har konsekvenser, og det samme har det å ikke handle. Når vi blir uoppmerksomme på de små, daglige, gjentakende, men viktige handlingene i tro, svekker vi våre røtter. Med tiden trekker vi oss langsomt bort fra Gud.

Med andre ord vil måten vi snakker til hverandre på, bøker og artikler vi leser, TV-programmer og filmer vi ser, det vi ikke leser og aldri vil se, vitser vi forteller eller velger ikke å lytte til, og langt mindre gjenta, alt sammen gjenspeiler hvor vi er på den snevre og smale sti – i midten eller ute på kanten. Vi kan ikke hevde at vi gir

våre røtter næring hvis det vi gjør og ikke gjør, ikke er med på å gjøre oss til bedre hellige. Det finnes bare trygghet i midten av den snevre og smale sti.

### Veien til fred

Det finnes intet bedre mønster for livet noe sted, ingen sikrere måte å finne fred og veien videre på, enn ved å følge vår Herre Jesus Kristus. Jesus er det eneste navn gitt under himmelen, som kan gjøre livet mer himmelsk. (se 2 Nephi 31:21; Moses 6:52). Det finnes ingen andre vi kan "se", som har den frelsende, fornyende og omskapende kraftsom Frelseren har.



Judas' ord beskriver den uunngælige tomheten som må komme til de som velger noe annet enn Frelseren: "De er vannløse skyer som drives av sted av vinden. De er som nakne trær om høsten, uten frukt, to ganger døde, opprykket med rot" (Judas' brev 1:12).

Vår sjel skulle være så dypt forankret i Kristus at vi vil være i stand til å utholde enhver utfordring, seire over enhver lidelse, stå imot ethvert angrep på vår tro og bli som eiketrær – faste, urokkelige og trofaste. Den slags forankring overgår tid og lever lenger enn noen fiende, selv den mest sneidige, usynlige og lumske.

Vi lærer av Helaman at løftet om klippe-lignende styrke avhenger av at vi bygger vårt liv på Forløseren, "en sikker grunnvoll, og hvis menneskene bygger på denne grunnvoll, kan de ikke falle" (Helaman 5:12). Jesaja sa med bare noen få ord, kjernen i hva det vil si å være forankret i vår Herre Jesus Kristus og frembringe i vår sjel noen av Frelserens egenskaper. Han skrev, "Herren skal lede deg hele tiden. Han skal mette deg midt i ødemarken, og dine ben skal han styrke. Du skal bli som en vannrik hage, som et kildevell der vannet aldri svikter." (Jesaja 58:11).

Frelseren Jesus Kristus er vårt forbilde på enhver dyd. Han er det eneste fullkomne menneske som noensinne har levd. Han sonet for våre synder. Ved hans forsoning kan vi bli Kristi kvinner og menn. Vi kan bli rensset, forandret, helbredet og foredlet. Vår sjel kan bli vakker.

Måtte vi "se det menneske" i større grad. Måtte vi følge ham mer ærbødig. Måtte vi følge ham mer ivrig. Måtte vi stikke våre røtter dypere ned i frelsens jord inntil vi hviler på ham, vår Forløseres klippe. Måtte vi i stadig større grad nyte det rike liv han tilbyr. ■

#### NOTER

1. Se "O Gud, du kjære Fader" *Salmer*, nr. 108.



## DU ER KONGELIG

Av Kathy Kipp Clayton

*Nå ditt evige potensial.*

**D**a familien vår var i Argentina på oppdrag fra Kirken, besøkte ofte vår sønn og jeg forskjellige turismål på fritiden. Blant annet en zoologisk hage helt ulik alle andre zoologiske hager vi hadde vært i tidligere.

I stedet for å gå forbi bur med slumrende dyr, ble vi invitert til å gå inn i burene og klappe dyrene. Vi fulgte etter dyrepasserer inn i det avgensede området der de store løvene var, og klappet dem mens de tilsynelatende ignorerte oss.

Jeg spurte dyrepassererne hvordan de hadde overtalt de store beistene til å ikke ete oss. De viste meg flere små hunder som også var på området. Da løvene var små, hadde de små bjeffende hundene nådeløst jaget dem rundt, og bitt dem i hælene. Løveungene ble redde for hundene, og ble vant til å gjemme seg i et hjørne.

Ettersom løvene vokste, fortsatte de å gjemme seg i frykt. Med et smekk av en pote, kunne de enkelt ha sendt hundene av gårde, men løvene så ikke på seg selv som det de virkelig var. De var ikke klar over sin kongelige identitet og potensial.

Vi står alle overfor irriterende små hunder som stjeler vår selvtillit og får oss til å stå i billedlige hjørner. Jeg vil nevne tre.

### Mangel på selvtillit

Mange av oss vurderer vår egen innsats ved å se mer på det vi gjør feil enn ved å se på det vi lykkes med. Hvis vi får 80 av 100 riktige svar, innrømmer vi sørgelig at vi svarte feil på 20 spørsmål, før vi med stolthet noterer at vi fikk 80 riktige. Mangel på tillit til vårt

potensial og til oss selv kan blinde oss for vår sanne verdi og kapasitet.

### Utilstrekkelig kunnskap

Nephi så i et syn Frelserens mor, men da han ble spurt om han forsto Guds nedlatenhet, innrømmet han at han ikke forsto meningen med alle ting. Men først sa han hva han faktisk visste: “[Gud] elsker sine barn” (se 1 Nephi 11:12-17). Det er det viktigste du trenger å vite. Det holder oss fra å tillate at irriterende små hunder av utilstrekkelig kunnskap undergraver vår sikkerhet om at Kirken er sann, og vårt forhold til Gud og hans ufeilbarlige og sterke kjærlighet for oss.

### Likegyldighet eller uoppmerksomhet

Dårlige valg eller forsømmelse av det gode, tåkelegger vår virkelighetsoppfatning. Det var en symbolsk grunn til at Israels barn trengte å samle inn manna daglig (se 2 Mosebok 16:4). Den daglige plikten med å samle mat hjalp dem å huske Gud. Idag er det å lese i Skriftene, gå i kirken, og yte tjeneste for andre vår daglige manna som Guds barn, og hjelper oss å huske Herren.

Vi har Guds åndelige DNA flytende i årene våre. Vi er hans sønner og døtre, og hans arvinger. Spark bort alle forførende beskjeder, overbevisninger eller vaner som får deg til å krype sammen i hjørnene av livet ditt. Ikke la dem bite deg i hælene slik at du føler deg redd eller såret. Nå ditt evige potensial. Du er kongelig. ■

*Fra Kirkens skoleverks taler, “Som en vannet hage” og “En kongelig identitet,” gitt i New York, USA, 13. september 2015.*





# REDDET av min bror

*Da min bror Tanner fylte 12, inviterte jeg ham til å begynne å gå i templet sammen med meg. Lite visste jeg hvor hardt vi ville trenge hverandres støtte gjennom de kommende år.*

Av **Brittney Ann Harman**

Jeg var nesten 12 år gammel da Twin Falls Idaho tempel ble innviet. Jeg var så spent da min eldre søster for første gang spurte meg om jeg ville begynne å dra regelmessig til templet sammen med henne og hennes venn.

Jeg var glad da min yngre bror Tanner fylte 12 tre år senere, for da kunne jeg endelig invitere ham til å gå i templet sammen med meg.

Hver morgen vi skulle dra, hjalp vi hverandre å komme oss opp og av gårde, og når vi var trett ville Tanner fortelle noen vitser som hjalp oss å våkne. Etter at vi hadde vært i

templet, brukte vi litt tid til å snakke om hvordan vi hadde følt i der, og hva vi hadde tenkt på.

Å dra til templet sammen med Tanner ble det åndelige høydepunktet i uken min. Gjennom våre regelmessige tempelbesøk ble vi bedre venner, noe som styrket meg mer enn jeg kunne ha forestilt meg da jeg fikk prøvelser i mitt liv. Våre to eldre søstre hadde dratt av gårde på universitetet, og menigheten vår hadde akkurat blitt delt, noe som etterlot Tanner og meg som de eneste aktive ungdommene i vår menighet.



Tanner og jeg brukte mange timer på å ringe og invitere mindre aktive ungdommer til kirken og GUF. Det føltes ofte som en håpløs oppgave fordi ingen dukket noengang opp, uansett hvor mange jenter jeg prøvde å bli venn med.

Foreldrene våre prøvde å hjelpe. De bar sine vitnesbyrd til oss når vi var motløse, og de lot oss snakke ut om våre frustrasjoner når vi kom opprørt hjem. Til tross for dette fikk vi ikke plutselig nye venner i kirken, og å ville gå dit når jeg var den eneste unge kvinnen der, ble vanskeligere og vanskeligere. Vi gikk ikke så ofte i templet lenger på grunn av våre travle timeplaner på skolen.

Jeg tilbragte mye tid med å lese Skriftene og be til Herren om at han måtte hjelpe meg å være sterk. Jeg var ensom og trett – trett av å være alene, trett av at mine anstrengelser var til ingen nytte, trett av å gjøre mitt beste både åndelig og følelsesmessig.

På denne tiden jobbet jeg som livvakt ved byens basseng. Jeg likte mye mer å være der enn i kirken, fordi mine kolleger

var mine venner, og de var alltid glad for å se meg. En dag bestemte jeg meg for at jeg ikke ville gå flere ganger på GUF siden jobben var morsommere og hjalp meg mer økonomisk.

## Jeg bestemte meg for at jobben var morsommere enn GUF.

Jeg trodde ikke det var så viktig før jeg oppdaget at jeg hadde senket mine normer. Jeg kommenterte ikke banningen til vennene mine, og en dag sjokkerte jeg meg selv ved å banne. Det hadde jeg aldri gjort før. Jeg så til og med en upassende film en kveld i et selskap sammen med mine arbeidskolleger. Jeg følte meg forferdelig, og lurte på hva jeg holdt på med.

I mellomtiden hadde foreldrene mine fortalt meg hvor mye mer ensom Tanner hadde blitt siden jeg sluttet å komme til GUF. Hver uke spurte han meg, "Kommer du til GUF i kveld?" Når han kom hjem fra GUF, pleide han å



gå rett på rommet sitt og lese Skriftene veldig lenge. Han snakket ikke så mye lengre, og når jeg spurte om han hadde det bra, sa han bare “nei”, og gikk sin vei.

En kveld kom han gråtende hjem fordi han hadde følt seg så alene.

Det var da jeg bestemte meg for at jeg måtte gå tilbake. Det spilte ingen rolle hvor vanskelig det var for meg å være alene, Tanner trengte meg.

Tanner hadde begynt med et kurs i slektshistorie i kirken, og jeg bestemte meg for at jeg skulle begynne å ta det sammen med ham. Vi hadde lyst til å begynne å gå i templet mer regelmessig igjen, og nå skulle vi ha med egne navn.

Vi hadde stor glede av å ta denne klassen sammen på søndager. Etter kirken, lette vi etter navn sammen. Det beste med å ta med egne navn til templet var at vi hadde funnet dem sammen, og hva som var enda bedre var at vi var i stand til å støtte hverandre i Kirken, og til og med glede oss fordi vi utførte Herrens verk.

Tanners standhaftighet med å gå i kirken og på GUF var et stort eksempel for meg. Jeg hadde et vitnesbyrd om evangeliet, men han hjalp meg å få et vitnesbyrd om deltakelse på kirkens møter og aktiviteter.

## Våre vitnesbyrd om templet hjalp oss å holde oss sterke i Kirken.

Sammen var vi i stand til å trøste hverandre og bruke våre vitnesbyrd om templet til å hjelpe hverandre å være sterke i Kirken. Fremmøtet blandt ungdommene i kirken og på GUF ble aldri noe bedre, men Tanner og jeg ble sterkere og klarte å bære hverandres byrder mens vi hjalp hverandre å gå fremover.

Jeg er så glad for at jeg inviterte han komme til templet sammen med meg. Selv om jeg er sikker på at det hjalp ham, vet jeg at det reddet meg. ■

*Artikkelforfatteren bor i Idaho, USA.*

# IKKE BLI DRATT MED

Bry deg om familie og venner.  
Statusoppdateringen kan vente.



# ET HOPP

## INN I FREMTIDEN

**Av Miriam Bay**

Kirkens Selvhjulpenhetstjeneste

*En idé, en trampoline, og et ønske om å hjelpe andre, fikk en 11 år gammel jente til å lære flotte leksjoner om selvhjulpenhet og tjeneste.*

**D**e fleste 11-åringene er allerede opptatt med skole, oppgaver i hjemmet, og aktiviteter sammen med venner. Men Alexandra C. fra staten Durango, Mexico, var ikke en typisk 11-åring. I tillegg til alle de normale tingene unge mennesker på den alderen gjør, tjente Alexandra penger fra sitt eget foretak, og gjorde samfunnstjeneste i sitt lokalmiljø.

Hvordan starter en så ung jente sitt eget foretak?

### **Det begynner med en idé**

Det hele begynte med at Alexandra fikk høre om noen klasser i Kirken som hjalp folk å lære og bli selvhjulpne. Gruppen var i hovedsak for folk på 18 år og oppover, men Alexandra var fast bestemt på å delta. Hun likte ideen om å lære hvordan hun kunne få en jobb eller begynne sitt eget foretak.

Kunne det være slik at hun, en jente som fortsatt var i grunnskolen, ikke bare kunne skape sin *egen* fremtid, men også hjelpe folk som hadde enda mindre enn henne? Det var faktisk mange av Kirkens medlemmer hun visste om fra landsbyen hennes som hadde liten utdanning og få ressurser.

Alexandra ble med i en selvhjulpenhetsgruppe kalt "Starte og utvikle eget foretak", ett av tre kurs som ble tilbudt. I stedet for å bli undervist av en lærer, ble gruppen ledet av en møteleder – et av gruppens medlemmer som veiledet de andre gjennom kurset og oppmuntret til diskusjoner. Alexandra møttes sammen med gruppen hver uke i tre måneder.

Ettersom Alexandra lærte hvordan hun kunne bli både timelig og åndelig selvhjulpne, begynte hun å se seg rundt i etter behov i området. Hun merket seg at det ikke var nok fritidsaktiviteter for barna i landsbyen, så hun sparte opp penger og kjøpte en liten trampoline. Alexandra plasserte trampolinen på et sted med mange mennesker og begynte å leie den ut, og hun brukte det hun hadde lært på kurset om markedsføring og økonomi.

Trampolinen ble veldig populær i nærområdet hennes.





Alexandra lærte å fordele tiden sin mellom lekser, trampolineforetaket og gruppeleder-rollen svært bra.



#### VELSIGNELSER VED ARBEID

“Ved å utvikle evnen til å arbeide vil du bidra til den verden du lever i. Dette vil gjøre at du føler større egenverd. Det vil være en velsignelse for deg og familien din, både nå og i fremtiden...”

For å være virkelig selvhjulpnen må du lære å samarbeide med andre og vende deg til Herren for å få hjelp og styrke fra ham.”

*Til styrke for ungdom (2011), 40, 41.*

### Velsignelsene ved tjeneste og hardt arbeid

Alexandra begynte å bruke sine ferdigheter på andre måter også. Fordi hun hadde vist stor respekt for alle gruppens medlemmer på kurset, og hadde gjennomført alle sine forpliktelser, ble Alexandra betrodd å tilrettelegge for en ny gruppe – en rolle som normalt ble fylt av en person på 18 år eller eldre.

Da Alexandra ble en gruppeleder, var hun uten sammenligning den yngste av de seks deltakerne i gruppen. Hun studerte omhyggelig studiematerialet før hvert gruppemøte slik at hun kunne vite hvordan hun skulle hjelpe gruppens medlemmer på best mulig måte. Hun tok sin nye rolle alvorlig. “Hun ble opprørt hvis ikke gruppen kom presis, eller hvis videoutstyret ikke virket,” sa hennes far, David.

Alexandra lærte å fordele tiden sin mellom lekser, trampolineforetaket og gruppeleder-rollen svært bra. Og hun synes det var vel verdt det. “Gud velsignet meg da han lot meg få bli gruppeleder,” sa hun. For henne var en av velsignelsene å lære å bli glad i dem du yter tjeneste for.





-----  
*“Jeg lærte at jeg kunne forbedre meg selv ... jeg vet at Gud kalte profeten og at opplæringen i selvhjulpenhet var åpenbaring fra Ham.”*  
 -----

Denne kjærligheten fikk henne til å lede gruppen med et oppriktig ønske om at de skulle lykkes. For eksempel forpliktet gruppens medlemmer seg hver uke til å anvende det de hadde lært på kurset i sitt eget foretak, og deretter undervise familien sin om prinsippene fra evangeliet som de hadde lært. Når deltakere i Alexandras gruppe ikke nådde sine mål eller ikke kom til klassen, besøkte hun dem hjemme for å se om de hadde det bra og oppmuntret dem til å holde sine forpliktelser. “Jeg likte å besøke gruppens medlemmer,” sa hun.

“Jeg forundres over å se hvordan min lille datter kunne føle så sterkt for de nødstiltes velbefinnende,” la Alexandras far til. “Hun har stor medlidenhet med dem hun yter tjeneste for.”

Nå, som bikubepike i Unge Kvinner, har Alexandra planer om å utvide trampolineforetaket sitt til nabolandsbyen. Ved å lære å bli mer selvhjulpen og hjelpe andre med det samme, sa hun at hun allerede ser forandringer hos seg selv og sine nye venner i gruppen. “Mitt vitnesbyrd om Kristus har vokst,” sa Alexandra. “Jeg føler meg mer selvsikker, og jeg ønsker å yte tjeneste.”

Alexandra sa at på grunn av dette opplæringskurset, er hun mer oppmerksom på hvem hun virkelig er og hvordan hun kan yte tjeneste. “Jeg lærte at jeg kunne forbedre meg selv. Og jeg likte å se at alle gruppens medlemmer forbedret seg. Jeg vet at de vil få det bedre og at foretakene deres vil utvikle seg fremover. Jeg vet at Gud kalte profeten og at opplæringen i selvhjulpenhet var åpenbaring fra Ham.”

For Alexandra har hennes vitnesbyrd, selvfølelse, og tjeneste for andre definitivt vært ting det har vært verdt å arbeide for. ■

For å lære mer om de nye selvhjulpenhetskursene, gå inn på [lds.org/go/816000](https://lds.org/go/816000).

“Jeg har en venn som føler at hun ikke har noen andre venner i Kirken enn meg. Hva kan jeg gjøre for å hjelpe henne?”

**N**år hun er i denne situasjonen, føler hun seg sannsynligvis utelatt, ensom eller sårbar. På grunn av ditt vennskap, er det heldigvis flere ting du kan gjøre for å oppmuntre henne:

- Hjelp henne å bli venn med andre ungdommer. Presenter henne for dem, inkluder henne i dine samtaler med dem, og foreslå aktiviteter for ungdommene i din menighet slik at alle kan bli bedre kjent med hverandre. Du kan også snakke med Unge kvinners president, slik at hun og andre ledere kan hjelpe.
- Hjelp henne å forstå sin guddommelige verdi. Du kan fortelle henne om noen av de gode egenskapene du ser i henne.
- Hjelp henne å huske Frelserens kjærlighet, og din omtanke for henne. Frelseren sa: “Jeg er den gode hyrde. Jeg kjenner mine, og mine kjenner meg” (Johannes 10:14). Selv om hun føler at ingen forstår, vil Herren forstå akkurat hvordan hun føler seg. Be for henne, og vis selvfølgelig din omtanke for henne ved å ta henne med til aktiviteter og snakke med henne i kirken.
- Foreslå at hun vender seg til Skriftene og bønn for å styrke sitt forhold med vår himmelske Fader og Jesus Kristus.
- Oppfordre henne fremfor alt til å alltid gå i kirken, selv om det er vanskelig for henne. Minn henne om hvor viktig det er å ta del i nadverden og lære om evangeliet på Kirkens møter.

Hvis dine forslag ikke fungerer med en gang, må du fortsette å være der for henne og oppmuntre henne til å gjøre det som er rett.



### Bli sterkere sammen

Oppfordre og hjelp henne å ta kontakt med andre unge.

Individuelt er vi sterke, men sammen er vi sterkere. Fortell vennene dine at hun vil være bedre i stand til å bidra til Guds rikes vekst om hun har flere venner som oppbygger henne, støtter henne og som hjelper henne å føle kjærlighet for Jesus Kristus og hans evangelium!

*Scarlet M., 16 år, Cautín Province, Chile*

### Inviter henne til aktiviteter

Da jeg sluttet meg til Kirken, følte jeg meg alene, selv om noen av ungdommene hadde prøvd å få kontakt med meg. Jeg deltok på GUF-aktiviteter og ble mer involvert i diskusjonene deres. Jeg lyttet til dem og kom med mine innspill. Jeg smilte til dem og viste oppriktig interesse for dem. Mitt råd er at du kan hjelpe vennen din å åpne seg. Hjelp henne å delta på Kirkens aktiviteter, og hun vil begynne å glede seg over samvær med mange venner.

*Faith O., 17 år, Abia, Nigeria*



### Ta henne med

Jeg ville prøve å ta henne med i samtaler og aktiviteter med andre ungdommer i kirken. Å snakke med andre gode venner om hvordan denne vennen føler, kan være til hjelp. Å spørre om deres hjelp til å inkludere henne

kan få dem til å se denne personens behov, og minne dem om å være vennligere og ta henne med i samtaler og aktiviteter.

*Trevor C., 14 år, Idaho, USA*

### Fortell henne hva hun betyr for deg

Jeg følte det på samme måte da jeg byttet menighet. Den fasen er vanskelig. Det er viktig å fortelle vennen din hvor spesiell hun er, hva hun betyr for deg, og de gode egenskapene hun har slik at hun vil få selvtillit og at hun ikke trenger å frykte. Vi er alle betydningsfulle. Oppfordre henne til å snakke med en leder, be, og lese Skriftene slik at hun forstår at hun ikke er alene.

*Sharon G., 14 år, Yucatán, Mexico*

### Planlegg et selskap

Du eller henne kunne planlegge et selskap med bare noen få inviterte fra kirken. Det er lettere å bli kjent med andre når det er en mindre gruppe.

*Trais H., 13 år, Idaho, USA*

### Vær rede til å hjelpe

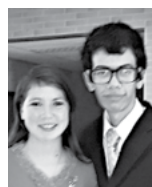
Du kan hjelpe henne å forstå at vi er alle medlemmer av Guds familie, søstre og brødre, og at hun kan vise kjærlighet og omgås alle. La henne også forstå at i vår store åndelige familie, er vi alltid rede til å hjelpe og styrke hverandre. Vi deler også det samme målet som vi arbeider for å nå. I evangeliet er vi aldri alene.

*Søster Anna Kaigorodova,  
Russland Moskva misjon*

### Lytt til Herrens veiledning

Be for henne og spør vår himmelske Fader om hjelp slik at du kan vite hvordan du kan hjelpe henne. Snakk med dine ledere og prøv å involver henne i samtalene til de andre jentene i kirken. Fortsett å vær hennes venn og gjør det beste du kan, og Herren vil vise deg hvordan du kan hjelpe henne.

*Anastasia B., 18 år, Utah, USA*



### Fortell henne at hun aldri er alene

For det første ville vi be for den unge kvinnen og invitere

henne til hver aktivitet eller tjenesteprojekt, slik at hun kan føle at hun er en del av gruppen. La oss ikke tillate at noen faller! For det andre ville vi fortelle henne at hun aldri er alene, at vår himmelske Fader alltid er med oss og elsker oss høyt, og for evig. Vi ville minne henne om et sitat fra



### EN SANN VENN

“Vi vil alle trenge sanne venner til å være glad i oss, lytte til oss, vise oss veien

og bære vitnesbyrd for oss om sannheten, så vi kan bevare Den hellige ånd som ledsager. Dere må være en slik venn.”

*President Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det første presidentskap: “Sanne venner,” Liahona, juli 2002.*

vår profet: “Dere vil en dag vil stå på sidelinjen og se på deres vanskelige stunder, og dere vil innse at han alltid var der ved siden av dere” (Thomas S. Monson, “Vi går aldri alene,” *Liahona*, nov. 2013, 124).

*Yenifer S., 18 år, og Fernando P., 18 år, Tacuarembó, Uruguay*

## KOMMENDE SPØRSMÅL

“Hvordan kan jeg hjelpe mine venner å overvinne problemer som banning eller overdrevent bruk av videospill?”

Send ditt svar, og hvis ønskelig, et høyoppløselig bilde innen 15. september 2016, på [liahona.lds.org](mailto:liahona@lds.org) (klikk “Send inn en artikkel”) eller på e-post til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

Ta med følgende informasjon: (1) fullt navn, (2) fødselsdato, (3) menighet eller gren, (4) stav eller distrikt, (5) din skriftlige tillatelse og, hvis du er under 18 år, dine foreldres skriftlige tillatelse (e-post er i orden) til å trykke ditt svar og foto.

Svar kan bli redigert på grunn av lengde eller klarhet.



Av eldste  
Timothy J. Dyches  
i De sytti

# BARE MED GUDS HJELP

*Når vi forstår at vi er avhengige av Gud, forstår vi også at han er opptatt av å hjelpe oss.*

Mitt siste år på high school bragte med seg en utfordring jeg ikke hadde forventet. Kort tid etter at skolen var begynt, meldte språklæreren meg på deltagelse i debatt. Vi studerte, øvde, og konkurrerte, og jeg lærte ydmykt mange verdifulle leksjoner.

Flere måneder senere og fire uker før delstatens språkkonkurranse, orienterte læreren meg tilfeldigvis om at han også hadde meldt meg på en konkurranse i taleimprovisasjon. Han begynte å forklare at på den første dagen krevdes det at jeg skulle gi minst tre forskjellige syv-minutters-taler foran et panel av dommere.

Og det var en hake til – taleemnene var vilkårlige valgte aktulle emner, med bare 30 minutter til å forberede seg. Jeg var lamslått, jeg hadde ikke engang sett noen gi en improvisert tale.

Selv om jeg brukte de neste ukene til å lese så mange artikler jeg kunne om aktuelle emner, var jeg fortsatt overveldet og tvilte på meg selv. Den dagen konkurransen skulle avholdes, spurte jeg arrangørene, "Jeg har allerede trukket emne, men kan jeg gå inn og høre litt på noen som virkelig holder tale?" De svaret, "Du har bare 30 minutter. Det er opp til deg om du vil bruke dem på å lytte."

## En bønn om hjelp

Denne aller første gangen gikk jeg inn og lyttet i et par dyrebare minutter. Jeg visste at jeg trengte å være alene og be til min himmelske Fader. Jeg så en avsidesliggende lund på universitetsområdet ved siden av et lite vann der jeg kunne være alene, på mine knær.

Jeg tryglet min himmelske Fader om hjelp. Det var ikke en bønn om å vinne – det var en oppriktig bønn om hjelp fra Den hellige ånd om at jeg måtte klare å gjøre noe jeg aldri hadde gjort før, og komme meg gjennom denne utfordringen. Jeg innså at jeg trengte Guds hjelp.



Min himmelske Fader besvarte min bønn. Jeg husket hva jeg hadde lest og var i stand til å sette sammen fakta og inntrykk. Med hvert trukket emne, gikk jeg for meg selv for å be. Så kunne jeg sette i gang. Neste dag kom jeg overraskende nok til finalerunden.

Min tro på Gud og mitt vitnesbyrd økte, og min tro ble sterkere ettersom jeg følte at han var nær. Jeg takket min himmelske Fader for den hjelp jeg hadde fått, for etter å ha gjort alt jeg kunne, gjorde han meg større enn jeg noen-gang kunne ha klart selv (se 2 Nephi 25:23).

I mitt yrkesliv, var jeg øre, nese, hals -lege. Ved en anledning i Reno, Nevada, USA, ble jeg bedt om å assistere på sykehusets intensivavdeling for barn, da de behandlet en skjør liten babygutt som hadde blitt født altfor tidlig.

Den lille gutten hadde kommet seg gjennom noen vanskelige utfordringer de første få månedene av sitt liv, og blitt sterk nok til å kunne dra hjem sammen med foreldrene og familien.

Dessverre var han nå tilbake på sykehuset etter å ha vært hjemme i to måneder, med en alvorlig infeksjon i den venstre lungen, og han responderte ikke på høye doser medisin.

Spesialistene på intensivavdelingen hadde mistanke om at babyen kanskje hadde pustet inn noe som hadde satt seg fast i den ene lungen, men det kunne ikke sees på noen av røntgenbildene. Fordi tilstanden hans forverret seg, foreslo de at jeg skulle undersøke lungene hans mens han sov i operasjonsstuen.

På den tiden hadde vi ikke teknologi til å kunne se godt langt ned i luftveiene til så små barn. Mens vi arbeidet med å fjerne infeksjonen fra den venstre lungen, så jeg et kort øyeblikk hva

Det var ikke en bønn om å vinne. Det var en bønn om at jeg måtte klare å gjøre noe jeg aldri hadde gjort før.



han hadde pustet inn – en liten gul bit av en fargestift, ute av rekkevidde for noen av instrumentene.

En sykepleier på operasjonsstuen oppfattet hvor alvorlig situasjonen var, og nevnte at hun hadde sett et langt tynt instrument som ble brukt til å fjerne nyrestein fra trange steder. Hun kom raskt fram med en lang tynn fleksibel trådspiral, som åpnet seg akkurat nok hvis den ble brukt riktig, til å få tak i små steiner uten å ødelegge omkringliggende vev. Men hvordan kunne jeg få den inn der?

#### “Jeg klarer ikke dette alene”

Jeg ba anestesilegen om å se etter vår lille pasient litt lenger, mens jeg trakk meg tilbake til hjørnet i operasjonsstuen. “Himmelske Fader, jeg klarer ikke dette alene.” Tanken kom til mitt sinn: “Gjør ditt beste. Sammen kan vi klare dette.”

Jeg øve flere ganger på å åpne og lukke trådspiralen i hendene mine i flere forskjellige posisjoner. Veldig forsiktig ble trådspiralen skjøvet gjennom instrumentet og direkte til fargestiften. Med en varsom manøver var den forbi, den åpnet seg, og lukket seg sakte. Luftveien var nå klar og ren.

Nå som fargestiften var ute, ble barnet fort bra. Han ble utskrevet etter en uke sammen med et lite glass med en gul souvernir.

Jeg vet at jeg fikk guddommelig hjelp, like virkelig som om forsynets hånd hadde ledet min egen.

Jeg bærer ydmykt vitnesbyrd om de råd og veiledning vår himmelske Fader gir. Det kommer tider når du bare kan gjøre det du må gjøre med Guds hjelp. I slike tider, til alle tider, “Kjenn ham på alle dine veier! Så skal han gjøre dine stier rette”

(Ordspr. 3:6). ■

Tanken kom til mitt sinn: “Gjør ditt beste. Sammen kan vi klare dette.”







Av president  
Thomas S. Monson

## HVORDAN HOLDE SEG VERDIG

Jeg har levd lenge nok til å ha vært vitne til mye av forvandlingen som har funnet sted i samfunnets moral. Der Kirkens og samfunnets normer før stort sett var forenlige, er det nå en bred kløft mellom oss, og den blir stadig bredere.

Mange filmer og TV-programmer fremstiller adferd som er stikk i strid med Guds lover. **Utsett dere ikke for insinuasjonene og rensykkede slibrigheter** som så ofte finnes der. Teksten i mye av dagens musikk faller i samme kategori. Den banning som er så utbredt i dag, ville aldri ha blitt tolerert for ikke så altfor lenge siden. Vær så snill å **ikke si noe som dere ikke kan være stolte av.**

**Hold dere fullstendig unna pornografi.** Tillat dere aldri noensinne å se på det. Det har vist seg å være en avhengighet som det er mer enn vanskelig å bli kvitt. **Unngå**

**alkohol og tobakk og andre skadelige stoffer,** for dette er også uvaner som ikke er lette å overvinne.

Hva vil beskytte dere mot den synd og ondskap som finnes rundt dere? Jeg vil hevde at et sterkt vitnesbyrd om vår Frelser og hans evangelium vil bringe dere i sikkerhet. Hvis dere ikke har **lest Mormons bok,** så les den. Hvis dere gjør det med bønn og med et oppriktig ønske om å få vite sannheten, vil Den hellige ånd tilkjennegi at den er sann. Hvis den er sann – og det *er* den – da var Joseph Smith en profet som så Gud Faderen og hans Sønn Jesus Kristus. Kirken er sann. Hvis dere ikke allerede har et vitnesbyrd om disse tingene, så gjør det som trengs for å få det. **Det er helt avgjørende at dere har deres eget vitnesbyrd,** for andres vitnesbyrd holder bare et stykke på veien. Når dere så har



mottatt et vitnesbyrd, må det holdes levende og sterkt ved lydighet mot Guds bud og ved regelmessig bønn og skriftstudium. Gå i kirken. Delta i Seminar.

Hvis det er noe galt i deres liv, finnes det en utvei. **Slutt med all urettferdighet.** Snakk med biskopen. Uansett hva problemet er, kan det ordnes med sann omvendelse. Dere kan bli rene igjen (se L&P 58:42).

Menneskenes Frelser sa om seg selv at han var i verden, men ikke av verden. Vi kan også være i verden, men ikke av verden, ved å forkaste falske ideer og læresetninger. Stå fast på det som Gud har befalt. ■

*Fra en tale ved generalkonferansen i april 2011.*

# PÅ SØKEN ETTER GUD



*Jeg har aldri følt en så sterk fred som jeg gjorde første gang jeg deltok på Seminar.*

**Av Ismael Ezequiel Polanco Almonte**

**J**eg var bare rundt åtte år gammel da jeg undret meg over Guds natur. En dag leste min far et skriftsted i Bibelen som lover at om vi mangler visdom, kan vi “be til Gud – for Gud gir alle, villig og uten bebreidelse – og så skal han få den” (Jakobs brev 1:5). Ordene gjorde inntrykk på meg og fylte hjertet mitt.

Da jeg var alene på soverommet mitt, ba jeg til Gud om at han måtte fortelle meg om den kirken jeg tilhørte var den riktige. Jeg ville at han skulle svare meg med en gang. Men det skjedde ikke. Gud gjorde ikke som jeg ønsket, og jeg var lei meg for at han ikke hadde besvart min bønn umiddelbart. Jeg ville vite! Jeg hadde

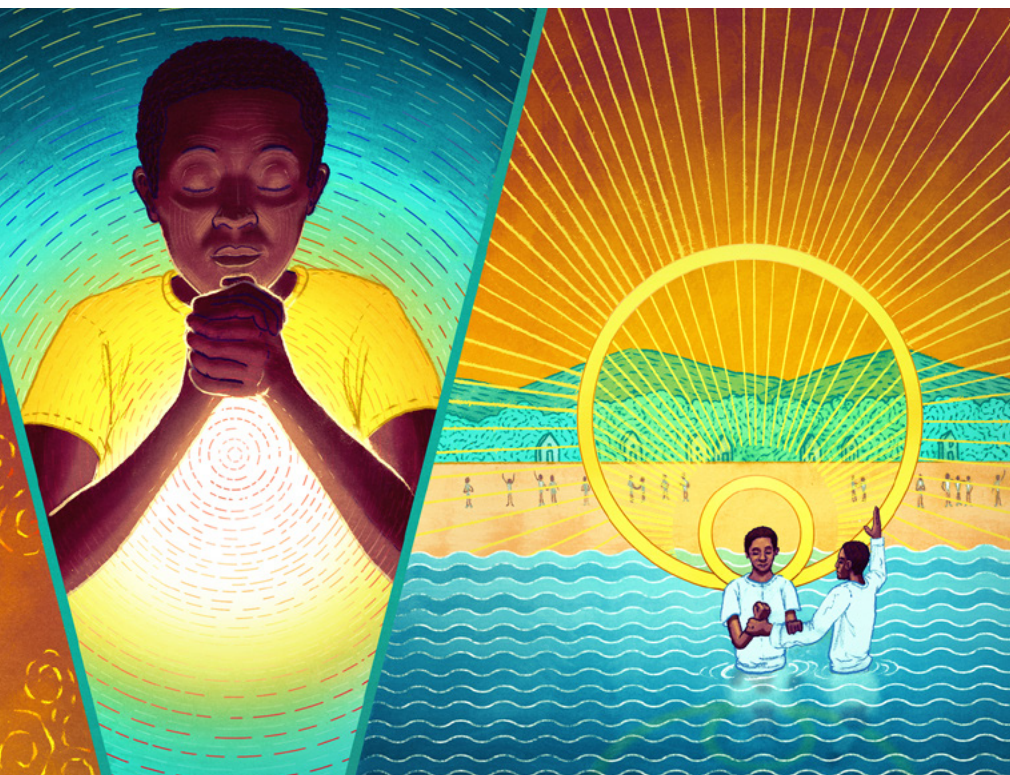
gjort det jeg trodde var tilstrekkelig.

I oppveksten fikk jeg mange anledninger til å lete etter svaret i mange kirker. Etter hvert som jeg gjorde det, ble jeg mer og mer forvirret. Alle motsa hverandre, og de bare hysjet ned mine spørsmål om Guds natur.

Flere år etter var jeg lei av å lete, og jeg sa, “Det finnes ikke noe svar.”

Jeg begynte å gjøre ting som moderne ungdom gjør, slik som festing og deltagelse i mange verdslige distraksjoner. For hver uke sank jeg dypere og dypere inn i mørke fordi mine valg ikke var av de beste. De dårlige vanene skilte meg også fra familien, som alltid hadde støttet meg.

Men igjen kom ønsket om å spørre Gud. Jeg ba, “Fader, jeg er



her, og jeg venter. Jeg har lett, og jeg har ikke funnet. Skriftene lover svar, men det kommer ingenting. Se på meg. Jeg er alene. Jeg vil vite, men jeg vet ikke hvordan jeg skal finne deg.”

Akkurat da – inne før og ikke etter, men akkurat da jeg trengte det – følte jeg at brystet mitt brant like sterkt som om jeg hadde en vulkan på innsiden. Jeg greide ikke å holde tårene tilbake. Jeg visste at det var svar på spørsmålet mitt.

Om ettermiddagen, da jeg var på skolen, tenkte jeg på svaret jeg hadde fått da min beste venn spurte, “Hva tenker du på, Ismael?” Jeg svarte ikke sant da, bare fortalte at jeg tenkte på stranden og at jeg hadde lyst til å dra

og se på solnedgangen neste morgen. Jeg inviterte ham med.

“Det kan jeg ikke,” sa han, og smilte.

“Hvorfor ikke?” spurte jeg ham. “Hva er det du gjør så tidlig om morgenen?”

“Seminar,” sa han.

“Seminar? Hva er Seminar?” spurte jeg ham. Han forklarte at det var klasser som kirken hans hadde.

“Hvor lenge har du gått i en kirke?” spurte jeg overrasket.

“Så lenge jeg kan huske. Jeg er medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige.”

Jeg sa at jeg ville være med. Jeg visste at dette var svaret etter mange år med bønner.

Neste dag sto jeg opp klokken 05:30 og dro til Seminar. Den største overraskelsen var at de studerte Bibelen. Jeg kan si at jeg har aldri følt en så sterk følelse av fred som jeg gjorde da jeg gikk inn i grenens bygning i Matancita i Den dominikanske republikk, der det ble undervist i ren lære, nydelig for en sjel som hadde søkt så ivrig. Salmene som ble sunget fylte mitt hjerte og sinn med en tanke, “ Dette er sannheten.”

“ Dette,” tenkte jeg, “ ønsker jeg å føle hver dag.” Jeg spurte når tid jeg kunne komme tilbake, og læreren, min venns mor, ga meg klassens timeplan og inviterte meg til grenens søndagsmøter også.

Fra da av sto jeg opp, hver mandag til fredag, klokken 05:30 for å dra til Seminar, og hver søndag dro jeg i kirken. Jeg kunne ikke gå glipp av det. Jeg hadde funnet det jeg alltid hadde søkt etter.

Dessverre var det ingen misjonærer der som kunne undervise og døpe meg. Etter et og et halvt år med mange bønner, kom det misjonærer som underviste meg i alle misjonærleksjonene på en uke. Jeg husker øyeblikket da jeg var begravd i det blå vannet på landsbyens vakre strand.

Jeg gleder meg nå over privilegiet å ikke være en fremmed eller utlending (se Efeserne 2:19) men en bror til alle de som har gått inn på Herrens vei, den rette og smale sti. ■

*Artikkelforfatteren bor i Santiago, Dominican Republic.*



Av eldste  
Randy D. Funk  
i De sytti



# Å være der vi burde være



**D**a jeg var 11, bodde jeg i Manti, Utah, USA. På begynnelsen av året tok primærlæreren min med en fin liten øks som du kunne hugge ved med.

“Den som kommer oftest til Primær i år får beholde øksen,” sa hun. Der og da bestemte jeg meg for å komme hver uke. På slutten av året fikk jeg øksen!

Snart fylte jeg 12 år. Jeg ble ordinert til diakon. Rundt denne tiden

flyttet familien min til Madison, Wisconsin, USA. Jeg savnet vennene mine, men var spent på å få nye. Madison var mye større enn Manti. Den nye skolen var stor. Det var ikke mange medlemmer av Kirken der. En dag inviterte noen av de populære ungene meg til en fest. Men festen skulle være samme kveld som en av Kirkens aktiviteter. Fra min erfaring i Primær hadde jeg lært at gode ting skjer når jeg er

trofast og deltar på Kirkens møter. Jeg takket for at de inviterte meg, og forklarte hvorfor jeg ikke kunne komme.

Dagen etter festen snakket alle på skolen om den. De hadde drukket alkohol på festen, og alle som hadde vært der fikk masse trøbbel! Jeg var så takknemlig for at jeg hadde vært der jeg burde være.

Jeg er takknemlig for at jeg gikk i Primær og til andre av Kirkens

## HOLD DEG NÆR TIL JESUS

I kirken lærer vi hvordan vi kan ta kloke valg og bli bedre etterfølgere av Jesus. Fyll inn de tomme feltene for å hjelpe barna på bildene å vite hva de burde gjøre.

1. "Men vær \_\_\_\_\_ mot hverandre" (Efeserne 4:32).
2. "Salige er de \_\_\_\_\_" (Matteus 5:9).
3. "Når dere er i deres medmenneskers \_\_\_\_\_ er dere jo i deres Guds tjeneste" (Mosiah 2:17).
4. "Vi trakter etter alt som er \_\_\_\_\_, skjønt, prisverdig og \_\_\_\_\_" (Trosartiklene 1:13).

møter mens jeg vokste opp. Jeg lærte viktige ting om evangeliet der. Og jeg hadde det moro på aktivitetene. Vår himmelske Fader velsigner oss når vi prøver å være der vi burde være, og gjøre det vi burde gjøre. Han styrker vår tro. Han beskytter oss mot fristelse og synd.

I Lære og pakter 88:63, sa Jesus, "Hold dere nær til meg og jeg vil holde meg nær til dere."

Når vi deltar på Kirkens møter, også nadverdsmøtet, holder vi oss nær til vår himmelske Fader og Jesus Kristus. Vi lærer viktige sannheter som veileder oss i våre valg gjennom resten av uken, selv når vi ikke er i kirken og omringet av de som deler vår tro. Når du lever rettferdig, vil Den hellige ånd hjelpe deg å vite hvor du trenger å være og hva du trenger å gjøre. ■

1



2



3



4



*Hvorfor ga  
bestefar Gage en  
tom flaske?*

# Den lille flasken med stillhet



**Av Ray Goldrup**

Basert på en sann historie

*“Fred etterlater jeg dere. Min fred gir jeg dere” (Johannes 14:27).*

Gage stirret på den tomme gamle flasken og vendte på den. Den var liten og grønn, med en kork i toppen. Bestefar Russell hadde gitt ham den etter dåpen.

“Hva er det der?” spurte Gage. “Jeg vet at det er en flaske – men det er ikke noe i den.”

“Joda, den er full,” sa bestefar.

Gage ristet på flasken. “Jeg synes den ser tom ut.”

Bestefar lo. Han dro ut korken og holdt den lille flasken opp til Gages øre. “Kan du høre det?” hvisket han.

“Høre hva?” Gage hvisket tilbake.

Bestefar smilte. “Stillhet,” sa han. Så satte han korken tilbake i flasken. “I dagens verden er det vanskelig å finne stillhet. Den er som medisin, og hver dråpe er like verdifull som gull.”

Gage takket og tok bestefars rare gave med hjem. Men han tenkte ikke så mye på den.

Noen få uker senere døde Gages onkel Vince. Etter begravelsen hadde mange slektninger samlet seg i stuen til Gages hus. Gage flyktet til rommet sitt og lukket døren. Han kunne høre de lave stemmene til foreldrene og slektingene fra stuen.

Gaga fikk øye på den gamle grønne flasken på skrivebordet og tok den opp. Han vendte den i hendene sine. Bestefar hadde sagt at stillhet var som medisin. Gage trengte litt fred og trøst etter onkel Vincens begravelse.

Gage dro ut korken, og lot som om han helte litt stillhet ut over hodet sitt. Han visste at flasken *egentlig* ikke var full av stillhet. Men han visste at han trengte å ha det litt stille og føle seg nær til Gud.

Han merket av øynene fyltes av tårer. Onkel Vince kom ikke til å være der lengre – ingen flere dumme vitser, ingen flere brytekamper. Gage savnet ham så mye at han hadde vondt i hjertet.

Så, i stillheten, følte Gage noe varmt som vokste i hjertet og gjorde smerten litt mildere. Han husket at onkel Vince ikke var borte for bestandig, han hadde bare dratt over til den andre siden. På grunn av Jesus Kristus og frelseplanen, ville alle kunne leve for bestandig. Gage visste at en dag kunne han treffe onkel Vince igjen.

Mens han holdt flasken i hendene sine, følte Gage at han fikk fred. Han

visste at det var på grunn av Den hellige ånd, og ikke på grunn av flasken. Flasken hadde bare minnet ham om å være stille slik at han kunne føle Den hellige ånd. Han satte korken i flasken og la den bort.

Deretter gikk han tilbake til stuen for å være sammen med familien. Han kunne til og med ta med seg Den hellige ånds fred og trøst som han følte inne i seg, ut av sitt stille rom. ■

*Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.*



Av Laura Goodrich  
Basert på en sann  
historie

Lydia så  
på mens  
mor gjorde  
seg klart til  
å gå på jobb.  
Mor tok på  
seg fin rosa lep-  
pestift. Hun var så  
vakker.

Lydia så i speilet.  
Hun ble trist. "Jeg  
har ikke noe  
leppestift," sa  
Lydia. "Så  
jeg er ikke  
vakker."

# Hender, hjerte og et smil

Mor holdt  
henne tett inn-  
til seg. "Det er  
ikke leppestift  
som gjør men-  
nesker vakre.

Det er å være  
sterk og snill som  
gjør mennesker  
vakre.

Du er sterk og snill  
når hendene dine hjelper  
andre.

Du er sterk og snill  
når hjertet ditt er  
fylt med kjærlighet  
overfor alle.





Og du er sterk og snill når du smiler. Det gjør andre glad også.

Å være sterk og snill gjør deg vakker på innsiden også, ikke bare på utsiden.”

Lydia ønsket å være sterk og snill!

Hun brukte hendene sine til å bære inn posten for bestefar. Hun ga det siste kakestykket til kusinen sin.

Hun følte kjærlighet i hjertet da hun lekte med den nye naboen. Hun følte kjærlighet i hjertet da hun ga noen mynter til en jente som samlet inn penger til de hjemløse.



Hun smilte til menneskene hun traff. Alle smilte tilbake.

Den kvelden sa Lydia til mor, “Du har rett! Jeg føler meg sterk og snill. Jeg brukte hendene mine og hjertet mitt og smilet mitt idag.”

Mor smilte. “Du er sterk og snill, akkurat slik Jesus vil at du skal være!” ■

*Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.*

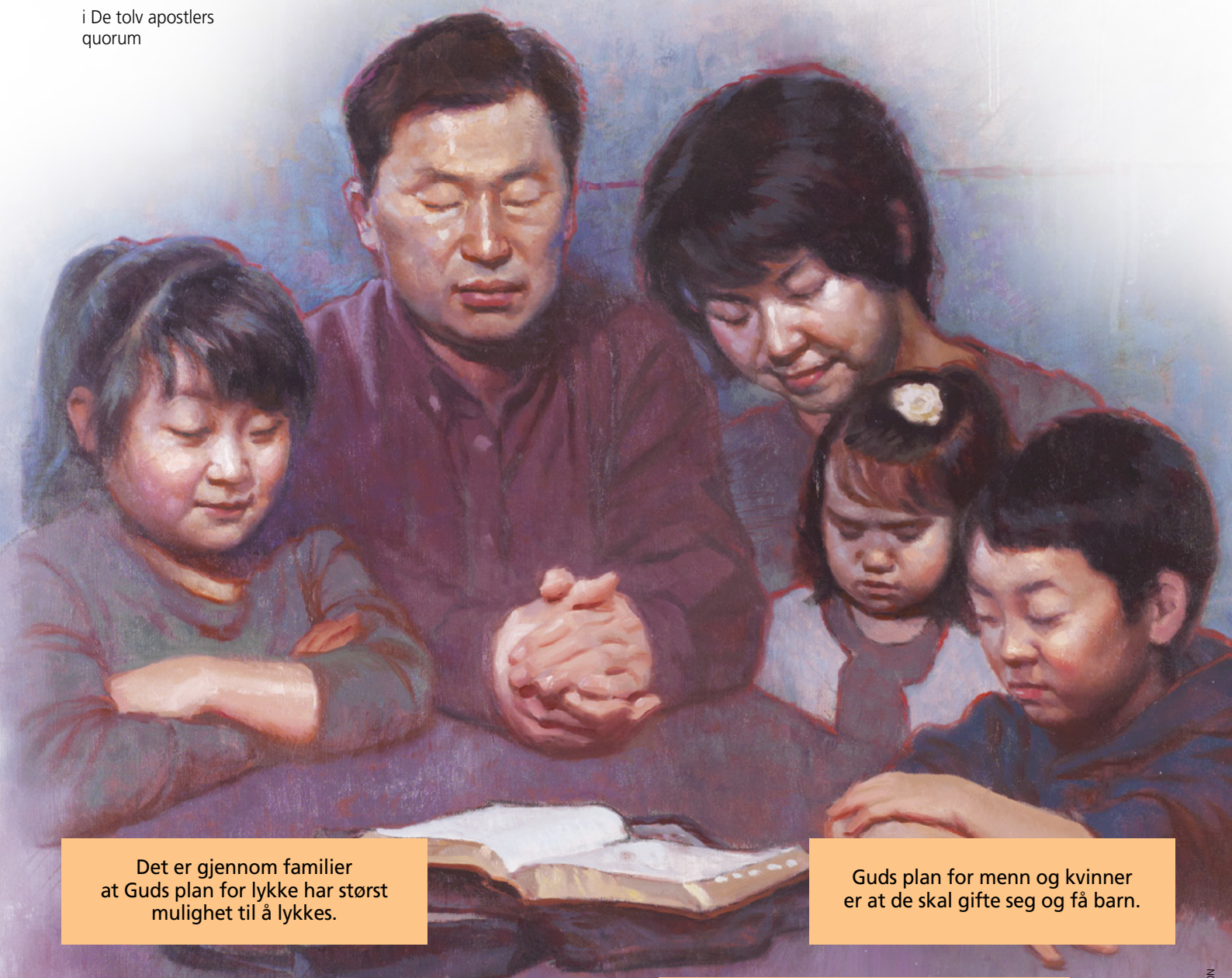




Av eldste D. Todd Christofferson

i De tolv apostlers quorum

# Hvorfor er familier så viktige?



Det er gjennom familier at Guds plan for lykke har størst mulighet til å lykkes.

Guds plan for menn og kvinner er at de skal gifte seg og få barn.

Gud har også sagt at foreldre skulle lære sin familie å følge Jesus Kristus.

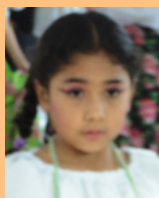
Trofaste familier hjelper samfunn og nasjoner å være sterke og friske.

# VÅR SIDE



*Jesus kalles noen ganger for Den gode hyrde, og vi er på en måte lammene hans. Han ønsker å ta vare på oss.*

**Victoria P., 10 år, Federal Distrikt, Brazil**



*Jeg hadde en fin opplevelse da jeg var syv år gammel. Jeg ønsket å vite om Kirken var sann. Så jeg ba en bønn og spurte vår himmelske Fader. Jeg gjorde meg ferdig med å be, og la*

*meg til å sove. Jeg hadde en drøm der Jesus Kristus sa til meg, "Dette er den sanne Kirke." Da jeg våknet, husket jeg drømmen, og jeg visste at jeg var medlem i den sanne Kirken.*

**Miranda R., 9 år, Querétaro, Mexico**



*Jeg er utrolig glad for å være medlem av Kirken. Jesus Kristus er min venn og han beskytter meg og min familie. Jeg liker å besøke templet. Jeg liker familiens hjemmeaften og primær.*

**Angel M., 11 år, Colón, Panama**



*For å nå et mål i Tro på Gud-heftet, bestemte vi oss for å lage en modell av Montevideo Uruguay tempel. Det tok et år å lage det, men det var verdt det. Når vi blir 12 år, er målet vårt å kunne dra til dette templet.*

**Samuel O., 10 år, og Enzo S., 11 år, Rivera Department, Uruguay**



## DET ER DIN TUR!

Du kan dele din opplevelse, vitnesbyrd og bilde med Vår side. Send e-post til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) og legg ved tillatelse fra en foresatt, eller besøk [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) og klikk på "Send inn en artikkel."

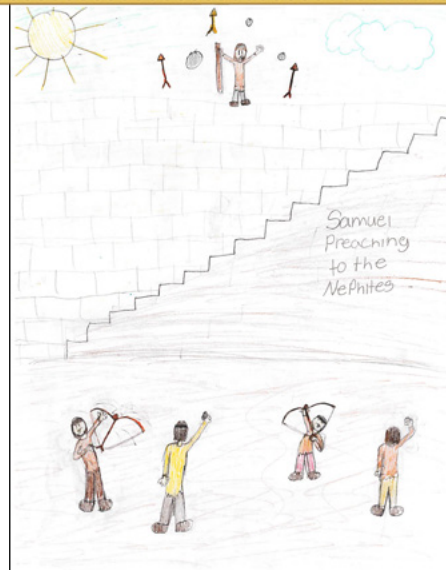
# Samuel vitnet

Samuel var en profet, og han var lamanitt. Vår himmelske Fader sa til Samuel at han skulle fortelle de Sugudelige nephittene at de måtte omvende seg. Nephittene ville ikke slippe Samuel inn i byen, så han sto på bymuren. De kastet stener og skjøt piler på han. Men vår himmelske Fader beskyttet ham. Samuel fortalte folket det vår himmelske Fader ønsket at de skulle høre.



En gang var jeg redd fordi jeg måtte bære mitt vitnesbyrd. Da jeg bar vitnesbyrdet, var jeg ikke redd.

*Chase C., 6 år, Arizona, USA*



*Lauren P., 11 år, Utah, USA*

ILLUSTRASJON AV JARED BECKSTRAND



Klipp, brett og ta vare på dette utfordringskortet!



## Jeg kan vitne!

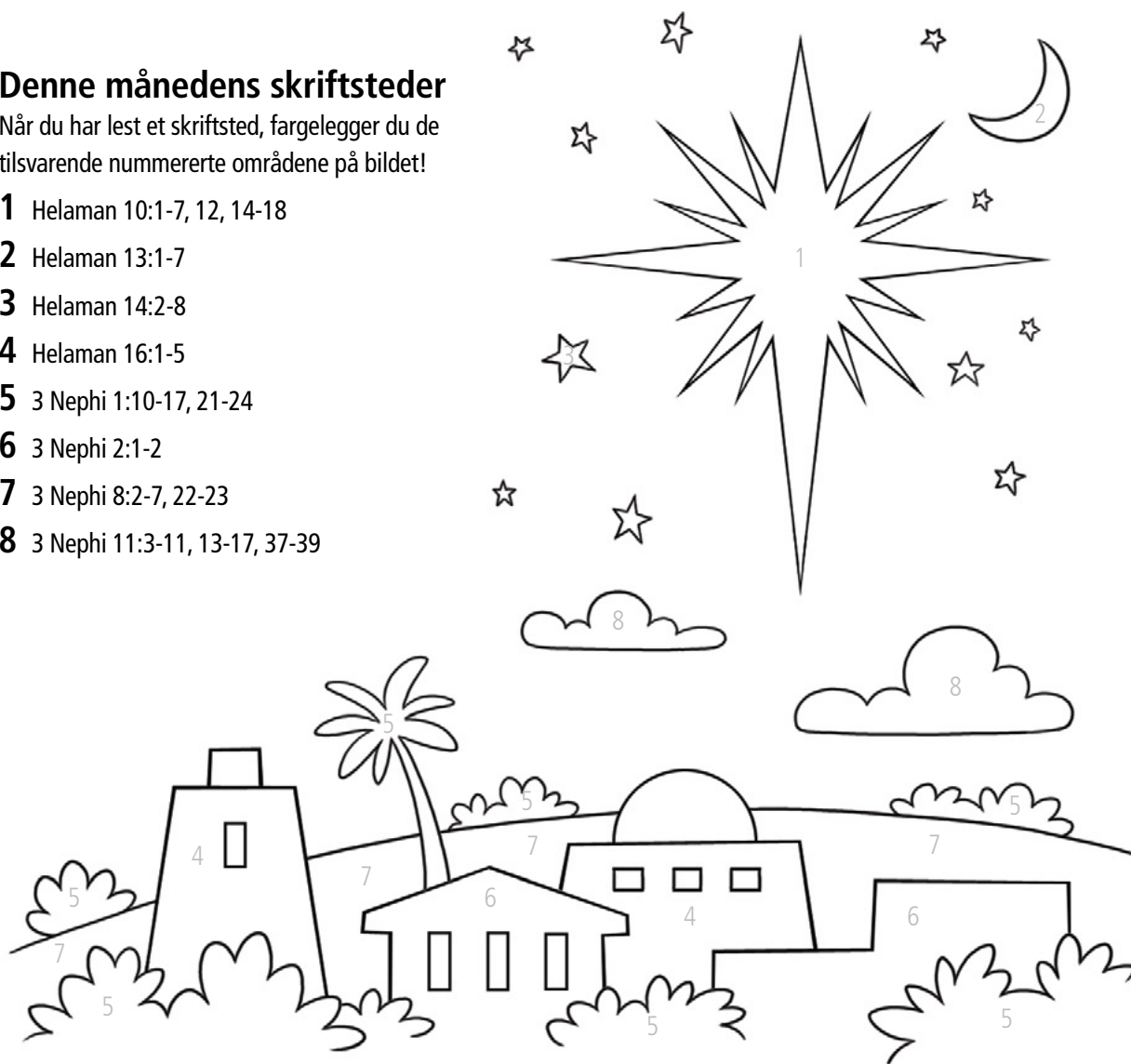
- Lær utenat Helaman 14:8.
- Hjelp andre å velge det rette ved å være et godt eksempel denne uken.
- Se kapittel 40 av Historier fra Mormons bok på [scripturestories.lds.org](http://scripturestories.lds.org).
- Jeg utfordrer meg selv til å ...

\_\_\_\_\_

## Denne månedens skriftsteder

Når du har lest et skriftsted, fargelegger du de tilsvarende nummererte områdene på bildet!

- 1 Helaman 10:1-7, 12, 14-18
- 2 Helaman 13:1-7
- 3 Helaman 14:2-8
- 4 Helaman 16:1-5
- 5 3 Nephi 1:10-17, 21-24
- 6 3 Nephi 2:1-2
- 7 3 Nephi 8:2-7, 22-23
- 8 3 Nephi 11:3-11, 13-17, 37-39



ILLUSTRASJON AV JARED BECKSTRAND



### Den nye stjernen

**N**oe av det Samuel fortalte nephittene var at Jesus Kristus skulle bli født snart, og at han skulle bli Frelseren. En ny stjerne ville skinne når Jesus ble født. Noen mennesker ble veldig sinte og prøvde å skade Samuel. Andre trodde det han fortalte og ville bli døpt. Les om Samuel på side 76-78. Se etter en ny leseutfordring i neste nummer! ■

# Samuel underviser om Jesus



Samuel var en profet. Han klatret opp på bymuren for å preke. Han sa til folket at de måtte omvende seg og ha tro på Jesus Kristus.

Samuel underviste at Jesus snart skulle bli født. En ny stjerne skulle skinne. Det skulle være lyst hele natten!

Han underviste at når Jesus døde, skulle det være mørkt i tre dager. Mange byer ville bli ødelagt.





Noen mennesker trodde og ble døpt. Andre trodde ikke og ble sinte. De kastet stener og skjøt piler på Samuel. Men Gud beskyttet ham, og han ble ikke skadet.

De som ikke trodde prøvde å ta Samuel til fange. Men Samuel slapp unna.





Fem år senere ble Jesus født. En ny stjerne skinte på himmelen. Det ble akkurat slik som Samuel hadde sagt! ■

*Fra Helaman 13-15, 3 Nephi 1:13-15, 21*



# Jeg kan betale tiende



ILLUSTRASJON: APRYL STOTT



Av eldste  
Matthew Cowley  
(1897-1953)

i De tolv apostlers  
quorum

## MIRAKLER

*“Send bud på eldstene, jeg føler meg ikke så bra.”*

For litt over et år siden kom et ektepar inn på kontoret mitt, bærende på en liten gutt. Faren sa, “Min hustru og jeg har fastet i to dager, og vi har kommet hit med den lille gutten vår for at han skal få en velsignelse. Du er den vi er blitt sendt til.”

Jeg sa, “Hva er i veien med ham?”

De fortalte at han var født blind, døv og stum, hadde ingen koordinasjon i bevegelsene, han kunne ikke engang krabbe i en alder av fem år.

Jeg sa til meg selv, “Dette er det.

‘Men dette slag farer ikke ut uten ved bønn og faste’ [se Matteus 17:21].” Jeg hadde sterk tro på fasten og bønnene til disse foreldrene. Jeg velsignet barnet, og få uker senere mottok jeg et brev. “Bror Cowley, vi skulle ønske du kunne se den lille gutten vår nå. Han krabber. Når vi kaster en ball på gulvet krabber han etter den på hender og knær. Han kan se. Når vi klapper i hendene over hodet hans, hopper han til. Han kan høre.”



Medisinsk vitenskap hadde gitt opp. Gud hadde tatt over ...

Jeg ble en dag kalt til et hjem i en liten landsby på New Zealand. Der holdt noen søstre fra Hjelpeforeningen på å stille legemet til en av de hellige. De hadde plassert legemet foran det store huset, som de kaller det, huset der pårørende kommer for å sørge og gråte over den døde, da plutselig den døde mannens bror stormet inn. Han sa, “Administrer til ham.”

Den unge innfødte sa, “Men det kan du ikke gjøre. Han er jo død.”

“Gjør det!”

... Jeg hadde [en trofast gammel Maori] med meg... Den yngre innfødte falt ned på knærne og salvet mannen. Så falt denne gamle kjempen ned på sine knær og velsignet ham og befalte ham å stå opp.

Dere skulle ha sett hvordan søstrene i Hjelpeforeningen reagerte. Han satte seg opp og sa, “Send bud på eldstene, jeg føler meg ikke så bra”... Vi fortalte ham at han nettopp var blitt administrert til, og han sa, “Åja, det var det.”

Han sa, “Jeg var død. Jeg kunne føle livet komme tilbake til meg som om du tok av et teppe.” Han levde lengre enn den broren som kom og sa at vi skulle administrere til ham ...

Gud har virkelig kontroll på alle disse elementene. Du og jeg kan hjelpe, og hvis det er Hans vilje, kan vi kontrollere elementene etter Hans vilje. ■

*Fra “Miracles,” New Era, juni 1975, 39-44, en artikkel tilpasset fra en tale gitt under en andakt ved Brigham Young universitetet 18. februar, 1953. Tegnsetting, store bokstaver og sitater standardisert.*



## Hva er vår grunn til håp?

*"Hvis vi gir vårt hjerte til Gud, hvis vi elsker vår Herre Jesus Kristus, hvis vi gjør det beste vi kan for å etterleve evangeliet, vil morgendagen – og alle andre dager – til syvende og sist være fantastiske, selv om vi ikke alltid ser det slik. Hvorfor? Fordi vår himmelske Fader ønsker det! Han ønsker å velsigne oss. Et givende, rikt og evig liv er selve hensikten med hans barmhjertige plan for sine barn!"*

# Også i dette nummeret

## FOR UNGE VOKSNE



### Grunnfestet i Kristus

Har du vanskeligheter med å stå imot livets stormer? Eldste og søster Clayton foreslår måter vi kan grunnfeste vårt liv i Jesus Kristus og forstå vårt sanne potensial.

s.42

## FOR UNGDOM

### ET HOPP INN I FREMTIDEN

s.54

Hva har trampoliner å gjøre med oppstarten av en et foretak? Møt Alexandra, en 11-åring fra Mexico. Hun kan forklare.



## FOR BARN



### Å være der vi burde være

s.66

Det finnes mange måter vi kan "stå på hellige steder." Hvordan kan du stå på et hellig sted, uansett hvor du er?

