

STÅ FAST I DIN TRO



LITEN UPPSLAGSBOK
OM EVANGELIET

STÅ FAST I DIN TRO

LITEN UPPSLAGSBOK

OM EVANGELIET

Utgiven av
Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars heliga
Salt Lake City, Utah

Omslag: *Light and Truth (Ljus och sanning)*, av Simon Dewey
© Simon Dewey

© 2004 Intellectual Reserve, Inc.
Med ensamrätt
Printed in Germany

Engelskt original godkänt: 07/04
Godkänt för översättning: 07/04
Originalalets titel: *True to the Faith*
Swedish
36863 180
ISBN 91-86881-40-X

BUDSKAP FRÅN FÖRSTA PRESIDENTSKAPET

Den här boken är avsedd som hjälp vid studier av skrifterna och nutida profeters lärdomar. Vi uppmuntrar dig att rådfråga den vid studium och tillämpning av evangeliets principer. Använd den som resurs för att förbereda tal, undervisa och besvara frågor om kyrkan.

När du lär dig mer om evangeliets sanningar ökar din insikt om vår himmelske Faders eviga plan. Med denna insikt som grund i livet kan du fatta bättre beslut, leva i harmoni med Guds vilja och finna glädje i att leva. Ditt vittnesbörd blir starkare. Du står fast i din tro.

Vi tänker särskilt på ungdomar, unga vuxna och nya medlemmar. Vi lovar dig att du genom regelbundna personliga böner och studier av skrifterna och evangeliets lära blir beredd att stå emot onda inflytanden som kan bedra dig och skada dig.

Må denna bok stärka dig i din strävan att komma närmare Frälsaren och följa hans exempel.

Första presidentskapet

UPPSLAGSORDEN

I ALFABETISK ORDNING

Abort

I dagens samhälle har abort blivit en vanlig företeelse som försvaras av bedrägliga argument. Om du har frågor om det här, är du trygg om du följer Herrens uppenbarade vilja. Nutida profeter har tagit avstånd från abort med hänvisning till Herrens ord: "Du skall icke ... dräpa, ej heller göra något som är detta likt." (L&F 59:6) Deras hållning i frågan är tydlig: Medlemmar av Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga ska inte underkasta sig, utföra, uppmuntra, betala för eller ombesörja aborter. Om du på något sätt uppmuntrar till abort, kan du bli föremål för disciplinär åtgärd.

Kyrkans ledare har sagt att vissa omständigheter kan rättfärdiga en abort, såsom när graviditeten är resultat av incest eller våldtäkt, när moderns liv eller hälsa av medicinsk sakkunskap bedöms vara i allvarlig fara eller när fostret av medicinsk sakkunskap bedöms ha så svåra defekter att barnet inte skulle överleva efter födseln. Men inte ens dessa omständigheter rättfärdigar automatiskt en abort. De som befinner sig i sådana omständigheter bör överväga abort först efter att ha samrått med lokala prästadömsledare och ha fått bekräftelse genom allvarlig bön.

När ett barn avlats utom äktenskapet, är bästa alternativet att barnets far och mor gifter sig och arbetar på att skapa en evig familj. Om ett fungerande äktenskap verkar osannolikt, bör de adoptera bort barnet, helst genom LDS Family Services. (Se "Adoption", s 5.)

Abrahams förbund

Abraham fick del av evangeliet och ordinerades till högpräst. (Se L&F 84:14; Abraham 1:2.) Han ingick senare ett

celestialt äktenskap, vilket är upphøjelsens förbund. (Se L&F 131:1–4; 132:19, 29.) I samband med det förbund han ingick, fick han stora löften av Herren om sin släkt. Bland dessa löften fanns följande:

- Hans avkomma skulle bli talrik. (Se 1 Mosebok 17:5–6; Abraham 2:9; 3:14.)
- Hans säd, eller efterkommande, skulle få del av evangeliet och bära prästadömet. (Se Abraham 2:9.)
- Genom hans efterkommandes verksamhet "[skulle] jordens alla släkter bliva välsignade, ja, med evangeliets välsignelser, vilka äro frälsningens välsignelser, ja, det eviga livets". (Abraham 2:11)

Alla de förbund och löften som Abraham fick av Herren kallas sammantagna Abrahams förbund. Detta är ett evigt förbund som gäller alla Abrahams efterkommande. (Se 1 Mosebok 17:7.) För att räknas som Abrahams efterkommande måste en person lyda evangeliets lagar och förordningar. Den personen kan då få alla Abrahams förbunds välsignelser, även om han eller hon inte bokstavligen är efterkommande till Abraham. (Se Galaterbrevet 3:26–29; 4:1–7; L&F 84:33–40.)

Som medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga är du ett förbundets barn. (Se 3 Nephi 20:25–26.) Du har tagit emot det eviga evangeliet och ärvt de löften som gavs till Abraham, Isak och Jakob. Du har rätt till prästadömet välsignelser och till evigt liv beroende på hur trofast du tar emot frälsningens förrättningar och håller tillhörande förbund. Jordens nationer kommer att välsignas genom ditt och dina efterkommandes arbete.

Se även Evigt liv; Förbund; Förrättningar; Patriarkaliska välsignelser; Prästadömet

Adoption

Barn har rätt att fostras av föräldrar som håller sina äktenskapslöften och som ger kärlek och stöd. Adoption kan vara något mycket positivt för många barn som fötts utan denna möjlighet.

När ett barn avlats utom äktenskapet, är bästa alternativet att barnets far och mor gifter sig och arbetar på att skapa en evig familj. Om ett fungerande äktenskap verkar osannolikt, bör de adoptera bort barnet, helst genom LDS Family Services. Placering av barn hos adoptivföräldrar genom LDS Family Services hjälper ogifta föräldrar göra det som är bäst för barnet. Därigenom kan barnet få bli beseglat till en far och en mor i templet, och möjligheten för alla berörda att få del av evangeliets välsignelser i sitt liv ökar. Adoption är ett osjälviskt, kärleksfullt beslut som välsignar de biologiska föräldrarna, barnet och adoptivfamiljen.

Om du är gift och du och din make vill adoptera ett barn, bör du ta reda på alla de juridiska krav som ställs av berörda länder och myndigheter. Rådgör med dina prästadömsledare och om möjligt med personal vid LDS Family Services. Om LDS Family Services inte finns i ert område, kan ni arbeta genom era prästadömsledare för att finna auktoriserade byråer som skyddar både barnen och adoptivföräldrarna.

Alkohol *(Se Visdomsordet)*

Ande

Du är ett andebarn till vår himmelske Fader och du fanns till som ande innan du föddes till jorden. Under ditt liv på jorden bor din ande i din fysiska kropp, som fötts av jordiska föräldrar.

Ur skrifterna lär vi oss förstå vad en ande är. Vi lär att "all ande är substans, blott finare och renare, och kan urskiljas endast med renare ögon". (L&F 131:7) Vi läser att människans

Andefängelse

ande "är avbilda[d] i det timliga ... liksom förhållandet är med varje djurs ande och allt som Gud har skapat". (L&F 77:2; se även Ether 3:7–16.)

Skrifterna lär också att anden inte dör vid den fysiska döden. Den skiljs från kroppen och lever i andevärlden efter döden. Vid uppståndelsen återförenas anden med kroppen "för att aldrig mera åtskiljas, och sålunda har allt blivit andligt och odödligt". (Alma 11:45)

Ytterligare hänvisningar: Romarbrevet 8:16–17; 2 Nephi 9:10–13; L&F 93:29, 33

Se även Frälsningsplanen; Själen; Uppståndelsen

Andefängelse (Se Döden, den fysiska; Helvetet; Paradiset)

Andlig död (Se Döden, den andliga)

Andliga gåvor

Andliga gåvor är välsignelser eller förmågor som getts genom den Helige Andens makt. Gud ger åtminstone en av dessa gåvor till varje trofast medlem i kyrkan. När du får dessa gåvor, stärker och välsignar de dig personligen och hjälper dig tjäna andra. (Se L&F 46:8–12.) Skrifterna undervisar om många av Andens gåvor:

- Kunskapen "att Jesus Kristus är Guds Son, och att han blev korsfäst för världens synder". (L&F 46:13)
- Förmågan att tro dem som vittnar om Jesus Kristus. (Se L&F 46:14.)
- Kunskap om "de olika ämbetena". (L&F 46:15; se även 1 Korintierbrevet 12:5.) Denna gåva används för att administrera och leda kyrkan.
- Kunskap om "olika slags kraftyttringar" som hjälper oss urskilja om en lära eller påverkan kommer från

- Gud eller från annan källa. (L&F 46:16; se även 1 Korintierbrevet 12:6–7.)
- Gåvan att få "ord av vishet". (1 Korintierbrevet 12:8; L&F 46:17) Detta avser inte den lag vi kallar Vidsomsordet. Det är snarare vishetens gåva — förmågan att använda kunskap på rätt sätt.
 - Gåvan att få ord av "kunskap". (1 Korintierbrevet 12:8; L&F 46:18)
 - Förmågan att undervisa genom den Helige Andens kraft. (Se Moroni 10:9–10; se även L&F 46:18.)
 - Trons gåva. (Se 1 Korintierbrevet 12:9; Moroni 10:11.)
 - Gåvan att ha "tro till att bliva helbrägd" (L&F 46:19)
 - Gåvan "att hava tro till att helbrägdagöra". (L&F 46:20; se även 1 Korintierbrevet 12:9; Moroni 10:11.)
 - "Att utföra kraftgärningar." (1 Korintierbrevet 12:10; L&F 46:21; se även Moroni 10:12.)
 - Profetians gåva. (Se 1 Korintierbrevet 12:10; Moroni 10:13; L&F 46:22.) Johannes den älskade lärde att "Jesu vittnesbörd är profetians ande". (Johannes Uppenbarelse 19:10)
 - "Gåvan att se änglar och tjänande andar." (Moroni 10:14)
 - "Att skilja mellan andar." (1 Korintierbrevet 12:10; L&F 46:23)
 - Gåvan att tala olika språk, eller tungomål. (Se 1 Korintierbrevet 12:10; Moroni 10:15; L&F 46:24.)
 - Gåvan att "uttyda tungomål". (1 Korintierbrevet 12:10; L&F 46:25; se även Moroni 10:16.)

Dessa andliga gåvor och andra som nämns i skrifterna är bara några exempel på Andens många gåvor. Herren kan väl-signa dig på andra sätt beroende på din trofasthet och dina

Anständighet

behov och behoven hos dem du tjänar. Han har befallt oss att arbeta hängivet så att vi kan få andliga gåvor:

”Tagen eder tillvara, så att I icke bliven vilseledda. Söken efter de bästa gåvorna och kommen ihåg varför de givits, på det att I icke skolen bliva vilseledda.

Ty sannerligen säger jag eder, att de hava blivit givna till nytta för dem som älska mig och hålla alla mina bud, och för den som försöker att göra så, på det att alla, som söka och bedja av mig ... må hava nytta därav.” (L&F 46:8–9; se även vers 26.)

Ytterligare hänvisningar: 1 Korintierbrevet 13; 14:1–33; Moroni 10:17–25; L&F 46:27–33; trosartikel 7

Se även Helige Anden, den; Uppenbarelse

Anständighet

Anständighet är en inställning av ödmjukhet och ärbarhet i klädsel, ett välvårdat yttre, språk och uppträdande. Om du visar anständighet drar du inte till dig onödig uppmärksamhet. I stället söker du ”förhålliga Gud i kropp [och ande]”. (Se 1 Korintierbrevet 6:20; se även vers 19.)

Om du är osäker på huruvida din klädsel eller yttre i övrigt är anständig, så fråga dig själv: ”Skulle jag känna mig väl till mods med mitt utseende om jag var i Herrens närhet?” Du kan ställa dig själv en liknande fråga om ditt språk och uppträdande: ”Skulle jag säga de här orden eller delta i det här, om Herren var här?” Uppriktiga svar på de här frågorna kan leda till viktiga förändringar i ditt liv. Följande information kan hjälpa dig visa anständighet.

Ditt yttre, inklusive klädseln

Profeterna har alltid rätt oss att klä oss anständigt. Detta råd grundar sig i sanningen att människokroppen är Guds heliga skapelse. Respektera din kropp som en gåva från Gud.

Genom din klädsel och ditt utseende visar du Herren att du vet hur värdefull din kropp är.

Din klädsel är ett uttryck för vem du är. Det sänder ett budskap om dig och påverkar hur du och andra uppträder. Om du är välvårdad och anständigt klädd, inbjuder du Anden och har ett gott inflytande på din omgivning.

Det viktiga i befallningen att vara anständig, är insikten om den heliga skapelsekraften, förmågan att föra barn till världen. Denna kraft ska användas endast mellan man och hustru. Avslöjande och sexuellt provocerande klädsel, till exempel minishorts och minikjolar, åtsmitande kläder, eller skjortor eller tröjor som inte täcker magen, kan stimulera till fantasier och handlingar som kränker Herrens kyskhetslag.

Förutom klädsel som avslöjar för mycket, bör du undvika ytterligheter i klädsel, smink och frisyser. I klädsel, frisyr och uppträdande bör du alltid vara ren, och prydlig, aldrig slafsigt eller opassande slarvig. Vanpryd inte dig själv med tatueringar eller "piercing". Om du är kvinna och önskar göra hål i öronen, bör du bara ha ett par enkla örhängen.

Upprätthåll höga normer för anständighet vid alla tillfällen. Sänk inte dina normer för att dra uppmärksamheten till din kropp eller söka andras gillande. Jesu Kristi sanna lärjungar upprätthåller Herrens normer oavsett rådande mode eller trycket från omgivningen.

Språk och uppträdande

Liksom klädsel och frisyr, ger språk och uppträdande uttryck för din karaktär. Dina ord och handlingar har ett djupgående inflytande på dig själv och andra. Uttryck dig med ett rent, positivt och uppflytande språk samt med handlingar som skapar glädje för människor omkring dig. Din strävan att vara anständig i ord och handling leder till ökad ledning och tröst från den Helige Anden.

Undvik det orena tal och de svordomar och vanvördiga användandet av Herrens namn som är så vanligt i världen.

Apostel

Motstå frestelsen att delta i utsvävande eller olämpliga aktiviteter. Den vanvördnad som ligger bakom sådant språk och uppträdande skadar din förmåga att uppfatta den Helige Andens stilla maningar.

Ytterligare hänvisningar: L&F 42:40–41; trosartikel 13

Se även Kyskhets; Piercing; Svordomar; Tatueringar

Apostel (*Se* Kyrkans ledning; Profeter)

Aronska prästadömet

Då Profeten Joseph Smith översatte Mormons bok, fann han att dop till syndernas förlåtelse omnämndes. Den 15 maj 1829 gick han och hans skrivare Oliver Cowdery ut i skogen för att fråga Herren om dopet. När de bad "nedsteg en budbärare från himmelen i en ljussky". Denne budbärare var Johannes Döparen, den profet som hade döpt Jesus Kristus århundraden tidigare. Johannes Döparen, som nu var en uppståndens varelse, lade händerna på Joseph och Oliver och förlänade dem aronska prästadömet som tagits bort från jorden under det stora avfallet. Med denna myndighet kunde Joseph och Oliver döpa varandra. (*Se* Joseph Smiths skrifter 2:68–72.)

I kyrkan idag kan värdiga manliga medlemmar ges aronska prästadömet tidigast vid tolv års ålder. De får då tillfälle att delta i heliga prästadömsförrättningar och tjäna. När de utför sina plikter på ett värdigt sätt handlar de i Herrens namn för att hjälpa andra få del av evangeliets välsignelser.

Ämbetena inom aronska prästadömet är biskop, präst, lärare och diakon. På uppdrag av presiderande prästadömsledare (vanligen biskopen eller grenspresidenten), delar diakonerna ut sakramentet. De hjälper biskopen eller grenspresidenten vaka över kyrkans medlemmar genom att hjälpa till och bistå i timliga förrättningar som att samla in fasteoffer. Lärare kan utföra alla en diakons plikter och får dessutom ytterligare tillfällen att tjäna. De förbereder sakramentsbrödet

och vattnet och tjänar som hemlärare. Präster kan utföra alla plikterna för diakoner och lärare. Efter bemyndigande av presiderande prästadömsledare kan de också välsigna sakramentet, döpa och ordinera andra till ämbetena präst, lärare och diakon.

Aronska prästadömet är "ett tillägg till det högre eller Melkisedekska prästadömet". (L&F 107:14) Det kallas ofta det förberedande prästadömet. Då en prästadömsbärare verkar inom aronska prästadömet förbereder han sig att ta emot melkisedekska prästadömet, att ta emot templet välsignelser, att gå ut som heltidsmissionär, att vara en kärleksfull make och far och att fortsätta tjäna Herren livet ut.

Se även Melkisedekska prästadömet; Prästadömet

Arvsynden

På grund av Adams och Evas fall lever alla människor i ett fallt tillstånd: avskilda från Gud och underkastade den fysiska döden. Vi är emellertid inte fördömda genom det som många kallar "arvsynden". Vi är med andra ord inte ansvariga för Adams överträdelse i Edens lustgård. Profeten Joseph Smith sade: "Vi tror att människorna kommer att straffas för sina egna synder och inte för Adams överträdelse." (Trosartikel 2)

Genom försoningen betalade Frälsaren priset för överträdelsen i Eden. (Se Moses 6:53.) Han har gett oss försäkran om uppståndelse och löftet att vi, under förutsättning att vi är trofasta, får återvända och bo i vår himmelske Faders närhet för evigt.

Se även Fallet

Avfall

När personer eller grupper vänder sig bort från evangeliets principer, befinner de sig i ett tillstånd av avfall.

Perioder av allmänt avfall har inträffat under världens historia. Efter perioder av rättfärdighet har människor ofta vänt sig till ogudaktighet. Ett exempel är det stora avfallet, som inträffade efter det att Frälsaren upprättat sin kyrka. Efter Frälsarens och hans apostlars död förvrängde människor evangeliets principer och gjorde otillåtna förändringar i kyrkans organisation och prästadörets förrättningar. På grund av denna vitt spridda ogudaktighet tog Herren bort prästadörets myndighet från jorden.

Under det stora avfallet stod människan utan gudomlig ledning från levande profeter. Många kyrkor grundades, men dessa hade inte prästadörets makt till att leda folket till den sanna kunskapen om Gud Fadern och Jesus Kristus. Delar av de heliga skrifterna förvanskades eller gick förlorade, och ingen hade myndighet att förläna den helige Andens gåva eller utföra andra prästadömsförrättningar. Detta avfall varade ända tills vår himmelske Fader och hans älskade Son uppenbarade sig för Joseph Smith år 1820 och inledde återställelsen av evangeliets fullhet.

Vi lever nu i en tid när Jesu Kristi evangelium har återställts. Men till skillnad från kyrkan i gångna tider kommer Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga inte att gå under genom ett allmänt avfall. Skrifterna lär oss att kyrkan aldrig mer ska förstöras. (Se L&F 138:44, se även Daniel 2:44.)

Det kommer aldrig mer att ske ett allmänt avfall från sanningen, men var och en måste vara vaksam mot personligt avfall. Du kan skydda dig mot personligt avfall genom att hålla dina förbund, lyda buden, följa kyrkans ledare, ta del av sakramentet och ständigt stärka ditt vittnesbörd genom dagliga skriftstudier, böner och tjänande.

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 24:5; Amos 8:11–12; Matteus 24:4–14; Apostlagärningarna 20:28–30; 2 Timoteusbrevet 3:1–5, 14–15; 4:3–4; 1 Nephi 13:24–29; Mormon 1:13–14; L&F 1:15–17; Joseph Smiths skrifter 2:17–19

Se även Kyrkans ledning; Prästadömet; Återställelse, evangeliets

Barmhärtighet

Vår himmelske Fader känner våra svagheter och synder. Han visar barmhärtighet när han förlåter oss våra synder och hjälper oss återvända för att bo i hans närhet.

Sådan medkänsla kan tyckas stå i motsättning till rättvisans lag, vilken kräver att inget orent kan bo hos Gud. (Se 1 Nephi 10:21.) Men Jesu Kristi försoning gjorde det möjligt för Gud att vara "en fullkomlig och rättfärdig Gud och på samma gång en barmhärtig Gud". (Alma 42:15)

Att ta emot Guds barmhärtighet

Frälsaren tillfredsställde rättvisans krav när han trädde i vårt ställe och led straffet för våra synder. Tack vare denna osjälviska handling kan Fadern i barmhärtighet låta oss slippa straffet och välkomna oss till sin närhet. För att få Herrens förlåtelse måste vi omvända oss uppriktigt från våra synder. Som profeten Alma sade: "Rättvisan gör anspråk på alla sina fordringar, och även barmhärtigheten gör anspråk på allt det som är dess eget, och på så sätt kan ingen utom den verkligt ångerfulle bliva frälst." (Alma 42:24; se även verserna 22–23, 25.)

Syndaförlåtelse är inte den enda nådegåvan från vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Varje välsignelse du får är en barmhärtighetshandling, något mer än du gjort dig förtjänt av. Mormon lärde: "Allt som är gott kommer från Kristus, eljest vore människorna fallna, och intet gott kunde komma till dem." (Moroni 7:24) Du får till exempel del av gudomlig barmhärtighet när din himmelske Fader hör och besvarar dina böner, när du får ledning av den Helige Anden och när du botas från sjukdom genom prästadörets kraft. Alla sådana välsignelser kommer som resultat av din lydnad, men du kunde aldrig ha fått dem enbart av egen kraft. De är nådegåvor från en kärleksfull och medkännande Fader.

Begåvning

Att visa andra barmhärtighet

Frälsaren talade till sina lärjungar och befalld: "Var barmhärtiga så som er Fader är barmhärtig." (Lukas 6:36) Du kan följa din himmelske Faders föredöme genom att visa barmhärtighet mot andra. Försök göra dig av med högfärd, stolthet och egenkärlek. Sök efter sätt att visa medkänsla, respekt, förlåtelse, mildhet och tålmod, även då du är medveten om andras brister. När du gör det leder ditt föredöme andra till att bli mer barmhärtiga, och du kan i högre grad göra anspråk på Guds barmhärtighet.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 5:7; Lukas 10:25–37; Alma 34:14–16

Se även Förlåtelse; Kristlig kärlek; Nåd; Rättvisa

Begåvning (Se Tempel)

Beroenden (Se Hasardspel; Pornografi; Visdomsordet)

Besökslärare (Se Hjälpföreningen)

Bibeln (Se Skrifterna)

Bidrag till kyrkan (Se Fasta och fasteoffer; Tionde)

Biskop (Se Kyrkans ledning)

Bön

Du är ett Guds barn. Din himmelske Fader älskar dig och vet vad du behöver, och han vill att du ska tala med honom i bön. Be till honom och ingen annan. Herren Jesus Kristus befalld: "I [måsten] alltid bedja till Fadern i mitt namn." (3 Nephi 18:19)

När du gör det till en vana att komma till Gud i bön, lär du känna honom och kommer allt närmare honom. Dina

önskningsar blir mer lika hans. Du kan då för egen och andras del få de välsignelser som han är redo att ge om du bara ber i tro.

Bönens principer

Din himmelske Fader är alltid redo att höra och besvara dina böner. Kraften i dina böner beror på dig. I din strävan att göra bönen till en del av livet, bör du minnas dessa råd:

Gör dina böner meningsfulla. Profeten Mormon sade att om någon "beder, men icke med hjärtats verkliga uppsåt ... gagnar [det] henne intet, ty Gud mottager ej sådana". (Moroni 7:9) För att dina böner ska bli meningsfulla måste du be uppriktigt och "av allt hjärta". (Moroni 7:48) Var noga med att undvika att "rabbla långa böner" när du ber. (Se Matteus 6:7.) Tänk allvarligt igenom din inställning och de ord du använder.

Använd ord som uttrycker kärlek, respekt, vördnad och närhet. Tillämpningen av den här principen varierar förstås, beroende på vilket språk du talar. Men oavsett språk blir principen densamma. När du ber, bör du använda ord som på rätt sätt uttrycker kärlek och tillbedjan. När du använder ett vördnadsfullt språk i din bön och studerar skrifterna blir du gradvis mer van vid det språket.

Tacka alltid din himmelske Fader. Du bör "dagligen lev[a] i tacksägelse för de många barmhärtighetsverk och välsignelser med vilka han överhopar [dig]". (Alma 34:38) När du tar dig tid att minnas dina välsignelser, inser du hur mycket din himmelske Fader har gjort för dig. Uttryck din tacksamhet till honom.

Sök din himmelske Faders ledning och styrka i allt du gör. Alma rådde sin son Helaman: "Anropa Gud om allt vad du behöver, ja, gör alla dina gärningar för Herren, och varhelst du begiver dig, gå med Herren, ja, rikta dina tankar på Herren och giv Herren ditt hjärtas hängivenhet evinnerligen. Rådför dig med Herren i allt vad du gör, så skall han leda dig till det som är

gott. Ja, när du går till vila om aftonen, överlämna dig åt Herren, på det att han må vaka över dig, när du sover, och när du uppstår om morgonen, bör ditt hjärta vara fyllt av tacksamhet till Gud, och om du vill göra allt detta, skall du bli upphöjd på den yttersta dagen." (Alma 37:36–37; se även Alma 34:17–26.)

Kom ihåg andras behov när du ber. Uppsänd böner "för [din] välfärd och för deras välfärd, som omgiva [dig]." (Alma 34:27) Be din himmelske Fader välsigna och trösta de behövande. Be honom inspirera och styrka kyrkans president, andra generalauktoriteter och dina lokala ledare i kyrkan. Be för släktingars och vänners välgång. Be för ditt lands ledare. Be Herren inspirera och beskydda missionärerna och de människor de undervisar.

Sök den Helige Andens ledning för att få veta vad du bör ta med i dina böner. Den Helige Anden kan lära dig be och leda dig i det du säger. (Se Romarbrevet 8:26; 2 Nephi 32:8.) Han kan hjälpa dig att be "enligt Guds vilja". (L&F 46:30)

När du begärt något genom bönen, bör du göra allt du kan för att hjälpa till att den beviljas. Din himmelske Fader väntar sig att du gör mer än att bara be honom om välsignelser. När du har ett viktigt beslut att fatta, kräver han ofta att du "utforskar det i ditt eget sinne" innan han ger dig svaret. (Se L&F 9:7–8.) Dina böner om ledning är inte starkare än din strävan att vara mottaglig för den Helige Andens viskningar. Dina böner för din egen och andras välgång blir förgäves om du "vände[r dig] bort från de behövande och de blottställda och icke besöken de sjuka och lidande samt icke delen [din] egendom, om [du har] någon, med dem som stå i behov därav". (Alma 34:28)

Om du har en svår uppgift framför dig, gläds din himmelske Fader när du går ner på knä och ber om hjälp och sedan kommer på fötter och sätter igång att arbeta. Han hjälper dig i all din rättfärdiga strävan, men det är sällan han gör något åt dig som du kan göra själv.

Personliga böner

I sin bergspredikan förkunnade Jesus Kristus: "Gå in i din kammare och stäng din dörr och be till din Fader i det fördolda. Då skall din Fader, som ser i det fördolda, belöna dig." (Matteus 6:6) Personlig, enskild bön är en väsentlig del av din andliga utveckling.

Minst varje morgon och kväll bör du söka upp en plats som är fri från störningar. Knäböj i ödmjukhet och samtala med din himmelske Fader. Ibland är det kanske nödvändigt att be tyst, men gör då och då en extra ansträngning för att be hörbart. (Se L&F 19:28; 20:51.)

Kom ihåg att bönen är en tvåvägskommunikation. Ta dig tid att stanna upp och lyssna när du avslutat din bön. Ibland ger din himmelske Fader dig råd, ledning eller tröst medan du står kvar på knä.

Tro aldrig att du inte är värdig att be. Den tanken kommer från Satan, som vill övertyga dig om att du inte ska be. (Se 2 Nephi 32:8.) Om du inte känner för att be, så be tills den känslan infinner sig.

Frälsaren har befallt: "Bed oavslätligen på det du må avgå med seger, ja, på det du må kunna övervinna Satan och undkomma hans tjänares händer, vilka understödja hans verk." (L&F 10:5) Du kan ju inte ständigt stå på knä och uppsända personliga böner i avskildhet, men du kan låta hjärtat "varda fyllt och överflöda i bön till [Gud] utan återvändo" (Alma 34:27; se även 3 Nephi 20:1.) Under hela dagen kan du bibehålla en ständig känsla av kärlek till din himmelske Fader och hans älskade Son. Du kan i tysthet uttrycka din tacksamhet mot din Fader och be honom styrka dig i dina plikter. När frestelser eller fysisk fara hotar, kan du tyst be om hans hjälp.

Familjebön

Förutom befallningen att be enskilt, har Frälsaren uppmanat oss att be med vår familj. Han sade: "Bedjen till Fadern

i edra familjer och alltid i mitt namn, på det edra hustrur och barn må bliva välsignade." (3 Ne 18:21)

Om du är gift, bör familjebönen ständigt ingå i familjelivet. Varje morgon och kväll bör ni knäböja tillsammans i ödmjukhet. Ge varje familjemedlem täta tillfällen att leda bönen. Förenas i tacksamhet för de välsignelser er himmelske Fader gett er. Förenas i tro och vädja om de välsignelser ni behöver, och be för andra.

Genom regelbunden familjebön kan du och din familj komma närmare Gud och varandra. Dina barn lär sig samtala med sin Fader i himlen. Då blir ni alla bättre beredda att tjäna varandra och motstå frestelser. Ert hem blir en plats av andlig styrka, en tillflykt undan världens onda inflytande.

Offentlig bön

Ibland kan du bli ombedd att be offentligt, kanske vid ett kyrkans möte eller i en klass. När du får denna möjlighet, bör du minnas att detta är ett samtal med din himmelske Fader, inte en offentlig predikan. Bekymra dig inte om vad andra kan tänka om det du säger. Uppsänd i stället en enkel bön av hjärtat.

Att ta emot bönesvar

Frälsaren lärde: "Bed och ni skall få, sök och ni skall finna, bulta och dörren skall öppnas för er. Ty var och en som ber, han får, och den som söker, han finner, och för den som bultar skall dörren öppnas." (Matteus 7:7–8) Till nephiterna sade han: "Vadhelst I bedjen Fadern om i mitt namn, som är rätt, troende att I skolen få, se, det skall givas eder." (3 Nephi 18:20)

Din himmelske Fader hör dina böner. Han kanske inte alltid svarar så som du väntar dig, men han svarar — i sin egen tid och enligt sin vilja. Eftersom han vet vad som är bäst för dig, kan han ibland svara *nej*, trots att din vädjan är uppriktig.

Bönesvar kommer på många sätt. Ofta kommer de genom den Helige Andens stilla, milda röst. (Se "Uppenbarelse" s 161–165.) De kan komma genom livets omständigheter eller genom vänliga handlingar från människor omkring dig. Allteftersom du närmar dig din himmelske Fader genom bönen, känner du lättare igen hans nådiga och visa svar på dina vädjanden. Du finner då att han är din "tillflykt och [din] starkhet, en hjälp i nöden, väl beprövad". (Psaltaren 46:2)

Ytterligare hänvisningar: Matteus 6:5–15; Jakobs brev 1:5–6; Enos 1:1–17; Mosiah 4:11–12; 3 Nephi 13:6–7; 14:7–8; L&F 19:38; 88:63–65; Joseph Smiths skrifter 2:9–19

Se även Fasta och fasteoffer; Tillbedjan; Tro

Celestialet riket, det (Se Härlighetsriken)

Den kostbara pärlan (Se Skrifterna)

Diakon (Se Aronska prästadömet; Prästadömet)

Djävulen (Se Satan)

Dopet

Mormons bok berättar om en grupp människor som fick lära evangeliet och döptes på en plats som kallades Mormon. Sedan de blivit döpta, såg de Mormon som en vacker plats, eftersom det var medan de var där som de "fingo kunskap om sin Återlösare". (Mosiah 18:30) Stärkta av sitt vittnesbörd och sitt dopförbund, förblev de Herren trogna, också i prövningstider. (Se Mosiah 23–24.)

Liksom människorna i denna berättelse ur Mormons bok kan du glädjas åt minnet av ditt dopförbund och Herrens löften till dig. Du kan finna styrka i dopets förrättning, vare sig du döpts nyligen eller för många år sedan.

Att börja gå det eviga livets väg

Dopet är evangeliets första frälsande förrättning. (Se trosartikel 4.) Genom dop och konfirmation med prästadörets myndighet blev du medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga.

När du döptes visade du din villighet att följa Frälsarens exempel. Också han döptes, trots att han var utan synd. Som han förklarade för Johannes Döparen behövde han döpas, "ty så bör vi uppfylla all rättfärdighet". (Se Matteus 3:13–17.)

Alla som söker evigt liv måste följa Frälsarens föredöme genom att låta döpa sig och ta emot den Helige Andens gåva. Profeten Nephi sade att Frälsaren visade oss "porten genom vilken man måste inträda. Porten genom vilken [vi] skola inträda är nämligen omvändelse och dop med vatten, och sedan kommer [våra] synders förlåtelse genom eld och genom den Helige Anden. Då är [vi] på den raka och smala stigen, som leder till evigt liv." (2 Nephi 31:17–18) Vi får evigt liv om vi håller ut intill slutet, håller våra förbund och tar emot andra frälsande förrättningar.

Dop på Herrens sätt

Frälsaren uppenbarade det rätta dopsättet för profeten Joseph Smith och klargjorde att förrättningen måste utföras av någon som har prästadörets myndighet och att det måste ske genom nedsänkning:

"Den person, som är kallad av Gud och som har fått fullmakt av Jesus Kristus att döpa, skall nedstiga i vattnet med den som anmält sig till dop och skall, nämnande honom eller henne vid namn, säga: Med fullmakt av Jesus Kristus döper jag dig i Faderns och i Sonens och i den Helige Andens namn. Amen.

Därefter skall han nedsänka honom eller henne i vattnet och åter komma upp ur vattnet." (L&F 20:73–74)

Nedsänkningen symboliserar den syndfulla människans död och återfödelse till ett andligt liv, ägnat åt att tjäna Gud

och hans barn. Den symboliserar också döden och uppståndelsen. (Se Romarbrevet 6:3–6.)

Små barn och dopet

Genom nutida uppenbarelse vet vi att små barn är återlösta genom Jesu Kristi barmhärtighet. Herren sade: "De kunna icke synda, ty Satan har icke fått makt att fresta dem, förrän de börja bliva ansvariga inför mig." (Se L&F 29:46–47.) De ska inte döpas förrän de når ansvarighetsåldern, vilken enligt uppenbarelse från Herren är åtta år. (Se L&F 68:27; Joseph Smiths översättning, 1 Mosebok 17:11.) Den som säger att små barn behöver döpas "förneka Kristi barmhärtighet och akta hans försoning och hans återlösnings kraft för intet". (Moroni 8:20; se även verserna 8–19, 21–24.)

Ditt dopförbund

När du döptes ingick du ett förbund med Gud. Du lovade ta på dig Jesu Kristi namn, hålla hans bud och tjäna honom till slutet. (Se Mosiah 18:8–10; L&F 20:37.) Du förnyar detta förbund varje gång du tar del av sakramentet. (Se L&F 20:77, 79.)

Att ta på sig Jesu Kristi namn. När man tar på sig Jesu Kristi namn, ser man sig som hans. Man sätter honom och hans verk främst i livet. Man vill det som han vill i stället för det man själv vill eller det världen lär en att vilja.

I Mormons bok förklarar konung Benjamin varför det är viktigt att ta på sig Frälsarens namn:

"Det finnes inget annat namn ... givet, varigenom frälsning kan erhållas. Därför önskar jag, att I skolen påtaga eder Kristi namn, alle I, som haven inträtt i förbundet med Gud att I skolen vara lydiga allt intill edra livs slut.

Var och en som gör detta, skall bliva funnen vid Guds högra sida, ty han känner igen det namn efter vilket han är kallad, ty han skall kallas efter Kristi namn.

Dopet

Var och en som icke antager Kristi namn måste bli kallad efter något annat namn och fördenskull finner han sig vid Guds vänstra sida." (Mosiah 5:8–10)

Att hålla buden. Ditt dopförbund är ett åtagande att komma in i Guds rike, skilja dig från världen och stå som vittne om Gud "under alla tider och i allting och överallt". (Mosiah 18:9) Din strävan att stå som vittne om Gud innefattar allt du gör och säger. Sträva alltid att komma ihåg och hålla Herrens bud. Håll tankar, ord och handlingar rena. När du söker underhållning i form av film, teve, internet, musik, böcker och tidningar bör du vara noga med att se, lyssna på och läsa endast sådant som är upplyftande. Klä dig lämpligt. Välj vänner som uppmuntrar dig att nå dina eviga mål. Håll dig borta från omoral, pornografi, hasardspel, tobak, alkohol och illegala droger. Håll dig värdig att komma in i templet.

Att tjäna Herren. Befallningen att avskilja sig från det världsliga innebär inte att avskärma sig från andra. En del av dopförbundet är att tjäna Herren, och man tjänar honom bäst när man tjänar sin nästa. När profeten Alma undervisade om dopförbundet, sade han att vi bör vara "villiga att bära varandras bördor, på det de må vara lätta" och "villiga att sörja med dem som sörja, samt trösta dem som behöva tröst". (Mosiah 18:8–9) Visa alla människor vänlighet och respekt och följ Jesu föredöme i det sätt du behandlar andra.

Utlovade välsignelser av dopet

När du håller de förbund du slutit i och med dopet, välsignar Herren dig för din trofasthet. De välsignelser du får är bland andra den Helige Andens sällskap, dina synders förlåtelse och välsignelsen att bli andligen pånyttfödd.

Den Helige Anden som ständigt sällskap. Efter ditt dop lade en eller flera bärare av melkisedekska prästadömet händerna på ditt huvud och gav dig den Helige Andens gåva. Denna

gåva ger dig rätten till den Helige Anden som ständig följeslagare så länge du är värdig. Den Helige Andens ständiga sällskap är en av de största välsignelser du kan få under jordelivet. Anden leder dig på rättfärdighetens och fridens väg och leder dig till evigt liv.

Syndernas förlåtelse. Eftersom du blivit döpt kan du få förlåtelse för dina synder. Du kan med andra ord bli förlåten genom Frälsarens barmhärtighet. Med denna välsignelse kan du till sist få leva i vår himmelske Faders närhet.

För att få förlåtelse för dina synder måste du utöva tro på Jesus Kristus, uppriktigt omvända dig och alltid sträva efter att hålla buden. Profeten Mormon lärde: "Omvändelsens första frukt är dop, och dop kommer genom tro på att hålla buden, och lydnad för buden bringar syndernas förlåtelse." (Moroni 8:25) Man får syndernas förlåtelse om man fortsätter ödmjuka sig inför Gud, dagligen åkallar honom i bön, förblir ståndaktig i tron och betjänar dem som är i nöd. (Se Mosiah 4:11–12, 26.)

Att bli född på nytt. Genom förrättningarna dop och konfirmation föddes du på nytt till ett nytt liv. Frälsaren sade till Nikodemus: "Den som inte blir född av vatten och Ande kan inte komma in i Guds rike." (Johannes 3:5) Liksom ett barn inträder i en ny tillvaro vid födelsen, började du ett nytt liv när du ingick dopets förbund. Du kan tillväxa i andlighet och bli mer lik Frälsaren genom att hålla ditt dopförbund, ta del av sakramentet för att förnya ditt förbund och omvända dig från dina synder. Aposteln Paulus lärde att vi när vi blivit döpta ska "leva det nya livet". (Romarbrevet 6:4)

Att hålla ut till slutet

När du nu är döpt och har tagit emot den Helige Andens gåva måste du fortsätta i rättfärdighet, för de här förrättningarna markerar bara början på din färd tillbaka till att bo hos din himmelske Fader. Profeten Nephi lärde:

”Är [allt] gjort genom att I haven beträtt den raka och smala stigen? Se, jag säger eder: Ingalunda! Ty I skullen icke hava hunnit så pass långt, om det icke hade skett genom Kristi ord med orubbad tro på honom och fullkomlig förtröstan på hans förtjänst, som är mäktig att frälsa.

Därför måsten I sträva framåt med ståndaktighet i Kristus och hava ett fullkomligt klart hopp samt kärlek till Gud och alla människor. Om I så sträven framåt och glädjen eder i Kristi ord samt uthärden intill änden, se, så säger Fadern: ’I skolen hava evigt liv.’” (2 Nephi 31:19–20)

Ytterligare hänvisningar: Apostlagärningarna 2:37–38; 2 Nephi 31:4–13; Alma 7:14–16; 3 Nephi 11:18–41; 27:13–22; L&F 39:5–6, 10; 76:50–53

Se även Helige Anden, den; Lydnad; Omvändelse; Prästadömet; Sakramentet; Tro;

Droger (Se Visdomsordet)

Döden, den andliga

Andlig död är vår skilsmässa från Gud. Skrifterna lär oss om två källor till andlig död. Den första källan är fallet, och den andra är vår egen olydnad.

Samuel, en profet i Mormons bok, sade: ”Hela människosläktet, utestängt från Guds omedelbara omgivning medelst Adams fall, anses som dött både vad timliga och andliga ting beträffa.” (Helaman 14:16) Under vår tid på jorden är vi avskilda från Guds närhet. Genom försoningen återlöser Jesus Kristus alla från denna andliga död. Samuel betygade att Frälsarens uppståndelse ”återlöser hela människosläktet ifrån den första döden — den andliga döden ... se, Kristi uppståndelse återlöser människosläktet, ja, hela människosläktet, och för människorna tillbaka till Herrens omedelbara närhet.” (Helaman 14:16–17) Profeten Lehi lärde att tack vare försoningen ”komma alla människor till Gud, och därför stå de

framför hans ansikte att dömas av honom i enlighet med sanningen och heligheten, som är i honom". (2 Nephi 2:10)

Ytterligare andlig död kommer som resultat av vår egen olydnad. Våra synder gör att vi blir orena och inte kan vistas i Guds närhet. (Se Romarbrevet 3:23; Alma 12:12–16, 32; Helaman 14:18; Moses 6:57.) Genom försoningen erbjuder oss Jesus Kristus återlösning från denna andliga död, men endast om vi utövar tro på honom, omvänder oss från våra synder och lyder evangeliets principer och förordningar. (Se Alma 13:27–30; Helaman 14:19; trosartikel 3.)

Ytterligare hänvisningar: 1 Nephi 15:33–35; Alma 40:26; 42:23

Se även Fallet; Försoning, Jesu Kristi; Lydnad; Omvändelse; Synd; Tro

Döden, den fysiska

Den fysiska döden är andens skilsmässa från den dödliga kroppen. Adams fall förde in den fysiska döden i världen. (Se Moses 6:48.)

Döden är en väsentlig del av vår himmelske Faders frälsningsplan. (Se 2 Nephi 9:6.) För att bli lika vår evige Fader måste vi uppleva döden och senare få en fullkomlig, uppstånden kropp.

När den fysiska kroppen dör fortsätter anden att leva. I andevärlden "mottagas [de rättfärdigas andar] i ett lycksalighetens tillstånd, som kallas paradiset, ett vilotillstånd, ett fridstillstånd, i vilket de skola vila sig från alla sina besvärigheter, all möda och sorg". (Alma 40:12) En plats som kallas andefängelset är reserverad "för dem som dött i överträdelse utan kunskap om sanningen, eller i sina synder och förkastat profeterna". (L&F 138:32) Andarna i fångelse "undervisa[s] om tro på Gud, omvändelse från synd, ställföreträdande dop till syndernas förlåtelse, den Helige Andens gåva genom händerns påläggning och om alla andra evangeliets principer som det [är] nödvändigt för dem att känna till". (L&F 138:33–34) Om de accepterar evangeliets principer, omvänder sig från

sina synder och tar emot de förrättningar som utförs å deras vägnar i templet, välkomnas de till paradiset.

Tack vare Jesu Kristi försoning och uppståndelse är den fysiska döden bara tillfällig: "Liksom i Adam alla dör, så skall också i Kristus alla göras levande." (1 Korintierbrevet 15:22) Alla kommer att uppstå, vilket innebär att alla människors andar ska återförenas med kroppen — "återförenas i sin passande och fullkomliga form", och inte längre underkastas döden. (Alma 40:23; se även Alma 11:44–45.)

Du har troligen upplevt den smärta som kommer av en släktings eller väns död. Det är naturligt att känna sorg vid sådana tillfällen. Ja, sorg är faktiskt ett av de djupaste uttrycken för kärlek. Herren har sagt: "Du skall så leva tillsammans i kärlek, att du begråter förlusten av dem som dö." (L&F 42:45) Det enda sättet att slippa sorg över döden är att ta bort kärleken ur sitt liv.

Också när du sörjer över att någon du älskar dött, kan du få tröst i löftet om uppståndelse och i förvissningen om att familjer kan vara tillsammans för evigt. Du kan se "den stora orsaken till såväl sorg som glädje — sorg över död och förödelse ibland människor och glädje över Kristi ljus till liv". (Alma 28:14. Se även verserna 9–13.)

Förutom att få tröst när nära och kära dör, kan du försona dig med vetskapen att du själv till sist ska dö. När du lever efter evangeliet kan du minnas Herrens löfte: "De som dö i mig ... skola [icke] smaka döden, ty den skall vara söt för dem." (L&F 42:46)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 25:8; 1 Korintierbrevet 15:51–58; 2 Nephi 9:6–15; Mosiah 16:6–8

Se även Försoning, Jesu Kristi; Frälsningsplanen; Paradiset; Uppståndelsen

Döma andra

Ibland tror man att det är fel att döma andra på något sätt. Det är sant att du inte ska fördöma andra eller döma dem

orättfärdigt, men du behöver ändå göra bedömningar av idéer, situationer och människor i livet. Herren har gett många befällningar som du inte kan hålla utan att göra vissa bedömningar. Han sade till exempel: "Akta er för de falska profeterna ... på deras frukt skall ni känna igen dem" (Matteus 7:15–16) och "Gån ut från de onda". (L&F 38:42) Du måste bedöma människor vid många viktiga beslut, som att välja vänner, rösta på landets ledare och välja evig livskamrat.

Att döma eller bedöma är en viktig användning av din handlingsfrihet och ska göras med stor omsorg, särskilt när du bedömer andra människor. Alla dina domar måste styras av rättfärdiga normer. Kom ihåg att endast Gud, som känner vars och ens hjärta, kan fälla den slutliga domen över människor. (Se Johannes Uppenbarelse 20:12; 3 Nephi 27:14; L&F 137:9.)

Herren gav en varning som ledning i vår bedömning av andra: "Med den dom varmed I dömen, skolen I bliva dömda, och med det mått som I mäten med, skall ock mätas åt eder. Huru kommer det till, att du ser grandet i din broders öga, men icke bliver varse bjälken i ditt eget öga? Eller huru kan du säga till din broder: Låt mig taga ut grandet ur ditt öga, du som har en bjälke i ditt eget öga? Du skrymtare, tag först ut bjälken ur ditt eget öga; därefter må du se till, att du kan taga ut grandet ur din broders öga." (3 Nephi 14:2–5)

I det här skriftstället lär oss Herren att ett fel som vi ser hos en annan ofta är som en liten fläck i den personens öga, jämfört med våra egna fel, som är som en enorm bjälke i vårt öga. Ibland inriktar vi oss på andras fel, när vi i stället borde arbeta på att förbättra oss själva.

Dina rättfärdiga domar över andra kan ge ledning som de behöver och, i vissa fall, beskydd för dig och din familj. Begrunda alla sådana domar med omtanke och medkänsla. Bedöm i största utsträckning människors situation hellre än att döma människorna själva. Avstå om möjligt från att fälla omdömen tills du har tillräcklig kunskap om fakta. Var alltid känslig för den Helige Anden, som kan leda dina beslut. Kom

Enighet

ihåg Almas råd till sonen Corianton: "Se fördenskull till, min son, att du är barmhärtig emot dina bröder, handla rättvist, döm rättfärdigt och gör gott oavslåtligen." (Alma 41:14)

Ytterligare hänvisningar: 1 Samuelsboken 16:7; Moroni 7:14–19; L&F 11:12

Se även Barmhärtighet; Förlåtelse; Kärlek; Kristlig kärlek

Enighet

Alldeles innan Frälsaren genomförde försoningen bad han för sina lärjungar, som han sänt till världen för att predika evangeliet. Han bad också för dem som skulle komma till tro på honom genom hans lärjungars ord. Han vädjade om enighet: "Jag ber att de alla skall vara ett, och att såsom du, Fader, är i mig och jag i dig, också de skall vara i oss, för att världen skall tro att du har sänt mig." (Johannes 17:21)

Av denna bön lär vi hur evangeliet gör oss till ett med vår himmelske Fader och Jesus Kristus och med varandra. När vi lever efter evangeliet, tar emot frälsande förrättningar och håller våra förbund, förändras vår natur. Frälsarens försoningsoffer helgar oss, och vi kan leva i enighet, njuta frid i detta liv och bereda oss för att vara hos Fadern och hans Son för evigt.

Herren har sagt: "Varen ett, ty om I icke ären ett, ären I icke mina." (L&F 38:27) Du kan söka och befrämja denna enighet i din familj och i kyrkan. Om du är gift kan du och din maka/make vara eniga i avsikt och handling. Ni kan låta era unika egenskaper komplettera varandra när ni ställs inför utmaningar tillsammans och tillväxer i kärlek och insikt. Ni kan också vara förenade med andra släktingar och kyrkans medlemmar genom att tjäna tillsammans, undervisa varandra och uppmuntra varandra. Ni kan bli ett med kyrkans president och andra av kyrkans ledare genom att studera deras ord och följa deras råd.

När kyrkan växer över hela världen kan alla medlemmar bli förenade. Våra hjärtan kan vara "förenade i enighet och

kärlek till varandra". (Mosiah 18:21) Vi uppskattar kulturell mångfald och personliga skillnader, men vi söker också "enheten i tron" som kommer när vi följer inspirerade ledare och minns att vi alla är barn till samme Fader. (Se Efesierbrevet 4:3–6, 11–13.)

Se även Kärlek; Lydnad; Sion; Tjänande; Äktenskap

Evangeliet

Evangeliet är vår himmelske Faders plan för vår lycka. Den centrala läran i evangeliet är Jesu Kristi försoning.

Profeten Joseph Smith sade: "Evangeliets första grundsatser och förordningar är: (1) Tro på Herren Jesus Kristus, (2) omvändelse, (3) nedsänkingsdop till syndernas förlåtelse, (4) handpåläggning för den Helige Andens gåva. (Trosartikel 4) I sin fullhet innefattar evangeliet alla lärosatser, principer, lagar, förrättningar och förbund som behövs för att vi ska kunna upphöjas i det celestialet riket. Frälsaren har lovat att om vi hårdar ut intill änden och trofast lever efter evangeliet, så kommer han att hålla oss skuldfrja inför Fadern vid den slutliga domen. (Se 3 Nephi 27:16.)

Evangeliets fullhet har predikats i alla tider när Guds barn varit beredda att ta emot den. I vår tid, eller i tidernas fullhets utdelning, har evangeliet återställts genom profeten Joseph Smith.

Ytterligare hänvisningar: Romarbrevet 1:16–17; 3 Nephi 27:13–22; L&F 11:24; 39:5–6

Se även Återställelse, evangeliets; Dopet; Frälsningsplanen; Försoning, Jesu Kristi; Helige Anden, den; Jesus Kristus; Omvändelse; Tro

Evigt liv

Herren förkunnade: "Ty se, mitt verk och min härlighet är att åvägbringa odödlighet och evigt liv för människan." (Moses 1:39) Odödlighet är att leva för evigt som uppstånd

varelse. Genom Jesu Kristi försoning får alla denna gåva. Evigt liv eller upphöjelse är att ärva en plats i den högsta graden av det celestialet riket, där vi ska leva i Guds närhet och fortleva som familjer. (Se L&F 131:1–4.) Liksom odödligheten möjliggörs denna gåva genom Jesu Kristi försoning. Det krävs emellertid av oss att vi "lyd[er] evangeliets lagar och förordningar". (Trosartikel 3)

Att hålla sig på vägen till evigt liv

När du döptes och fick den Helige Andens gåva började du gå den väg som leder till evigt liv. Profeten Nephi lärde:

"Porten genom vilken I skolen inträda är nämligen omvändelse och dop med vatten, och sedan kommer edra synders förlåtelse genom eld och genom den Helige Anden.

Då ären I på den trånga och smala stigen, som leder till evigt liv, ja, I haven gått in genom porten. I haven handlat enligt Faderns och Sonens bud, och I haven undfått den Helige Anden, vilken vittnar om Fadern och Sonen, varför löftet, som han givit, att om I gå in den rätta vägen skolen I undfå Anden, har blivit uppfyllt." (2 Nephi 31:17–18)

Nephi betonade att sedan vi börjat gå "den trånga och smala stigen", måste vi uthärda till änden i tro:

"Är [allt] gjort genom att I haven beträtt den trånga och smala stigen? Se, jag säger eder: Ingalunda! Ty I skullen icke hava hunnit så pass långt, om det icke hade skett genom Kristi ord med orubbad tro på honom och fullkomlig förtröstan på hans förtjänst, som är mäktig att frälsa.

Därför måsten I sträva framåt med ståndaktighet i Kristus och hava ett fullkomligt klart hopp samt kärlek till Gud och alla människor. Om I så sträven framåt och glädjen eder i Kristi ord samt uthärden intill änden, se, så säger Fadern: I skolen hava evigt liv." (2 Nephi 31:19–20)

Nu när du blivit döpt och konfirmerad beror mycket av din utveckling mot evigt liv på att du tar emot andra frälssande förrättningar: för män ordination till melkisedeska

prästadömet, för män och kvinnor tempelbegåvningen och äktenskapsbeseglingen. När du tar emot de här förrättningararna och håller de bud som hör samman med dem, förbereder du dig för att ärva den högsta graden av den celestiaala härligheten.

Inom räckhåll

Då du funderar över din färd längs den "trånga och smala stigen", ska du vara förvissad om att evigt liv är inom räckhåll för dig. Herren vill att du ska återvända till honom, och han kräver aldrig något av dig som du inte klarar av. Alla hans befallningar är avsedda att befrämja din lycka. När du utövar tro och tjänar honom med all din styrka, ger han dig kraft och öppnar en väg för dig att göra vad han än befäller dig. (Se 1 Nephi 3:7.) Kom ihåg att när du gör ditt allra bästa och omvänder dig från dina synder, uppväger Jesu Kristi försoning dina svagheter och de orättvisor, skador och den smärta du upplever i livet. "Vi veta, att trots allt vad vi förmå göra, så är det dock av nåd vi äro frälsta." (2 Nephi 25:23)

Ytterligare hänvisningar: Johannes 3:16; 17:3; 2 Nephi 9:39; Moroni 7:41; L&F 14:7; 50:5

Se även Försoning, Jesu Kristi; Härlighetsriken; Nåd

Fallet

I Edens lustgård befälde Gud: "Du må fritt äta frukten av varje träd i lustgården, men av kunskapens träd på gott och ont skall du icke äta. Icke desto mindre må du själv välja, ty det är givet dig, men kom ihåg att jag förbjuder det, ty den dag du äter därav skall du döden dö." (Moses 3:16–17) Eftersom Adam och Eva överträdde det budet och åt av kunskapens träd på gott och ont, drevs de bort från Herrens närhet. (Se L&F 29:40–41.) Med andra ord upplevde de den andliga döden. De blev också dödliga — underkastade den fysiska döden. Denna andliga och fysiska död kallas fallet.

Vårt fallna tillstånd

Som Adams och Evas avkomlingar ärver vi ett fallet tillstånd under jordelivet. (Se Alma 42:5–9, 14.) Vi är skilda från Herrens närhet och underkastade den fysiska döden. Vi placeras också i ett tillstånd av motsatser, där vi prövas genom livets svårigheter och den ondes frestelser. (Se 2 Nephi 2:11–14; L&F 29:39; Moses 6:48–49.)

I detta fallna tillstånd har vi en konflikt inom oss. Vi är Guds andebarn med möjlighet att "få del av gudomlig natur". (2 Petrusbrevet 1:4) Emellertid "[är] vi ... ovärdiga för [Gud]. Till följd av fallet har vår natur blivit ond oupphörigen." (Ether 3:2) Vi behöver ständigt sträva för att övervinna orättfärdiga känslor och önsknings.

Konung Benjamin upprepade en ängels ord när han sade: "Den naturliga människan är fiende till Gud och har varit ända ifrån Adams fall." Konung Benjamin varnade för att var och en i detta naturliga eller fallna tillstånd är fiende till Gud för evigt, "såvida hon icke giver efter för den Helige Andens maning och avkläder sig den naturliga människan och bliver en helig genom Herrens, Kristi, försoning samt bliver såsom ett barn: undergiven, mild, ödmjuk, tålig, kärleksfull och villig att underkasta sig allt det Herren anser tjänligt för henne som ett barn underkastar sig sin fader". (Mosiah 3:19)

Fallets välsignelser

Fallet är en väsentlig del av vår himmelske Faders frälsningsplan. (Se 2 Nephi 2:15–16; 9:6). Det går åt två håll — neråt, men ändå framåt. Förutom att det medförde den fysiska och andliga döden, gav det oss möjligheten att komma till jorden för att lära och utvecklas. Genom rättfärdigt utövande av vår handlingsfrihet och uppriktig omvändelse när vi syndar, kan vi komma till Kristus och genom hans försoning förbereda oss för att ta emot det eviga livets gåva. Profeten Lehi lärde:

”Om Adam icke hade överträtt budet, skulle han icke hava fallit utan hava förblivit i lustgården i Eden. Allt som skapats måste hava förblivit i det tillstånd i vilket det var omedelbart efter skapelsen, och det måste hava förblivit evinnerligen och vara utan ände.

[Adam och Eva] skulle ej haft några barn, varför de skulle hava förblivit i ett tillstånd av oskuld utan att hava någon glädje, ty de kände ej till bedrövelse och utan att göra något gott, ty de visste ej av synd.

Men se, allting är gjort enligt hans visdom, som känner allt.

Adam föll, på det människorna skulle bliva till, och människorna äro till för att hava glädje.

Messias kommer, när tiden är fullbordad, för att återlösa människornas barn från fallet.” (2 Nephi 2:22–26, se även verserna 19–21, 27.)

Adam och Eva uttryckte sin tacksamhet för de välsignelser som kom som en följd av fallet:

”[Adam] välsignade ... Gud och blev fylld och började profetera om alla jordens slakten, sägande: Välsignat vare Guds namn, ty på grund av min överträdelse hava mina ögon öppnats och här i livet skall jag hava glädje och i köttet skall jag åter få se Gud.

Hans hustru Eva hörde allt detta och gladde sig och sade: Om det icke vore för vår överträdelse, skulle vi aldrig hava haft säd och skulle aldrig hava haft kunskap om gott och ont och känt glädjen över vår återlösning och det eviga livet, som Gud giver till alla de lydiga.” (Moses 5:10–11)

Återlösning från fallet

På grund av vår fallna jordiska natur och våra personliga synder ligger vårt enda hopp i Jesus Kristus och återlösningensplanen.

Genom Jesu Kristi försoning kommer alla att återlösas från fallets följder. Vi kommer att uppstå, och vi kommer att

Familjebön

föras tillbaka till Herrens närhet för att dömas. (Se 2 Nephi 2:5–10; Alma 11:42–45; Helaman 14:15–17.)

Förutom att återlösa oss från fallets universella följder, kan Frälsaren återlösa oss från våra egna synder. I vårt fallna tillstånd syndar vi och avlägsnar oss från Herren, och drar därmed själva på oss den andliga döden. Som aposteln Paulus sade: "Alla har syndat och saknar härligheten från Gud." (Romarbrevet 3:23) Om vi fortsätter i våra synder kan vi inte vistas i Guds närhet, "ty inget orent kan dvälas ... i hans närhet". (Moses 6:57) Lyckligtvis åvägabringar försoningen "även ett omvändelsens tillstånd" (Helaman 14:18), vilket gör det möjligt för oss att få förlåtelse för våra synder och vistas i Guds närhet för evigt. Alma lärde: "Dock beviljades människan en tidrymd under vilken hon kunde omvända sig och därför blev detta livet en provningstid, en förberedelsestid till återförening med Gud, en förberedelsestid för det ändlösa tillstånd, som av oss omtalats och vilket kommer efter de dödas uppståndelse." (Alma 12:24)

Tacksamhet för Frälsarens försoningsoffer

Liksom vi egentligen inte vill ha mat förrän vi är hungriga, önskar vi inte helt och fullt evig frälsning förrän vi inser vårt behov av Frälsaren. Denna insikt kommer då vi förstår mer om fallet. Som profeten Lehi lärde: "Hela människosläktet befann sig i ett förtappat och fallet tillstånd, vari det skulle evigt förbliva, med mindre människorna ville förtrösta på denne Återlösare." (1 Nephi 10:6)

Ytterligare hänvisningar: 1 Mosebok 3; Mormon 9:12–14; Moses 4

Se även Arvsynden; Försoning, Jesu Kristi; Frälsningsplanen; Handlingsfrihet; Synd

Familjebön (Se Bön)

Familjen

Den 23 september 1995 läste president Gordon B Hinckley, kyrkans 15:e president, upp följande tillkännagivande vid Hjälpföreningens allmänna möte. Det inspirerade tillkännagivandet med titeln "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", har blivit uttrycket för kyrkans ståndpunkt när det gäller familjen:

"Vi, första presidentskapet och de tolv apostlarnas råd i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, förkunnar högtidligen att äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud och att familjen har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga bestämmelse.

Alla människor — män och kvinnor — är skapade till Guds avbild. Var och en är ett andebarn, en älskad son eller dotter till himmelska föräldrar och har som sådan gudomliga egenskaper och förutsättningar. Att det finns olika kön är nödvändigt för den enskildes förjordiska, jordiska och eviga identitet och uppgift.

I föruttillvaron kände och dyrkade dessa söner och döttrar Gud som sin evige Fader och antog hans plan, enligt vilken hans barn kunde få en fysisk kropp och få jordiska erfarenheter för att utvecklas mot fullkomlighet och slutligen nå sin gudomliga bestämmelse som arvtagare till evigt liv. Den gudomliga lycksalighetsplanen möjliggör att familjebanden fortsätter bortom graven. Heliga förordningar och förbund i heliga tempel gör det möjligt för enskilda personer att återvända till Guds närhet, och för familjer att vara tillsammans för evigt.

Det första bud som Gud gav Adam och Eva gällde deras möjlighet att som man och hustru bli föräldrar. Vi förkunnar att Guds bud till sina barn att föröka sig och uppfylla jorden fortfarande gäller. Vi förkunnar vidare att Gud har befallt att den heliga fortplantningsförmågan endast skall användas mellan man och kvinna, lagligt vigda som man och hustru.

Vi tillkännager att det sätt varpå människoliv skapas har bestämts av Gud. Vi bekräftar livets helgd och dess betydelse i Guds eviga plan.

Man och hustru har ett högtidligt ansvar att älska och vårda sig om varandra och sina barn. 'Barn är en Herrens gåva.' (Psaltaren 127:3) Föräldrar har ett heligt ansvar att uppfostra sina barn i kärlek och rättfärdighet, att sörja för deras fysiska och andliga behov, att lära dem älska och tjäna varandra, att hålla Guds bud och vara laglydiga medborgare var än de bor. Män och hustrur — mödrar och fäder — kommer att stå till svars inför Gud för hur de uppfyller dessa plikter.

Familjen är instiftad av Gud. Äktenskap mellan man och kvinna är en nödvändig del av hans eviga plan. Barn har rätt att födas inom äktenskapets ram, och att fostras av en far och en mor som ärar sina äktenskapslöften med fullständig trohet. Största förutsättningarna för lycka i familjelivet finns då det byggs på Herrens Jesu Kristi lärdomar. Framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation. Enligt gudomlig plan skall fadern presidera över sin familj i kärlek och rättfärdighet och han har ansvaret att sörja för och beskydda sin familj. Moderns främsta ansvar är barnens omvårdnad. I dessa heliga ansvar är fadern och modern skyldiga att hjälpa varandra som likvärdiga makar. Handikapp, död eller andra omständigheter kan göra det nödvändigt med individuella anpassningar. Släktingar bör vid behov ge hjälp och stöd.

Vi varnar dem som bryter mot kyskhetsbudet, som förgriper sig på maka eller barn, eller som underlåter att fullgöra sina skyldigheter mot familjen, att de en dag kommer att stå ansvariga inför Gud. Vi varnar vidare för att familjens upplösning kommer att frambringa de stora olyckor över enskilda människor, samhällen och nationer som förutsagts av forntida och nutida profeter.

Vi uppmanar ansvariga samhällsmedborgare, regeringar och myndigheter överallt att verka aktivt för att bevara och stärka familjen som samhällets grundläggande enhet." (Nordstjärnan, oktober 1998, s 24)

Se även Familjens hemafton; Tempel; Äktenskap

Familjens hemafton

Hemmet är den viktigaste platsen för undervisning om evangeliet. Ingen annan organisation kan ta familjens plats. Nutida profeter har gång på gång uppmanat föräldrar att ta hand om sina barn med kärlek och undervisa dem om evangeliet.

År 1915 introducerade president Joseph F Smith och hans rådgivare i första presidentskapet ett världsomfattande program för att stärka familjen. De uppmanade föräldrarna i kyrkan att samla sina barn en gång i veckan till en "hemafton". Familjerna skulle ta sig tid att be och sjunga tillsammans, läsa skrifterna, undervisa varandra om evangeliet samt delta i andra aktiviteter som främjar familjens enighet.

År 1970 öronmärkte president Joseph Fielding Smith och hans rådgivare i första presidentskapet måndagskvällen till familjens hemafton. Sedan det tillkännagivandet har kyrkan hållit måndagskvällarna fria från kyrkoaktiviteter så att familjerna kan ha den tiden tillsammans.

Nutida profeter fortsätter uppmana kyrkans medlemmar att ge högsta prioritet åt familjens hemafton. De har lovat att när vi engagerar oss i programmet ska det skydda våra familjer mot vår tids ondska och ge överflödande glädje nu och genom evigheterna.

Alla kyrkans medlemmar borde ta vara på måndagskvällen och reservera den för familjens hemafton. Om du är gift bör du ha familjens hemafton med din maka varje vecka. Om ni har barn bör de vara med på hemaftonen. Anpassa programmet till deras behov och intressen och låt

dem delta. Sedan barnen vuxit upp och flyttat hemifrån, fortsätter du hålla familjens hemafton med din maka.

Om du är ensamstående kan du be biskopen eller grens-presidenten organisera en hemaftonsgrupp för dig och andra ensamstående medlemmar i er församling eller gren. Han kan kalla en hemaftonsledare som får ansvaret att organisera programmet och se till att hemaftnarna hålls regelbundet.

Här följer förslag till program för familjens hemafton:

- Inledningssång
- Inledningsbön
- Skriftläsning
- Lektion
- Aktivitet
- Avslutningssång
- Avslutningsbön
- Förfriskningar

När du förbereder lektioner för familjens hemafton, så kom ihåg att grunda dem på skrifterna, på våra nutida profeters ord och på personliga upplevelser och vittnesbörd. Den här boken kan hjälpa dig välja ämnen att undervisa om. Dessutom kan du titta i annat material som kyrkan tagit fram, såsom *Stora hemaftonboken* (31106.180), *Evangeliets principer* (31110.180), *Handledning för familjen* (31180.180) och kyrkans tidskrifter.

Se även Familjen

Fasta och fasteoffer

Att fasta är att frivilligt avstå från mat och dryck under en viss tidsperiod. Fasta i samband med uppriktig bön kan hjälpa dig förbereda dig och andra för att ta emot Guds välsignelser.

Avsikter med fastan

Vid ett tillfälle drev Frälsaren ut en ond ande ur ett barn och använde händelsen för att undervisa sina lärjungar om kraften i bön och fasta. Hans lärjungar frågade honom: "Varför kunde inte vi driva ut honom?" Jesus svarade: "Därför att ni har så lite tro. Amen säger jag er: Om ni har tro, bara som ett senapskorn, skall ni säga till detta berg: Flytta dig dit bort, och det kommer att flytta sig. Ingenting skall vara omöjligt för er. Men detta slag går endast ut genom bön och fasta." (Se Matteus 17:14–21, se fotnot 17:20 för vers 21.)

Av detta lär vi att bön och fasta kan ge ökad styrka åt dem som ger och tar emot prästadörets välsignelser. Detta kan också tillämpas på dina egna ansträngningar att efterleva evangeliet. Om du har en svaghet eller synd som du har kämpat med, kanske du behöver fasta och be för att få den hjälp eller förlåtelse du behöver. Liksom den onde ande som Kristus drev ut, kan din svårighet vara sådan att den bara kan övervinnas genom bön och fasta.

Du kan fasta av många skäl. Fasta är ett sätt att tillbe Gud och uttrycka tacksamhet till honom. (Se Lukas 2:37; Alma 45:1.) Du kan fasta medan du ber din himmelske Fader välsigna de sjuka eller plågade. (Se Matteus 17:14–21.) Fasta kan hjälpa dig och dem du älskar att få personlig uppenbarelse och bli omvänd till sanningen. (Se Alma 5:46; 6:6.) Genom fasta kan du få styrka att stå emot frestelser. (Se Jesaja 58:6.) Du kan fasta och försöka ödmjuka dig inför Gud och utöva tro på Jesus Kristus. (Se Omni 1:26; Helaman 3:35.) Du kan fasta för att få ledning i att sprida evangeliet och ära dina kallelser i kyrkan. (Se Apostlagärningarna 13:2–3; Alma 17:3, 9; 3 Nephi 27:1–2.) Fasta kan åtfölja rättfärdig sorg och ånger. (Se Alma 28:4–6; 30:1–2.)

Fastesöndagen

Kyrkan har utsett en söndag varje månad, vanligen första söndagen, till en dag för fasta. Ett rätt iakttagande av

fastedagen innefattar att avstå från mat och dryck under två på varandra följande måltider, närvara vid faste- och vittnesbörds-mötet samt att ge fasteoffer till hjälp för behövande.

Värdet av ditt fasteoffer bör minst motsvara de två måltider du avstår från. Om möjligt bör du vara generös och ge mycket mer än denna summa.

Förutom att iakta den fastedag som avsatts av kyrkans ledare, kan du fasta vilken annan dag som helst, alltefter dina egna och andras behov. Du bör emellertid inte fasta alltför ofta eller överdrivet länge.

Den sanna fastan

I bergspredikan undervisade Jesus om det rätta sättet att fasta. Han angrep hycklarna som när de fastar "vanställer sina ansikten för att visa människor att de fastar". I stället för att ge ett yttre sken av rättfärdighet bör du fasta inför "din Fader som är i det fördolda. Då skall din Fader, som ser i det fördolda, belöna dig." (Matteus 6:16-18)

Även profeten Jesaja lärde oss om fastans sanna anda: "Nej, detta är den fasta jag vill ha: Lossa orättfärdiga bojor, lös okets band, släpp de förtryckta fria, bryt sönder alla ok, ja, dela ditt bröd åt den hungrige, skaffa de fattiga och hemlösa en boning, kläd den nakne var du än ser honom och drag dig inte undan för den som är ditt kött och blod." (Jesaja 58:6-7)

Jesaja vittnade också om de välsignelser som kommer av att lyda fastelagen: "Då skall ditt ljus bryta fram som morgonrodnaden och ditt helande visa sig med hast. Din rättfärdighet skall gå framför dig och Herrens härlighet följa i dina spår. Då skall Herren svara när du åkallar honom. När du ropar, skall han säga: 'Se, här är jag.' ... Om du delar med dig åt den hungrige av det du har och mättar den som lider nöd, då skall ditt ljus gå upp i mörkret och din natt bli lik middagens ljus. Och Herren skall alltid leda dig; han skall mätta dig mitt i ödemarken och ge styrka åt benen i din kropp. Du skall

vara lik en vattenrik trädgård och likna ett källsprång, vars vatten aldrig tryter." (Jesaja 58:8–11)

Ytterligare hänvisningar: 3 Nephi 13:16–18; L&F 59:12–14; 88:76, 119

Se även Bön

Frestelser

Som aposteln Paulus profeterat är de sista dagarna "svåra tider". (2 Timoteusbrevet 3:1) Motståndarens inflytande är vida spritt och förföriskt. Men du kan besegra Satan och övervinna hans frestelser. Din himmelske Fader har gett dig handlingsfrihetens gåva — förmågan att välja gott istället för ont. Du kan "ödmjuka [dig] för Herren och åkalla hans heliga namn och vaka och bedja oavlåtligt, på det [du] icke må bli frestad över [din] förmåga att uthärda det". (Se Alma 13:28.) När du villigt lyder buden, stärker din himmelske Fader dig, så att du kan motstå frestelser.

Följande råd kan hjälpa dig övervinna frestelser:

Sätt Frälsaren i centrum. Profeten Helaman sade till sina söner: "Kommen ihåg, att det är på vår Återlösares klippa, hans, som är Kristus, Guds Son, som I måsten lägga eder grundval, så att när djävulen utsänder sina mäktiga vindar, ja, sina pilar i virvelvinden, ja, när hans hagel och hans rasande storm träffa eder, de ej skola hava makt över eder att draga eder ned i eländets och den ändlösa veklagans avgrund, emedan den klippa, varpå I ären byggda, är en säker grundval på vilken människorna, om de bygga därpå, icke kunna misslyckas." (Helaman 5:12)

Be om styrka. När den uppståndne Frälsaren kom till nephiterna, sade han till folket: "I måsten alltid vaka och bedja för att icke falla i frestelse, ty Satan önskar hava eder för att sälla eder som vet. Därför måsten I alltid bedja till Fadern i mitt namn." (3 Nephi 18:18–19) I vår tid har han gett liknande råd: "Bed oavlåtligt på det du må avgå med seger, ja, på det

du må kunna övervinna Satan och undkomma hans tjänares händer, vilka understödja hans verk." (L&F 10:5)

Studera skrifterna varje dag. När du studerar evangeliets sanningar och tillämpar dem i ditt liv, välsignar Herren dig med kraft att motstå frestelser. Nephi lärde: "Den, som vill hörsamma Guds ord och hålla fast därvid, skall aldrig förgås, ej heller kunna frestelserna eller motståndarnas glödande pilar göra dem vanmäktiga och blinda för att leda dem bort till undergång." (1 Nephi 15:24; se även Helaman 3:29–30.)

Fyll ditt liv med godhet. Du har så mycket gott att välja bland, att du inte behöver ta del av det onda. När du fyller ditt liv med godhet, finns där inte plats för annat.

Undvik frestande platser och situationer. Du kan inte helt undgå frestelser, men du kan undvika platser och situationer där det är troligt att du blir frestad. Du kan också undvika olämpligt material i tidningar, böcker, television, filmer och musik samt på Internet.

Försök ha en god inverkan på andra. Strax innan Frälsaren led i Getsemane, bad han för sina lärjungar: "De [är inte] av världen, liksom inte heller jag är av världen. Jag ber inte att du skall ta dem ut ur världen utan att du skall bevara dem för det onda. De är inte av världen, liksom inte heller jag är av världen. Helga dem i sanningen, ditt ord är sanning. Liksom du har sänt mig till världen, så har jag sänt dem till världen." (Johannes 17:14–18) Som nutida lärjunge till Jesus Kristus kan du vara i världen, men inte "av världen". Förutom att själv undvika frestelser, kan du påverka andra till att leva goda och sunda liv. Du kan vara ett rättfärdigt föredöme, vara en god vän, delta i samhälleligt tjänande och vid lämpliga tillfällen höja din röst till försvar för moraliska värderingar.

Tveka aldrig i ditt beslut att motstå frestelser. Försök följa Frälsarens exempel: "Han led frestelser men gav icke efter för dem." (L&F 20:22) När Satan frestade Jesus i öknen, tvekade Herren aldrig. Hans svar var snabbt och fast: "Gå bort, Satan!"

(Matteus 4:10) Genom rättfärdiga tankar, ord och handlingar kan du möta motståndarens frestelser med samma övertygelse. "Stå emot djävulen, så skall han fly bort från er. Närma er Gud, så skall han närma sig er." (Jakobs brev 4:7–8)

Ytterligare hänvisningar: Romarbrevet 12:21; Efesierbrevet 6:11–17; Jakobs brev 1:12; L&F 23:1; 31:12; Moses 1:12–22

Se även Fasta och fasteoffer; Handlingsfrihet; Helige Anden, den; Kristi ljus; Omvändelse; Samvete; Satan

Frid

Man tänker ofta att frid eller fred är frånvaro av krig. Men vi kan känna frid även i krigstid, och vi kan sakna frid även när inget krig rasar. Blotta frånvaron av konflikter räcker inte för att ge frid i hjärtat hos oss. Friden kommer genom evangeliet — genom Jesu Kristi försoning, genom den Helige Andens kraft och vår egen rättfärdighet, genom uppriktig omvändelse och hängivet tjänande.

Även om världen kring dig är i uppror, kan du välsignas med inre frid. Denna välsignelse fortsätter när du håller fast vid vittnesbördet om evangeliet och kommer ihåg att din himmelske Fader och Jesus Kristus älskar dig och vakar över dig.

Förutom att själv känna frid kan du vara en fridsstiftare i din familj, ditt samhälle och världen. Du arbetar för friden när du håller buden, tjänar andra, tar hand om familj och grannar samt sprider evangeliet. Du arbetar för friden varje gång som du hjälper till att lindra någon annans lidande.

Följande ord från Frälsaren lär oss hur vi kan uppleva den frid som evangeliet ger:

"Men Hjälparen, den helige Ande, som Fadern skall sända i mitt namn, han skall lära er allt och påminna er om allt vad jag har sagt er.

Frid lämnar jag efter mig åt er. Min frid ger jag er. Inte ger jag er en sådan frid som världen ger. Låt inte era hjärtan oroas och var inte modlösa." (Johannes 14:26–27)

Frälsning

"Frukten icke, mina söner, att göra det goda, ty vad I sån, det skolen I ock skörda. Om I därför sån det goda, skolen I ock skörda det goda som eder belöning.

Frukta därför icke, du lilla hjord! Gör gott! Låt jorden och helvetet förena sig emot dig, ty om du är byggd på min klippa, kunna de icke besegra dig.

Se, jag fördömer eder icke. Gån eder väg och synden icke härefter. Utfören med allvar det verk, som jag befallt eder.

Vänden alla edra tankar till mig, tvivlen icke, frukten icke.

Skåden såren i min sida och märkena efter spikarna i mina händer och fötter. Varen trofasta. Hållen mina bud, så skolen I ärva himmelriket." (L&F 6:33–37)

"Detta har jag talat till er, för att ni skall ha frid i mig. I världen får ni lida, men var vid gott mod. Jag har övervunnit världen." (Johannes 16:33)

När du minns Frälsaren och följer honom, kan du verkligen vara vid gott mod. Du kan alltid uppleva verklig, varaktig frid. Du kan finna hopp i Frälsarens första ord till sina lärjungar efter sin uppståndelse. "Frid vare med er." (Johannes 20:19)

Ytterligare hänvisningar: L&F 59:23

Se även Helige Anden, den; Hopp; Jesus Kristus; Kärlek; Krig; Kristlig kärlek; Tjänande

Frälsning

I samtal med andra kristna kan du ibland få frågan: "Är du frälst?" De som ställer den frågan avser oftast handlingen att uppriktigt bekänna att man accepterar Jesus Kristus som sin personlige Herre och Frälsare. När de ställer frågan visar de sin tro på följande ord, skrivna av aposteln Paulus:

"Om du därför med din mun bekänner att Jesus är Herren och i ditt hjärta tror att Gud har uppväckt honom från de döda, skall du bli frälst. Ty med hjärtat tror man och blir

rättfärdig, med munnen bekänner man och blir frälst.”
(Romarbrevet 10:9–10)

Att svara på frågan ”Är du frälst?”

I Romarbrevet 10:9–10 betecknar ordet *frälst* ett förbund med Jesus Kristus. Genom detta förbund tillförsäkras vi frälsning från syndens eviga följder om vi är lydiga. Alla trofasta medlemmar i kyrkan är frälsta enligt den definitionen. Vi är omvända till det återställda evangeliet. Genom dopförrättningen har vi ingått ett förbund med Frälsaren och tagit på oss hans namn. Vi förnyar vårt dopförbund genom att ta sakramentet.

Olika betydelser av ordet *frälsning*

Enligt Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heligas lära har termerna *frälst* och *frälsning* flera olika innebörder. Enligt dessa betydelser blir ditt svar på frågan ”är du frälst?” antingen ”ja” eller ”ja, på vissa villkor”. Följande förklaringar anger sex olika innebörder av ordet *frälsning*.

Frälsning från den fysiska döden. Alla människor dör till sist. Men genom Jesu Kristi försoning och uppståndelse ska alla människor uppstå — frälsta från den fysiska döden. Paulus vittnade: ”Liksom i Adam alla dör, så skall också i Kristus alla göras levande.” (1 Korintierbrevet 15:22)

Frälsning från synden. För att bli renad från synd genom Frälsarens försoning, måste du utöva tro på Jesus Kristus, omvända dig, bli döpt och ta emot den Helige Andens gåva. (Se Apostlagärningarna 2:37–38.) Om du har låtit döpa dig och mottagit den Helige Andens gåva genom rätt prästadömsmyndighet är du redan frälst från synden på vissa villkor. Du blir inte helt frälst från synden förrän du avslutat ditt liv på jorden och trofast uthärdat till slutet.

Lägg märke till att du inte kan bli frälst *i dina synder*. Du blir inte frälst ovillkorligen bara genom att bekänna din tro på Kristus, samtidigt som du inser att du oundvikligen kommer att begå synder under resten av ditt liv. (Se Alma 11:36–37.) Genom Guds nåd kan du bli frälst *från dina synder*. (Se Helaman 5:10–11.) För att få den välsignelsen måste du utöva tro på Jesus Kristus, sträva att hålla buden, överge synden och förnya din omvändelse och rening genom sakramentet.

Att bli född på nytt. Ibland kan du få frågan om du är pånyttfödd. Principen om andlig pånyttfödelse nämns på många ställen i skrifterna. Nya testamentet innehåller Jesu lära att vi måste bli "födda på nytt" samt att "den som inte blir född av vatten och Ande kan inte komma in i Guds rike". (Johannes 3:3, 5) Denna lära bekräftas i Mormons bok: "Hela människosläktet, ja, män och kvinnor, alla nationer, slakten, tungomål och folk måste födas på nytt, ja, måste födas av Gud, förvandlas från sitt köttsliga och fallna tillstånd till ett rättfärdigt tillstånd, ja, måste återlösas av Gud och bli hans söner och döttrar. Sålunda bli de nya skapelser, och om icke detta sker, kunna de på intet sätt ärva Guds rike." (Mosiah 27:25–26)

Denna pånyttfödelse är en process som inträffar efter det att vi döpts och tagit emot den Helige Andens gåva. Den sker som resultat av vår villighet att "att ingå ett förbund med vår Gud att göra hans vilja och vara lydiga till hans bud i allt det han befäller oss alla våra återstående dagar". (Mosiah 5:5) Då blir våra "hjärtan ... förändrade genom tro på hans namn. Därför ären [vi] födda av honom". (Mosiah 5:7) Om du blivit döpt och har tagit emot den Helige Andens gåva, och ingått förbundet att ta på dig Jesu Kristi namn, kan du säga att du är född på nytt. Och du kan förnya den pånyttfödelsen varje sabbat när du tar sakramentet.

Frälsning från okunnighet. Många människor lever i ett tillstånd av mörker utan att känna till det återställda evangeliets ljus. De "hållas borta från sanningen, blott emedan de icke

veta var de skola finna den". (L&F 123:12) Som medlem i Herrens kyrka är du frälst från detta tillstånd. Du har kunskap om Gud Fadern, Jesus Kristus, livets mening, frälsningsplanen och dina eviga möjligheter. Du kan leva som lärjunge till Frälsaren, som förkunnade: "Jag är världens ljus. Den som följer mig skall inte vandra i mörkret utan ha livets ljus." (Johannes 8:12)

Frälsning från den andra döden. Skrifterna talar ibland om frälsning från den andra döden. Den andra döden är den slutliga andliga döden — att bli avskuren från rättfärdighet och förnekas en plats i ett härlighetsrike. (Se Alma 12:32; L&F 88:24.) Denna andra död kommer inte förrän efter den slutliga domen, och den kommer till mycket få. (Se L&F 76:31–37.) Nästan alla som någonsin levat på jorden är tillförsäkrade frälsning från den andra döden. (Se L&F 76:40–45.)

Evigt liv eller upphöjelse. I skrifterna avser orden *frälst* och *frälsning* ofta evigt liv eller upphöjelse. (Se Abraham 2:11.) Evigt liv är att känna vår himmelske Fader och Jesus Kristus och vistas med dem för evigt — att ärva en plats i den högsta graden av det celestialet riket. (Se Johannes 17:3; L&F 131:1–4; 132:21–24.) För att få denna stora gåva, måste vi göra mer än omvända oss från våra synder och bli döpta och konfirmerade av vederbörlig prästadömsmyndighet. Män måste få melkisedekska prästadömet, och alla kyrkans medlemmar måste ingå och hålla heliga förbund i templet, däribland evigt äktenskap.

Om vi använder ordet *frälsning* i betydelsen evigt liv, kan ingen av oss säga att vi är frälsta under jordelivet. Den härliga gåvan kan komma först efter den slutliga domen.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 10:22; Markus 16:16; Efesierbrevet 2:8–10; Jakobs brev 2:14–18; 2 Nephi 25:23, 26; Mosiah 5:8–15; 3 Nephi 9:21–22; Moroni 10:32–33; trosartikel 3

Se även Dopet; Evigt liv; Försoning, Jesu Kristi; Frälsningsplanen; Härlighetsriken; Nåd

Frälsningsplanen

I föruttillvaron beredde vår himmelske Fader en plan för att vi skulle kunna bli lika honom och nå glädjens fullhet. I skrifterna kallas den här planen "frälsningsplanen", (Alma 24:14; Moses 6:62) "den stora lycksalighetsplanen", (Alma 42:8) "återlösningsplanen" (MB Jakob 6:8; Alma 12:30) och "barmhärtighetens plan". (Alma 42:15)

Frälsningsplanen är evangeliet i dess helhet. Den innefattar skapelsen, fallet, Jesu Kristi försoning samt evangeliets alla lagar, förrättningar och lärosatser. Moralisk handlingsfrihet, förmågan att välja och handla av egen kraft, är också väsentlig i vår himmelske Faders plan. Tack vare denna plan kan vi fullkomnas genom försoningen, ta emot glädjens fullhet och leva för evigt i Guds närhet. Våra familjerelationer kan bestå genom evigheterna.

Du deltar i vår himmelske Faders plan, och din evighetsupplevelse kan delas upp i tre huvuddelar: föruttillvaron, jordelivet och livet efter döden. När du börjar förstå planen får du svaren på frågor som så många ställer sig: Varifrån kommer vi? Varför är vi här? Vart tar vi vägen när vi dör?

Föruttillvaron

Innan du föddes på jorden levde du i din himmelske Faders närhet som ett av hans andebarn. I denna föruttillvaro deltog du i ett råd tillsammans med vår himmelske Faders andra andebarn. Vid det rådet framlade vår himmelske Fader sin stora plan för vår lycka. (Se Abraham 3:22–26.)

I enlighet med planen för lycka förband sig Jesus Kristus i föruttillvaron, Faderns förstfödda andebarn, att bli vår Frälsare. (Se Moses 4:2; Abraham 3:27.) De som följde vår himmelske Fader och Jesus Kristus tilläts komma till jorden för att uppleva jordelivet och utvecklas mot evigt liv. Lucifer, en annan av Guds andesöner, gjorde uppror mot planen och "försökte tillintetgöra människans handlingsfrihet". (Moses 4:3)

Han blev Satan, och han och hans efterföljare drevs ut från himlen och nekades förmånen att få en fysisk kropp och uppleva jordelivet. (Se Moses 4:4; Abraham 3:27–28.)

Före ditt jordiska liv utvecklade du din identitet och ökade din andliga förmåga. Välsignad med valfrihetens gåva fattade du viktiga beslut, som beslutet att följa din himmelske Faders plan. Dessa beslut påverkade ditt liv då och nu. Du tillväxte i intelligens och lärde dig älska sanningen, och du beredde dig för att komma till jorden, där du kunde fortsätta utvecklas.

Jordelivet

Du upplever nu jordelivet. Din ande är förenad med din kropp, vilket ger dig tillfälle att växa och utvecklas på ett sätt som inte var möjligt under föruttillvaron. Den här delen av din tillvaro är en lärotid, när du kan visa dig värdig och välja att komma till Kristus och bereda dig att bli värdig evigt liv. Det är också en tid när du kan hjälpa andra finna sanningen och få ett vittnesbörd om frälsningsplanen.

Livet efter döden

När du dör går din ande till andevärlden och inväntar där uppståndelsen. Vid tiden för uppståndelsen återförenas din kropp och din ande och du kommer att dömas och tas emot i ett härlighetsrike. Den härlighet du ärver beror på djupet av din omvändelse och din lydighet mot Herrens bud. (Se "Härlighetsriken", s 75–77.) Den beror på hur du "mottagit Jesu vittnesbörd". (L&F 76:51; se även verserna 74, 79, 101.)

Välsignelser genom kunskap om planen

Ett vittnesbörd om frälsningsplanen kan ge dig hopp och mening medan du brottas med livets svårigheter. Du kan finna trygghet i vetskapen om att du är ett Guds barn och att du levde i hans närhet innan du föddes till jorden. Du kan

Frälst

finna mening i ditt nuvarande liv eftersom du vet att dina handlingar under jordelivet påverkar din eviga bestämmelse. Med den kunskapen kan du grunda viktiga beslut på eviga sanningar i stället för på livets föränderliga omständigheter. Du kan ständigt förbättra din relation till din familj och glädjas åt löftet att din familj kan bli en evig familj. Du kan finna glädje i ditt vittnesbörd om försoningen och Herrens bud, förrättningar, förbund och lärosatser och veta att "den som gör rättfärdiga gärningar skall få sin lön, ja, frid i denna världen och evigt liv i den tillkommande". (L&F 59:23)

Ytterligare hänvisningar: 2 Nephi 2:5–30; 10:23–25; Alma 12:24–37; 22:12–14; 42; Moses 6:47–62

Se även Döden, den andliga; Döden, den fysiska; Evangeliet; Fallet; Försoning, Jesu Kristi; Gud Fadern; Handlingsfrihet; Härlighetsriken; Helvetet; Himlen; Jesus Kristus; Paradiset; Skapelsen; Uppståndelsen

Frälst (*Se* Frälsning)

Född på nytt (*Se* Dopet, Frälsning, Omvändelse)

Födelsekontroll

När ett gift par har den fysiska förmågan, har de förmånen att ge vår himmelske Faders andebarn jordiska kroppar. De är en del av den stora planen för vår lycka, enligt vilken Guds barn får fysiska kroppar och upplever jordelivet.

Om du är gift bör du och din maka/make diskutera ert heliga ansvar att sätta barn till världen och fostra dem i rättfärdighet. När ni gör detta, bör ni begrunda livets helighet och mening. Begrunda den glädje som kommer när det finns barn i hemmet. Tänk på de eviga välsignelser det medför att ha goda efterkommande. Med vittnesbörd om dessa principer är du och din maka beredda att efter bön avgöra hur många barn ni ska ha och när ni ska ha dem. Sådana beslut är mellan er två och Herren.

Då ni diskuterar denna heliga sak bör ni minnas att sexuella handlingar inom äktenskapet är gudomligt godkända. En avsikt med dessa handlingar är att ge Guds barn fysiska kroppar. En annan avsikt är att ge uttryck för kärleken till varandra — att binda man och hustru samman i lojalitet, trohet, omtanke och gemensamma mål.

Förbund

Ett förbund är en helig överenskommelse mellan Gud och en människa eller en grupp av människor. Gud ställer upp vissa villkor, och han lovar att välsigna oss när vi uppfyller dessa villkor. När vi väljer att inte hålla ett förbund kan vi inte få välsignelserna, och i vissa fall lider vi ett straff som följd av vår olydnad.

Alla prästadörets frälsande förrättningar är knutna till förbund. Du ingick till exempel ett förbund när du döptes, och du förnyar det förbundet varje gång du tar del av sakramentet. (Se Mosiah 18:8–10; L&F 20:37, 77, 79.) Om du har mottagit melkisedekska prästadömet har du inträtt i prästadörets ed och förbund. (Se L&F 84:33–44.) Tempelbegåvningen och beseglingens förrättning innefattar också heliga förbund.

Kom alltid ihåg och hedra de förbund du sluter med Herren. Då behöver du inte få befallning i allt du gör. (Se L&F 58:26–28.) Du inspireras av den Helige Anden, och ett kristuslikt beteende blir en del av din natur. Som Herren lovat, ”skall du få uppenbarelse på uppenbarelse, kunskap på kunskap, att du må lära känna hemligheterna och de fridgivande tingen — det som bringar glädje och evigt liv”. (L&F 42:61) Ditt största hopp bör vara att få njuta den glädje som kommer genom hans gudomliga ledning, din största fruktan bör vara att gå miste om dessa välsignelser.

Ytterligare hänvisningar: Jeremia 31:31–34; Mosiah 5; Moroni 10:33; L&F 82:10; 97:8; 98:13–15

Se även Abrahams förbund; Dopet; Förrättningar; Prästadömet; Sakramentet; Tempel; Äktenskap

Förlåtelse

Skrifterna talar om förlåtelse på två sätt. Herren befaller oss att omvända oss från våra synder och söka hans förlåtelse. Han befaller oss också att förlåta dem som sårar eller skadar oss. I Herrens bön säger Jesus åt oss att be vår himmelske Fader "förlåta oss våra skulder, såsom också vi förlåter dem som står i skuld till oss". (Se Matteus 6:12.)

Att söka förlåtelse från Herren

Synden är en tung börda. Den medför skuldens börda och vandan av att veta att vi handlat emot vår himmelske Faders vilja. Den medför bestående ånger när vi inser att vi genom våra handlingar kanske skadat andra och förhindrat oss själva från att få de välsignelser som vår Fader varit redo att ge oss.

Tack vare Jesu Kristi försoning kan vi få förlåtelse för våra synder genom uppriktig och fullständig omvändelse. Synd medför lidande och smärta, men Herrens förlåtelse medför lättnad, tröst och glädje. Herren har lovat oss:

"Se, den som omvänder sig från sina synder får förlåtelse, och jag, Herren, kommer icke ihåg dem mera." (L&F 58:42)

"Om era synder än är blodröda, skall de bli snövita, om de än är röda som scharlakan, skall de bli vita som ull." (Jesaja 1:18)

Du kan uppleva detta under, vare sig du omvänder dig från allvarliga synder eller vardagliga svagheter. Liksom Frälsaren vädjade till människor förr, vädjar han till dig idag:

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

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

Ty mitt ok är mildt, och min börda är lätt." (Matteus 11:28–30)

"Viljen I icke nu återvända till mig och bättra eder från edra synder samt bliva omvända, på det jag må kunna hela eder?"

Ja, sannerligen säger jag eder, att om I viljen komma till mig, så skolen I hava evigt liv. Se, min barmhärtighets arm är utträckt emot eder, och den som vill komma, honom skall jag mottaga, och välsignade äro de som komma till mig." (3 Nephi 9:13–14)

Förklaring av ordet omvändelse finns under "Omvändelse", sidorna 109–115.

Att förlåta andra

Förutom att söka förlåtelse för våra egna synder, måste vi vara villiga att förlåta andra. Herren sade: "I skolen förlåta varandra, ty den som icke förlåter sin broder hans försyndelser är fördömd inför Herren, ty en större synd vilar på honom. Jag, Herren, förlåter vem jag vill, men av eder fordras det, att I skolen förlåta alla människor." (L&F 64:9–10)

Under vardagslivets lopp kommer andra människor säkert att behandla dig illa — ibland ofrivilligt och ibland medvetet. Det är lätt att bli bitter, arg eller hämndlysten i sådana situationer, men det är inte Herrens sätt. Frälsaren uppmanade oss: "Älska era ovänner och be för dem som förföljer er." (Matteus 5:44) På korset visade han ett fullkomligt exempel på förlåtelse. För de romerska soldaterna som korsfäste honom, bad han: "Fader, förlåt dem, ty de vet inte vad de gör." (Lukas 23:34)

Be om styrka att förlåta dem som handlat illa mot dig. Överge känslor av vrede, bitterhet och hämnd. Se till det goda i andra hellre än att inrikta dig på deras fel och förstora deras svagheter. Låt Gud döma andras skadliga handlingar. Det kan vara svårt att släppa sårade känslor, men du kan det med Herrens hjälp. Då finner du att förlåtelse läker hemska sår, ersätter stridighetens och hatets gift med den frid och kärlek som bara Gud kan ge.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 6:14–15; 18:21–22; 1 Nephi 7:16–21

Se även Döma andra; Försoning, Jesu Kristi; Omvändelse

Förordningar (Se Förrättningar)

Förrättningar

En förrättning (förordning) inom kyrkan är en helig, formell handling genom prästadörets myndighet. Vissa förrättningar är nödvändiga för vår frälsning. Dessa förrättningar kallas frälsande förrättningar. De innefattar dop, konfirmation, ordination till melkisedekska prästadömet (för män), tempelbegåvning och besegling av äktenskap. Vid var och en av dessa förrättningar ingår vi högtidliga förbund med Herren.

Andra förrättningar, såsom att ge namn till och välsigna barn, inviga olja och smörja och välsigna sjuka och betryckta, utförs också genom prästadörets myndighet. Dessa är inte nödvändiga för vår frälsning, men är viktiga till tröst, ledning och uppmuntran.

Förrättningar och förbund hjälper oss minnas vilka vi är. De påminner oss om vår plikt mot Gud. Herren har gett oss dem för att hjälpa oss komma till honom och få evigt liv. När vi ärar dem, styrker han oss.

Du kan få många tillfällen att delta i prästadömsförrättningar. När du får ett sådant tillfälle bör du göra allt du kan för att förbereda dig, vare sig du utför förrättningen eller mottar den. Du kan förbereda dig genom be, fasta, rådgöra med prästadömsledare samt studera skrifterna och nutida profeters ord. Om du är prästadömsledare bör du alltid vara andligt beredd att utföra en förrättning. Lev ett rent, värdigt liv och sträva efter att ha den Helige Anden som ständig följeslagare.

Ytterligare hänvisningar: L&F 84:19–21; trosartikel 3–5

Se även Evangeliet, Förbund, Prästadömet

Församling (Se Kyrkans ledning)

Försoning, Jesu Kristi

Ordet *försona* betyder att förlika eller att återställa gemenskap. Genom Jesu Kristi försoning kan vi förlikas med vår himmelske Fader. (Se Romarbrevet 5:10–11; 2 Nephi 25:23; MB Jakob 4:11.) Vi kan till sist bo i hans närhet för evigt efter att ha blivit "fullkomliggjorda genom Jesus". (Se L&F 76:62, 69.)

Jesus Kristus var den "som från världens grundläggning blev utsedd att återlösa [sitt] folk". (Ether 3:14) I föruttillvarons andevärlid framlade vår himmelske Fader den eviga frälsningsplanen, vilken krävde en obegränsad och evig försoning. Jesus förkunnade ödmjukt i sitt tillstånd före jordelivet, då han kallades Jehova, att han skulle göra Faderns vilja och genomföra planen. (Se Moses 4:2.) Sålunda var han förutordinerad till att genomföra försoningen — att komma till jorden, lida straffet för våra synder, dö på korset och uppstå. Han blev "Lammet som är slaktat från världens grundläggning". (Johannes Uppenbarelse 13:8; se även 1 Petrusbrevet 1:19–20; Moses 7:47.)

Försoningen är det yttersta uttrycket för vår himmelske Faders kärlek till oss. (Se Johannes 3:16.) Den är också det högsta uttrycket för Frälsarens kärlek till Fadern och till oss. (Se Johannes 14:28–31; 15:9–13; 1 Johannesbrevet 3:16; L&F 34:3; 138:1–4.)

Vårt behov av försoningen

Som avkomlingar till Adam och Eva ärver alla människor fallets följd. Vi upplever alla den andliga döden, skilsmässan från Guds närhet, och vi är alla underkastade den timliga döden, som är den fysiska kroppens död. (Se Alma 42:6–9; L&F 29:41–42.)

I vårt fallna tillstånd är vi underkastade motgångar och frestelser. När vi ger efter för frestelser, avlägsnar vi oss från Gud och går miste om hans härlighet. (Se Romarbrevet 3:23.)

Den eviga rättvisan kräver att fallets följd kvarstår och att vi straffas för våra egna felsteg. Utan försoningen skulle

den andliga och timliga döden sätta en oöverstiglig barriär mellan oss och Gud. Eftersom vi inte kan frälsa oss själva från vare sig fallet eller våra egna synder, vore vi för evigt skilda från vår himmelske Fader, "ty inget orent kan dväjas ... i hans närhet". (Moses 6:57)

Det enda sättet för oss att bli räddade är att någon annan räddar oss. Vi behöver någon som kan tillfredsställa rättvisans krav — som intar vår plats för att ta på sig fallets börda och betala priset för våra synder. Jesus Kristus har alltid varit den ende som kunnat göra ett sådant offer.

Jesus Kristus är vårt enda hopp.

Ända från före jordens skapelse har Frälsaren varit vårt enda hopp om "frid i denna världen och evigt liv i den tillkommande". (L&F 59:23)

Bara han hade makt att lägga ner sitt liv och ta upp det igen. Av sin dödliga mor Maria ärvde han förmågan att dö. Av sin odödlige Fader ärvde han makten att övervinna döden. Han förkunnade: "Liksom Fadern har liv i sig själv, så har han gett åt Sonen att ha liv i sig själv." (Johannes 5:26)

Endast han kunde återlösa oss från våra synder. Gud Fadern gav honom denna makt. (Se Helaman 5:11.) Frälsaren kunde ta emot denna makt och genomföra försoningen eftersom han höll sig fri från synd: "Han led frestelser men gav icke efter för dem." (L&F 20:22) Då han levtt ett fullkomligt, syndfritt liv, var han fri från rättvisans krav. Eftersom han hade uppståndelsens makt och eftersom han inte hade någon skuld till rättvisan, kunde han betala skulden för dem som omvände sig. Han kan säga:

"Fader, se hans lidande och död, som ingen synd begick, i vilken du hade välbehag. Se din Sons utgjutna blod, hans blod, vilken du utgav, på det du skulle bli förhärligad.

Därför Fader, skona dessa mina bröder, som tro på mitt namn, på det de må komma till mig och hava evigt liv." (L&F 45:4-5)

I sanning skall "intet annat namn givas, ej heller någon annan väg eller något annat medel varigenom människobarnen kunna erhålla frälsning än i och genom Kristi namn, hans, som är Herren, den Allsmäktige". (Mosiah 3:17)

Försoningsoffret

Jesu försoningsoffer ägde rum i Getsemane och på korset på Golgata. I Getsemane underkastade han sig Faderns vilja och började ta på sig alla människors synder. Han har uppenbarat något av det han upplevde när han betalade priset för våra synder:

"Jag, Gud, har lidit detta för alla, på det att de som omvända sig icke måtte lida,

men om de icke vilja omvända sig, måste de lida som jag.

Detta lidande gjorde, att jag, Gud, den störste av alla, skalv av smärta och blödde ur varje por samt led till både kropp och själ och önskade, att jag icke skulle få tömma den bittra kalken och rygga.

Dock, ära vare Fadern! Jag tömde den och fullbordade mina förberedelser för människornas barn." (L&F 19:16–19; se även Lukas 22:44; Mosiah 3:7.)

Frälsaren fortsatte lida för våra synder när han tillät sig korsfästas — "han blev upphängd på korset och dödad för världens synders skull". (1 Nephi 11:33)

På korset tillät han sig att dö. Hans kropp lades sedan i en grav till dess att han uppstod och blev "förstlingen av de insomnade". (1 Korintierbrevet 15:20) Genom sin död och uppståndelse övervann han den fysiska döden för oss alla. Senare sade han:

"Jag har kommit till världen för att göra min Faders vilja, emedan min Fader har sänt mig.

Min Fader sände mig, på det jag skulle bliva upplyft på korset, och att sedan jag blivit upplyft på korset jag måtte draga alla människor till mig, så att liksom jag blivit upplyft av människor, människorna skulle bliva upplyfta av Fadern för

att stå framför mig att dömas av sina gärningar, vare sig de äro goda eller onda.

Fördenskull har jag blivit upplyft. Därför skall jag i enlighet med Faderns makt draga alla människor till mig, på det de må bliva dömda efter sina gärningar.

Den som omvänder sig och bliver döpt i mitt namn skall bliva mättad, och om han är ståndaktig intill änden, skall jag hålla honom skuldfri inför min Fader den dag jag skall stå för att döma världen." (3 Nephi 27:13–16)

Universell återlösning från fallet

Genom försoningen återlöser Jesus Kristus alla människor från fallets följder. Alla människor som levt på jorden och som kommer att leva på jorden kommer att återlösas och föras tillbaka till Guds närhet för att dömas. (Se 2 Nephi 2:5–10; Helaman 14:15–17.) Genom Frälsarens gåva av barmhärtighet och återlösande nåd får vi alla del av odödlighetens gåva och kommer att leva för evigt i förhärligade, uppståndna kroppar.

Frälsning från våra synder

Även om vi ovillkorligt återlösts från fallets universella följder, är vi ansvariga för våra egna synder. Men vi kan få förlåtelse och bli renade från syndens fläckar om vi "tillämpa[r] Kristi försonande blod". (Mosiah 4:2) Vi måste utöva tro på Jesus Kristus, omvända oss, bli döpta för syndernas förlåtelse samt ta emot den helige Andens gåva. Alma sade:

"I måsten omvända eder och bliva födda på nytt, ty Anden säger, att om I icke ären födda på nytt, så kunnen I icke ärva himmelriket. Kommen därför och låten döpa eder till omvändelse, på det I måtten bliva rentvagna från edra synder och hava tro på Guds Lamm, som borttager världens synder och som är mäktig att frälsa och rensa från all orättfärdighet." (Alma 7:14)

Det eviga livets gåva

Frälsaren har förkunnat att evigt liv är "den största av alla Guds gåvor". (L&F 14:7) Att få evigt liv är att bli värdig att bo i Guds närhet, att ärva en plats i den högsta graden av det celestialska riket. Gåvan kan fås endast genom Jesu Kristi försoning. Mormon sade: "Vad är det I skolen hoppas? Se, jag säger eder, att I skolen hoppas att genom Kristi försoning och hans uppståndelses kraft bliva uppväckta till evigt liv, och detta till följd av eder tro på honom, enligt löftet." (Moroni 7:41)

För att få denna gåva, måste vi uppfylla vissa villkor. Vi måste utöva tro på Jesus Kristus, omvända oss från våra synder och trofast hålla ut till slutet. Vi måste ta emot de frälsande förrättningarna: dopet, den Helige Andens gåva, ordination till melkisedekska prästadömet (för män) samt tempelbegåvning och besegling av äktenskapet. Genom att ta emot dessa förrättningar och hålla tillhörande förbund, kommer vi till Kristus och får till sist det eviga livets gåva. (Se trosartikel 13.)

I sin oändliga rättvisa och barmhärtighet ger Herren också evigt liv till "alla som hava dött utan kunskap om detta evangelium, vilka skulle hava mottagit det om de hade tillåtits att dröja kvar", och till "alla barn som dö innan de uppnått ansvarig ålder". (L&F 137:7, 10)

Frälsaren inbjuder oss alla att ta emot det eviga livet: "Han sänder en inbjudan till alla människor, ty barmhärtighetens armar äro utsträckta emot dem, och han säger: Omvänden eder, så vill jag mottaga eder. Ja, han säger: Kommen till mig, så skolen I få njuta frukten från livets träd, ja, I skolen få äta och dricka av livets bröd och livets vatten för intet." (Alma 5:33–34)

Att finna frid och lindring genom försoningen

Frälsarens försonings välsignelser sträcker sig genom evigheten, men kommer också i det här livet. När du kommer till Kristus får du känna glädjen av att vara ren inför Herren. Du kan då upprepa Almas ord, vilken efter många synder och

uppror upplevde den smärtsamma men läkande omvändelseprocessen. Sedan han fått förlåtelse, vittnade han:

”Jag [kände] icke längre mina kval, ja, jag blev icke mera sönderriven av minnet om mina synder.

O, vilken glädje! Vilket underbart ljus jag såg! Ja, min själ var fylld med glädje, lika stor som min pina varit ...

det ... kunde [icke] finnas något så ihållande häftigt och så bitande som mitt kval var ... å andra sidan [kunde det] icke ... finnas något som är så intensivt och ljuvligt som min glädje var.” (Alma 36:19–21)

Förutom återlösning från syndens smärta, erbjuder Frälsaren oss frid i prövningens stund. Som en del av försoningen tog Jesus på sig alla människors smärtor, sjukdomar och svagheter. (Se Alma 7:11–12.) Han förstår ditt lidande eftersom han upplevt det. Med sin fullkomliga insikt vet han hur han ska hjälpa dig. Du kan ”kasta alla [dina] bekymmer på honom, ty han har omsorg om [dig]”. (1 Petrusbrevet 5:7)

Genom din tro och rättfärdighet och genom hans försöningsoffer kan all orättvisa, alla oförrätter och all smärta i detta liv helt och fullt gottgöras och ställas till rätta. Välsignelser som uteblivit i det här livet kommer att ges i evigheten. Och även om han kanske inte lättar allt ditt lidande nu, så välsignar han dig med tröst och förståelse och med styrka att ”bära upp [dina] bördor med lätthet”. (Mosiah 24:15)

”Kom till mig, alla ni som arbetar och bär på tunga bördor”, sade Frälsaren, ”så skall jag ge er vila.” (Matteus 11:28) Vid ett annat tillfälle lovade han återigen sin frid med orden: ”I världen får ni lida, men var vid gott mod. Jag har övervunnit världen.” (Johannes 16:33) Detta är försoningens löften, i detta liv och genom evigheten.

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 49:13–16; 53; Matteus 26–28; Markus 14–16; Lukas 22–24; Johannes 10:14–15; 11:25–26; 14:6; 15:13; 19–20; 1 Korintierbrevet 15:20–22; Hebreerbrevet 4:14–16; 1 Johannesbrevet 1:7; 1 Nephi 10:6; 2 Nephi 2:1–10; 9; 25:23–26; MB Jakob 4:12; Mosiah 3:1–19; Alma 22:14; 34:5–18; 42; Helaman 5:9–12; 14:13–19; 3 Nephi 9:14–22;

27:13–22; Mormon 9:10–14; Ether 12:27, 41; Moroni 8:5–26; 10:32–33; L&F 18:10–12; 19:15–24; 20:17–34; 45:3–5; 76:40–43; Moses 1:39

Se även Barmhärtighet; Döden, den andliga; Döden, den fysiska; Dopet; Evangeliet; Evigt liv; Fallet; Förlåtelse; Förrättningar; Frälsning; Frälsningsplanen; Gud Fadern; Härlighetsriken; Omvändelse; Rättvisa; Tro; Uppståndelsen;

Första presidentskapet (Se Kyrkans ledning, Profeter)

Företordination

I företullvarons andevärlid utsåg Gud vissa andar till vissa uppgifter under jordelivet. Detta kallas företordination.

Företordination garanterar inte att den enskilde får vissa kallelser eller ansvar. Sådana möjligheter kommer i det här livet som resultat av ett rättfärdigt utövande av handlingsfriheten, liksom företordinationen kom som resultat av rättfärdighet i företullvaron.

Jesus Kristus företordinerades till att genomföra försoningen och bli "Lammet som är slaktat från världens grundläggning". (Johannes Uppenbarelse 13:8; se även 1 Petrusbrevet 1:19–21.) Skrifterna berättar om andra som företordinerats. Profeten Abraham fick reda på sin företordination när han fick en syn där han såg "många av de stora och ädla" bland andarna i företullvarons andevärlid. Han sade: "Gud såg dessa själar, att de voro goda och han stod mitt ibland dem och sade: Dessa skall jag göra till mina regenter; ty han stod ibland dem som voro andar, och han såg att de voro goda, och han sade till mig: Abraham, du är en av dem; du utvaldes innan du föddes." (Abraham 3:22–23) Herren sade till Jeremia: "Innan jag formade dig i moderlivet utvalde jag dig, och innan du kom fram ur modersskötet helgade jag dig. Jag satte dig till en profet för folken." (Jeremia 1:5) Johannes Döparen företordinerades till att bereda folket för Frälsarens verksamhet i jordelivet. (Se Jesaja 40:3; Lukas 1:13–17; 1 Nephi 10:7–10.)

Föruttillvaron

Läran om förutordination är tillämplig på alla medlemmar i kyrkan och inte bara på Frälsaren och hans profeter. Innan jorden skapades gavs trofasta kvinnor vissa ansvar, och trofasta män förutordinerades till vissa prästadömsplikter. Även om du inte minns den tiden, är det säkert att du gick med på att utföra viktiga uppgifter i Faderns tjänst. När du visar dig värdig kommer du att få tillfällen att genomföra de uppdrag du då gavs.

Ytterligare hänvisningar: Alma 13:1–9; L&F 138:53–56

Se även Frälsningsplanen; Handlingsfrihet

Föruttillvaron (Se Frälsningsplanen)

Generalauktoriteter (Se Kyrkans ledning)

Glädje

I sin undervisning om Guds "eviga avsikter" lärde profeten Lehi: "Människorna äro till för att hava glädje." (2 Nephi 2:15, 25)

Vår himmelske Fader vill att vi ska finna verklig, varaktig lycka. Vår lycka är målet för alla välsignelser han ger oss — evangeliets lärosatser, befallningar, prästadömsförrättningar, familjerelationer, profeter, tempel, skapelsens skönhet, ja, till och med möjligheten att uppleva svårigheter. Hans plan för vår frälsning kallas ofta "den stora lycksalighetsplanen". (Alma 42:8) Han sände sin älskade Son till att utföra försöningen så att vi kan finna glädje i det här livet och fullkomlig lycka i evigheten.

Många försöker finna lycka och självförverkligande i sådant som strider mot Herrens bud. De bortser från Guds plan för dem och förkastar den enda källan till sann lycka. De ger efter för djävulen, som "strävar efter att göra alla människor olyckliga, liksom han själv är". (2 Nephi 2:27) "Ogudaktighet är aldrig lycksalighet." (Se Alma 41:10.)

Andra söker endast nöjen i livet. Med detta som sitt främsta mål låter de tillfällig njutning avleda dem från varaktig lycka. De berövar sig själva den varaktiga glädjen av andlig tillväxt, tjänande och hårt arbete.

I ditt sökande efter lyckan bör du minnas att den enda vägen till verklig lycka är att leva efter evangeliet. Du finner frid och evig lycka när du strävar efter att hålla buden, ber om styrka, omvänder dig från dina synder, deltar i sunda aktiviteter och utför meningsfullt tjänande. Du lär dig då ha roligt inom de gränser som satts upp av en kärleksfull himmelsk Fader.

Din glädje kan vara smittsam. När andra ser på dig, kanske de vill lära känna källan till din glädje. Då kan de också få uppleva den glädje som kommer av att leva efter Jesu Kristi evangelium.

Ytterligare hänvisningar: Psaltaren 35:9; 2 Nephi 5:27; Mosiah 2:41; 3 Nephi 17:18–20; 4 Nephi 1:15–16; L&F 18:10–16

Se även Frälsningsplanen; Missionsarbete; Tjänande

Gud Fadern

Gud Fadern är den Högste, som vi tror på och som vi tillber. Han är alltings skapare, styresman och bevarare. Han är fullkomlig, har all makt och vet allt. Han "har en kropp av kött och ben, lika förnimbar som en människas". (L&F 130:22)

Vår himmelske Fader är en domens och styrkans och kunskapens och maktens Gud, men han är också en Gud med fullkomlig barmhärtighet, godhet och kärlek. Trots att vi inte "vet ... vad allting betyder", (1 Nephi 11:17) kan vi finna frid i den säkra kunskapen att han älskar oss. (Se 1 Nephi 11:17.)

Vår andes Fader

En av livets stora frågor är: "Vem är jag?" En omtyckt primärsång hjälper till och med små barn att besvara den frågan. Vi sjunger: "Jag är Guds lilla barn, och han har satt mig här."

Gud Fadern

Vetskapen om att vi är Guds barn ger oss styrka, tröst och hopp.

Du är bokstavligen ett barn till Gud, andligen född i förtullvaron. Som hans barn kan du vara förvissad om att du har gudomliga, eviga möjligheter och att han hjälper dig i dina uppriktiga ansträngningar att förverkliga dessa möjligheter.

Den högste Skaparen

Vår himmelske Fader är den högste Skaparen. Genom Jesus Kristus skapade han himlen och jorden och allt som finns där. (Se Moses 2:1.) Alma sade: "Allting [tyder] på att det finnes en Gud, ja, hela jorden och allt vad därpå är, dess rörelse och alla planeterna i sina regelbundna banor betyga, att det finnes en högsta skapare." (Alma 30:44)

Begrunda då och då skapelsens skönhet: träd, blommor, djur, berg, havets vågor, ett nyfött barn. Ta dig tid att blicka uppåt, där stjärnornas och planeternas rörelser visar att "Gud verkar i sitt majestät och sin kraft". (Se L&F 88:41–47.)

Frälsningsplanens upphovsman

Vår himmelske Fader vill att vi ska vara hos honom i evighet. Hans verk och härlighet är "att åvägabringa odödlighet och evigt liv för människan". (Moses 1:39) För att möjliggöra detta, beredde han frälsningsplanen. Han sände sin älskade Son Jesus Kristus för att lossa dödens bojor och sona världens synder: "Ty så älskade Gud världen att han utgav sin enfödde Son, för att den som tror på honom inte skall gå förlorad utan ha evigt liv." (Johannes 3:16) Detta offer är det yttersta uttrycket för vår Faders kärlek till oss.

Att lära känna Gud Fadern

Som Guds barn har vi ett särskilt förhållande till honom, vilket skiljer oss från alla hans andra skapelser. Sök lära känna din Fader i himlen. Han älskar dig, och han har gett dig

dyrbara möjligheter att komma nära honom i bön. Dina böner, uppsända i ödmjukhet och uppriktighet, hörs och besvaras.

Du kan också lära känna din Fader genom att lära mer om hans älskade Son och tillämpa evangeliet i ditt liv. Frälsaren lärde sina lärjungar: "Om ni har lärt känna mig, skall ni också lära känna min Fader ... Den som har sett mig har sett Fadern." (Johannes 14:7, 9)

Du kommer närmare Gud Fadern genom att studera skrifterna och nutida profeters ord samt tjäna andra. När du följer Guds vilja och lever som han vill att du ska leva, blir du mer lik honom och hans Son. Du förbereder dig då för att återvända och leva i deras närhet.

Ytterligare hänvisningar: Johannes 14:6, 21–24; 17:3; Mosiah 4:9; L&F 132:22–24; trosartikel 1

Se även Frälsningsplanen; Gudomen; Skapelsen

Gudomen

Första trosartikeln lyder: "Vi tror på Gud den evige Fadern, på hans Son Jesus Kristus och på den Helige Anden." Dessa tre varelser utgör Gudomen. De presiderar över denna värld och alla vår himmelske Faders andra skapelser.

Den sanna läran om Gudomen gick förlorad i det avfall som följde på Frälsarens jordiska verksamhet och hans apostlars död. Denna lära började återställas när den 14-åriga Joseph Smith fick sin första syn. (Se Joseph Smiths skrifter 2:17.) Av profetens redogörelse för den första synen och från hans andra lärdomar vet vi att personerna i Gudomen är tre åtskilda varelser. Fadern och Sonen har påtagliga kroppar av kött och ben, och den Helige Anden är en person som består av ande. (Se L&F 130:22.)

Medlemmarna av Gudomen är åtskilda personer med olika roller, men de är ändå ett i avsikt och lära. De är fullkomligt eniga i att genomföra vår himmelske Faders gudomliga frälsningsplan.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 3:13–17; Johannes 14:6–10; 17:6–23; Apostlagärningarna 7:55–56; 2 Nephi 31:18; Mormon 7:5–7; L&F 76:20–24

Se även Gud Fadern; Helige Anden, den; Jesus Kristus

Gåvor, Andens (Se Andliga gåvor)

Handlingsfrihet

Din himmelske Fader har gett dig valfrihet, förmågan att välja och att handla av dig själv. Handlingsfriheten är väsentlig för frälsningsplanen. Utan den kan du inte lära dig något eller utvecklas eller följa Frälsaren. Med den är du "[fri] att välja frihet och evigt liv genom den stora medlingen för alla människor eller att välja fångenskap och död förmedelst djävulens fångenskap och makt." (2 Nephi 2:27)

Du hade makten att välja redan innan du föddes. I det stora rådet i himlen presenterade vår himmelske Fader sin plan, vilken innefattade handlingsfrihetens princip. Lucifer gjorde uppror och "försökte tillintetgöra människans handlingsfrihet". (Moses 4:3) Det resulterade i att Lucifer och alla de som följde honom förmenades förmånen att få en jordisk kropp. Din existens här på jorden bekräftar att du använde din fria vilja till att följa vår himmelske Faders plan.

I jordelivet fortsätter du att ha handlingsfrihet. Hur du använder den gåvan leder till glädje eller elände i det här livet och i det tillkommande. Du är fri att välja och handla, men du är inte fri att välja följderna av dina handlingar. Följderna kanske inte är omedelbara, men de kommer alltid. Goda och rättfärdiga val leder till glädje, frid och evigt liv, medan syndiga och onda val i slutändan leder till sorg och elände.

Du bär ansvaret för de val du gör. Du bör inte skylla på dina omständigheter, din familj eller dina vänner om du väljer att överträda Guds bud. Du är ett Guds barn med stor kraft. Du har förmågan att välja rättfärdighet och lycka, oavsett omständigheterna.

Du har också ett ansvar att utveckla de förmågor och talanger som vår himmelske Fader har gett dig. Du är ansvarig inför honom för vad du gör med dina förmågor och hur du använder din tid. Slösa inte bort din tid. Var villig att arbeta hårt. Välj att göra mycket gott av egen fri vilja.

Ytterligare hänvisningar: 5 Mosebok 11:26–28; 30:15–20; Josua 24:14–15; 2 Nephi 2; Helaman 14:30–31; L&F 58:26–28; 101:78

Se även Frälsningsplanen; Frestelser; Lydnad

Handpåläggning

Handpåläggning är den handling som föreskrivits av Herren för att utföra många prästadömsförrättningar, såsom konfirmation, ordination, avskiljning av medlemmar till ämbeten, välsignande av sjuka och för att ge andra välsignelser genom prästadömet. (Se L&F 42:44; trosartikel 4–5.) De som bär vederbörligt prästadöme lägger händerna på dens huvud som tar emot förrättningen. Härvid tjänar de som redskap genom vilka Herren välsignar sina barn. (Se L&F 36:2.)

De som bär prästadömet har i alla tider gjort på det sättet. Adam ordinerade sina rättfärdiga manliga efterkommande genom handpåläggning. (Se L&F 107:40–50.) När Jakob uttalade välsignelser över Efraim och Manasse, lade han händerna på deras huvud. (Se 1 Mosebok 48:14–19.) Alma "ordinerade ... genom handpåläggning i överensstämmelse med Guds förordningar". (Alma 6:1) Apostlarna Petrus och Johannes gav den Helige Andens gåva genom handpåläggning. (Se Apostlagärningarna 8:14–17.) I vår tidshushållning gav Johannes Döparen det aronska prästadömet till Joseph Smith och Oliver Cowdery genom handpåläggning. (Se Joseph Smiths skrifter 2:68–69.)

Ytterligare hänvisningar: 4 Mosebok 27:18–23; Apostlagärningarna 19:1–6; 1 Timoteusbrevet 4:14; L&F 33:15; 35:6

Se även Helige Anden, den; Prästadömet

Hasardspel

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga tar avstånd från hasardspel, även statliga och kommunala lotterier.

Hasardspel motiveras av en önskan att få något för ingenting. Denna önskan är andligt nedbrytande. Det leder deltagarna bort från Frälsarens lära om kärlek och tjänande och mot den ondes själviskhet. Det underminerar arbetets och flitens dygder och önskan att göra bra ifrån oss i allt vi gör.

De som ägnar sig åt hasardspel upptäcker snart det bedrägliga i tanken att man kan ge lite eller inget och få något av värde tillbaka. De finner att de slösat bort en massa pengar, sin heder och släktingars och vänners respekt. Bedragna och spelberoende spelar de ofta bort pengar som borde ha använts till annat, till exempel familjens grundläggande behov. Spelare blir ibland så förslavade och så desperata att betala spelskulder att de börjar stjäla och ger upp sitt eget goda namn.

Första presidentskapet har uppmuntrat oss att göra gemensam sak med andra som motsätter sig att myndigheterna legaliserar och stödjer olika former av hasardspel i våra samhällen.

Se även Frestelser

Helige Anden, den

Den Helige Anden är den tredje medlemmen i Gudomen. Han är en personlighet av ande, utan kropp av kött och ben. (Se L&F 130:22.) Han kallas ofta Anden, Guds ande, Herrens ande eller Hjälparen.

Den Helige Andens uppgifter

Den Helige Anden verkar i fullkomlig enighet med vår himmelske Fader och Jesus Kristus och har flera olika uppgifter för att hjälpa dig leva rättfärdigt och få del av evangeliets välsignelser.

Han "vittnar om Fadern och Sonen" (2 Nephi 31:18) och uppenbarar och undervisar om "all sanning". (Moroni 10:5) Du kan få ett fast vittnesbörd om din himmelske Fader och Jesus Kristus endast genom den Helige Andens kraft. Det han förmedlar till din ande ger långt större visshet än något annat du kan uppfatta genom dina naturliga sinnen.

När du försöker hålla dig på den väg som leder till evigt liv, kan den Helige Anden "visa [dig] allt vad [du] skolen göra". (Se 2 Nephi 32:1–5.) Han kan leda dig i dina beslut och skydda dig från fysisk och andlig fara.

Genom honom kan du få Andens gåvor till nytta för dig själv och för dem du älskar och tjänar. (Se L&F 46:9–11.)

Han är Hjälparen. (Johannes 14:26) Liksom en kärleksfull förälders mjuka röst kan trösta ett gråtande barn, kan Andens viskningar lindra din fruktan, mildra livets gnagande oro och trösta dig när du sörjer. Den Helige Anden kan fylla dig "med hopp och fullkomlig kärlek" och "lära dig rikets fridsbudskap". (Moroni 8:26; L&F 36:2)

Genom hans kraft blir du helgad när du omvänder dig, tar emot dopet och konfirmationen samt förblir trogen dina förbund. (Se Mosiah 5:1–6; 3 Nephi 27:20; Moses 6:64–68.)

Han är löftets heliga Ande. (Se Efesierbrevet 1:13; L&F 132:7, 18–19, 26.) I denna egenskap bekräftar han att de prästadömsförrättningar du mottagit och de förbund du ingått är godkända av Gud. Detta godkännande beror av din fortsatta trofasthet.

Den Helige Andens gåva

Alla som ärligt söker sanningen kan känna den Helige Andens påverkan, som leder dem till Jesus Kristus och hans evangelium. Men de välsignelser som ges genom den Helige Anden är i sin helhet tillgängliga endast för dem som tar emot den Helige Andens gåva och förblir värdiga.

Efter det att du döpts in i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga lade en eller flera bärare av melkisedekska prästadömet

Helige Anden, den

händerna på ditt huvud och konfirmerade i en helig prästädomsförrättning dig som medlem i kyrkan. Som en del av denna förrättning, som kallas konfirmation, gavs du den Helige Andens gåva.

Den Helige Andens gåva skiljer sig från den Helige Andens inflytande. Före dopet kände du då och då den Helige Andens inflytande, och genom det inflytandet fick du ett vittnesbörd om sanningen. Nu när du fått den Helige Andens gåva, har du rätt till ständigt sällskap av den medlemmen i Gudomen, om du håller buden.

Den Helige Andens fullständiga gåva innefattar uppenbarelse och tröst, att tjäna och välsigna andra genom andliga gåvor samt att helgas från synd och bli värdig upphöjelse i det celestiala riket. Dessa välsignelser beror på din värdighet. De kommer lite i taget, efterhand som du är redo för dem. När du bringar ditt liv i samklang med Guds vilja, får du gradvis den Helige Anden i rikt mått. Profeten Joseph Smith förkunnade att Guds rikes hemligheter "kunna endast skådas och förstås genom den Helige Andens kraft — vilken Gud giver dem som älska honom och rena sig för honom". (Se L&F 76:114–116.)

Kom ihåg att "Herrens Ande icke bor i oheliga tempel". (Helaman 4:24) Även om du har fått den Helige Andens gåva, så är Anden med dig endast när du håller buden. Han drar sig undan om du förtörnar honom med världslighet, orenhet, olydnad, upproriskhet eller andra synder. Håll dig ren. Fyll ditt liv med godhet så att du blir värdig att ha den Helige Anden som ständigt sällskap.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 3:11; Johannes 15:26; 16:13; Apostlagärningarna 2:38; 8:12–17; 19:1–6; 1 Korintierbrevet 2:9–14; 12:3; Galaterbrevet 5:22–23; 1 Nephi 10:17–19; 2 Nephi 31:17; L&F 8:2–3; 39:20–24; 68:25–28; 121:46; trosartikel 4

Se även Andliga gåvor; Dopet; Gudomen; Handpåläggning; Uppenbarelse

Helvetet

I nutida uppenbarelser talas om helvetet på minst två sätt. Det är ett annat namn på andefängelset, en plats i livet efter detta för dem som "dött i överträdelse utan kunskap om sanningen, eller i sina synder och förkastat profeterna". (L&F 138:32) Detta är ett tillfälligt tillstånd i vilket andarna undervisas om evangeliet och får tillfälle att omvända sig och ta emot frälsningens förordningar som utförs för dem i templet. (Se L&F 138:30–35.) De som tagit emot evangeliet får vistas i paradiset fram till uppståndelsen. Sedan de uppstått och blivit dömda ges de en grad av härlighet alltefter värdighet. De som väljer att inte omvända sig men som inte är förtappelsens söner, blir kvar i andefängelset fram till tusenårsrikets slut, då de befrias från helvete och straff och uppstår till en telestial härlighet. (Se L&F 76:81–85.)

För det andra används ordet *helvete* om det yttersta mörker som är vistelseort för djävulen, hans änglar och förtappelsens söner. (Se L&F 29:36–38; 76:28–33.) Förtappelsens söner är de som inte ges "någon förlåtelse, varken i denna världen eller i den tillkommande, emedan de hava förnekat den Helige Anden, sedan de mottagit honom, och förnekat Faderns enfödde Son och för sig korsfäst och öppet bespottat honom". (L&F 76:34–35; se även verserna 31–33, 36–37.) Dessa ärver ingen plats i något härlighetsrike. För dem kvarstår helvetets tillstånd. (Se L&F 76:38; 88:24, 32.)

Se även Härlighetsriken; Satan

Hemundervisning (Se Prästadömet)

Herrens ande (Se Helige Anden, den; Kristi ljus)

Heta drycker (Se Visionsordet)

Himlen

I skrifterna används ordet *himmel* i två grundbetydelser. Dels syftar det på den plats där Gud bor, vilket är de trofastas slutliga hem, (se Mosiah 2:41) och dels på rymden närmast jorden. (Se 1 Mosebok 1:1).

Ytterligare hänvisningar: Psaltaren 11:4; Matteus 6:9; 1 Nephi 1:8; Mosiah 3:8; L&F 20:17

Se även Härlighetsriken

Himmelske Fader (Se Gud Fadern)

Hjälparen (Se Helige Anden, den)

Hjälpföreningen

Hjälpföreningen grundades av profeten Joseph Smith den 17 mars 1842 i Nauvoo, Illinois. Då hade Hjälpföreningen två huvudsyften: att ge hjälp åt fattiga och behövande och att rädda själar. Organisationen fortsätter i dag och håller sig till de ursprungliga ledande principerna. Över hela världen samarbetar systrar i Hjälpföreningen med prästadömsbärare för att genomföra kyrkans uppgift. De stödjer varandra genom att:

- Stärka sina vittnesbörd om Jesus Kristus genom bön och skriftstudier.
- Söka andlig styrka genom att följa den Helige Andens maningar.
- Ägna sig åt att stärka äktenskapet, familjen och hemmet.
- Finna värdighet i moderskap och glädje i kvinnlighet.
- Finna glädje i tjänande och goda gärningar.
- Älska att leva och att lära.
- Stå för sanning och rättfärdighet.

- Stödja prästadömet som Guds myndighet på jorden.
- Glädjas åt templets välsignelser.
- Förstå sin gudomliga bestämmelse och sträva mot upphöjelse.

Om du är medlem i Hjälpföreningen kan du bidra till organisationens arbete genom att ta emot uppdraget som besökslärare. När du besöker och betjänar dina tilldelade systrar bör du ta dig tid till att undervisa om evangeliet och vårda vänskapen. Förutom att betjäna den enskilde, kan du spela en viktig roll i att stärka familjerna.

Ledare i församlingar och grenar tillser att varje syster 18 år och över tilldelas besökslärare. Prästadömets och Hjälpföreningens ledare följer upp med besökslärare för att uppfylla varje systems andliga och timliga behov.

Som syster i Hjälpföreningen är du medlem i ett världsomspännande systraskap, förenat i kärlek till Jesus Kristus. Du förenar dig med andra Guds döttrar som en kvinna med tro, dygd, vision och kristlig kärlek, med den fasta förvisningen att ditt liv har en mening, en avsikt och en inriktning. Genom att delta i Hjälpföreningens verksamhet får du tillfällen att njuta systemskap och kamratskap, ge meningsfullt tjänande, dela med dig av ditt vittnesbörd och dina talanger samt tillväxa andligen.

Homosexualitet (Se Kyskhet)

Hopp

Ordet hopp missförstås ibland. I vardagslag antyder ordet ofta en viss osäkerhet. Vi kan till exempel säga att vi hoppas på omslag i vädret eller att en vän hälsar på. I evangeliets språkbruk uttrycker ordet *hopp* något säkert, stadigt och aktivt. Profeterna talar om att ha ett "fast hopp" (Alma 34:41) och ett "levande hopp". (1 Petrusbrevet 1:3) Profeten Moroni lärde: "Därför kan den som tror på Gud med visshet hoppas på en

bättre värld, ja, på en plats på Guds högra sida. Detta hopp kommer av tro och bliver ett människosjälarnas ankare, vilket gör dem vissa och ståndaktiga, alltid rika på goda gärningar till Guds förhållande." (Ether 12:4)

När vi har hopp, litat vi på Guds löften. Vi har den trygga förvisningen att om vi "gör rättfärdiga gärningar" ska vi "få [vår] lön, ja, frid i denna världen och evigt liv i den tillkommande". (L&F 59:23) Mormon lärde oss att sådant hopp endast kommer genom Jesu Kristi försoning: "Vad är det I skolen hoppas? Se, jag säger eder, att I skolen hoppas att genom Kristi försoning och hans uppståndelses kraft bliva uppväckta till evigt liv, och detta till följd av eder tro på honom, enligt löftet." (Moroni 7:41)

När du strävar efter att leva efter evangeliet, tillväxer du i förmåga att "överflöda i hoppet genom den heliga Andes kraft". (Se Romarbrevet 15:13.) Du tillväxer i hoppet när du ber och söker Guds förlåtelse. I Mormons bok försäkrade en missionär som hette Aron en lamanitisk kung: "Om du vill omvända dig från alla dina synder och falla ned för Gud och åkalla hans namn med tro förvissad om att du skall få, då skall du erhålla hoppets förverkligande, som du önskar." (Alma 22:16) Du får också hopp när du studerar skrifterna och följer deras lärdomar. Aposteln Paulus lärde: "Ty allt som tidigare har skrivits är skrivet till vår undervisning, för att vi genom den uthållighet och tröst som Skrifterna ger skall bevara vårt hopp." (Romarbrevet 15:4)

Hoppets princip sträcker sig in i evigheten, men den kan också uppehålla dig i vardagens prövningar. "Salig är den", säger psalmisten, "som har Jakobs Gud till sin hjälpare. Han sätter sitt hopp till HERREN, sin Gud". (Psaltaren 146:5) Med hopp kan du finna glädje i livet. Du kan ha "tålmod och uthärda ... lidanden med ett fast hopp om att [du] en dag skall få vila [dig] från alla lidanden." (Alma 34:41) Du kan "sträva framåt med ståndaktighet i Kristus och hava ett fullkomligt klart hopp samt kärlek till Gud och alla människor.

Om [du] så strävar framåt och glädjen [dig] i Kristi ord samt uthärdar intill änden, se, så säger Fadern: [Du] skall hava evigt liv." (2 Nephi 31:20)

Ytterligare hänvisningar: Klagovisorna 3:25–26; 1 Korintierbrevet 15:19–22; 1 Petrus 3:15; 1 Johannes 3:2–3; MB Jakob 4:4–6; Alma 13:28–29; 27:28; Ether 12:32; Moroni 8:26; 9:25; 10:22

Se även Försoning, Jesu Kristi; Kristlig kärlek; Motgångar; Tro

Härlighetsriken

Genom Jesu Kristi försoning kommer alla människor att uppstå. (Se Alma 11:42–45.) Sedan vi uppstått, ska vi stå inför Herren för att dömas. (Se Johannes Uppenbarelse 20:12; 3 Nephi 27:14.) Var och en kommer att tilldelas en evig boplatz i ett härlighetsrike. Herren undervisade om den här principen med orden: "I min Faders hus finns många rum." (Johannes 14:2)

Det finns tre härlighetsriken, eller tre härligheter: det celestialet riket, det terrestriala riket och det telestialet riket. Vilken härlighet du ärver beror på djupet av din omvändelse, som kommer till uttryck i din lydighet mot Herrens bud. Det beror av i hur hög grad du har "mottagit Jesu vittnesbörd". (L&F 76:51; se även verserna 74, 79, 101.)

Det celestialet riket

Det celestialet riket är det högsta av de tre härlighetsrikena. De som hör till det riket ska för evigt vistas i Gud Faderns och hans Sons, Jesu Kristi, närhet. Detta bör vara ditt mål: att ärva celestialet härlighet och hjälpa andra att också få del av denna stora välsignelse. Ett sådant mål uppnås inte av en enskild ansträngning utan är resultatet av livslång rättfärdighet och ihärdig strävan.

Det celestialet riket är den plats som beretts för dem "som hava mottagit Jesu vittnesbörd" och blivit "fullkomliggjorda genom Jesus, det nya förbundets medlare, vilken åstadkom en

fullkomlig försoning genom sitt blods utgjutande". (L&F 76:51, 69) För att få arva den gåvan måste vi ta emot frälsningens förrättningar, hålla buden och omvända oss från våra synder. En detaljerad förklaring om vilka som får arva celestial härlighet finner du i Läran och förbunden 76:50–70, 92–96.

I januari 1836 fick profeten Joseph Smith en uppenbarelse som utvidgade hans kunskap om kraven för att arva celestial härlighet. Himlarna öppnades för honom och han såg det celestialet riket. Han förundrades över att se sin äldre bror Alvin där, trots att Alvin dött innan han genomgått dopets förrättning. (Se L&F 137:1–6.) Sedan kom Herrens röst till profeten Joseph:

"Alla som hava dött utan kunskap om detta evangelium, vilka skulle hava mottagit det om de hade tillåtits att dröja kvar, skola bliva arvingar till Guds celestialet rike.

Även alla som skola dö herefter utan kunskap därom, vilka skulle hava mottagit det av hela sitt hjärta, skola bliva arvingar till detta rike,

ty jag, Herren, skall döma alla människor i enlighet med deras hjärtans önsknings." (L&F 137:7–9)

Om denna uppenbarelse sade profeten Joseph: "Och jag såg även att alla barn som dö innan de uppnått ansvarig ålder äro frälsta i himmelens celestialet rike." (L&F 137:10)

Av en annan uppenbarelse till profeten Joseph framgår det att det finns tre grader av härlighet inom det celestialet riket. För att nå upphöjelse i den högsta graden och i evighet få åtnjuta familjerelationer måste vi inträda i "det nya och eviga äktenskapsförbundet" och vara trogna detta förbund. Tempeläktenskap är med andra ord en förutsättning för att nå den högsta graden av celestial härlighet. (Se L&F 131:1–4.) Alla som är värdiga att inträda i det nya och eviga äktenskapsförbundet kommer att få den möjligheten, antingen i det här livet eller i nästa.

Det terrestriala riket

De som ärver terrestrial härlighet "njuta av Sonens närvaro men icke av Faderns fullhet. Därför äro de terrestriala kroppar och icke celestia och skilja sig i härlighet från dessa såsom månen från solen". (L&F 76:77-78) I allmänhet är de som kommer till det terrestriala riket hederliga människor som varit "förblindade av människors list". (L&F 76:75) I den gruppen ingår de medlemmar av kyrkan som "icke hava varit manliga till att vittna om Jesus". (L&F 76:79) Den innefattar också människor som förkastat möjligheten att ta emot evangeliet under jordelivet men som senare tar emot det i andevärlden efter döden. (Se L&F 76:73-74.) För att lära mer om dem som ärver terrestrial härlighet kan du läsa Läran och förbunden 76:71-80, 91, 97.

Det telestiaala riket

Telestiaal härlighet reserveras för dem som "icke mottogo Kristi evangelium eller Jesu vittnesbörd". (L&F 76:82) Dessa erhåller sin härlighet efter att ha återlösts från andefängelset, som ibland kallas helvetet. (Se L&F 76:84, 106.) En detaljerad förklaring om vilka som ärver telestiaal härlighet finns i Läran och förbunden 76:81-90, 98-106, 109-112.

Förtappelse

En del människor blir inte värdiga att vistas i någon härlighet. De kallas "förtappelsens söner" och får "ett rike utan härlighet". (L&F 76:32; 88:24) Sådant blir tillståndet för "dem som känna [Guds] makt och hava fått del därav och sedan låta sig övervinnas genom djävulens makt, så att de förneka sanningen och trotsa [Guds] makt". (L&F 76:31; se även verserna 30, 32-49.)

Ytterligare hänvisningar: 1 Korintierbrevet 15:40-42; L&F 88:20-39; 130:18-19

Se även Evigt liv; Försoning, Jesu Kristi; Frälsningsplanen; Helvetet; Himlen

Jesus Kristus

Den 1 januari 2000 gjorde första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum följande uttalande som har titeln "Den levande Kristus" och vittnar om Herren Jesus Kristus och sammanfattar hans person och gudomliga mission:

"När vi nu firar att Jesus Kristus föddes för två tusen år sedan, ger vi vårt vittnesbörd om hans oförlikneliga levnad och om den oändliga kraften i hans stora försoningsoffer. Ingen annan har haft ett så djupgående inflytande på alla som har levt och som kommer att leva på jorden.

Han var Gamla testamentets store Jehova, Nya testamentets Messias. Under ledning av sin Fader skapade han jorden. 'Allt blev till genom [honom], och utan [honom] blev ingenting till av allt som finns till.' (Se Johannes 1:3.) Fastän han var syndfri döptes han för att uppfylla allt som hör till rättfärdigheten. Han 'vandrade omkring och gjorde gott', (Apostlagärningarna 10:38) men blev föraktad för det. Hans evangelium var ett budskap om frid och god vilja. Han vädjade till alla att följa hans exempel. Han vandrade på vägarna i Palestina, botade sjuka, gav de blinda synen åter och uppväckte döda. Han undervisade om eviga sanningar, förut tillvarons verklighet, syftet med vårt liv på jorden och de möjligheter som Guds söner och döttrar har i det kommande livet.

Han instiftade nattvarden som påminnelse om sitt stora försoningsoffer. Han fängslades och dömdes på falska grunder, förklarades skyldig för att tillfredsställa folkmassan och dömdes att dö på Golgatas kors. Han gav sitt liv för att sona alla människors synder. Hans offer som ställföreträdare var en storslagen gåva till alla dem som någonsin skulle leva på jorden.

Vi vittnar högtidligen om att hans liv, som är det centrala i hela mänsklighetens historia, varken började i Betlehem eller slutade på Golgata. Han var Faderns förstfödde, den enfödde Sonen i köttet, världens Återlösare.

Han uppstod från graven för att bli 'den förste av de avlidna'. (1 Korintierbrevet 15:20) Som uppstånden besökte Herren dem som han hade älskat i livet. Han verkade också bland sina 'andra får' (Johannes 10:16) i det forna Amerika. I vår tid visade han och hans Fader sig för den unge Joseph Smith och inledde den länge utlovade tiden när allt skulle sammanfattas. (Se Efesierbrevet 1:10.)

Om den levande Kristus skrev profeten Joseph: 'Hans ögon voro såsom eldslågor, håret på hans huvud var vitt såsom ren snö och hans ansikte överträffade solen i klarhet. Hans röst var såsom stora vattens brus, ja, Jehovas röst, sägande:

''Jag är den förste och den siste. Jag är den som lever. Jag är den som blev slaktad. Jag är eder förespråkare hos Fadern.' (L&F 110:3-4)

Om honom sade också profeten: 'Nu, efter de många vittnesbörd, som äro avgivna om honom, är detta det sista vittnesbördet, vilket vi giva om honom: Han lever.

''Ty vi sågo honom på Guds högra sida och vi hörde rösten som vittnade, att han är Faderns Enfödde,

''att medelst honom, genom honom och av honom existera och skapades världarna, och att deras invånare äro söner och döttrar, födda åt Gud.' (L&F 76:22-24)

Vi förkunnar med allvarliga ord att hans prästadöme och hans kyrka har återställts på jorden — 'den byggnad som har apostlarna och profeterna till grund och Kristus Jesus själv till hörnsten'. (Efesierbrevet 2:20)

Vi vittnar om att han en dag skall återvända till jorden. 'Herrens härlighet skall bli uppenbarad, och allt kött skall tillsammans se den.' (Jesaja 40:5) Han ska regera som konungarnas Konung och som herrarnas Herre, och varje knä skall böjas och varje tunga skall prisa och dyrka honom. Var och en av oss kommer att stå inför Gud för att dömas efter sina gärningar och sitt hjärtas önsknings.

Vi bär, i egenskap av hans vederbörligen ordinerade apostlar, vittnesbörd om att Jesus är den levande Kristus,

Guds odödlige Son. Han är den store Konungen, Immanuel, som i dag står på sin Faders högra sida. Han är världens ljus, liv och hopp. Hans väg är den stig som leder till lycka i detta liv och evigt liv i den kommande världen. Gud vare tack för den oförlitliga gåvan — hans gudomlige Son." (*Liahona*, apr 2000, s 2-3)

Se även Försoning, Jesu Kristi

Jesu Kristi andra ankomst

När Jesus Kristus uppsteg till himlen när hans jordiska verksamhet fullbordats, förkunnade två änglar för hans apostlar: "Denne Jesus som har blivit upptagen från er till himlen, han skall komma igen på samma sätt som ni har sett honom fara upp till himlen." (Apostlagärningarna 1:11) När Frälsaren kommer tillbaka, kommer han i makt och härlighet för att lägga jorden under sig som sitt rike. Hans andra ankomst markerar tusenårsrikets början.

Hans andra ankomst blir en hemsk och sorgfull tid för de ogudaktiga, men en fridens och segerns dag för de rättfärdiga. Herren förkunnade:

"De som äro visa och hava mottagit sanningen samt tagit den helige Ande till sin vägledare och icke hava låtit sig bedragas — sannerligen säger jag eder: De skola icke nedhuggas och kastas i elden, utan de skola bestå på den dagen.

Jorden skall givas dem till arv, och de skola förökas och bliva starka, och deras barn skola växa upp utan synd till frälsning.

Ty Herren skall vara mitt ibland dem, hans härlighet skall vila över dem och han skall vara deras konung och lagstiftare." (L&F 45:57-59)

Herren har inte uppenbarat exakt när han ska komma igen: "Men stunden och dagen vet ingen, icke ens änglarna i himmelen, ej heller skola de veta det, förrän han kommer." (L&F 49:7) Men han har uppenbarat för sina profeter de

händelser och tecken som ska föregå hans andra ankomst. Bland de profeterade händelserna och tecknen är:

- Avfall från evangeliets sanningar. (Se Matteus 24:9–12; 2 Tessalonikerbrevet 2:1–3.)
- Evangeliets återställelse, vilket innefattar Jesu Kristi kyrkas återställelse. (Se Apostlagärningarna 3:19–21; Johannes Uppenbarelse 14:6–7; L&F 45:28; 133:36.)
- Återställandet av prästadömet's nycklar. (Se Malaki 4:5–6; L&F 110:11–16.)
- Mormons boks framkomst. (Se Jesaja 29:4–18; 3 Nephi 21:1–11.)
- Evangeliets predikande över hela världen. (Se Matteus 24:14.)
- En tid av ogudaktighet, krig och oro. (Se Matteus 24:6–7; 2 Timoteusbrevet 3:1–7; L&F 29:17; 45:26–33; 88:91.)
- Tecken i himlen och på jorden. (Se Joel 2:30–31; Matteus 24:29–30; L&F 29:14–16; 45:39–42; 49:23; 88:87–90.)

Oroa dig inte över den exakta tiden för Frälsarens andra ankomst. Lev i stället så att du är beredd när han än kommer. När du ser oroligheterna i dessa sista dagar, så kom ihåg att de rättfärdiga inte behöver frukta vare sig Herrens andra ankomst eller de tecken som föregår den. Frälsarens ord till sina apostlar gäller dig också: "Varen icke bedrövade, ty när allt detta sker, då kunnen I veta, att de löften I haven fått skola uppfyllas." (L&F 45:35)

Ytterligare hänvisningar: Lukas 21:34–36; 2 Petrusbrevet 3:10–14; L&F 133:42–52; Joseph Smiths skrifter 1

Se även Frälsningsplanen; Tecken; Tusenårsriket

Jordiska styresskick och lagar

Kapitel 134 i LÄran och förbunden anger sista dagars heligas "tro rörande jordiska regeringar och lagar i allmänhet". (L&F 134, ingressen) Kapitlet innehåller följande uttalanden:

"Vi tro, att regeringar instiftades av Gud till människans nytta och att människorna skola avlägga räkenkap för honom för sina gärningar i förhållande till dem, med avseende såväl på de lagar de stifta som dem de handhava till samhällets bästa och säkerhet ...

Vi tro, att alla människor äro skyldiga att understödja och vidmakthålla de respektive regeringar under vilka de stå, så länge dessa beskydda dem i deras medfödda och oavhängiga rättigheter genom sina lagar. Uppstudsighet och uppror äro oförsvarliga för alla sålunda skyddade medborgare och skola straffas därefter. Alla regeringar hava rättighet att stifta sådana lagar, som i deras omdöme bäst kunna främja allas välfärd, på samma gång som samvetsfriden behållas.

Vi tro, att varje människa bör äras i sin samhällsställning; regenter och överhetspersoner såsom sådana, emedan de hålla sina ämbeten för att beskydda de oskyldiga och straffa de skyldiga. Alla människor skola visa respekt och vördnad för lagarna, emedan utan dem frid och endräkt skulle giva rum för laglöshet och skräckvälde. Mänskliga lagar finnas till i den uttryckliga avsikten att ordna våra intressen såsom enskilda och såsom nationer, man och man emellan, och gudomliga lagar, givna av himmelen, föreskriva regler för andliga ting, för tro och tillbedjan, för vilka människan skall avlägga räkenkap inför sin Skapare." (L&F 134:1, 5–6)

En väsentlig del i åtskillnaden mellan kyrka och stat är regeringens ansvar att medge religionsfrihet. Nutida profeter stödjer denna princip, så som slås fast i elfte trosartikeln: "Vi gör anspråk på förmånen att dyrka Gud den Allsmäktige i enlighet med vårt samvetes bjudande och erkänner alla människors rätt till samma förmån, att tillbedja hur, var eller vad de vill." Enligt principen om åtskillnad mellan kyrka och stat

stöder kyrkan inte något politiskt parti eller någon politisk kandidat. Dess byggnader eller anläggningar får inte användas till politiska ändamål. Kyrkan deltar inte i den politiska debatten utom när det gäller moralfrågor, där kyrkan ofta ger sina åsikter tillkänna.

Även om kyrkan är politiskt neutral uppmuntrar kyrkans ledare enskilda medlemmar att som medborgare engagera sig. Som medlem i Jesu Kristi Kyrka bör du förstå din plats och din ställning i det land där du bor. Lär dig mer om landets historia, arv och lagar. Om du har tillfälle att rösta och delta i samhällseliga angelägenheter bör du aktivt stödja och försvara sanningens, rättfärdighetens och frihetens principer.

Ytterligare hänvisningar: L&F 98:10; trosartikel 12

Joseph Smith

På våren 1820 sökte den fjortonårige Joseph Smith efter Jesu Kristi sanna kyrka, när han läste ett stycke i Bibeln: "Om någon av er brister i visdom skall han be till Gud, som ger åt alla villigt och utan förebråelser, och han skall få den." (Jakobs brev 1:5, se även Joseph Smiths skrifter 2:11–12.) Med enkel och fast tro följde den unge Joseph det rådet. Han gick ensam till en skogsdunge, där han bad för att få veta vilken kyrka han borde tillhöra. Som svar på hans bön visade sig Gud Fadern och Jesus Kristus för honom. De sade honom bland annat att han inte skulle ansluta sig till någon av de kyrkor som då fanns. (Se Joseph Smiths skrifter 2:13–20.)

Då Joseph Smith visade sig värdig, gavs han gudomligt uppdrag som Guds profet. Genom honom utförde Herren ett stort och förunderligt verk som innefattade att frambringa Mormons bok, återställa prästadömet, uppenbara dyrbara evangeliesanningar, organisera Jesu Kristi sanna kyrka och påbörja tempelarbetet. Den 27 juni 1844 dödades Joseph och hans bror Hyrum i ett angrepp av en beväpnad pöbelhop. De beseglade sitt vittnesbörd med sitt blod.

Kaffe

För att ditt vittnesbörd om det återställda evangeliet ska vara fullständigt, måste det innefatta ett vittnesbörd om Joseph Smiths gudomliga mission. För att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga ska vara sann måste också den första synen och de andra uppenbarelser som Herren gav till profeten Joseph vara äkta. President John Taylor, kyrkans tredje president, skrev: "Joseph Smith, Herrens profet och siare, har gjort mera — Jesus allena undantagen — för människornas frälsning i denna världen än någon annan människa, som levat här." (L&F 135:3)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 29:13–14; 2 Nephi 3:3–15; L&F 5:9–10; 135; Joseph Smiths skrifter 2.

Se även Profeter; Återställelse, evangeliets

Kaffe (*Se* Visdomsordet)

Konfirmation (*Se* Helige Anden, den; Handpåläggning)

Korset

Korset används av många kristna kyrkor som symbol för Frälsarens död och uppståndelse och som ett uppriktigt uttryck för tro. Som medlemmar av Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga minns vi också med vördnad Frälsarens lidande. Men eftersom Frälsaren lever, använder vi inte symbolen för hans död som symbol för vår tro.

Din tro måste uttryckas i ditt sätt att leva. Kom ihåg att när du döptes och konfirmerades, ingick du förbund att ta på dig Jesu Kristi namn. När de du umgås med ser hur du handlar, bör de kunna känna din kärlek till Frälsaren och hans verk.

De enda medlemmar i kyrkan som bär korsets symbol är kyrkans fältpräster, som bär det på sin uniform för att visa att de är kristna fältpräster.

Se även Försoning, Jesu Kristi; Jesus Kristus; Uppståndelsen

Korsfästelsen (Se Försoning, Jesu Kristi; Korset)

Krig

Herren har sagt att det i de sista dagarna ska finnas "krig och rykten om krig, och hela jorden skall skakas, och människornas hjärtan skola försmäktas". (L&F 45:26)

Som medlemmar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är vi ett fridsamt folk. Vi följer Frälsaren, som är Fridsfursten. Vi ser fram emot hans tusenårsrike, när krigen upphört och freden återställts till jorden. (Se Jesaja 2:4.) Vi vet emellertid att de styrande i vår tid kan sända militära styrkor ut i krig för att försvara sin nation och sina ideal.

Medlemmar i militärtjänst behöver inte känna sig slitna mellan sitt land och sin Gud. I kyrkan tror vi på "att erkänna konungar, presidenter, styresmän och domstolar samt att lyda, ära och understödja lagarna". (Trosartikel 12) Militärtjänst är i enlighet med denna princip.

Om medlemmar kallas att gå ut i strid, kan de se befälhavare Moroni, en stor militär ledare i Mormons bok, som sitt föredöme. Han var en mäktig krigare, men en man "som ej fann behag i blodsutgjutelse". (Alma 48:11) Han "hade en fast tro på Kristus", och hans enda avsikt med att strida var "att försvara sitt folk, sina rättigheter, sitt land och sin religion". (Alma 48:13) Om medlemmar går ut i krig, ska de gå i en anda av sanning och rättfärdighet, med en önskan att göra gott. De ska gå med kärlek i hjärtat till alla Guds barn, också till dem på motståndarsidan. Om det då krävs att de utgjuter en annan människas blod, räknas inte denna handling som en synd.

Se även Frid; Jordiska styresskick och lagar

Kristi ljus

Kristi ljus "kommer från Guds närhet och uppfyller den oändliga rymden". Det är "ljuset som finnes i allting; som

Kristlig kärlek

giver liv åt allting, som är lagen, efter vilken allting regeras". (L&F 88:12–13; se även verserna 6–11.) Denna kraft är ett gott inflytande i alla människors liv. (Se Johannes 1:9; L&F 93:2.) I skrifterna kallas Kristi ljus ibland Herrens ande, Guds ande, Kristi ande eller Livets ljus.

Kristi ljus bör inte förväxlas med den Helige Anden. Det är ingen person, så som den Helige Anden är. Dess påverkan leder människor till att finna det sanna evangeliet, låta döpa sig och ta emot den Helige Anden. (Se Johannes 12:46; Alma 26:14–15.)

Samvetet är en yttring av Kristi ljus som hjälper oss skilja gott från ont. Profeten Mormon lärde: "Kristi Ande gives åt varje människa, på det hon må kunna skilja mellan gott och ont. Därför visar jag eder hur man bör döma, ty allt som inbjuder till att göra gott och som övertalar till tro på Kristus kommer genom Kristi kraft och gåva. Därför kunnen I med fullkomlig visshet veta, att det är från Gud ... Mina bröder, all-denstund I kännen ljuset enligt vilket I kunnen bedöma allt, vilket ljus är Kristi ljus, så sen till, att I icke dömen orätt, ty med samma dom, varmed I dömen, skolen även I varda dömda." (Moroni 7:16, 18)

Ytterligare hänvisningar: Johannes 8:12; Alma 28:14

Se även Helige Anden, den; Samvete

Kristlig kärlek

Kristlig kärlek är "Kristi rena kärlek" eller "evig kärlek". (Moroni 7:47; 8:17) Profeten Mormon lärde: "Kärleken är tålig och mild, den avundas icke och är icke uppblåst. Den söker icke sitt eget och förtörnas icke lätt, den tänker intet ont och gläder sig icke över orättfärdighet, utan den gläder sig över sanningen. Den fördrager allt, tror allt, hoppas allt, uthärdar allt." (Moroni 7:45, se även 1 Korintierbrevet 13:4–7.)

Jesus Kristus är det fullkomliga exemplet på kristlig kärlek. Under sin jordiska verksamhet "gick [han alltid] omkring

och gjorde gott", undervisade om evangeliet och visade medkänsla med de fattiga, betryckta och lidande. (Se Matteus 4:23; Markus 6:6; Apostlagärningarna 10:38.) Det yppersta uttrycket för hans kärlek var den oändliga försoningen. Han sade: "Ingen har större kärlek än att han ger sitt liv för sina vänner." (Johannes 15:13) Detta var den största handling av tålmodighet, godhet och osjälviskhet vi någonsin kommer att få se. Med insikt om Frälsarens bestående kärlek kan du utöva tro och omvända dig från dina synder i förvissningen att han förlåter dig och stärker dig i din strävan att efterleva evangeliet.

Frälsaren vill att du ska ta emot hans kärlek, och han vill också att du ska förmedla den till andra. Han förkunnade för sina lärjungar: "Ett nytt bud ger jag er, att ni skall älska varandra. Så som jag har älskat er skall också ni älska varandra. Om ni har kärlek till varandra, skall alla förstå att ni är mina lärjungar." (Johannes 13:34–35) I ditt förhållande till familjen och andra bör du se Frälsaren som ditt föredöme. Försök älska som han älskar, med osviklig medkänsla, tålmod och kärlek.

Medan du tar emot Frälsarens fullkomliga kärlek och medan du visar kristuslik kärlek till andra, ska du finna att din kärlek ökar. Du får uppleva glädjen i att vara i Herrens tjänst. Den Helige Anden blir din ständige följeslagare, och leder dig i ditt tjänande och i dina relationer till andra. Du blir beredd att möta Herren vid domen, då han ska belöna dig efter din hängivenhet för hans verk. Mormon lärde:

"Om I icke haven kärlek, ären I intet, ty kärleken förgår aldrig. Hållen eder därför fast vid kärleken, vilken är den största av allt, ty allt annat måste upphöra —

men den kärlek, som är Kristi rena kärlek, förbliver evinnerligen och den som på den yttersta dagen befinnes hava den, med honom är allt väl.

Därför, mina älskade bröder, bedjen till Fadern av allt hjärta, att I mån vara fyllda med denna kärlek, som han har utgjutit över alla som äro hans Sons, Jesu Kristi, sanna efterföljare, att I mån vara Guds söner, att när han uppenbaras, vi

Kvorum

skola bliva honom lika, ty vi skola se honom såsom han är, att vi måtte hava detta hopp och att vi måtte bliva renade, alldeles såsom han är ren." (Moroni 7:46–48)

Ytterligare hänvisningar: Matteus 25:31–46; 1 Johannesbrevet 4:18; Ether 12:33–34; L&F 12:8; 34:3; 121:45

Se även Kärlek; Tjänande

Kvorum (Se Prästadömet)

Kyrkans disciplinråd

Biskopar och grenspresidenter samt stavs-, missions- och distriktspresidenter har ansvaret att hjälpa medlemmar övervinna överträdelser genom omvändelse. De allvarligaste överträdelserna, såsom grova brott mot samhällets lagar, övergrepp mot maka eller barn, äktenskapsbrott, otukt, våldtäkt och incest kräver oftast disciplinär åtgärd. Formell disciplinär åtgärd kan vara till exempel begränsning av medlemsförmåner eller förlust av medlemskapet i kyrkan.

Processen inleds med att en presiderande prästadömsledare sammankallar ett disciplinråd. Disciplinrådets ändamål är att rädda överträdarens själar, skydda de oskyldiga samt att trygga kyrkans renhet, integritet och goda namn.

Kyrkans disciplinära process är en inspirerad process som äger rum under en längre tid. Genom denna process och genom Jesu Kristi försoning kan en medlem få förlåtelse för synder, återfå sin sinnesfrid och få styrka att undvika överträdelser i framtiden. Den disciplinära åtgärden är inte avsedd att vara slutet på processen. Den är avsedd att hjälpa vår himmelske Faders barn fortsätta sin strävan att återvända till full gemenskap och kyrkans alla välsignelser. Det önskade resultatet är att personen gör de förändringar som behövs för fullständig omvändelse.

Se även Förlåtelse; Omvändelse

Kyrkans ledning

Jesus Kristus står i ledningen för kyrkan. Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heligas uppgift är att hjälpa alla människor komma till honom. (Se Moroni 10:32.) För att genomföra detta har kyrkan organiserats enligt det mönster som Herren uppenbarat för att "utrusta de heliga ... tills vi alla når fram till enheten i tron och i kunskapen om Guds Son". (Efesierbrevet 4:12–13, se även vers 11.) Följande plan är en sammanfattning av kyrkans organisation.

Hemmet och familjen

Familjen är den grundläggande enheten i kyrkan, och hemmet är den viktigaste platsen för att lära evangeliet. Ingen annan organisation kan ersätta familjen. Fastän kyrkan fortsätter växa, är dess mål alltid att stödja och stärka familjer och enskilda i deras strävan att efterleva evangeliet.

Kyrkans administration på generalnivå

Herren leder sitt förbundsfolk i dag genom kyrkans president, som vi stödjer som profet, siare och uppenbarare. Kyrkans president presiderar över hela kyrkan. Han och hans rådgivare, som också är profeter, siare och uppenbarare, utgör första presidentskapets kворum.

Medlemmarna av de tolv apostlarnas kворum är också profeter, siare och uppenbarare. De är tillsammans med första presidentskapet "särskilda vittnen om Kristi namn för hela världen". (L&F 107:23) De handlar under ledning av första presidentskapet för att "uppbygga kyrkan och ordna alla dess affärer ibland alla folk". (L&F 107:33) De "öppna dörren [till nationerna] genom kungörandet av Jesu Kristi evangelium". (L&F 107:35)

Medlemmarna av de sjuttios kворum är kallade att förkunna evangeliet och bygga upp kyrkan. De arbetar under de tolv apostlarnas ledning och under sju bröder som kallats

att verka i de sjuttios presidentskap. Medlemmarna i de sjuttios första och andra kворum betecknas generalauktoriteter, och de kan kallas att verka var som helst i världen.

Presiderande biskopsrådet är presidentskapet över aronska prästadömet i hela kyrkan. Presiderande biskopen och hans rådgivare verkar under ledning av första presidentskapet för att handha kyrkans timliga angelägenheter.

Organisationerna Unga män, Hjälpföreningen, Unga kvinnor, Primär och Söndagsskolan har alla presidentskap på generalnivå för att ge undervisning och ledning.

Kyrkans administration på områdesnivå

Ett område är den största geografiska underavdelningen i kyrkan. Första presidentskapet ger de sjuttios presidentskap i uppdrag att tillse valda områden inom kyrkan under ledning av de tolv apostlarnas kворum. Till andra områden i kyrkan kallar första presidentskapet områdespresidentskap. Ett områdespresidentskap består av en president, vanligtvis en medlem i de sjuttios första eller andra kворum, och två rådgivare, som är medlemmar i ett av de sjuttios kворum. Områdespresidentskapen verkar under ledning av första presidentskapet, de tolv apostlarnas kворum och de sjuttios presidentskap.

Vissa bröder ordineras till en sjuttios ämbete men verkar inte som generalauktoriteter. De kallas områdesauktoritets-sjuttio, och de tilldelas andra kворum än de sjuttios första och andra kворum, alltefter geografisk bostadsort. Deras myndighet är begränsad till den region de bor i. Vissa områdesauktoritets-sjuttio verkar i områdespresidentskap.

Kyrkans administration på lokal nivå

Församlingar och grenar. Kyrkans medlemmar är organiserade i grupper som ofta kommer samman för att uppbyggas andligt och socialt. Större grupper kallas församlingar. Över varje församling presiderar en biskop, biträdd av två rådgivare.

Mindre grupper kallas grenar. Över varje gren presiderar en grens-president, biträdd av två rådgivare. En gren kan organiseras när minst två medlemsfamiljer bor i ett område och en av medlemmarna är en värdig bärare av melkisedek-ska prästadömet eller en värdig präst inom aronska prästadömet. Ett stavs-, missions- eller distrikts-presidentskap organiserar och överinser grenen. En gren kan utvecklas till en församling om den är belägen inom en stav.

Varje församling eller gren omfattar ett bestämt geografiskt område. Olika organisationer inom församlingen eller grenen bidrar till Herrens verk: Högprästernas grupp; äldstevorumet; Hjälpföreningen för kvinnor över 18; aronska prästadömetns kворum för unga män i åldrarna 12 till och med 17; Unga kvinnors program för unga kvinnor i åldrarna 12 till och med 17; Primär för barn mellan 18 månader och 11 år samt Söndagsskolan för alla medlemmar över 12 år. Var och en av dessa organisationer har en viktig funktion i att undervisa om evangeliet, tjäna andra och stödja föräldrarna i deras heliga ansvar att hjälpa barnen bli omvända till Jesu Kristi evangelium. Dessa organisationer samarbetar också i att sprida evangeliet till andra.

Stavar, missioner och distrikt. De flesta geografiska områden där kyrkan finns organiserad är uppdelad i stavar. Termen *stav* är hämtad från profeten Jesaja, som profeterade att kyrkan i den sista tiden skulle vara som ett tält, som hölls på plats av stavar (tältpinnar). (Se Jesaja 33:20, 54:2.) Det finns vanligtvis 5 till 12 församlingar och grenar i en stav. Över varje stav presiderar en stavs-president, biträdd av två rådgivare. Stavs-presidenten rapporterar till och står under ledning av de sjuttios presidentskap eller sitt områdespresidentskap.

En mission är en enhet av kyrkan som normalt täcker ett betydligt större område än det som täcks av en stav. Över varje mission presiderar en missions-president, biträdd av två rådgivare. Missions-presidenten är direkt ansvarig inför generalauktoriteterna.

Kyskhet

Liksom en gren är en mindre version av en församling, är ett distrikt en mindre version av en stav. Ett distrikt organiseras när det inom ett område finns tillräckligt många grenar med goda kommunikationer och goda möjligheter för resor till distriktsmöten. En distriktspresident kallas att presidera över det, med hjälp av två rådgivare. Distriktspresidenten rapporterar till missionspresidentskapet. Ett distrikt kan utvecklas till en stav.

Program för ensamstående medlemmar. Många av kyrkans medlemmar har aldrig gift sig eller är skilda eller änkor/änklingar. Dessa medlemmar utgör två grupper: unga vuxna (18 till 30 år) och ensamstående vuxna (31 år och äldre).

Det finns inget världsomfattande program för unga ensamstående vuxna eller ensamstående vuxna. I stället uppmanas lokala prästadömsledare att, om det bor tillräckligt många ensamstående medlemmar i deras område, kalla representanter för ensamstående vuxna som arbetar under deras ledning. Representanter för ensamstående vuxna planerar aktiviteter, till exempel danser, tjänandeprojekt och temakvällar. De här aktiviteterna ger ensamstående medlemmar tillfällen att träffa och stödja varandra. Ensamstående medlemmar uppmanas också att regelbundet träffa sina prästadömsledare för att diskutera sina behov och sina tillfällen till andlig tillväxt och tjänande.

Ytterligare hänvisningar: L&F 107

Se även Hjälpföreningen; Prästadömet

Kyskhet

Kyskhet är sexuell renhet, något som är "[Gud] välbehagligt". (MB Jakob 2:7) För att vara kysk måste du vara moraliskt ren i tanke, ord och handling. Du får inte ha några sexuella relationer innan du är lagligt gift. När du är gift, måste du vara fullständigt trogen din man eller hustru.

Fysisk intimitet mellan man och hustru är vacker och helig. Den instiftades av Gud för att barn skulle födas och kärleken finna uttryck i äktenskapet.

I världen i dag har Satan förlett många att tro att sexuell intimitet utanför äktenskapet är acceptabelt. Men i Guds ögon är detta en allvarlig synd. Det är att missbruka den förmåga han gett oss att skapa liv. Profeten Alma lärde att sexuella synder är allvarligare än alla andra synder förutom mord eller att förneka den Helige Anden. (Se Alma 39:5.)

Ibland försöker man intala sig att sexuella relationer utanför äktenskapet är acceptabla om personerna älskar varandra. Detta är inte sant. Att bryta kyskhetslagen och uppmuntra någon annan att göra det, är inget uttryck för kärlek. Människor som älskar varandra bör aldrig äventyra varandras lycka och trygghet i utbyte mot tillfällig personlig tillfredsställelse.

När människor bryr sig tillräckligt mycket om varandra för att hålla kyskhetslagen ökar deras kärlek, tillit och hängivenhet, med större lycka och enighet som resultat. Relationer som bygger på sexuell omoral försämras däremot snabbt. De som ägnar sig åt sexuell omoral känner ofta rädsla, skuld och skam. Bitterhet, svartsjuka och hat ersätter snart de positiva känslor som en gång funnits i förhållandet.

Vår himmelske Fader har gett oss kyskhetslagen för att skydda oss. Lydnad mot denna lag är ytterst viktig för inre frid och karaktärsstyrka och för lyckan i hemmet. När du håller dig sexuellt ren, undviker du de andliga och känslomässiga skador som alltid är följderna av fysisk intimitet med någon utanför äktenskapet. Du blir känslig för den Helige Andens ledning, styrka, tröst och skydd, och du uppfyller viktiga krav för att få tempelrekommendation och delta i templets förrättningar.

Sexuella synder

Herren och hans profeter fördömer sexuell omoral. Alla sexuella relationer utanför äktenskapet innebär överträdelse av kyskhetslagen och är fysiskt och andligt farliga för dem som ägnar sig åt dem.

Ett av de tio budorden är budet att inte begå äktenskapsbrott, vilket är sexuellt umgänge mellan en gift man och någon annan än hans hustru eller mellan en gift kvinna och någon annan än hennes man. (Se 2 Mosebok 20:14.) Aposteln Paulus sade att det är "Guds vilja" att vi "avhåller [oss] från otukt", vilket är sexuellt umgänge mellan en ogift person och någon annan. (1 Tessalonikerbrevet 4:3) Nutida profeter varnar ofta för dessa synder och för det ondskefulla utövandet av sexuella övergrepp.

Homosexuella handlingar är, liksom andra brott mot kyskhetslagen, en allvarlig synd. De står i motsats till avsikten med människans sexualitet. (Se Romarbrevet 1:24–32.) De förvränger kärleksfulla relationer och hindrar människor från att få del av de välsignelser som kan fås genom familjelivet och evangeliets frälsande förrättningar.

Att bara avstå från sexuella förbindelser utanför äktenskapet är inte tillräckligt enligt Herrens normer för personlig renhet. Herren kräver höga moraliska normer av sina lärjungar, bland annat fullständig trohet mot ens maka i tanke och handling. I sin bergspredikan förkunnade han: "Ni har hört att det är sagt: Du skall inte begå äktenskapsbrott. Jag säger er: Var och en som med begär ser på en kvinna har redan begått äktenskapsbrott med henne i sitt hjärta." (Matteus 5:27–28) På senare tid har han sagt: "Du skall icke ... begå äktenskapsbrott ... ej heller göra något som är detta likt." (L&F 59:6) Och han har åter betonat de principer han lärde i sin bergspredikan: "Den som med begärelse ser på en kvinna eller den som begår äktenskapsbrott i sitt hjärta, skall icke hava Anden utan förneka tron och frukta." (L&F 63:16) Dessa varningar är tillämpliga på alla, gifta som ogifta.

Om du begått en sexuell synd, så tala med din biskop eller grenspresident så att han kan hjälpa dig genom omvändelseprocessen. (Se "Omvändelse", s 109–115.)

Om du finner att du kämpar med sexuella frestelser, även dragning till samma kön, så ge inte efter för frestelserna. Du bör veta att man kan välja att undvika sådant beteende. Du kan få Herrens hjälp när du ber om styrka och arbetar på att övervinna problemet. Som en del av processen bör du be din biskop eller grenspresident om hjälp. Han hjälper dig.

Att hålla kyskhetslagen

Hur starka frestelser än må tyckas vara, så hjälper dig Herren att motstå dem om du väljer att följa honom. Aposteln Paulus förkunnade: "Ingen annan frestelse har drabbat er än vad människor får möta. Gud är trofast, han skall inte tillåta att ni frestas över er förmåga, utan när frestelsen kommer, skall han också bereda en utväg, så att ni kan härda ut." (1 Korintierbrevet 10:13) Följande råd kan hjälpa dig övervinna de vanliga och grova frestelserna i världen i dag:

Bestäm dig nu för att vara kysk. Du behöver bara fatta det beslutet en gång. Fatta beslutet nu, innan frestelserna kommer, och låt beslutet vara så fast och med så djup övertygelse att det aldrig kan ruckas på. Bestäm dig nu för att aldrig göra något utanför äktenskapet för att väcka de starka känslor som bara ska komma till uttryck inom äktenskapet. Väck inte dessa känslor i vare sig en annans eller din egen kropp. Bestäm dig nu för att vara din maka/make fullkomligt trogen.

Behärska dina tankar. Ingen begår helt plötsligt en sexuell synd. Omoraliska handlingar börjar alltid med orena tankar. Om du låter dina tankar dröja vid det som är otuktigt eller omoraliskt, har du redan tagit första steget mot omoral. Fly omedelbart från situationer som kan leda till synd. Be om ständigt styrka att motstå frestelser och styra dina tankar. Be dagligen om detta.

Håll dig borta från pornografi. Du bör inte se, läsa eller lyssna på något som avbildar eller beskriver människokroppen eller det sexuella beteendet på ett sätt som väcker sexuella känslor. Pornografi är vanebildande och nedbrytande. Den kan beröva dig din självrespekt och känsla för det vackra i livet. Den kan bryta ner dig och leda dig till onda tankar och till att begå övergrepp.

Om du är ensamstående och har sällskap med någon, så behandla alltid den personen med respekt. Behandla aldrig honom eller henne som ett objekt för lusta och köttliga begär. Planera noga positiva och givande aktiviteter så att du och din vän inte lämnas ensamma utan något att göra. Håll dig på trygg mark där du lätt kan behärska dig. Delta inte i samtal eller aktiviteter som väcker sexuella känslor. Du bör inte kyssa passionerat, ligga med eller på en annan person eller vidröra de intima delarna av en annans kropp, med eller utan kläder på. Låt heller inte någon behandla dig så.

Om du är gift, så var trogen din maka i tanke, ord och handling. Herren har sagt: "Du skall älska din hustru av allt ditt hjärta och hålla dig till henne och ingen annan. Den som med begärelse ser på en kvinna skall förneka tron och kan icke hava Anden, och om han icke omvänder sig, skall han uteslutas." (L&F 42:22–23) Flirta aldrig på något sätt. Undvik så mycket som möjligt att vara ensam med någon av motsatt kön. Fråga dig själv om din maka skulle bli glad om han eller hon kände till dina ord eller handlingar. Kom ihåg aposteln Paulus råd: "Håll er borta från allt slags ont." (1 Tessalonikerbrevet 5:22) När du håller dig borta från sådana omständigheter, får frestelserna aldrig en möjlighet att utvecklas.

Förlåtelse för den ångerfulle

Den bästa vägen är fullständig moralisk renhet. Det är fel att begå sexuella synder med tanken att du helt enkelt ska omvända dig senare. Denna inställning är i sig själv en synd

och visar på vanvördnad för Herren och de förbund du sluter med honom. Men om du har begått sexuella synder, erbjuder Herren förlåtelse, om du omvänder dig.

Omvändelsen är svår, men möjlig. Du kan bli ren igen. (Se Jesaja 1:18.) Syndens förtvivlan kan ersättas av förlåtelsens ljuva frid. För att få veta vad du måste göra för att omvända dig, se "Omvändelse", sidorna 109–115.

Arbeta mot den dag när du blir värdig att inträda i templet, ledd av psalmistens ord:

"Vem får gå upp på Herrens berg? Vem får träda in i hans helgedom?

Den som har oskyldiga händer och rent hjärta."
(Psaltaren 24:3–4)

Ytterligare hänvisningar: 2 Mosebok 20:14; 1 Korintierbrevet 6:18–20; Alma 38:12; 3 Nephi 12:27–30

Se även Pornografi; Äktenskap

Kärlek

Kärlek är en känsla av djup hängivenhet, omsorg och tillgivenhet. Kärlek till Gud och till ens nästa är kännetecknande för Jesu Kristi lärjungar. (Se Matteus 22:35–40; Johannes 13:34–35; 2 Nephi 31:20.) Vi visar vår kärlek till vår himmelske Fader genom att hålla hans bud och tjäna hans barn. Vår kärlek till andra kan ta sig uttryck i vänlighet mot dem, i att lyssna på dem, sörja med dem, trösta dem, tjäna dem, be för dem, dela med sig av evangeliet till dem samt vara deras vän.

Vår kärlek till människor omkring oss ökar när vi minns att vi alla är Guds barn — att vi andligen är bröder och systrar. Den kärlek som följer av sådan insikt har makt att överskrida alla gränser: nation, trosåskådning och hudfärg.

Ytterligare hänvisningar: 3 Mosebok 19:18, 34; 5 Mosebok 6:5; Lukas 6:31–36; Johannes 15:9–15; 1 Johannesbrevet 4:7–21; Mosiah 4:14–15; L&F 4:5; 12:8; 112:11; 121:41–45

Se även Barmhärtighet; Kristlig kärlek; Lydnad; Tjänande

Lydnad

I föruttillvaron presiderade vår himmelske Fader över det stora rådet i himlen. Där fick vi reda på hans plan för vår frälsning, vilken innefattar en prövningstid på jorden: "Vi vilja ... dana en jord, på vilken dessa kunna bo. Vi vilja pröva dem med detta för att se, om de vilja göra allt vad Herren, deras Gud, befaller dem." (Abraham 3:24–25) En orsak till att du är här på jorden är att visa din villighet att lyda din himmelske Fader bud.

Många tycker att buden är en börda och att de begränsar friheten och den personliga utvecklingen. Men Frälsaren lärde att sann frihet kommer endast genom att följa honom: "Om ni förblir i mitt ord, är ni verkligen mina lärjungar, och ni skall förstå sanningen, och sanningen skall göra er fria." (Johannes 8:31–32) Gud har gett dig bud för din egen skull. De är kärleksfull undervisning för din lycka och ditt fysiska och andliga välbefinnande.

Profeten Joseph Smith lärde att lydnad leder till välsignelser från Gud. Han sade: "Det finnes en lag, oåterkalleligen proklamerad i himmelen, förrän denna världens grundvalar voro lagda, enligt vilken alla välsignelser äro utlovade, och när vi erhålla någon välsignelse från Gud, så sker detta genom lydnad för den lag, enligt vilken den är lovad." (L&F 130:20–21) Konung Benjamin lärde också denna princip. "Jag [önskar], att I skolen betänka deras välsignade och lyckliga belägenhet, vilka hålla Guds bud", sade han. "Ty se, de äro välsignade i allt, både timligt och andligt, och om de hårda ut trofasta allt intill änden, mottagas de i himmelen, där de få bo hos Gud i ett tillstånd av oändlig lycksalighet. O, kommen ihåg, kommen ihåg, att dessa ord äro sanna, ty Herren Gud har talat dem." (Mosiah 2:41)

Vår lydnad mot buden är ett uttryck för vår kärlek till vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Frälsaren sade: "Om ni älskar mig, håller ni fast vid mina bud." (Johannes 14:15) Senare förkunnade han: "Om ni håller mina bud, förblir ni i

min kärlek, liksom jag har hållit min Faders bud och förblir i hans kärlek." (Johannes 15:10)

Ytterligare hänvisningar: Josua 24:14–15; Predikaren 12:13; Matteus 7:21; Johannes 7:17; 1 Nephi 3:7; L&F 58:21–22; 82:8–10

Se även Frälsningsplanen; Handlingsfrihet

Läran och förbunden (Se Skrifterna)

Melkisedekska prästadömet

"I kyrkan finnes det två prästadömen, nämligen det Melkisedekska och det Aronska." (L&F 107:1) Melkisedekska prästadömet, som är "efter Guds Sons sätt" (L&F 107:3), är det högre av dessa. Det "äger rätten att presidera och har makt och myndighet över alla ämbeten i kyrkan". (L&F 107:8) Det innehar också "nycklarna till kyrkans alla andliga välsignelser". (L&F 107:18) Det har fått namn efter en stor högpräst som levde under profeten Abrahams tid. (Se L&F 107:2–4; se även Alma 13:14–19.)

Genom melkisedekska prästadömet s myndighet leder kyrkans ledare kyrkan och förkunnandet av evangeliet över hela världen. I melkisedekska prästadömet s förrättningar är "gudaktighetens kraft uppenbar". (L&F 84:20)

Detta högre prästadöme gavs till Adam och har funnits på jorden varje gång som Herren uppenbarat sitt evangelium. Det togs bort från jorden under det stora avfallet, men återställdes i maj 1829, när apostlarna Petrus, Jakob och Johannes gav det till Joseph Smith och Oliver Cowdery.

Ämbetena inom melkisedekska prästadömet är apostel, sjuttio, patriark, högpräst och äldste. Presidenten för det högre prästadömet är kyrkans president. (Se L&F 107:64–66.)

Män inom kyrkan måste vara värdiga bärare av melkisedekska prästadömet för att få ta emot tempelbegåvningen och beseglas till sina familjer för evigheten. De har myndighet att smörja och välsigna sjuka och ge särskilda välsignelser till den

egna familjen och andra. Efter bemyndigande från presiderande prästadömsledare kan de förläna den Helige Andens gåva och ordinera andra värdiga män till ämbeten inom aronska och melkisedekska prästadömet.

När en man tar emot melkisedekska prästadömet, ingår han i prästadömet ed och förbund. Han sluter förbund att vara trofast, ära sin kallelse, att "giva noga akt på det eviga livets ord" och "leva av varje ord, som utgår från Guds mun". De som håller detta förbund helgas av Anden och får "allt vad Fadern har". (Se L&F 84:33–44.)

Se även Aronska prästadömet; Prästadömet

Missionsarbete

När vi upplever välsignelserna av att leva efter evangeliet, vill vi naturligtvis dela med oss till andra av de här välsignelserna. Herren talade om den glädje vi känner när vi sprider hans evangelium:

"Om så skulle ske, att I arbeten hela edert liv med att ropa omvändelse till detta folk och därigenom fören blott en enda själ till mig, huru storligen skolen I icke glädjas med honom i min Faders rike!

Och om I kunnen glädja eder storligen över en enda själ, som I haven fört till mig i min Faders rike, huru mycket större glädje skolen I icke hava, om I fören många själar till mig!" (L&F 18:15–16)

Varje medlems missionärsansvar

Herren har förkunnat att missionsarbetet är ett ansvar för alla sista dagars heliga. (Se L&F 88:81.) Som medlem av Herrens kyrka kan du genom ett gott liv och ett starkt vittnesbörd hjälpa till att förbereda släktingar, vänner och andra bekanta för att träffa heltidsmissionärerna.

Det kraftfullaste missionärsbudskap du kan sända är ditt eget exempel när du gläds åt att vara medlem. Kom ihåg att

människor inte ansluter sig till kyrkan endast på grund av de evangelieprinciper de lär sig. De blir medlemmar därför att de känner något som börjar tillgodose deras andliga behov. Om du är uppriktig i din vänskap gentemot dem, kan de känna anden i ditt vittnesbörd och din glädje.

Förutom att vara ett gott exempel, kan du "alltid vara beredd att svara var och en som begär att ni förklarar det hopp ni äger". (Se 1 Petrusbrevet 3:15.) Du kan be om tillfällen att berätta för andra om det återställda evangeliet. Var sedan beredd, för många människor längtar efter sanningen.

Heltidsmission

Efter sin uppståndelse befallde Herren sina lärjungar att "gå ... ut och gör[a] alla folk till lärjungar! Döp dem i Faderns och Sonens och den helige Andes namn". (Matteus 28:19) För att följa denna befallning har kyrkans unga män med få undantag också plikten att förbereda sig andligt, fysiskt och känslomässigt för att gå ut som heltidsmissionärer. Ensamstående kvinnor och äldre par har också tillfälle att gå ut som heltidsmissionärer. Om du önskar gå ut som heltidsmissionär bör du tala med biskopen eller grenspresidenten.

Att ta hand om nya medlemmar

Missionsarbetet innefattar att hjälpa och stödja dem som ansluter sig till kyrkan. När du tänker på det här ansvaret bör du komma ihåg att nya medlemmar kan få prövningar när de går med i kyrkan. Deras nya åtaganden kräver ofta att de lägger gamla vanor åt sidan och lämnar gamla vänner och bekanta. Dessutom presenterar kyrkan en ny livsstil som kan tyckas annorlunda och krävande.

Alla nya medlemmar i kyrkan behöver tre saker: en vän, ett ansvar och "näring genom Guds goda ord". (Moroni 6:4) Du kan delta i arbetet med att ge denna hjälp. Du kan alltid vara en vän. Även om du inte har befogenhet att ge kallelser

eller dela ut uppgifter, kan du tjäna jämsides med nya medlemmar. Och du kan söka tillfällen att tala om Guds ord med nya medlemmar.

Ytterligare hänvisningar: Markus 16:15; Alma 26:1–16; L&F 4; 60:2; 84:88; 123:12

Mormons bok (Se Skrifterna)

Motgångar

Det ingår i vår himmelske Faders återlösningsplan att man upplever motgångar under jordelivet. Prövningar, besvikelser, nedstämdhet, sjukdom och sorger är en svår del av livet, men de kan leda till andlig tillväxt, förädling och utveckling då du vänder dig till Herren.

Motgångar kan ha olika ursprung. Ibland kan man få prövningar som följd av sin egen stolthet och olydnad. De prövningarna kan man undvika genom att leva rättfärdigt. Andra prövningar är helt enkelt en naturlig del av livet och kan komma även när man lever rättfärdigt. Man kan till exempel uppleva prövningar genom sjukdom eller ovisshet eller anhörigas död. Motgångar kan ibland komma genom andras felaktiga val och sårande ord och handlingar.

Att möta motgångar med tro

Din framgång och lycka, nu och i evigheten, beror till stor del på hur du möter livets svårigheter.

En berättelse i Mormons bok illustrerar olika sätt att möta motgångar. Profeten Lehi och hans familj hade färdats i vildmarken i många dagar och använt båge och pil för att jaga föda. Familjen fick det svårt när Lehis söner inte längre kunde använda sina bågar. Lamans och Lemuels bågar förlorade spänsten, och Nephis bröts av. Hungriga och trötta började Laman och Lemuel klaga på Herren. Till och med Lehi började knota. Nephi å andra sidan vägrade att låta sig nedslås.

Han gick till verket. Han berättade: "Jag, Nephi, gjorde en båge av trä och en pil av en rak käpp, varefter jag beväpnade mig med båge och pil, och med en slunga med stenar och sade till min fader: 'Varthän skall jag gå för att finna föda?'" Lehi blev ödmjuk av Nephis ord och frågade Herren vart de skulle gå för att finna föda. Herren besvarade Nephis böner och ledde honom till en plats där han kunde få tag i föda. (Se 1 Nephi 16:15–31.)

När vissa människor möter motgångar, liknar de Laman och Lemuel. De klagar och blir bittra. De frågar till exempel: "Varför måste detta hända mig? Varför måste jag lida detta nu? Vad har jag gjort för att förtjäna detta?" De här frågorna kan dominera deras tankar. Sådana frågor kan förminska deras vision, absorbera deras energi och beröva dem de upplevelser som Herren vill att de ska få. I stället för att reagera på det sättet, bör du följa Nephis exempel. Fråga dig till exempel: "Vad bör jag göra? Vad kan jag lära mig av den här upplevelsen? Vad behöver jag ändra på? Vem ska jag hjälpa? Hur kan jag minnas mina många välsignelser i provningens stund?"

Olika slags motgångar kräver olika gensvar. Om du till exempel drabbas av sjukdom, behöver du kanske bara vara tålmodig och trofast. Om du lider på grund av andras ord eller handlingar, bör du arbeta på att förlåta dem som handlat illa mot dig. Om du utsatts för övergrepp, bör du söka hjälp omedelbart. Om provningar kommer på grund av din egen olydnad, bör du rätta till ditt handlande och ödmjukt söka förlåtelse.

Sättet att möta motgångar kan variera, men en sak bör ständigt finnas — din tillit till din himmelske Fader och Jesus Kristus. Profeten Alma lärde: "Var och en som sätter sin lit till Gud skall få bistånd i sina provningar, sina bekymmer och sina lidanden och bliva upphöjd på den yttersta dagen." (Alma 36:3)

Att lita på vår himmelske Fader och Jesus Kristus

När du litar på Fadern och Sonen, så vet du att de älskar dig på ett fullkomligt sätt — att de vill att du ska vara lycklig och att de vill hjälpa dig tillväxa andligen. Du håller buden. Du söker förstå deras vilja, och du gör vad de önskar även då du själv vill något annat. Dina böner om hjälp åtföljs av insikten att din himmelske Fader inte löser alla problem omedelbart — att han kan låta dig vänta så att du kan fortsätta lära och tillväxa. Genom allt detta finner du tröst i förvisningen att Frälsaren fullkomligt förstår dina prövningar. Som en del av den oändliga försoningen, tog han dessutom på sig "sitt folks plågor och sjukdomar". Han tog på sig "deras skröpligheter, på det hans inre må bliva fyllt med barmhärtighet enligt köttet, så att han enligt köttet må kunna bistå sitt folk i deras skröpligheter". (Alma 7:11–12) Eftersom han har upplevt din smärta, vet han hur han ska hjälpa dig. Om du ser till honom i tro, stärker han dig så att du kan stå emot alla prövningar du upplever.

I din strävan att lita på Herren i svåra tider, kan du minnas följande råd som gavs genom profeten Joseph Smith:

"Den som är trofast i bedrövelsen skall få större lön i himmelriket.

I kunnen icke nu med edra naturliga ögon se Guds avsikter med avseende på det som skall komma härefter och den härlighet, som följer på mycken bedrövelse.

Ty efter mycken bedrövelse komma välsignelserna." (L&F 58:2–4)

Att finna frid och glädje under motgångar

Du kan finna frid och glädje även när du kämpar mot svårigheter och sorg. I Mormons bok finns en berättelse om ett rättfärdigt folk som lärde denna sanning. De led träldom under en grym regent och utgöt sitt hjärta till Gud. (Se Mosiah 24:8–12.) Herren svarade:

”Upplyften edra huvuden och varen vid gott mod, ty jag vet vilket förbund I haven ingått med mig, och jag vill göra förbund med mitt folk och befria dem ur trälldomen.

Jag vill även lätta bördorna på edra skuldror, så att I ej ens skolen känna dem tynga edra ryggar så länge I ären i trälldom. Detta vill jag göra, på det I mån stå som vittnen för mig i framtiden, och att I mån veta med visshet att jag, Herren, besöker mitt folk i deras lidanden.” (Mosiah 24:13–14)

Folket handlade i tro, och ”bördorna, som lades på [dem] blevo lättade. Ja, Herren styrkte dem, så att de kunde bära upp sina bördor med lätthet, och de underkastade sig glada och med tålmod allt vad Herren ville”. (Mosiah 24:15)

Liksom dessa rättfärdiga kan du ”underkasta [dig glad] och med tålmod allt vad Herren [vill]” fullt medveten om att han ska stärka dig i dina prövningar. Han har lovat: ”Alla edra sorger skola samverka till edert bästa och mitt namns förhärlikande.” (L&F 98:3)

Ytterligare hänvisningar: Hebreerbrevet 4:15–16; 2 Nephi 2:11–24; Mosiah 23:21–22; L&F 105:6; 121:7–9; 122

Se även Förlåtelse; Frälsningsplanen; Frid; Hopp; Omvändelse

Nattvarden (Se Sakramentet)

Nycklar, prästadömet (Se Prästadömet)

Nåd

Ordet *nåd* som det används i de heliga skrifterna syftar främst på den gudomliga hjälp och styrka som vi får genom Herrens Jesu Kristi försoning. Aposteln Petrus sade till oss: ”Väx ... till i nåd och kunskap om vår Herre och Frälsare Jesus Kristus.” (2 Petrusbrevet 3:18)

Frälsning genom nåden

På grund av fallet kommer alla att uppleva den timliga döden. Genom nåden, som ges oss genom Frälsarens försörjningsoffer, kommer alla människor att uppstå och få odödlighet. (Se 2 Nephi 9:6–13.) Men enbart uppståndelsen garanterar inte evigt liv i Guds närhet. Våra synder gör oss orena och oförmögna att vistas i Guds närhet, och vi behöver hans nåd för att rena och fullkomna oss "trots allt vad vi förmå göra". (2 Nephi 25:23)

Orden "trots allt vad vi förmå göra" lär oss att arbete behövs från vår sida för att vi ska kunna få fullheten av Herrens nåd och göras värdiga att vistas med honom. Herren har befallt oss att lyda hans evangelium, vilket betyder att vi måste ha tro på honom, omvända oss från våra synder, döpa oss, erhålla den Helige Andens gåva och hålla ut intill änden. (Se Johannes 3:3–5; 3 Nephi 27:16–20; trosartikel 3–4.) Profeten Moroni skrev om nåden vi får när vi kommer till Frälsaren och åtlöder hans lära:

"Kommen till Kristus och varden fullkomnade i honom och förneken eder all ogudaktighet, och om I förneken eder all ogudaktighet och älsken Gud av all eder makt, själ och styrka, då är hans nåd eder nog, så att I genom hans nåd kunnen bli fullkomliga i Kristus, och om I genom Guds nåd ären fullkomliga i Kristus, kunnen I på intet sätt förneka Guds kraft.

Och åter, om I genom Guds nåd ären fullkomliga i Kristus och icke förneken hans kraft, då ären I helgade i Kristus genom Guds nåd förmedelst Kristi blods utgjutelse, vilken i Faderns förbund skedde till edra synders förlåtelse, så att I kunnen bli heliga och obefläckade." (Moroni 10:32–33)

Att erhålla nåden genom hela livet

Förutom att du behöver nåden för din slutliga frälsnings skull, behöver du denna stärkande kraft varje dag i livet. Då du kommer närmare din himmelske Fader i flit, ödmjukhet

och saktmod, lyfter och stärker han dig genom sin nåd. (Se Ordspråksboken 3:34; 1 Petrusbrevet 5:5; L&F 88:78; 106:7–8.) Förtröstan på hans nåd gör det möjligt för dig att gå framåt och tillväxa i rättfärdighet. Jesus själv "mottog icke fullheten först utan gick från nåd till nåd, till dess han fått fullheten". (L&F 93:13) Nåden gör att du kan hjälpa till att bygga Guds rike, ett tjänande som du inte kan utföra enbart av egen kraft eller förmåga. (Se Johannes 15:5; Filipperbrevet 4:13; Hebreerbrevet 12:28; MB Jakob 4:6–7.)

Om du någonsin blir modfärdig eller känner dig för svag att fortsätta leva efter evangeliet, så kom ihåg den styrka du kan få genom nådens uppbyggande makt. Du kan finna tröst och trygghet i Herrens ord: "Min nåd är tillräcklig för alla människor, om de ödmjuka sig för mig, ty om de ödmjuka sig för mig och hava tro på mig, vill jag göra det svaga starkt för dem." (Ether 12:27)

Ytterligare hänvisningar: Apostlagärningarna 15:11; Romarbrevet 5:2; 2 Nephi 10:24; 11:5

Se även Försoning, Jesu Kristi; Frälsning; Uppståndelsen

Offer, uppoffringar

Att uppoffra är att ge upp något vi värdesätter för något av större värde. Som medlemmar i kyrkan har vi tillfälle att uppoffra världsliga ting för Herren och hans rike. Medlemmar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga bör vara villiga att göra alla uppoffringar som Herren kräver. Om vi inte behövde göra uppoffringar, skulle vi aldrig kunna utveckla den tro som behövs för att nå evig frälsning.

Jesu Kristi försoning är det stora och eviga offer som är evangeliets kärna. (Se Alma 34:8–16.) Innan Frälsaren genomförde försoningen offrade hans förbundsfolk djur som symbol på hans offer. Denna sed hjälpte dem se framåt mot försoningen. (Se Moses 5:4–8.) Befallningen att offra djur

upphörde i och med Jesu Kristi död. I kyrkan i dag tar vi sakramentet till minne av Frälsarens försoningsoffer.

Förutom att minnas Jesu Kristi försoningsoffer, ska vi frambära vårt eget offer: ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande. Frälsaren sade: "I skolen icke mera offera åt mig medelst blodsutgjutelse, utan edra offer och brännoffer skola vara avskaffade ... I skolen offera ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande till offer åt mig. Den som kommer till mig med ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande, skall jag döpa med eld och den Helige Anden." (3 Nephi 9:19–20)

Att ha ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande är att vara ödmjuk och mottaglig för Guds vilja och för råd från dem som han kallat att leda hans kyrka. Det betyder också att känna djup sorg för synden och en uppriktig vilja att omvända sig. Profeten Lehi betonade vikten av att frambära detta offer: "Se, [Kristus] offerar sig, ett offer för synd för att fullborda lagen för alla dem som hava ett förkrossat hjärta och en ångerfull ande, och för ingen annan kan lagen fullbordas." (2 Nephi 2:7) Om vi inte ger ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande som offer, kan vi inte helt och fullt ta emot de välsignelser som kommer genom försoningen.

Om du är villig till offer så som Herren befallt, tas du emot av honom. Han lärde: "Alla ... som veta att deras hjärtan äro uppriktiga och förkrossade och deras ande bedrövad och äro villiga att hålla sina förbund genom uppoffringar, ja, sådana uppoffringar som jag, Herren, fordrar, dem skall jag mottaga." (L&F 97:8) Med ett evigt perspektiv kan du se att det faktiskt inte är någon uppoffring alls att avstå från det som hör världen till. De välsignelser du får är större än något du avstår från.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 19:16–22; L&F 59:8

Se även Försoning, Jesu Kristi; Kärlek; Lydnad; Omvändelse; Sakramentet; Tjänande

Områdesauktoritetssjuttio (Se Kyrkans ledning)

Omvändelse

Omvändelse är en av evangeliets första principer. (Se trosartikel 4.) Den är väsentlig för din lycka i detta liv och i evigheten. Omvändelse är mycket mer än att erkänna att man gjort fel. Den innebär en sinnets och hjärtats förändring som ger dig en ny syn på Gud, på dig själv och på världen. Den innefattar att vända sig från synden och vända sig mot Gud för att be om förlåtelse. Den motiveras av kärlek till Gud och en uppriktig önskan att lyda hans bud.

Behovet av omvändelse

Herren har förkunnat att "intet orent kan ärva himmelriket". (Alma 11:37) Dina synder gör dig oren — ovärdig att återvända och vistas i din himmelske Faders närhet. De medför också vända i din själ i detta liv.

Genom Jesu Kristi försoning har vår himmelske Fader gett dig det enda sättet att bli förlåten för dina synder. (Se "Förlåtelse" s 52–53.) Jesus Kristus led straffet för dina synder så att du kan bli förlåten om du uppriktigt omvänder dig. När du omvänder dig och litar till hans frälsande nåd, blir du renad från synden. Han förkunnade:

"[Jag] befaller ... dig att omvända dig. Omvänd dig så att jag icke skall slå dig med min muns stav och med min vrede och harm och dina lidanden bliva svåra — hur svåra vet du ej, och hur outhärdliga vet du ej, ja, huru svåra att bära vet du ej.

Ty se, jag, Gud, har lidit detta för alla, på det att de som omvända sig icke måtte lida, men om de icke vilja omvända sig, måste de lida som jag.

Detta lidande gjorde, att jag, Gud, den störste av alla, skalv av smärta och blödde ur varje por samt led till både kropp och själ och önskade, att jag icke skulle få tömma den bittra kalken och rygga.

Dock, ära vare Fadern! Jag tömde den och fullbordade mina förberedelser för människornas barn." (L&F 19:15–19)

Faran i att skjuta upp sin omvändelse

Bortförklara inte dina synder, och skjut inte upp omvändelsen. Amulek sade: "Detta liv är tiden, då människorna måste bereda sig att möta Gud, ja se, detta livets dag är dagen, på vilken människorna skola utföra sina arbeten ... [Jag] beder ... eder, att I icke uppskjuten eder bättringsdag ända till det sista. Denna vårt livs dag är oss nämligen given som förberedelse för evigheten, och se, om vi icke begagna tiden medan vi äro här i livet, se, då kommer mörkrets natt och intet arbete kan utföras." (Alma 34:32–33)

Omvändelsens steg

Omvändelsen är en smärtsam process, men den leder till förlåtelse och bestående frid. Genom Jesaja sade Herren: "Om era synder än är blodröda, skall de bli snövita, om de än är röda som scharlakan, skall de bli vita som ull." (Jesaja 1:18) I vår tid har Herren lovat: "Se, den som omvänder sig från sina synder får förlåtelse, och jag, Herren, kommer icke ihåg dem mera." (L&F 58:42) Omvändelsen omfattar följande delar:

Tro på din himmelske Fader och Jesus Kristus. Syndens makt är stor. För att bli fri från den, måste du vända dig till din himmelske Fader och be i tro. Satan kan försöka övertyga dig om att du inte är värdig att be — att din himmelske Fader är så missnöjd med dig att han inte längre lyssnar på dina böner. Detta är lögn. Din Fader i himlen är alltid redo att hjälpa dig om du kommer till honom med ångerfullt hjärta. Han har makt att bota dig och hjälpa dig besegra synden.

Omvändelse är en handling av tro på Jesus Kristus — ett erkännande av kraften i hans försoning. Kom ihåg att du kan bli förlåten endast på hans villkor. När du tacksamt erkänner hans försoning och hans makt att rena dig från synd, kan du "utöva tro till omvändelse". (Alma 34:17)

Sorg över synden. För att bli förlåten, måste du först erkänna inom dig att du har syndat. Om du strävar att leva

efter evangeliet leder detta erkännande till "en sorg efter Guds vilja ... som leder till frälsning". (2 Korintierbrevet 7:10) En sorg efter Guds vilja kommer inte på grund av syndens naturliga följder eller av rädsla för straff. I stället kommer den av kunskapen att du svikit din himmelske Fader och din Frälsare. När du upplever en sorg efter Guds vilja, får du en uppriktig önskan om förändring och en villighet att göra allt för att bli förlåten.

Bekännelse. "Den som döljer sina överträdelser går det ej väl, den som bekänner och överger dem får barmhärtighet." (Ordspråksboken 28:13) En villighet att helt och fullt berätta för Fadern allt du gjort är väsentlig för förlåtelse. Knäböj inför honom i ödmjuk bön och känns vid dina synder. Bekänn din skam och din skuld och vädja sedan om hjälp.

Allvarliga överträdelser, till exempel överträdelse av kyskhetslagen, kan äventyra ditt medlemskap i kyrkan. Därför behöver du bekänna sådana synder för både Herren och hans representanter i kyrkan. Detta sker under biskopens eller grenspresidentens vård och kanske stavs- eller missionspresidenten, vilka är väktare och domare i kyrkan. Endast Herren kan förlåta synder, men dessa prästadömsledare spelar en viktig roll i omvändelseprocessen. De håller din bekännelse konfidentiell och hjälper dig genom hela omvändelseprocessen. Var fullständigt ärlig mot dem. Om din bekännelse är ofullständig och du bara nämner mindre misstag, kan du inte klara upp en allvarlig överträdelse som du inte nämnt. Ju förr du påbörjar den här processen, desto tidigare kan du finna den frid och glädje som följer på förlåtelsens under.

Överge synden. Bekännelsen är en väsentlig del av omvändelsen, men den räcker inte. Herren har sagt: "Av följande kunnen I veta, om en människa omvänder sig från sina synder: Se, hon bekänner dem och övergiver dem." (L&F 58:43)

Fatta ett oryggligt, bestående beslut att du aldrig ska upprepa överträdelsen. När du håller det löftet, behöver du aldrig uppleva den syndens smärta igen.

Omvändelse

Fly genast från varje farlig situation. Om en viss situation får dig att synda eller kan få dig att synda, så gå därifrån. Man kan inte dröja kvar i frestelsen och vänta sig att kunna övervinna synden.

Återställelse. Du måste så gott det går återställa allt som skadats genom dina handlingar, vare sig det är någons ägodelar eller någons goda rykte. Genom villig återställelse visar du Herren att du gör allt du kan för att omvända dig.

Lev rättfärdigt. Det räcker inte att bara försöka stå emot det onda eller ta bort synden ur ditt liv. Du måste fylla ditt liv med rättfärdighet och ägna dig åt sådant som ger andlig kraft. Fördjupa dig i skrifterna. Be dagligen Herren att ge dig styrka utöver din egen. Ibland kan du fasta för att få vissa välsignelser.

Fullständig lydnad för in evangeliets hela kraft i ditt liv, vilket innebär ökad styrka att övervinna dina svagheter. Denna lydnad innefattar handlingar som man inte i första hand ser som delar av omvändelsen, såsom att gå på möten, betala tionde, tjäna andra och förlåta andra. Herren lovade: "Den, som omvänder sig och håller Herrens bud, [skall] få förlåtelse." (L&F 1:32)

Ytterligare hänvisningar: Lukas 15:11–32; 2 Nephi 9:19–24; Mosiah 4:1–3, 10–13; 26:30–31; L&F 18:10–16

Se även Dopet; Förlåtelse; Försoning, Jesu Kristi; Frälsningsplanen; Frestelser; Kyrkans disciplinråd; Synd; Tro;

Sann omvändelse

"Köttets sinne är död", förkunnade aposteln Paulus, "men Andens sinne är liv och frid". (Romarbrevet 8:6, se även 2 Nephi 9:39.) I vårt fallna tillstånd kämpar vi ofta med frestelser, och ibland ger vi efter för "[köttet och] det onda, som däruti är". (2 Nephi 2:29; se även "Fallet", s 31–34 i denna bok.) För att kunna få det eviga livets välsignelse behöver vi

vara "andligt sinnade" och besegra våra orättfärdiga begär. Vi behöver förändra oss. Vi behöver, rättare sagt, *förändras* genom Frälsarens försonings kraft och genom den Helige Andens kraft.

Sann omvändelse innefattar beteendeförändring, men går utöver beteendet. Det är en förändring i vår själva natur. Det är en så betydelsefull förändring att Herren och hans profeter kallar det en pånyttfödelse, en hjärtats förvandling och ett dop i eld. Herren har sagt:

"Förundra dig icke över att hela människosläktet, ja, män och kvinnor, alla nationer, släkten, tungomål och folk måste födas på nytt, ja, måste födas av Gud, förvandlas från sitt köttsliga och fallna tillstånd till ett rättfärdigt tillstånd, ja, måste återlösas av Gud och bli hans söner och döttrar.

Sålunda bli de nya skapelser, och om icke detta sker, kunna de på intet sätt ärva Guds rike." (Mosiah 27:25–26)

Omvändelseprocessen

Sann omvändelse är en process och inte en händelse. Du blir verkligt omvänd som resultat av rättfärdig strävan att följa Frälsaren. Denna strävan innefattar att utöva tro på Jesus Kristus, ångra synden, låta döpa sig, ta emot den Helige Andens gåva samt hålla ut intill slutet i tro.

Även om sann omvändelse är förunderlig och livsavgörande, är den ett tyst under. Änglabesök och andra märkliga händelser åstadkommer inte sann omvändelse. Till och med Alma, som såg en ängel, omvändes först efter att ha "fastat och bätt många dagar" om ett vittnesbörd om sanningen. (Alma 5:46) Och Paulus, som såg den uppståndne Frälsaren, lärde att "ingen kan säga 'Jesus är Herren' annat än i kraft av den helige Ande". (1 Korintierbrevet 12:3)

Eftersom omvändelse är en stillsam, pågående process kan du vara omvänd nu, utan att inse det. Du kan vara som lamaniterna som "blevo döpta med eld och den Helige Anden, på grund av sin tro på [Kristus], då de blevo omvända, ehuru

de icke visste det". (3 Nephi 9:20) Din fortsatta strävan att utöva tro och följa Frälsaren kommer att leda till en fullständigare omvändelse.

Typiska egenskaper hos den som är omvänd

I Mormons bok beskrivs de människor som omvänt sig till Herren.

De önskar göra gott. Konung Benjamins folk förkunnade: "Den Allsmäktige Herrens Ande, [har] gjort en mäktig förändring i oss, eller i våra hjärtan, så att vi icke mera hava någon benägenhet att göra ont, utan alltid gott." (Mosiah 5:2) Alma talade om människor som inte "kunde ... se på synd utom med avsky". (Alma 13:12)

De gör inte uppror emot Herren. Mormon berättade om en grupp lamaniter som hade varit ogudaktiga och blodtörstiga men som "blevo omvända till Herren". (Alma 23:6) Dessa människor bytte namn till Anti-Nephi-Lehiter och "nedlade vapnen, som de begagnat i sitt upprorstillstånd, så att de icke mera stredo emot Gud, ej heller emot någon av sina bröder". (Alma 23:7)

De sprider evangeliet. Enos, Alma den äldre, Alma den yngre, Mosiahs söner, Amulek och Zeezrom ägnade sig åt att predika evangeliet sedan de omvänts till Herren. (Se Enos 1:26; Mosiah 18:1; Mosiah 27:32–37; Alma 10:1–12; 15:12.)

De är fyllda av kärlek. Sedan den uppståndne Frälsaren besökt folket i Amerika, "var folket i hela landet, både nephiter och lamaniter, omvända till Herren, och det fanns inga tvister eller ordstrider ibland dem, utan alla människor handlade rättvist mot varandra ...

Och det fanns ingen osämja i landet, emedan Guds kärlek bodde i människornas hjärtan.

Ingen avund, intet kiv, inga folkupplopp, ej heller otukt eller lögnery, ej heller mord eller någon slags vällust förekom.

Det kunde i sanning intet lyckligare folk finnas ibland alla de folk, som blivit skapade av Guds hand.

Det fanns inga rövare, ej heller mördare, ej heller fanns det lamaniter eller något annat slags -iter, utan de voro alla ett: Kristi barn, och arvingar till Guds rike." (4 Nephi 1:2, 15–17)

Strävan efter en fullständigare omvändelse

Du har själv främsta ansvaret för din egen omvändelse. Ingen kan omvändas åt dig, och ingen kan tvinga dig att omvända dig. Men andra kan hjälpa dig i omvändelseprocessen. Lär av föredömen bland släktingar, kyrkans ledare och lärare samt män och kvinnor i skrifterna.

Din förmåga att uppleva en mäktig förändring i hjärtat ökar när du strävar att följa Frälsarens fullkomliga föredöme. Studera skrifterna, be i tro, håll buden och sök den Helige Anden som ständigt sällskap. Medan du fortsätter i omvändelseprocessen kan du "fröjda dig med stor glädje" som konung Benjamins folk gjorde när Anden "gjort en mäktig förändring i [deras] hjärtan". (Se Mosiah 5:2, 4.) Du kan då följa konung Benjamins råd att "förbli ståendaktig och orubblig, alltid överflödande av goda gärningar, på det Kristus, Herren Gud Allsmäktig, måtte sätta sitt insegel på dig, så att I kunna komma till himmelen och hava evig frälsning och evigt liv". (Se Mosiah 5:15.)

Ytterligare hänvisningar: Matteus 18:3; Lukas 22:32; Alma 5:7–14

Se även Dopet; Försoning, Jesu Kristi; Frälsning; Helige Anden, den

Otukt (Se Kyskhet)

Paradiset

I skrifterna används ordet *paradis* i olika betydelser. För det första avser ordet en fridens och lyckans plats i andevärlden efter döden, avsedd för dem som blivit döpta och förblivit

trofasta. (Se Alma 40:12; Moroni 10:34.) De som är i andefängelset har tillfälle att lära Jesu Kristi evangelium, omvända sig från sina synder och ta emot förrättningarna dop och konfirmation genom det arbete vi utför i templen. (Se L&F 138:30–35.) När de gjort det, kan de inträda i paradiset.

En annan användning av ordet *paradis* finns i Lukas berättelse om Frälsarens korsfästelse. När Jesus hängde på korset, sade en brottsling som också korsfästes: "Jesus, tänk på mig, när du kommer till ditt rike." (Lukas 23:42) Enligt Lukas 23:43 svarade Herren: "Amen säger jag dig: I dag skall du vara med mig i paradiset." Profeten Joseph Smith lärde att detta är en felöversättning. Herren sade egentligen att förbrytaren skulle vara med honom i andarnas värld.

Ordet *paradis* återfinns också i Andra Korintierbrevet 12:4, där det troligen syftar på det celestialet. I tionde trosartikeln beskriver ordet *paradisiska* jordens härlighet under tusenårsriket.

Se även Döden, den fysiska; Frälsningsplanen; Uppståndelsen

Patriarkaliska välsignelser

Patriarkaliska välsignelser ges till värdiga medlemmar i kyrkan av ordinerade patriarker. Din patriarkaliska välsignelse anger din släktlinje inom Israels hus och innehåller personlig vägledning från Herren till dig.

När du studerar din patriarkaliska välsignelse och följer den vägledning den innehåller, ger den ledning, tröst och beskydd. Din biskop eller grensresident kan berätta mer om hur du får din patriarkaliska välsignelse.

Tillkännagivande av släktlinje

Din patriarkaliska välsignelse innehåller ett tillkännagivande av din släktlinje och anger att du tillhör Israels hus — är avkomling till Abraham och tillhör en av Jakobs stammar.

Många sista dagars heliga är av Efraims stam, den stam som fått det främsta ansvaret att leda Herrens verk i vår tid.

Eftersom vi alla har många blodslinjer i oss, kan två medlemmar i samma familj förklaras tillhöra olika stammar i Israel.

Det spelar ingen roll om du tillhör Israels hus genom blodsband eller genom adoption. Som medlem i kyrkan räknas du som Abrahams efterkommande och arvinge till alla de löften och välsignelser som ingår i Abrahams förbund. (Se "Abrahams förbund", sidorna 3–4.)

Vad du kan lära av din patriarkaliska välsignelse

När du fått din patriarkaliska välsignelse bör du läsa den ödmjukt, andaktsfullt och ofta. Den är en personlig uppenbarelse från din himmelske Fader, som känner dina starka och svaga sidor och dina eviga möjligheter. Genom din patriarkaliska välsignelse talar han om för dig vad han förväntar sig av dig. Din välsignelse kan innehålla löften, uppmaningar och varningar. Allteftersom tiden går kommer du att märka uppenbarelsens kraft i den.

När du följer råden i din välsignelse, löper du mindre risk att snubbla eller ledas vilse. Om du inte följer råden kan du inte få de utlovade välsignelserna.

Även om din patriarkaliska välsignelse innehåller inspirerade råd och löften, bör du inte vänta dig att den ska besvara alla dina frågor eller i detalj förutsäga vad som ska hända i ditt liv. Om välsignelsen inte nämner en viktig händelse, till exempel heltidsmission eller giftermål, bör du inte anta att du inte kommer att få den möjligheten.

Likaså bör du inte anta att allt som nämns i din patriarkaliska välsignelse kommer att besannas i det här livet. En patriarkalisk välsignelse är evig, och dess löften kan sträcka sig in i evigheten. Du kan vara övertygad om att alla löften kommer att uppfyllas i Herrens egen tid, om du är värdig. De som inte förverkligas i detta liv kommer att uppfyllas i nästa.

Personlig uppenbarelse

Din patriarkaliska välsignelse är helig och personlig. Du kan dela den med din egen familj, men du bör inte läsa den högt offentligt eller låta andra läsa eller tolka den. Inte ens din egen patriark eller biskop eller grensresident bör tolka den.

Göm i ditt hjärta de dyrbara orden i din patriarkaliska välsignelse. Begrunda dem och lev så att du är värdig de utlovade välsignelserna i detta liv och i det kommande.

Personlig uppenbarelse (Se Uppenbarelse)

Piercing

Nutida profeter avråder starkt från piercing, utom i medicinskt syfte. Om flickor och kvinnor önskar göra hål i öronen, uppmanas de att ha bara ett par små örhängen.

De som väljer att nonchalera detta råd visar brist på respekt för sig själva och för Gud. De kommer en dag att ångra sitt beslut.

Aposteln Paulus undervisade om vår kropps betydelse och om faran i att avsiktligt besudla den: "Vet ni inte att ni är ett Guds tempel och att Guds ande bor i er? Om någon fördärvar Guds tempel, skall Gud fördärva honom. Ty Guds tempel är heligt, och det templet är ni." (1 Korintierbrevet 3:16–17)

Se även Anständighet; Tatueringar

Pornografi

Pornografi är allt material som avbildar eller beskriver den mänskliga kroppen eller sexuella handlingar på ett sätt som väcker sexuella känslor. Den sprids på många olika sätt, bland annat tidningar, böcker, teve, film, musik och Internet. Den är lika skadlig för anden som tobak, alkohol och droger är för kroppen. All användning av pornografi innebär överträdelse av Guds bud: "Du skall icke ... begå äktenskapsbrott, ej heller ... göra något som är detta likt." (L&F 59:6) Det kan leda till andra allvarliga synder. Kyrkans medlemmar bör undvika

pornografi i alla former och motarbeta dess framställande, distribution och användning.

Pornografi är tragiskt vanebildande. Liksom med andra beroenden leder den människor att experimentera och söka allt starkare stimulans. Om du experimenterar med den och låter dig fångas i dess garn, kan den förgöra dig och dra ner sinne, hjärta och ande. Den berövar dig självrespekten och känslan för det vackra i livet. Den kan dra dig neråt och leda till onda tankar och kanske onda handlingar. Den kan orsaka fruktansvärd skada på din relation till din familj.

På grund av pornografins vanebildande natur och den skada den kan åstadkomma på kropp och ande, har Guds tjänare gång på gång manat oss att undvika sådant. Om du fångats i pornografins fälla, så upphör genast och sök hjälp. Genom omvändelse kan du få förlåtelse och finna hopp i evangeliet. Gå till din biskop eller grenspresident och sök råd om hur du ska övervinna dina problem, och sök bli helad genom Jesu Kristi försoning. Be Herren om styrka att övervinna detta hemska beroende.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 5:27–28; Romarbrevet 6:12; Alma 39:9; L&F 42:23

Se även Kyskhet; Frestelse

Profeter

Som medlemmar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga har vi förmånen att ledas av levande profeter — inspirerade män kallade att tala för Herren liksom Mose, Jesaja, Petrus, Paulus, Nephi, Mormon och andra profeter i skrifterna. Vi stödjer kyrkans president som profet, siare och uppenbarare — den ende på jorden som får uppenbarelser till ledning för hela kyrkan. Vi stödjer också rådgivarna i första presidentskapet och medlemmarna i de tolv apostlarnas kvorum som profeter, siare och uppenbarare.

Profetia

Liksom de forna profeterna vittnar dagens profeter om Jesus Kristus och undervisar om hans evangelium. De ger tillkänna Guds vilja och sanna väsen. De talar med djärvhet och skärpa; de fördömer synden och varnar för dess följder. Ibland kan de inspireras att profetera om framtida händelser till vår nytta.

Du kan alltid lita på de levande profeterna. Deras undervisning återger Herrens vilja, vilken förkunnade: "Vad jag, Herren, har talat, det har jag talat, och jag ursäktar mig icke. Och ehuru himlarna och jorden förgås, skola mina ord dock icke förgås utan skola alla fullbordas, vare sig de hava talats med min egen röst eller med mina tjänares, ty det är det samma." (L&F 1:38)

Din största trygghet ligger i att strikt följa Herrens ord givet genom hans profeter, särskilt den nuvarande presidenten för kyrkan. Herren säger att de som bortser från de levande profeternas ord ska falla. (Se L&F 1:14–16.) Han lovar stora välsignelser till dem som följer kyrkans president:

Du skall "giva akt på alla hans ord och bud, som han skall giva dig såsom han mottager dem, och vandra i all helighet inför mig,

ty hans ord skolen I taga emot som från min egen mun, i all tålmod och tro.

Ty om I gören dessa ting, skola helvetets portar icke bliva eder övermäktiga, ja, Herren Gud skall skingra mörkrets makter för eder och låta himlarna bäva för edert goda och sitt namns ära." (L&F 21:4–6)

Ytterligare hänvisningar: 2 Krönikeboken 20:20; Amos 3:7; Efesierbrevet 2:19–20; 1 Nephi 22:1–2; Mosiah 13:33–35; L&F 107:91–92; trosartikel 6

Profetia (Se Uppenbarelse; Andliga gåvor)

Präst (Se Aronska prästadömet; Kyrkans ledning; Prästadömet)

Prästadömet

Prästadömet är Guds eviga makt och auktoritet. Genom prästadömet skapade Gud och råder Gud över himlarna och jorden. Genom denna makt återlöser och upphöjer han sina barn, åvägabringar "odödlighet och evigt liv för människan". (Moses 1:39)

Prästadömet's myndighet given till människor på jorden

Gud ger prästadömet's myndighet till värdiga manliga medlemmar i kyrkan så att de kan handla i hans namn för hans barns frälsning. Prästadömsbärare kan ges myndighet att förkunna evangeliet, betjäna i de frälsande förrättningarna och styra Guds rike på jorden.

Manliga medlemmar i kyrkan börjar verka inom prästadömet när de når tolv års ålder. De börjar med att bära aronska prästadömet och kan senare bli behöriga att få melkisedekska prästadömet. Under olika delar av sitt liv och medan de förbereder sig för olika plikter, bär de olika ämbeten inom prästadömet, till exempel diakon, lärare eller präst inom aronska prästadömet samt äldste eller högpräst inom melkisedekska prästadömet. (Mer om aronska respektive melkisedekska prästadömet finns på s 10–11 och 99–100.)

För att en manlig medlem i kyrkan ska få bära prästadömet, måste en bemyndigad prästadömsbärare förläna honom det och ordinera honom till ett ämbete inom det prästadömet. (Se Hebreerbrevet 5:4; L&F 42:11; trosartikel 5)

Prästadömet's myndighet förlänas endast värdiga manliga medlemmar, men prästadömet's välsignelser är tillgängliga för alla — män, kvinnor och barn. Vi drar alla nytta av inflytandet från rättfärdigt ledarskap inom prästadömet, och vi har alla förmånen att ta emot prästadömet's frälsande förrättningar.

Prästadömet och familjen

Det viktigaste utövandet av prästadömet sker i familjen. Varje make och far i kyrkan bör sträva efter att vara värdig att bära melkisedekska prästadömet. Med hustrun som jämställd partner presiderar han i rättfärdighet och kärlek och verkar som familjens andlige ledare. Han leder familjen i regelbunden bön, skriftstudier och familjens hemafton. Han samarbetar med sin hustru för att undervisa barnen och hjälpa dem bereda sig för att ta emot frälsningens förrättningar. (Se L&F 68:25–28.) Han ger prästadömsvälsignelser till ledning, helande och tröst.

Många medlemmar har inte en trofast bärare av melkisedekska prästadömet i sitt hem. Men genom hemlärare och prästadömsledare kan alla medlemmar i kyrkan åtnjuta välsignelsen av prästadömets kraft i sitt liv.

Prästadömskvorum

Ett prästadömskvorum är en organiserad grupp bröder som har samma ämbete inom prästadömet. De främsta syftena med ett kvorum är att tjäna andra, stärka enigheten och broderskapet samt undervisa varandra om lärdomar, principer och plikter.

Sådana kvorum finns på alla nivåer av kyrkans organisation. Kyrkans president och hans två rådgivare utgör första presidentskapets kvorum. De tolv apostlarna utgör också ett kvorum. Sjuttio, både generalauktoriteter och områdesauktoriteter, är organiserade i kvorum. Varje stavspresident presiderar över ett kvorum av högpräster, bestående av samtliga högpräster i staven. Varje församling har normalt kvorum av äldster, präster, lärare och diakoner. Högpräster inom varje församling är också organiserade i högprästgrupper.

Hemundervisning

Från den tid när en prästadömsbärare ordineras till en lärares ämbete, har han möjligheten och ansvaret att verka som hemlärare. På det sättet arbetar han på att uppfylla sin plikt att "alltid vaka över kyrkan och att vara med dess medlemmar och styrka dem". (L&F 20:53)

Hemlärarna har ett heligt ansvar att vara kyrkans första källa till hjälp för enskilda och familjer. De besöker tilldelade familjer minst en gång i månaden. När de betjänar och besöker tilldelade medlemmar, stödjer de föräldrarna i deras plikter, undervisar varje familjemedlem om evangeliet, vårdar vänskapen och hjälper medlemmarna förbereda sig för att ta emot templets förrättningar och leva så att de är värdiga evangeliets välsignelser.

Ledare i församlingar och grenar tillser att varje familj eller person tilldelas hemlärare. De följer upp hemlärarnas arbete för att hjälpa till att uppfylla varje medlems andliga och timliga behov.

Prästadömet's nycklar

Utövandet av prästadömet's myndighet i kyrkan styrs av dem som har prästadömet's nycklar. (Se L&F 65:2; 124:123.) De som innehar prästadömet's nycklar har rätten att presidera över och leda kyrkan inom sitt område. En biskop har till exempel prästadömet's nycklar med vilka han kan presidera i sin församling. När ett barn i församlingen förbereds för att döpas, måste därför den som ska döpa barnet bemyndigas av biskopen.

Jesus Kristus innehar alla prästadömet's nycklar. Han har gett sina apostlar de nycklar som är nödvändiga för att leda hans kyrka. Enbart den främste aposteln, kyrkans president, får använda (eller ge någon annan auktoritet att använda) dessa nycklar till att leda hela kyrkan. (Se L&F 43:1-4; 81:2; 132:7.)

Kyrkans president delegerar prästadömsnycklar till andra prästadömsledare så att de kan presidera inom sina ansvarsområden. Prästadömsnycklar ges till tempel-, missions-, stavs- och distriktspresidenter, biskopar, grenspresidenter och kvorumpresidenter. En person som verkar i ett av dessa ämbeten innehar nycklarna endast tills han blir avlöst. Rådgivare får inga nycklar, men de får auktoritet och ansvar genom kallelse och uppdrag.

Att utöva prästadömet rättfärdigt

Om du är prästadömsbärare, så kom ihåg att prästadömet bör vara en del av dig, alltid och under alla omständigheter. Det är inte som en rock som du tar på eller av som du vill. En ordination till ett prästadömsämbete är en kallelse till livslångt tjänande, med löftet att Herren ska ge dig förmåga att utföra hans verk om du är trofast.

Du måste vara värdig för att ta emot och utöva prästadömetets makt. De ord du talar och ditt sätt att leva var dag påverkar din förmåga att tjäna. Ditt uppträdande utåt måste vara klanderfritt. Ditt uppträdande i det privata är ännu viktigare. Genom profeten Joseph Smith förkunnade Herren att "prästadömetets rättigheter stå i oupplöslig förbindelse med himmels krafter, och dessa kunna icke kontrolleras eller användas utom genom rättfärdighetens principer". (L&F 121:36) Han varnade dem som bär prästadömet:

"Om vi försöka att skyla våra synder eller tillfredsställa vårt högmod och vår fåfängliga äregirighet, eller vi vilja öva kontroll, herravälde eller tvång över människobarnens själar genom någon grad av orättfärdighet, se, då undandra sig himlarna för oss; Guds Ande bedrövas och när den undandragit sig oss är det slut med den mannens prästadöme eller myndighet. Se, förrän han vet något därom, är han överlämnad åt sig själv." (L&F 121:37-38)

Man kan inte utöva någon makt eller inflytande inom prästadömet utom "genom överbevisning, långmodighet,

mildhet, saktmod och oskrymd kärlek, genom godhet och sann kunskap, som storligen utvidgar själen, utan skrymteri eller svek". Om "den Helige Anden driver" en att tillrättvisa någon, ska man därefter visa "större kärlek mot honom, som du bestraffat, att han icke må hålla dig för fiende, att han må erfara, att din trofasthet är starkare än dödens band". (L&F 121:41–44)

När du utövar prästadömet i rättfärdighet och kärlek, finner du glädje i att tjäna som ett redskap i Herrens hand. Han sade:

"Låt även ditt inre vara fyllt av kärlek till alla människor och isynnerhet till trons egna, och prydd alltid dina tankar med dygd. Då skall du hava ett frimodigt medvetande inför Gud och prästadömet lära skall falla över din själ som himmelens dagg.

Den Helige Anden skall vara din ständige ledsagare och din spira en oföränderlig rättfärdighetens och sanningens spira; ditt herradöme skall vara ett evigt herradöme, och det skall utan tvångsmedel strömma till dig från evighet till evighet." (L&F 121:45–46)

Ytterligare hänvisningar: Johannes 15:16; Apostlagärningarna 8:14–20; Jakobs brev 5:14–15; L&F 13; 20; 84; 107; Joseph Smiths skrifter 2:68–73

Se även Aronska prästadömet; Förrättningar; Kyrkans ledning; Melkisedekska prästadömet; Återställelse, evangeliets

Rådet i himlen (Se Frälsningsplanen)

Rättvisa

Rättvisan är den oföränderliga lag som gör att handlingar medför följder. Tack vare rättvisans lag får du välsignelser när du lyder Guds bud. (Se L&F 130:21–22.) Rättvisans lag kräver också att ett straff utmätts för varje synd du begår. Den kräver att inget orent ska vistas hos Gud. (Se 1 Nephi 10:21.)

Sabbaten

När Frälsaren genomförde försoningen tog han på sig våra synder. Han kunde "fullborda lagen" (2 Nephi 2:7) eftersom han underkastade sig det straff som lagen utkrävde för våra synder. När han gjorde det, "tillfredsställ[de han] rättfärdighetens krav". (Se Mosiah 15:9; Alma 34:14–16.) Eftersom han betalat priset för dina synder behöver du inte lida det straffet, om du omvänder dig. (Se L&F 19:15–20.)

Ytterligare hänvisningar: 2 Nephi 9:26; Alma 42

Se även Barmhärtighet; Försoning, Jesu Kristi; Omvändelse

Sabbaten

Sabbaten är Herrens dag, avskild från resten av veckan för vila och tillbedjan. På Gamla testamentets tid helgade Guds folk sabbaten på veckans sjunde dag, eftersom Gud vilade sig den sjunde dagen när han skapade jorden. Herren betonade betydelsen av att helga sabbaten i de tio budorden:

"Tänk på sabbatsdagen så att du helgar den.

Sex dagar skall du arbeta och uträtta alla dina sysslor.

Men den sjunde dagen är HERRENS, din Guds, sabbat. Då skall du inte utföra något arbete, inte heller din son eller din dotter, din tjänare eller tjänarinna eller din boskap, och inte heller främlingen som bor hos dig inom dina portar.

Ty på sex dagar gjorde HERREN himlen och jorden och havet och allt som är i dem, men på sjunde dagen vilade han. Därför har HERREN välsignat sabbatsdagen och helgat den." (2 Mosebok 20:8–11)

Efter Jesu uppståndelse, som skedde på första veckodagen, började Herrens lärjungar fira sabbaten på veckans första dag, söndagen. (Se Apostlagärningarna 20:7.)

I vår tid har Herren befallt oss att fortsätta fira sabbaten. Han har lovat oss att om vi lyder detta bud, ska vi få "jordens fullhet". (Se L&F 59:16–20.)

Eftersom sabbaten är en helig dag, bör den reserveras för värdiga och heliga aktiviteter. Att avstå från arbete och

rekreation räcker inte. Nej, om vi bara sitter och latar oss och inte gör någonting på sabbaten, så helgar vi den inte. I en uppenbarelse till Joseph Smith 1831, befallde Herren: "På det att du må hålla dig mera fullkomligt obefläckad av världen skall du gå till bönehuset och offra dina sakrament på min heliga dag. Ty detta är visserligen en dag, åtskild åt dig till att vila från ditt arbete och ägna den Allahögste din andakt." (L&F 59:9–10) I enlighet med den uppenbarelsen kommer vi till sakramentsmötet varje vecka. Annan verksamhet på sabbatsdagen kan vara att be, meditera, studera skrifterna och nutida profeters ord, skriva brev till släkt och vänner, läsa god litteratur, besöka sjuka och nödlidande samt besöka andra möten i kyrkan.

Ytterligare hänvisningar: 2 Mosebok 31:16–17; Mosiah 18:23; L&F 59:11–14; 68:29

Se även Sakramentet; Tillbedjan; Vördnad

Sakramentet (Herrens nattvard)

Kvällen före sin korsfästelse hade Jesus Kristus ett möte med sina apostlar och instiftade sakramentet. "Och han tog ett bröd, tackade Gud, bröt det och gav åt dem och sade: 'Detta är min kropp, som utges för er. Gör detta till minne av mig.' På samma sätt tog han bägaren efter måltiden och sade: 'Denna bägare är det nya förbundet i mitt blod, som utgjuts för er.'" (Lukas 22:19–20) Efter sin uppståndelse instiftade han sakramentet bland nephiterna. (Se 3 Nephi 18:1–11.)

I dag tar vi av brödet och vattnet till åminnelse av Jesu Kristi försoningsoffer. Förrättningen är en väsentlig del av vår tillbedjan och andliga utveckling. Ju mer vi begrundar dess betydelse, desto heligare blir den för oss.

Att minnas Frälsaren och hans försoning

Sakramentet ger dig tillfälle att med tacksamhet minnas Guds Sons liv, verksamhet och försoning.

Med det brutna brödet minns vi hans kropp. Du kan tänka på hans fysiska lidande — särskilt hans lidande på korset. Du kan minnas att genom hans barmhärtighet och nåd kommer alla att uppstå och få möjlighet till evigt liv hos Gud.

Med en liten mugg vatten kan du minnas att Frälsaren göt sitt blod i intensiv andlig smärta och vända, med början i Getsemane. Där sade han: "Min själ är djupt bedrövad, ända till döds." (Matteus 26:38) Han underkastade sig Faderns vilja och led mer än vi kan fatta: "Blod [kom] ut ur varje por. Så stort [var] hans lidande för hans folks ondskas och vederstyggligheters skull." (Mosiah 3:7) Du kan minnas att Jesus Kristus, genom att utgjuta sitt blod, frälste dig och alla andra människor från vad skrifterna kallar "arvsynden" — Adams överträdelse. (Moses 6:54) Du kan minnas att han också led för alla vår himmelske Faders barns synder, sorger och smärta, vilket åstadkom syndernas förlåtelse för dem som omvänder sig och lever efter evangeliet. (Se 2 Nephi 9:21–23.)

Förnya förbunden och utlovade välsignelser

När du tar del av sakramentet betygar du för Gud att du ska minnas hans Son, inte bara under den korta tid som sakramentsceremonin varar. Du lovar att alltid minnas honom. Du betygar att du är villig att ta på dig Jesu Kristi namn och att du ska hålla hans bud. När du tar del av sakramentet och ger dessa löften, förnyar du ditt dopförbund. (Se Mosiah 18:8–10; L&F 20:37.)

Du får stora välsignelser när du håller dopförbundet. När du förnyar det, förnyar Herren sitt löfte att förlåta dina synder. Renad från synd, kan du "alltid ... hava hans Ande hos [dig]". (L&F 20:77) Andens ständiga sällskap är en av de största gåvor du kan få under jordelivet. Anden leder dig på rättfärdighetens och fridens vägar och leder dig till evigt liv hos din Fader i himlen och Jesus Kristus.

Värdigt ta del av sakramentet

Som förberedelse för sakramentet varje vecka bör du ta dig tid att rannsaka ditt liv och omvända dig från dina synder. Du behöver inte vara fullkomlig för att ta sakramentet, men du bör ha en anda av ödmjukhet och omvändelse i hjärtat. Varje vecka bör du förbereda dig för denna heliga förrättning med förkrossat hjärta och bedrövad ande. (Se 3 Nephi 9:20.)

Om du nalkas sakramentet med den vördnad och högtidlighet det förtjänar, blir det en möjlighet till självrannsakan, att omvända dig och förnya dina löften varje vecka — en källa till styrka och en ständig påminnelse om Frälsarens försoning.

Ytterligare hänvisningar: 1 Korintierbrevet 11:23–29; Moroni 4–5; L&F 20:75–79; 27:2

Se även Förbund; Försoning, Jesu Kristi

Sakramentsmötet (Se Sabbaten; Sakramentet; Offer)

Samvete

Alla människor föds med förmågan att skilja mellan rätt och fel. Denna förmåga, som kallas samvetet, är en yttring av Kristi ljus. (Se Moroni 7:15–19.)

Ditt samvete är ett försvar för att hjälpa dig hålla dig ifrån sådant som är andligt skadligt. När du lyder buden och fattar rättfärdiga beslut upplever du samvetsfrid.

När du syndar känner du ånger eller skuld, på samma sätt som det gör ont när du blir skadad. Detta är samvetets naturliga reaktion på synden, och den kan leda till omvändelse.

Omvändelse och förlåtelse förnyar samvetsfriden. Om du å andra sidan nonchalerar samvetet och inte omvänder dig, blir samvetet skadat, som om det svedts av glödande järn. (Se 1 Timoteusbrevet 4:2.)

Lär dig följa ditt samvete. Detta är en viktig del av att utöva din fria vilja. Ju mer du följer samvetet, desto starkare blir det. Ett känsligt samvete är ett tecken på en frisk ande.

Ytterligare hänvisningar: Mosiah 4:1–3; L&F 84:45–47

Se även Frestelser; Handlingsfrihet; Kristi ljus; Lydnad

Sanningens ande (*Se Helige Anden, den*)

Satan

Satan kallas även motståndaren eller djävulen och är fiende till rättfärdighet och till dem som söker följa Gud. Han är en Guds andeson som en gång var en ängel "i Guds närhet och hade myndighet". (L&F 76:25; se även Jesaja 14:12; L&F 76:26–27.) Men i rådet i himlen i förutttillvaron gjorde Lucifer, som Satan då kallades, uppror mot vår himmelske Fader och frälsningsplanen. I detta uppror mot Gud, "försökte [Satan] tillintetgöra människans handlingsfrihet". (Moses 4:3) Han sade: "Jag skall ... återlösa hela människosläktet, så att icke en själ skall förloras, och jag skall visserligen göra det; give mig därför din värdighet." (Moses 4:1)

Satan övertalade "tredjedelen av himmelens härskaror" att vända sig från Fadern. (L&F 29:36) Som följd av detta uppror utestängdes Satan och hans efterföljare från Guds närhet och förmenades välsignelsen att få en fysisk kropp. (Se Johannes Uppenbarelse 12:9.) De förmenades också möjligheten att tilldelas ett härlighetsrike.

Vår himmelske Fader tillåter Satan och hans efterföljare att fresta oss som en del av vår upplevelse under jordelivet. (Se 2 Nephi 2:11–14; L&F 29:39.) Eftersom Satan "strävar efter att göra alla människor olyckliga, liksom han själv är", (2 Nephi 2:27) försöker han och hans efterföljare leda oss bort från rättfärdigheten. Han inriktar sina kraftigaste ansträngningar på de viktigaste aspekterna av vår himmelske Faders plan för lycka. Han försöker till exempel nedvärdera

Frälsaren och prästadömet, kasta tvivel över försoningens makt, att förfälska uppenbarelser, att förleda oss bort från sanningen och motsäga det personliga ansvaret. Han försöker underminera familjen genom att skapa förvirring beträffande kön, befrämja sexuella relationer utanför äktenskapet, göra narr av äktenskapet och få gifta par att avstå från barn, par som annars skulle fostra barn i rättfärdighet.

Du behöver inte ge efter för Satans frestelser. Du har inom dig kraften att välja gott framför ont, och du kan alltid söka Herrens hjälp genom bön. (Se "Frestelser", sidorna 41–43.)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 14:12–17; 1 Nephi 15:23–24; 2 Nephi 2:16–18; Moroni 7:12; L&F 10:5; 29:36–40, 46–47; 76:25–29

Se även Frestelser; Handlingsfrihet; Synd

Sexuell omoral (Se Kyskhet)

Sion

I Läran och förbunden finns många ställen där Herren befäller de heliga att "sök[a] frambringa och upprätta Sions sak". (L&F 6:6, se även L&F 11:6; 12:6; 14:6.)

Ordet *Sion* har skiftande innebörder i skrifterna. Den mest allmänna definitionen av ordet är "de renhjärtade". (L&F 97:21) *Sion* används ofta på det sättet i fråga om Herrens folk eller kyrkan och dess stavar. (Se L&F 82:14.)

I denna tidshushållnings första dagar rådde kyrkans ledare medlemmarna att bygga upp Sion genom att emigrera till en central plats. I dag råder kyrkans ledare oss att bygga upp Sion där vi bor. Kyrkans medlemmar ombes stanna kvar i sina hemländer och hjälpa till att etablera kyrkan där. Många tempel byggs så att medlemmar över hela världen kan få del av templets välsignelser.

Ordet *Sion* kan också syfta på vissa geografiska platser enligt följande:

Sjuttio

- Enoks stad. (Se Moses 7:18–21.)
- Den gamla staden Jerusalem. (Se 2 Samuel 5:6–7; 1 Kungaboken 8:1; 2 Kungaboken 9:28.)
- Det nya Jerusalem som ska byggas i Jackson County, Missouri. (Se L&F 45:66–67; 57:1–3; trosartikel 10.)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 2:2–3; 1 Nephi 13:37; L&F 35:24; 39:13; 45:68–71; 59:3–4; 64:41–43; 90:36–37; 97:18–28; 101:16–18; 105:5; 115:5–6; 136:31

Sjuttio (Se Kyrkans ledning)

Sjuttios kворum, de (Se Kyrkans ledning)

Själen

Ordet *själ* används på två sätt i skrifterna. För det första: En ande som är förenad med en fysisk kropp, under jordelivet eller efter uppståndelsen, kallas en själ. (Se L&F 88:15–16.) För det andra: Våra andar kallas ibland själar. (Se Alma 40:15–18; Abraham 3:23.)

Se även Ande; Frälsningsplanen; Uppståndelsen

Skapelsen

Under sin himmelske Faders ledning skapade Jesus Kristus himlarna och jorden. (Se Mosiah 3:8; Moses 2:1.) Genom skrifter som uppenbarats genom profeten Joseph Smith vet vi att Herren i skapelsen formade materia som redan existerade. (Se Abraham 3:24.) Han skapade inte världen "ur ingenting" så som en del människor tror.

Skrifterna lär också att Adam var "den förste av alla människor". (Moses 1:34) Gud skapade Adam och Eva i sin egen och i sin enfödde Sons avbild. (Se Moses 2:26–27.)

Skapelsen är en viktig del av vår himmelske Faders plan för vår frälsning. Den ger oss alla möjlighet att komma till jorden, där vi får en fysisk kropp och utövar vår handlingsfrihet. I gudarnas stora råd i föruttilvaron gjordes följande tillkännagivande: "Vi vilja gå ned, ty det finnes plats där, och vi skola taga av dessa beståndsdelar och dana en jord, på vilken dessa kunna bo. Vi vilja pröva dem med detta för att se, om de vilja göra allt vad Herren, deras Gud, befaller dem." (Abraham 3:24–25)

Du är ett Guds andebarn, och din kropp är skapad till hans avbild. För att visa din tacksamhet för de här välsignelserna kan du ta hand om din kropp genom att följa Visdomsordet och andra bud som gäller din andliga och fysiska hälsa. (Se L&F 89. Se även L&F 88:124.) Du ska också respektera andra som Guds barn.

Som mottagare av hela skapelsens skönhet bör du ta hand om jorden och hjälpa till att bevara den för framtida generationer.

Ytterligare hänvisningar: 1 Mosebok 1–2; Hebreerbrevet 1:1–2; 1 Nephi 17:36; L&F 38:1–3; 59:16–20; Moses 1–3; Abraham 4–5

Se även Frälsningsplanen; Gud Fadern; Jesus Kristus

Skilsmässa

I "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" förkunnar första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum "högtidligen att äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud och att familjen har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga bestämmelse". (Se sidan 35 i denna bok.) Trots dessa sanningar har skilsmässor blivit vanliga i många samhällen och har ökat även bland kyrkans medlemmar. Denna växande farsot är inte av Gud utan är i stället ett verk av den onde.

Varje gift par borde samarbeta för att göra sig värdiga ett evigt äktenskaps välsignelser. Om du är gift och du och din

Skrifterna

maka har svårigheter, så minns att botemedlet mot provningar inom äktenskapet i de flesta fall inte är skilsmässa eller separation. Botemedlet återfinns i Jesu Kristi evangelium — i omvändelse, förlåtelse, redbarhet och kärlek. Det är att behandla din maka som du själv vill bli behandlad. (Se Matteus 7:12.) Medan ni arbetar på att lösa era svårigheter, kan ni tillsammans gå och söka råd av er biskop eller grens-president.

Se även Familjen; Kristlig kärlek; Kärlek; Tempel; Äktenskap

Skrifterna

När heliga gudsmän skriver eller talar genom den Helige Andens kraft, ska deras ord "vara helig skrift, skall vara Herrens vilja, skall vara Herrens sinne, skall vara Herrens ord, skall vara Herrens röst och Guds kraft till frälsning". (L&F 68:4) Kyrkans officiella, erkända skrifter, ofta kallade standardverken, är Bibeln, Mormons bok, Läran och förbunden och Den kostbara pärlan. Dessa heliga skrifter beskrivs på sidorna 135–138.

Vikten av dagliga skriftstudier

Skrifternas huvudsyfte är att vittna om Kristus samt hjälpa oss komma till honom och få evigt liv. (Se Johannes 5:39; 20:31; 1 Nephi 6:4; Mosiah 13:33–35.) Profeten Mormon vittnade:

"Alla som önska det kunna hålla fast vid Guds ord, vilket är levande och kraftigt och sönderhugger all djävulens list och alla hans snaror och ränker, samt leder Kristi efterföljare på en trång och smal väg över eländets eviga avgrund, vilken är redo att uppsluka de onda —

och för deras själar, ja, deras odödliga själar, till Guds högra sida i himmelriket för att sitta ned med Abraham, Isak och Jakob och med alla våra heliga fäder och aldrig mera gå ut därifrån." (Helaman 3:29–30)

Nutida profeter råder oss att studera skrifterna varje dag, både enskilt och med familjen. De uppmuntrar oss, som Nephi uppmuntrade sina bröder, att tillämpa skrifterna på oss själva och se hur dessa heliga forntida uppteckningar kan tillämpas i vårt liv i dag. (Se 1 Nephi 19:23–24.) De uppmanar oss att "forska i Skrifterna" (se Johannes 5:39) och "mätta oss med Kristi ord". (Se 2 Nephi 32:3.)

Du kommer att få stor nytta av att följa detta råd. Dagliga, meningsfulla skriftstudier hjälper dig vara mottaglig för den Helige Andens viskningar. Det bygger upp din tro, förstärker dig mot frestelser och hjälper dig komma närmare din himmelske Fader och hans älskade Son.

Gör en plan för dina personliga skriftstudier. Fundera på att avsätta en viss tid varje dag för att studera skrifterna. Läs under den tiden omsorgsfullt och var uppmärksam på Andens maningar. Be din himmelske Fader hjälpa dig veta vad han vill att du ska lära dig och göra.

Fortsätt läsa skrifterna, särskilt Mormons bok, hela livet. Du kommer att återupptäcka skrifternas skatter gång på gång och finna nya innebörder och tillämpningar när du studerar dem under skilda faser av livet.

Om du är gift, så avsätt tid varje dag till skriftläsning i familjen. Det kan vara besvärligt, men ger underbara eviga följder. Planera med Andens ledning skriftläsning som uppfyller er familjs behov. Var inte rädd för att läsa skrifterna för små barn. Orden i dessa heliga uppteckningar har kraft att beröra även de yngsta.

Bibeln

Bibeln är uppdelad i två delar: Gamla testamentet och Nya testamentet. Gamla testamentet är en helig uppteckning om hur Gud handlat mot sitt förbundsfolk i det heliga landet. Där finns lärdomar från profeter som Mose, Josua, Jesaja, Jeremia och Daniel. I Nya testamentet berättas om Frälsarens

födelse, jordiska verksamhet och försoning. Det avslutas med Frälsarens lärjungars verksamhet.

Eftersom Bibeln översatts många gånger, finns den tryckt i olika versioner. På engelska är kung James version den som kyrkan ser som helig skrift, och på svenska används Folkbibeln.

I Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga vördar vi Bibeln och dess heliga lärdomar. Vi kan få styrka och tröst av Bibelns berättelser om hur Gud handlat mot sitt folk.

Mormons bok: Ännu ett testamente om Jesus Kristus

Mormons bok kom fram i vår tid genom Herrens vilja. Den är en uppteckning om hur Gud handlat mot det folk som levde i det forntida Amerika. Herrens profeter inristade de ursprungliga uppteckningarna på guldplåtar. Herren förkunnade att Mormons bok innehåller "Jesu Kristi evangeliums fullhet". (L&F 20:9; se även L&F 42:12.)

Den 22 september 1827 överlämnade en ängel vid namn Moroni — den siste profeten i Mormons bok — dessa plåtar till profeten Joseph Smith. Genom Guds gåva och kraft översatte profeten Joseph uppteckningen till engelska. Sedan dess har Mormons bok översatts till många andra språk.

Mormons boks huvudsyfte är att övertyga alla människor om "att Jesus är Kristus, den evige Guden, som uppenbarar sig för alla nationer". (Mormons boks titelblad) Den lär att "alla människor måste komma till honom, annars kunna de icke bli frälsta". (1 Nephi 13:40) Joseph Smith sade att Mormons bok är "slutstenen i vår religion, och att en människa genom att lyda dess bud kan komma närmare Gud än genom någon annan bok". (Inledning till Mormons bok)

Mormons bok är ännu ett vittne om de sanningar som lärs i Bibeln. Den återställer också de "tydliga och högst dyrbara" sanningar som förlorats ur Bibeln genom fel i översättningen eller "borttagits" i försök att "förvända Herrens rätta vägar". (Se 1 Nephi 13:24–27, 38–41.) Bibeln och Mormons bok ska

”vara ett ... för att vederlägga falska läror, bilägga strid och stifta frid”. (2 Nephi 3:12)

Nära slutet i Mormons bok lär profeten Moroni oss hur vi kan få veta att boken är sann: ”Jag uppmanar eder, att när I erhållen dessa urkunder, I då frågen Gud, den evige Fadern, i Kristi namn, om dessa uppteckningar icke äro sanna, och om I frågen med ett uppriktigt hjärta och ett verkligt uppsåt samt med tro på Kristus, skall han uppenbara sanningen för eder genom den Helige Andens kraft.” (Moroni 10:4; se även verserna 3 och 5.)

Läran och förbunden

Läran och förbunden innehåller uppenbarelser givna till profeten Joseph Smith. Den innehåller också några uppenbarelser givna till andra nutida profeter. Denna heliga skrift är unik, eftersom den inte är en översättning av forntida dokument. Den är en samling uppenbarelser givna av Herren till hans utvalda profeter i de sista dagarna.

Profeten Joseph Smith sade att Läran och förbunden är ”kyrkans grundval i dessa sista dagar samt som en vinst för världen, emedan den visar, att nycklarna till vår Frälsares rikes hemligheter åter anförtrotts människan”. (Ingressen till L&F 70)

Den kostbara pärlan

Den kostbara pärlan innehåller Moses bok, Abrahams bok, profeten Joseph Smiths inspirerade översättning av Matteus kapitel 24 samt andra skrivelser av Joseph Smith.

Moses bok är ett litet utdrag ur Joseph Smiths inspirerade översättning av Bibeln. Den är en mera fullständig version av Moses skrifter i början av Första Moseboken i Gamla testamentet. Den innehåller många lärosatser och lärdomar som gått förlorade från Bibeln och ger ytterligare kunskap om frälsningsplanen, jordens skapelse och Herrens handlande mot Adam och Enok.

Skulder

Abrahams bok är en översättning av forntida uppteckningar, skrivna på papyrus, som kom i kyrkans ägo 1835. Profeten Joseph Smith översatte dessa uppteckningar genom uppenbarelse. Denna bok innehåller sanningar om rådet i himlen före jordelivet, jordens skapelse, Guds natur och prästadömet.

Joseph Smiths skrifter, kapitel 1 (Joseph Smiths inspiretrade översättning av Matteus kapitel 24) ökar vår kunskap om Frälsarens lära om sin andra ankomst.

Joseph Smiths skrivelser i Den kostbara pärlan omfattar:

- Joseph Smiths skrifter 2, som är ett utdrag ur kyrkans historia, skriven av profeten. Det är en berättelse om de händelser som ledde fram till kyrkans återställelse, däribland den första synen, Moronis besök hos profeten Joseph, hur han fick guldplåtarna och återställelsen av aronska prästadömet.
- Trosartiklarna, som Joseph Smith skrev ner för att sammanfatta kyrkans tro och lära.

Ytterligare hänvisningar: Romarbrevet 15:4; 2 Timoteusbrevet 3:15–17; 2 Nephi 25:26; Alma 17:2–3; 3 Nephi 23:1–5; L&F 18:33–36; trosartikel 8

Se även Profeter; Uppenbarelse; Återställelse, evangeliets

Skulder

Genom profeten Joseph Smith sade Herren en gång till en grupp heliga: "Det är min vilja, att I skolen betala alla edra skulder." (L&F 104:78) Sedan kyrkans första tid har Herrens profeter upprepade gånger uppmanat oss att undvika att bli träl under skulder.

En av de stora farorna med skulder är den ränta som åtföljer dem. Vissa former av kredit, till exempel kreditkort, har särskilt hög ränta. När du en gång är skuldsatt, märker du att räntan är obarmhärtig. Den fortsätter att växa oavsett din situation — vare sig du är anställd eller arbetslös, frisk eller

sjuk. Den försvinner inte förrän skulden är betald. Låt dig inte luras av krediterbudanden, även om de får skulden att se attraktiv ut genom att lova låga räntor och en tids räntefrihet.

Se över din ekonomi. Ta kontroll över dina inköp och undvik skulder så långt som möjligt. I de flesta fall kan du undvika skulder genom att hushålla med resurserna. Om du sätter dig i skuld, till exempel i rimlig omfattning för att köpa en enkel bostad eller fullfölja din utbildning, så betala skulden så snabbt som möjligt så att du blir fri från den. När du har betalat dina skulder och sparat en slant, är du beredd inför de ekonomiska stormar som kan drabba dig. Du har husrum åt din familj och frid i hjärtat.

Ytterligare hänvisningar: Lukas 16:10–11; L&F 19:35

Släktforskning

Den 3 april 1836 uppenbarade sig profeten Elia i templet i Kirtland för profeten Joseph Smith och Oliver Cowdery. Han förlänade dem prästadörets beseglade makt, så att familjer skulle kunna beseglas, generation till generation. Då han förlänade denna makt uppfyllde han profetian att Herren skulle sända honom "för att vända fädernas hjärtan till barnen och barnen till fäderna". (Se L&F 110:14–16; se även Malaki 4:5–6.)

Genom släktforskning kan du delta i den fortlöpande uppfyllelsen av denna profetia. Du kan lära dig mer om dina förfäder och få större kärlek till dem. Du kan bli inspirerad av deras berättelser om mod och tro. Du kan föra arvet från dem vidare till dina barn.

Det här är bestående förmåner som kommer av släktforskning, men de är inte huvudskälen till kyrkans stora arbete med att samla in genealogiska uppteckningar. Allt som kyrkan gör inom släktforskning beror på behovet av att skapa en "sammanbindande kedja ... som ... förenar fäderna och barnen". (L&F 128:18) Denna sammanbindande kedja bildas genom prästadörets kraft, genom heliga tempelförrättningar som vi tar emot å våra förfäders vägnar.

Återlösa de döda

Många av vår himmelske Faders barn har dött utan att ha fått möjlighet att ta emot evangeliets fullhet. I sin barmhärtighet och oändliga kärlek har Herren berett en väg för dem att få ett vittnesbörd om evangeliet och ta emot prästadömet frälsande förrättningar.

I andevärlden blir "[evangeliet] predikat ... för dem som dött i överträdelse utan kunskap om sanningen, eller i sina synder och förkastat profeterna. Dessa [blir] undervisade om tro på Gud, omvändelse från synd, ställföreträdande dop till syndernas förlåtelse, den Helige Andens gåva genom händer påläggning och om alla andra evangeliets principer som det [är] nödvändigt för dem att känna till för att kvalificera sig själva, så att de måtte bli dömda såsom alla människor dömas i köttet, men likväl till anden få leva, såsom Gud lever." (L&F 138:32–34)

Många i andevärlden tar till sig evangeliet. Men de kan inte själva ta emot prästadömet förrättningar, eftersom de inte har fysiska kroppar. I heliga tempel har vi förmånen att ta emot förrättningar å deras vägnar. Dessa förrättningar innefattar dop, konfirmation, ordination till melkisedekska prästadömet (för män), tempelbegåvning, besegling av äktenskap samt besegling av barn till föräldrar. Herren uppenbarade detta verk för profeten Joseph Smith och återställde därmed ett bruk som uppenbarats för de kristna kort efter Jesu Kristi uppståndelse. (Se 1 Korintierbrevet 15:29.)

När du tar emot prästadömet förrättningar till förmån för dem som dött, blir du en frälsare på Sions berg för dem. (Se Obadja 1:21.) Det du gör speglar andan i Frälsarens försoningsoffer — du utför ett frälsande arbete för dem som inte kan göra det för sig själva.

Ditt ansvar för släktforskningen

Inom släktforskningen har du tre grundläggande plikter:

1. Ta emot tempelförrättningarna för egen del och hjälpa dina anhöriga att ta emot dem.
2. Inneha en giltig tempelrekommendation och besöka templet så ofta som möjligt.
3. Samla in släktinformation så att du kan hjälpa dina förfäder ta emot templets välsignelser.

Du kan delta i tempeltjänst och släktforskning, åtminstone i viss utsträckning, oavsett bostadsort eller omständigheter. Du kan troligen inte göra allting, men du kan göra någonting. Följande tankar kan hjälpa dig komma igång:

- Skriv ner viktiga fakta om ditt eget liv. Anteckna födelsedatum och födelseplats samt datum för dop och konfirmation. För dagbok och skriv om viktiga händelser i livet, till exempel personliga upplevelser som kan stärka dina barns och framtida generationers tro.
- Lär dig mer om dina förfäder. Börja med att anteckna fakta ur minnet och efter tillgängliga källor i hemmet. Skriv ner viktig information som du tydligt minns eller kan hitta om syskon, föräldrar, mor- och farbröder, mostrar och fastrar, far- och morföräldrar och så vidare. Du bör om möjligt skaffa kopior på dokument som innehåller denna information. När du samlar in mer information kan du söka på andra platser, till exempel offentliga uppteckningar. Din församling eller gren kan ha en släktforskningshandledare som kan hjälpa dig. Du kan också besöka kyrkans officiella webbplats för släktforskning, www.familysearch.org.
- När du fått fram dina förfäder använder du antavleblad och familjeblad till att skriva ner den information du hittar. De här blanketterna finns tryckta, men finns också i kyrkans egna datorprogram, såsom Personal Ancestral File (PAF).

När du samlat in den information du behöver om de förfäder som dött utan att få del av evangeliet, ser du till att tempelarbete utförs för deras räkning. Om du inte bor så nära ett tempel att du och dina släktingar kan utföra förrättningsarbetet själva, kan du sända in dina förfäders namn till ett tempel så att andra kan utföra arbetet åt dem. Du kanske kan besöka ett släktforskningscenter i närheten eller fråga släktforskningshandledare i församlingen eller grenen för att få reda på hur det går till.

Profeten Joseph Smith förkunnade att det finns "grundsatser med avseende på de döda och de levande, vilka icke kunna förbigås med ringaktning, emedan de höra till vår frälsning, ty deras frälsning är nödvändig och väsentlig för vår frälsning ... De kunna icke fullkomnas utan oss; ej heller kunna vi fullkomnas utan våra döda." (L&F 128:15) Genom att du deltar i släktforskningsarbetet, går du och dina förfäder framåt mot frälsning.

Se även Tempel

Smith, Joseph Jr (*Se* Joseph Smith)

Standardverken (*Se* Skrifterna)

Stav (*Se* Kyrkans ledning)

Styresskick (*Se* Jordiska styresskick och lagar)

Svordomar

När man använder svordomar visar man vanvördnad eller förakt för det som är heligt. Slarvig eller vanvördig användning av något av namnen inom Gudomen är också svordomar. Det innefattar även varje slag av orent eller vulgärt tal eller beteende.

Använd alltid vår himmelske Faders, Jesu Kristi och den Helige Andens namn med vördnad och respekt. Att missbruka

deras namn är en synd. Svordomar, vulgärt eller rått språk och obscena gester liksom omoraliska skämt är stötande för Herren och för andra.

Ett ovårdat språk skadar din ande och drar ner dig. Låt inte andra påverka dig att använda ett rått språk. Använd i stället ett rent språk som är upplyftande och uppbyggande. Välj vänner som använder ett vårdat språk. Var ett föredöme som kan uppmuntra människor omkring dig att använda ett vårdat språk. Om vänner och bekanta använder svordomar, så uppmuntra dem på ett vänligt sätt att välja sina ord. Om de fortsätter, så lämna artigigt sällskapet eller byt ämne.

Om du har lagt dig till med vanan att svära, kan du bryta den. Börja genom att besluta dig för en förändring. Be om hjälp. Om du frestas att använda ett rått språk, så var tyst eller säg det du vill ha sagt på ett annat sätt.

Ytterligare hänvisningar: 3 Mosebok 19:12; L&F 63:60–64

Se även Anständighet; Frestelser

Synd

När vi medvetet bryter mot Guds bud, begår vi en synd. Vi begår också synd när vi inte handlar rättfärdigt trots vår kunskap om sanningen. (Se Jakobs brev 4:17.)

Herren har sagt att han "icke [kan] se på synd med den allra minsta grad av överseende". (L&F 1:31) Syndens följd är att den Helige Anden drar sig undan och att vi i evigheten inte kan vistas i vår himmelske Faders närhet, ty "intet orent kan bo hos Gud". (1 Nephi 10:21)

Vi har alla brutit mot bud eller låtit bli att handla efter vår kunskap om sanningen. Aposteln Johannes lärde: "Om vi säger att vi inte har synd, bedrar vi oss själva och sanningen finns inte i oss. Om vi bekänner våra synder, är [Jesus Kristus] trofast och rättfärdig, så att han förlåter oss våra synder och renar oss från all orättfärdighet." (1 Johannesbrevet 1:8–9)

Söndagen

Genom Jesu Kristi försoning kan vi omvända oss och få våra synders förlåtelse.

Ytterligare hänvisningar: Romarbrevet 3:23; 6:23; Alma 5:41–42; 11:37; Helaman 5:10–11; L&F 82:1–3; 88:34–35

Se även Barmhärtighet; Döden, den andliga; Förlåtelse; Försoning, Jesu Kristi; Frestelser; Lydnad; Omvändelse; Rättvisa

Söndagen (*Se* Sabbaten; Tillbedjan)

Tacksamhet

Herren har lovat: "Den som mottager allt med tacksamhet skall bliva härliggjord." (L&F 78:19) Tacksamhet är en upplyftande, upphöjande inställning. Du vet säkert av egen erfarenhet att du är gladare när du känner tacksamhet. Man kan inte vara bitter, hatisk eller elak när man är tacksam.

Var tacksam för de underbara välsignelser du får. Var tacksam för de oerhörda möjligheter du får. Var tacksam för dina föräldrar. Låt dem veta att du är tacksam. Tacka dina vänner och dina lärare. Visa tacksamhet mot alla som gör dig en tjänst eller hjälper dig på något sätt.

Tacka din himmelske Fader för hans godhet mot dig. Du kan uttrycka din tacksamhet mot Gud genom att erkänna hans hand i allt och tacka honom för allt han ger dig, genom att hålla hans bud och tjäna andra. Tacka honom för hans älskade Son Jesus Kristus. Visa tacksamhet för Frälsarens stora föredöme, för hans lärdomar, för hans uträckta hand som lyfter och hjälper, för hans oändliga försoning.

Tacka Herren för hans återställda kyrka. Tacka honom för allt den ger dig. Tacka honom för vänner och familj. Låt en anda av tacksamhet leda och välsigna dina dagar och nätter. Arbeta på att vara tacksam. Du ska finna att det ger underbara resultat.

Ytterligare hänvisningar: Psaltaren 100:3–4; Lukas 17:11–19; Mosiah 2:19–22; Alma 34:38; L&F 59:7

Tatueringar

Vår tids profeter avråder kraftigt från att tatuera kroppen. De som nonchalerar detta råd visar brist på respekt för sig själva och Gud. Aposteln Paulus undervisade om våra kroppars betydelse och om faran i att avsiktligt vanhelga dem: "Vet ni inte att ni är ett Guds tempel och att Guds Ande bor i er? Om någon fördärvar Guds tempel, skall Gud fördärva honom. Ty Guds tempel är heligt, och det templet är ni." (1 Korintierbrevet 3:16–17)

Om du har en tatuering, så bär du på en ständig påminnelse om ett misstag du begått. Du kanske borde tänka dig att ta bort den.

Se även Piercing

Te (*Se* Visionsordet)

Tecken

Tecken är händelser eller upplevelser som visar Guds makt. De är ofta underverk. De påvisar och tillkännager stora händelser såsom Frälsarens födelse, död och andra ankomst. De påminner oss om förbund Herren slutit med oss. Tecken kan också bära vittne om en gudomlig kallelse eller påvisa Herrens misshag.

En del människor påstår att de skulle tro på Gud eller hans verk om de fick ett tecken. Men Herren har sagt: "Tron kommer ej av tecken, utan tecken åtfölja dem som tro." (L&F 63:9) Sådana tecken ges till dem som är trofasta och lydiga för att stärka dem i deras tro.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 12:38–39; Markus 13:22–27; Lukas 2:8–17; Alma 30:43–52; Helaman 14; 3 Nephi 1:13–21; 8:2–25; Ether 12:6; L&F 63:7–12

Se även Jesu Kristi andra ankomst; Lydnad; Tro

Telestiala riket (Se Härlighetsriken)

Tempel

Templerna är bokstavligen Herrens hus. De är heliga platser för tillbedjan som Herren kan besöka. Bara hemmet kan jämföras med templet i fråga om helighet.

Genom tiderna har Herren befallt sitt folk att bygga tempel. Idag lyder kyrkan Herrens maning att bygga tempel över hela världen så att templets välsignelser blir tillgängliga för fler av vår himmelske Faders barn.

Förrättningar för levande

Templets huvuduppgift är att göra de förrättningar tillgängliga för oss som är nödvändiga för vår upphöjelse i det celestialet riket. Templets förrättningar leder till de största välsignelser som kan fås genom Jesu Kristi försoning. Allt vi gör i kyrkan — våra möten och aktiviteter, vårt missionsarbete, de lektioner vi håller och de psalmer vi sjunger — bör inriktas på Frälsaren och det arbete vi utför i heliga tempel.

En förrättning som sker i templet är begåvningen. Ordet *begåvning* betyder helt enkelt "gåva", och tempelbegåvningen är verkligen en gåva från Gud. Förrättningen består av undervisning och innefattar förbund vi sluter om att leva rättfärdigt enligt evangeliets krav. Begåvningen hjälper oss minnas Frälsaren, hans roll i vår himmelske Faders plan och vårt beslut att följa honom.

En annan av templets förrättningar är celestialet äktenskap, där man och hustru beseglas till varandra för evigheten. En besegling som utförts i templet gäller för evigt, om man och hustru är trogna de förbund de ingår.

Barn som föds till föräldrar som beseglats i templet är födda inom förbundet. Dessa barn ingår automatiskt i en evig familj. Barn som inte är födda inom förbundet kan också ingå i en evig familj så snart deras biologiska föräldrar eller

adoptivföräldrar beseglats till varandra. Besegling av barn till föräldrar förrättas i templet.

Om du tagit emot tempelförrättningar bör du alltid minnas de förbund du ingått. Återvänd till templet så ofta du kan. Om du är far eller mor, så undervisa dina barn om templets betydelse. Hjälp dem förbereda sig att bli värdiga att komma in i templet.

Om du ännu inte tagit emot templets förrättningar, så börja förbereda dig nu. Om du har möjlighet till det bör du besöka templet för att delta i dop och konfirmation för de döda.

Förrättningar för döda

För dem som dött utan viktiga evangelieförrättningar kan dessa utföras genom det arbete som sker i templet. Du kan utföra detta arbete till förmån för dina förfäder och andra som dött. Som ställföreträdare för dem kan du bli döpt och konfirmerad, ta emot begåvningen och delta i besegling av man till hustru och barn till föräldrar.

Du bör aktivt söka efter uppteckningar om dina avlidna förfäder så att tempelarbete kan utföras för dem.

Mer information om tempelarbete för döda och släktforskning finns under "Släktforskning", sidorna 139–142.

Värdighet att komma in i templet

För att få komma in i templet måste du vara värdig. Du intygar din värdighet i två intervjuer — en med en medlem av ditt biskopsråd eller din grensresident, och en med en medlem av stavs- eller missionspresidentskapet. Dina prästadömsledare håller dessa intervjuer enskilt och konfidentiellt. Vid dessa intervjuer ställer prästadömsledaren frågor om dina handlingar och din värdighet. Du tillfrågas om ditt vittnesbörd om din himmelske Fader och Jesu Kristi försoning, och du tillfrågas om du stödjer kyrkans ledare på allmän och

Tempel

lokal nivå. Du ombes att bekräfta att du är moraliskt ren och håller Visdomsordet, betalar fullt tionde, lever i harmoni med kyrkans lära och inte har samröre med eller sympati för avfälliga grupper.

Om du ger godtagbara svar på frågorna i intervjun och om du och dina prästadömsledare är övertygade om att du är värdig att inträda i templet, får du en tempelrekommendation. Du och dina prästadömsledare undertecknar rekommendationen som gör att du får komma in i templet under de kommande två åren, så länge du förblir värdig.

En tempelintervju är ett bra tillfälle för dig att granska din värdighet och ditt livsmönster. Om det är något fel i ditt liv bör du se till att tala med din biskop eller grensresident i god tid före din tempelintervju. Han kan hjälpa dig förbereda dig för att bli värdig en tempelrekommendation.

Tempelklädsel

När du besöker templet bör du ha på dig dina bästa kläder, som när du går i kyrkan. Inne i templet byter du om till templets vita kläder. Ombytet sker i ett omklädningsrum, där du använder ett skåp och ett avskilt omklädningsutrymme. I templet är sedesamhet en viktig regel.

När du hänger in kläderna i skåpet, kan du lämna alla världsliga distraktioner bakom dig. Klädd i vitt kan du känna dig som ett och som likställd med andra i templet, för alla omkring dig är klädda på liknande sätt.

Bärandet av tempelunderkläder

När du tagit emot din begåvning, har du förmånen att bära tempelklädnad hela livet. Du förväntas bära den enligt den undervisning som ges under begåvningen. Kom ihåg att de välsignelser som hör ihop med denna heliga förmån är beroende av din värdighet och trofasthet i att hålla tempelförbunden.

Klädnaden är en ständig påminnelse om de förbund du slutit i templet. Du bör alltid behandla den med respekt. Du bör inte visa den för människor som inte förstår dess betydelse, och du bör inte justera den för att passa olika klädstilar. När du bär den på rätt sätt, ger den skydd mot frestelser och ondska. Att bära klädnaden är ett yttre tecken på din inre villighet att följa Frälsaren.

Välsignelser av att besöka templet.

Förutom att vara en plats där heliga prästadömsförrättningar utförs, är templet en plats för frid och uppenbarelse. När du är bekymrad eller när viktiga beslut tynger ditt sinne, kan du ta dina bekymmer till templet. Där kan du få andlig ledning.

Ibland kan du känna att du inte kan tänka klart eftersom ditt sinne är så tyngt av problem och de många saker som kräver din uppmärksamhet. I templet kan dammet från de här distraktionerna sjunka undan, dimman och töcknet kan lyftas och du kan förstå sådant du inte förstått förut. Du kan finna nya sätt att möta de svårigheter du ställs inför.

Herren välsignar dig när du ägnar dig åt de heliga förrättningarna i templet. Och de välsignelser han ger dig är inte begränsade till den stund du är i templet. Han välsignar dig i alla delar av ditt liv. Ditt arbete i templet stärker och förädlar dig andligen.

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 2:1–3; L&F 88:119; 109–110; 124:39–41

Se även Frälsningsplanen; Förbund; Förrättningar; Släkttforskning; Äktenskap

Tempelklädnad (*Se* Tempel)

Tillbedjan

Att tillbe, eller dyrka, Gud är att ge honom din kärlek, din vördnad, ditt tjänande och din hängivenhet. Herren befälde

Mose: "Tillbed Gud, ty honom allena skall du tjäna." (Moses 1:15) I vår tid har han befallt: "Du skall älska Herren, din Gud, av allt ditt hjärta och all din makt, själ och förmåga, och du skall tjäna honom i Jesu Kristi namn." (L&F 59:5) Om du sätter någon eller något framför kärleken till Gud är detta falsk tillbedjan eller avgudadyrkan. (Se 2 Mosebok 20:3–6.)

Bönen är ett sätt att dyrka Fadern. Alma lärde sin son Helaman: "Anropa Gud om allt vad du behöver, ja, gör alla dina gärningar för Herren, och varhelst du begiver dig, gå med Herren, ja, rikta dina tankar på Herren och giv Herren ditt hjärtas hängivenhet evinnerligen." (Alma 37:36)

Du bör komma till kyrkans möten i en anda av tillbedjan. Herren har befallt: "På det att du må hålla dig mera fullkomligt obefläckad av världen skall du gå till bönehuset och offra dina sakrament på min heliga dag. Ty detta är visserligen en dag, åtskild åt dig till att vila från ditt arbete och ägna den Allrahögste din andakt." (L&F 59:9–10)

Att delta i prästadömsförrättningar är också en del av din tillbedjan. När du vördnadsfullt tar sakramentet och besöker templet, minns du och tillber din himmelske Fader och uttrycker din tacksamhet för hans Son, Jesus Kristus.

Förutom att visa yttre tecken på tillbedjan, bör du ha ditt sinne inställt på tillbedjan var du än är och i allt du gör. Alma lärde denna princip till en grupp människor som drivits bort från sin kyrka. Han hjälpte dem inse att sann gudsdyrkan inte är begränsad till en enda veckodag. (Se Alma 32:11.) Almas kamrat Amulek talade till samma grupp människor och uppmuntrade dem: "Tillbedjen Gud, varhelst I mån vara, i ande och sanning." (Alma 34:38)

Ytterligare hänvisningar: Psaltaren 95:6–7; Mosiah 18:25; Alma 33:2–11; L&F 20:17–19, 29; trosartikel 11

Se även Bönen; Fasta och fasteoffer; Gud Fadern; Kärlek; Sabbaten

Terrestriala riket (Se Härlighetsriken)

Tio budorden, de

De tio budorden är eviga evangelieprinciper som är nödvändiga för vår upphöjelse. Herren uppenbarade dem för Mose i forna tider (se 2 Mosebok 20:1–17) och han har upprepat dem i nutida uppenbarelser. (Se L&F 42:18–29; 59:5–13; 63:61–62.) De tio budorden är en mycket viktig del av evangeliet. Lydnad mot dessa bud jämnar vägen till lydnad mot andra evangelieprinciper.

Följande genomgång av de tio budorden innefattar en kort förklaring om hur de fortsätter äga tillämpning i vårt liv i dag:

1. "Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig." (2 Mosebok 20:3) Vi bör "göra allt med blicken fäst på Guds ära". (L&F 82:19) Vi bör älska och tjäna Herren med allt hjärta och all makt, själ och förmåga. (Se 5 Mosebok 6:5; L&F 59:5.)
2. "Du skall inte göra dig någon bildstod eller någon avbild." (2 Mosebok 20:4) I det här budet fördömer Herren dyrkan av avgudar. Avgudadyrkan kan ta många former. En del människor tillber inte bilder eller statyer, men ersätter i stället den levande Guden med andra avgudar, såsom pengar, materiella ägodelar, idéer eller prestige. I deras liv är "deras skatt ... deras Gud" — en gud som "skall ... förgås med dem". (2 Nephi 9:30)
3. "Du skall inte missbruka HERRENS, din Guds, namn." (2 Mosebok 20:7) En förklaring av detta bud finns under "Svordomar", sidorna 142–143.
4. "Tänk på sabbatsdagen så att du helgar den." (2 Mosebok 20:8) En förklaring av detta bud finns under "Sabbaten", sidorna 126–127.
5. "Hedra din far och din mor." (2 Mosebok 20:12) Det här är ett bud som förblir bindande även sedan vi blivit vuxna. Vi bör alltid finna sätt att hedra våra föräldrar.

6. "Du skall inte mörda." (2 Mosebok 20:13) En förklaring om hur detta bud tillämpas på dem som tvingas gå ut i krig finns under "Krig", sidan 85.
7. "Du skall inte begå äktenskapsbrott." (2 Mosebok 20:14) I sentida uppenbarelser har Herren fördömt inte endast äktenskapsbrott, utan även "något som är detta likt". (L&F 59:6) Otukt, homosexualitet och andra sexuella synder är överträdelser av det sjunde budet. Ytterligare förklaringar finns under "Kyskhet", sidorna 92–97.
8. "Du skall inte stjäla." (2 Mosebok 20:15) Stöld är en form av oärlighet. En förklaring av ärlighet finns på sidorna 182–183.
9. "Du skall inte bära falskt vittnesbörd mot din nästa." (2 Mosebok 20:16) Att bära falskt vittnesbörd är en annan form av oärlighet. En förklaring av ärlighet finns på sidorna 182–183.
10. "Du skall inte ha begär." (2 Mosebok 20:17) Att ha begär eller avundas något som tillhör en annan är skadligt för själen. Det förtär våra tankar och plågar oss med ständig nedslagenhet och otillfredsställelse. Det leder ofta till andra synder och till skuldsättning.

Även om de flesta av de tio budorden nämner sådant vi *inte ska* göra, så avser de också sådant som vi *ska* göra. Frälsaren sammanfattade de tio buden i två principer — kärlek till Gud och kärlek till vår nästa:

"Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och av hela din själ och av hela ditt förstånd.

Detta är det största och främsta budet.

Sedan kommer ett som liknar det: Du skall älska din nästa som dig själv." (Matteus 22:37–39)

Ytterligare hänvisningar: Mosiah 12:33–36; 13:11–24

Se även Ärlighet; Handlingsfrihet; Krig; Kyskhet; Lydnad; Sabbaten; Svordomar; Tillbedjan; Vördnad

Tionde

En välsignelse med medlemskapet i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är förmånen att få betala tionde. Genom att efterleva tiondelagen deltar du i uppbyggandet av Guds rike på jorden.

Definition och avsikt med tiondet

För att betala ett fullt tionde, ger man en tiondel av sin inkomst till Herren genom hans kyrka. Du lämnar in ditt tionde till en medlem av biskopsrådet eller grenspresidentskapet.

Lokala ledare insänder tiondemedlem direkt till kyrkans huvudkontor, där ett råd avgör på vilka sätt dessa heliga medel ska användas. Detta råd består av första presidentskapet, de tolv apostlarnas kворum och presiderande biskopsrådet. De handlar efter uppenbarelse och fattar besluten så som Herren leder dem. (Se L&F 120:1.)

Tiondefonderna används alltid i Herren avsikter — för att bygga och underhålla tempel och möteshus, för att stödja missionsarbetet samt genomföra kyrkans verksamheter över hela världen

Välsignelserna av att betala ett fullt tionde.

Tiondelagen kräver offer, men din lydnad mot lagen medför välsignelser som är långt större än något du avstår från. Profeten Malaki lärde:

”För in allt tionde i förrådshuset, så att det finns mat i mitt hus. Pröva mig nu i detta, säger HERREN Sebaot, om jag inte kommer att öppna för er himlens fönster och låta välsignelse strömma ut över er i rikt mått.” (Malaki 3:10)

Dessa välsignelser kommer till alla som betalar en full tiondel av sin inkomst, även om beloppet är mycket litet. När du lyder denna lag, välsignar Herren dig både andligt och timligt.

Tjänande

Bestäm dig för att betala tionde

Om du ännu inte skaffat dig vanan att betala tionde, kanske det är svårt för dig att tro att du har råd att avstå från en tiondel av din inkomst. Men de som troget betalar tionde upplever att de inte har råd att *inte* betala tionde. På ett mycket påtagligt och underbart sätt öppnas himlens fönster och välsignelser strömmar ut över dem.

Kom ihåg att tiondebetalning inte är så mycket en fråga om pengar som om tro. Lita på Herren. Han gav oss befallningen till vår nytta, och han gav åtföljande löfte. Sök styrka i Nephis tro, vilken sade: "Låtom oss troget utföra Herrens befallningar, ty se, han är mäktigare än hela jorden." (1 Nephi 4:1)

Se även Fasta och fasteoffer

Tjänande

En sann lärjunge till Jesus Kristus önskar tjäna människorna omkring sig. Frälsaren sade: "Om ni har kärlek till varandra, skall alla förstå att ni är mina lärjungar." (Johannes 13:35)

När du döptes slöt du förbund att ta på dig Jesu Kristi namn. Profeten Alma förklarade detta förbund för en grupp nyomvända som ville bli döpta. Han sade att deras önskan att "inkomma i Guds hjord" innefattade en villighet till meningsfullt tjänande — att "bära varandras bördor, på det de må vara lätta", att "sörja med dem som sörja" och "trösta dem som behöva tröst". (Mosiah 18:8–9)

I din strävan att tjäna andra, bör du se Frälsaren som ditt föredöme. Fastän han kom till jorden som Guds Son, tjänade han ödmjukt människorna omkring sig. Han förkunnade: "Jag [är] här mitt ibland er som en tjänare." (Lukas 22:27)

Frälsaren använde en liknelse för att undervisa om vikten av tjänande. I liknelsen återvänder han till jorden i sin härlighet och skiljer de rättfärdiga från de ogudaktiga. Till de rättfärdiga

säger han: "Kom, ni min Faders välsignade, och ta i besittning det rike som stått färdigt åt er från världens begynnelse. Ty jag var hungrig och ni gav mig att äta. Jag var törstig och ni gav mig att dricka. Jag var främling och ni tog emot mig. Jag var naken och ni klädde mig. Jag var sjuk och ni besökte mig. Jag var i fängelse och ni kom till mig." (Matteus 25:34–36)

De rättfärdiga, som är förbryllade över dessa ord, frågar: "Herre, när såg vi dig hungrig och gav dig att äta, eller törstig och gav dig att dricka? Och när såg vi dig vara främling och tog emot dig eller naken och klädde dig? Och när såg vi dig sjuk eller i fängelse och kom till dig?" (Matteus 25:37–39)

Då svarar Herren: "Allt vad ni har gjort för en av dessa mina minsta bröder, det har ni gjort mot mig. (Matteus 25:40)

Frälsaren inbjuder dig att ge av dig själv och tjäna andra. Dina möjligheter till detta är obegränsade. Sök varje dag efter möjligheter att glädja hjärtan, säga vänliga ord, utföra tjänster åt andra som de inte kan göra själva, att sprida evangeliet. Var mottaglig för Andens viskningar, som manar dig att tjäna. Du ska finna att nyckeln till sann glädje är att arbeta för andras glädje.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 22:35–40; 25:41–46; Lukas 10:25–37; Galaterbrevet 5:13–14; Mosiah 2:17

Se även Kristlig kärlek; Kärlek

Tobak (*Se Visdomsordet*)

Tolv apostlarnas kворum, de (*Se Kyrkans ledning*)

Tro

Aposteln Paulus lärde att "tron är en övertygelse om det man hoppas, en visshet om det man inte ser". (Hebreerbrevet 11:1) Alma säger något liknande: "Om I ... haven tro, så haven I hopp om ting, som icke synes men dock äro verkliga." (Alma 32:21)

Tro

Tron är en handlingens och kraftens princip. Du utövar tro när du arbetar mot ett värdigt mål. Du visar din tro på något som du inte kan se.

Tro på Herren Jesus Kristus

För att din tro ska kunna leda dig till frälsning, måste den ha Herren Jesus Kristus i centrum. (Se Apostlagärningarna 4:10–12; Mosiah 3:17; Moroni 7:24–26; trosartikel 4.) Du kan utöva tro på Kristus när du är förvissad om att han finns till, har en rätt uppfattning om hans egenskaper samt vet att du strävar efter att leva enligt hans vilja.

Att ha tro på Jesus Kristus innebär att förtrösta helt på honom — lita på hans oändliga makt, intelligens och kärlek. Det innefattar att tro på hans lärdomar. Det innebär att tro på att även om vi inte förstår allt, så gör han det. Kom ihåg att eftersom han upplevt all din smärta, dina prövningar och svagheter, så vet han hur han ska hjälpa dig höja dig över dina dagliga svårigheter. (Se Alma 7:11–12; L&F 122:8.) Han har "övervunnit världen" (Johannes 16:33) och berett vägen för att du ska kunna få evigt liv. Han är alltid redo att hjälpa dig om du minns hans vädjan: "Vänden alla edra tankar till mig, tvivlen icke, frukten icke." (L&F 6:36)

Att leva genom tro

Tro är mycket mer än att bara passivt anta att något är sant. Du uttrycker din tro genom handling — genom ditt sätt att leva.

Frälsaren lovade: "Om I viljen hava tro på mig, skolen I hava makt att göra vadhelst jag finner vara gagneligt." (Moroni 7:33) Tro på Jesus Kristus kan motivera dig att följa hans fullkomliga föredöme. (Se Johannes 14:12.) Din tro kan leda dig till att göra goda gärningar, lyda buden och omvända dig från dina synder. (Se Jakobs brev 2:18; 1 Nephi 3:7; Alma 34:17.) Din tro kan hjälpa dig övervinna frestelser. Alma rådde

sin son Helaman: "Lär dem att motstå varje djävulens frestelse medelst sin tro på Herren Jesus Kristus." (Alma 37:33)

Herren utför mäktiga under i ditt liv enligt din tro. (Se 2 Nephi 26:13.) Tro på Jesus Kristus läker dina andliga och fysiska sår genom hans försoning. (Se 3 Nephi 9:13–14.) När prövningar kommer kan tron ge dig styrka att gå framåt och modigt möta dina svårigheter. Om också framtiden tycks oviss, kan din tro på Frälsaren ge dig frid. (Se Romarbrevet 5:1; Helaman 5:47.)

Stärk din tro

Tron är en gåva från Gud, men du måste vårda din tro för att hålla den stark. Tron är som en muskel. Om du tränar armmusklerna blir de starka. Om du sätter armen i en mitella och låter den vara, blir de svaga.

Du kan vårda trons gåva genom att be till din himmelske Fader i Jesu Kristi namn. När du uttrycker din tacksamhet till din Fader och vädjar till honom om välsignelser du och andra behöver, kommer du närmare honom. Du kommer närmare Frälsaren, vars försoning gjort det möjligt för dig att vädja om barmhärtighet. (Se Alma 33:11.) Du blir också mottaglig för den Helige Andens stilla ledning.

Du kan stärka din tro genom att hålla buden. Liksom alla välsignelser från Gud erhålls och förstärks tron genom personlig lydnad och rättfärdiga handlingar. Om du vill berika din tro så mycket som möjligt, måste du hålla de förbund du slutit.

Du kan också utveckla din tro genom att studera skrifterna och nutida profeters ord Profeten Alma lärde att Guds ord stärker tron. Han jämförde ordet med ett frö och sade att "önskan att tro" kan leda en till att "ge rum" för ordet att "sås i hjärtat". Då känner du att ordet är gott, för det börjar utvidga din själ och upplysa ditt förstånd. Detta stärker din tro. När du ständigt vårdar ordet i ditt hjärta "med stor flit och med tålamod ... samt skådar framåt till frukten därav, skall det slå rot,

och se, det skall bliva ett träd, som uppväxer till evigt liv".
(Se Alma 32:26–43.)

Ytterligare hänvisningar: Hebreerbrevet 11; Jakobs brev 1:5–6; 2:14–26;
Ether 12:4–27; Moroni 7:20–48; L&F 63:7–11; 90:24

Se även Dopet; Gud Fadern; Jesus Kristus; Omvändelse

Trosartiklarna

Trosartiklarna framlägger 13 grundläggande trossatser bland medlemmarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Profeten Joseph Smith skrev ner dem för första gången i ett brev till John Wentworth, en tidningsredaktör, som svar på Wentworths begäran om att få veta vad kyrkans medlemmar trodde på. De publicerades senare i kyrkans tidningar. De ses nu som helig skrift och är medtagna i Den kostbara pärlan.

Tusenårsriket (millenniet)

Ett millennium är en period på 1000 år. När vi talar om "tusenårsriket", syftar vi på de tusen år som följer Frälsarens andra ankomst. (Se Johannes Uppenbarelse 20:4; L&F 29:11.) Under tusenårsriket kommer "Kristus personligen ... att regera på jorden". (Trosartikel 10)

Tusenårsriket blir en tid av rättfärdighet och frid på jorden. Herren har uppenbarat att "på den dagen skall människans fiendskap och djurens fiendskap, ja, allt kötts fiendskap upphöra". (L&F 101:26; se även Jesaja 11:6–9.) "Satan skall bindas, så att han icke skall hava något rum i människobarnens hjärtan." (L&F 45:55; se även Johannes Uppenbarelse 20:1–3.)

Under tusenårsriket är alla människor på jorden goda och rättvisa, men många har inte tagit emot evangeliets fullhet. Därför kommer kyrkans medlemmar att delta i missionsverksamhet.

Kyrkans medlemmar kommer också att utföra tempeltjänst under tusenårsriket. De heliga kommer att fortsätta

bygga tempel och ta emot förrättningar till förmån för sina avlidna släktingar. Vägleda genom uppenbarelse kommer de att skriva uppteckningar om sina förfäder ända tillbaka till Adam och Eva.

Fullständig rättfärdighet och frid kommer att råda fram till slutet av de tusen åren, när Satan "skall ... bli lössläppt en liten tid för att samla sina härar". Satans härar kommer att kämpa mot himmelens härskaror, vilka ska ledas av Mikael, eller Adam. Satan och hans efterföljare kommer att besegras och för evigt kastas ut. (Se L&F 88:111–115.)

Ytterligare hänvisningar: L&F 45:55–59; 101:22–34; 133:25

Se även Jesu Kristi andra ankomst

Undervisning om evangeliet

Herren förkunnade: "Jag befäller eder, att I skolen undervisa varandra om rikets lära. Lären flitigt så skall min nåd vara med eder, och I skolen bliva mera fullkomligt lärda i evangeliets teori, princip, lära och lag, i allt som tillhör Guds rike och är nyttigt för eder att förstå." (L&F 88:77–78)

Med denna befallning ger Herren oss ett heligt ansvar. Han leder oss också till oräkneliga möjligheter till meningsfullt tjänande. Få upplevelser kan jämföras med glädjen av att hjälpa andra lära och efterleva evangeliet.

Befallningen att undervisa gäller dig, även om du inte just nu är kallad som lärare. Du har undervisningstillfällen i familjen, som hemlärare eller besökslärare, och som medarbetare, granne eller vän. Ibland undervisar du med ord som du förberett. Ibland kan du ta ett oplanerat tillfälle i akt att undervisa om evangeliets sanningar. Oftast undervisar du med ditt exempel.

Undervisa som Frälsaren undervisade

När du undervisar om evangeliet, bör du ha Jesus Kristus som ditt föredöme. Studera berättelser från hans jordiska

verksamhet och sök att undervisa som han. Han visade äkta kärlek till och omsorg om dem han tjänade. Han styrkte den enskilda människan och lärde ut evangelieprinciper på ett sätt som kunde hjälpa människor med deras personliga behov. Han väckte hos några en önskan att förstå och leva efter evangeliet. Ibland ställde han frågor som hjälpte dem tillämpa det de lärt. Han undervisade om evangeliets frälsande sanningar och hjälpte sina hörare förstå vad de behövde veta, göra och vara för att få det eviga livets gåva.

När du följer Frälsarens exempel kan din undervisning ge näring och uppbyggelse till andra, bygga upp deras tro och ge dem styrka att möta livets utmaningar. Det uppmuntrar dem att överge synden och lyda buden. Det hjälper dem komma till Kristus och vila i hans kärlek.

Undervisning genom Anden

Herren sade: "Anden skall givas eder genom trons bön, och om I icke mottagen Anden, skolen I icke undervisa." (L&F 42:14) Anden, den Helige Anden, är en medlem i Gudomen. En av Andens uppgifter är att "uppenbara ... all sanning". (Moroni 10:4–5) Endast genom Andens påverkan kan evangeliets lära bli uppbyggande och inspirerande.

Som evangelielärare har du förmånen att vara ett redskap genom vilket den Helige Anden kan undervisa, vittna, trösta och inspirera. Som profeten Nephi lärde: "När en människa talar genom den Helige Andens kraft, så bringar denna kraft det till människobarnens hjärtan." (2 Nephi 33:1)

Om du förbereder dig andligen, hjälper den Helige Anden dig att veta vad du ska göra och säga när du undervisar. Du kan förbereda dig genom att be ofta, studera skrifterna, leva efter evangeliet och vara ödmjuk.

Undervisningsmetoder

Din undervisning är mest effektiv när du använder flera olika lämpliga metoder. Du kan till exempel använda

berättelser och exempel för att fånga uppmärksamheten och visa hur evangeliets principer kan tillämpas i det dagliga livet. Du kan använda bilder och föremål för att hjälpa andra förstå skrifternas berättelser och evangeliets principer. Genom musik kan du och de du undervisar inbjuda den Helige Andens inflytande och uttrycka känslor som kan vara svåra att uttrycka på annat sätt. Du kan ställa frågor som manar till eftertanke och diskussion och som uppmuntrar deltagarna att berätta om personliga upplevelser. Med enkla aktiviteter kan du fånga elevernas uppmärksamhet.

När du överväger att använda en viss undervisningsmetod, kan du ställa dig följande frågor: Inbjuder den här metoden Andens inflytande? Är den lämplig för de heliga principer jag undervisar om? Kan den uppbygga och stärka dem jag undervisar?

Kom ihåg att du som lärare om evangeliet representerar Herren. Se till att allt du gör och säger är värnadsfullt och i harmoni med hans vilja.

Ytterligare undervisningsförslag finner du i *Undervisning: den högsta kallelsen* (36123.180), *Handledning för undervisning* (34595.180) samt "Evangelieundervisning och ledarskap", del 16 i *Kyrkans instruktionshandbok, bok 2: Prästadömet och biorganisationernas ledare* (35903.180).

Ytterligare hänvisningar: Mosiah 18:19; Alma 1:26; 17:2–3; 31:5; L&F 11:21

Uppenbarelse

Uppenbarelse är kommunikation från Gud till hans barn. Denna vägledning kommer genom olika kanaler alltefter behov och yttre omständigheter hos personer, familjer och kyrkan som helhet.

När Herren uppenbarar sin vilja för kyrkan, talar han genom sin profet. Skrifterna innehåller många sådana uppenbarelsen — Herrens ord genom forna och nutida profeter. I dag fortsätter Herren leda kyrkan genom att uppenbara sin vilja för sina utvalda tjänare.

Profeterna är inte de enda som kan få uppenbarelse. Alltefter din trofasthet kan du få uppenbarelse till hjälp med just dina behov, ansvar och frågor samt för att stärka ditt vittnesbörd.

Förberedelse att ta emot uppenbarelse genom den Helige Anden

I skrifterna berättas om olika slags uppenbarelse, till exempel syner, drömmar och besök av änglar. Genom sådana kanaler har Herren återställt sitt evangelium i de sista dagarna samt uppenbarat sanningar om lärosatser som förut tillvaron, de dödas återlösning och de tre härlighetsrikerna. Men de flesta uppenbarelserna till kyrkans ledare och medlemmar kommer genom den Helige Andens viskningar.

Stilla andliga maningar kanske inte är lika fantastiska som syner eller änglabesök, men de är mäktigare och mer varaktiga och har större inverkan på livet. Den Helige Andens vittnesbörd gör ett intryck på själen som är tydligare än något du kan se eller höra. Genom sådana uppenbarelser får du bestående styrka att förbli evangeliet trogen och hjälpa andra göra detsamma.

Följande råd kan hjälpa dig vara beredd att ta emot maningar från den Helige Anden:

Be om ledning. Herren sade: "Bed och ni skall få, sök och ni skall finna, bulta och dörren skall öppnas för er. Ty var och en som ber, han får, och den som söker, han finner, och för den som bultar skall dörren öppnas." (Matteus 7:7-8) För att finna och ta emot, måste du söka och be. Om du inte bultar — ber till din himmelske Fader om ledning — så öppnas inte uppenbarelsens dörr för dig. Men om du nalkas din Fader i ödmjuk bön, kan du så småningom "få uppenbarelse på uppenbarelse, kunskap på kunskap, att du må lära känna hemligheterna och de fridgivande tingen — det som bringar glädje och evigt liv". (L&F 42:61)

Var vörtnadsfull. Vörtnad är djup respekt och kärlek. När du är vörtnadsfull och fridfull, inbjuder du till uppenbarelse. Också när allt omkring dig är i uppror, kan du ha en vörtnadsfull inställning och vara beredd att ta emot ledning från Herren.

Var ödmjuk. Ödmjukhet är nära förbunden med vörtnad. När du är ödmjuk, erkänner du ditt beroende av Herren. Profeten Mormon lärde: "Till följd av ödmjukhet och mildhet i hjärtat kommer den Helige Andens besök, vilken Hugsvalare fyller människan med hopp och fullkomlig kärlek." (Moroni 8:26)

Håll buden. När du håller buden är du beredd att ta emot, känna igen och följa den Helige Andens maningar. Herren har lovat: "Åt den som håller mina befallningar skall jag uppenbara rikets hemligheter, och dessa skola i honom bliva en källa, uppvällande till evigt liv." (L&F 63:23)

Ta värdigt del av sakramentet. Sakramentsbönerna lär oss hur vi ska få den Helige Anden som ständig följeslagare. När du tar sakramentet betygar du inför Gud att du är villig att ta på dig hans Sons namn och alltid minnas honom och hålla hans bud. Din himmelske Fader lovar att när du håller dessa förbund, så är Anden alltid hos dig. (Se L&F 20:77, 79.)

Studera skrifterna varje dag. När du troget studerar skrifterna, lär du av de exempel som män och kvinnor visade, vilkas liv välsignats genom att de följt Herrens uppenbarade vilja. Du blir också mer mottaglig för den Helige Anden i ditt eget liv. När du läser och begrundar, kan du få uppenbarelse om hur ett visst skriftställe kan tillämpas på dig eller om något annat som Herren vill delge dig. Eftersom skriftstudier kan hjälpa dig få personlig uppenbarelse, bör du studera skrifterna varje dag.

Ta dig tid att begrunda. När du tar dig tid att begrunda evangeliets sanningar, öppnar du ditt sinne och hjärta för den Helige Andens ledning och påverkan. (Se 1 Nephi 11:1; L&F

76:19; 138:1–11.) Begrundan leder dina tankar bort från världsliga, triviala ting och för dig närmare Anden.

När du söker konkret ledning bör du fundera på saken i ditt eget sinne. Ibland kommer rådet från Herren först efter det att du studerat frågan på egen hand. Herren förklarade denna process för Oliver Cowdery, som var Joseph Smiths skrivare under en stor del av översättningen av Mormons bok. Genom profeten Joseph Smith talade Herren till Oliver Cowdery och förklarade varför Oliver inte hade kunnat översätta Mormons bok, fastän han fått gåvan att översätta: "Se, du förstod det icke rätt. Du trodde, att jag skulle giva det till dig utan någon ansträngning från din sida, blott du bad. Se, jag säger dig, att du måste utforska det i ditt eget sinne, därefter skall du fråga mig, om det är rätt. Om det är rätt, skall jag låta ditt hjärta bli brinnande i dig; därför skall du förnimma att det är rätt." (L&F 9:7–8)

Sök tålmodigt Guds vilja. Gud uppenbarar sig "när hans egen tid är inne och på hans eget sätt, efter hans egen vilja". (Se L&F 88:63–68.) Uppenbarelsen kommer troligen till dig "rad på rad, bud på bud, litet här och litet där". (2 Nephi 28:30; se även Jesaja 28:10; L&F 98:12.) Försök inte tvinga fram andliga ting. Uppenbarelse kommer inte på det sättet. Var tålmodig och lita på Herrens tidsplan.

Att känna igen den Helige Andens maningar.

Mitt ibland världens olika ljud och budskap i dag, måste du lära dig känna igen den Helige Andens viskningar. Här följer några av de viktigaste sätten på vilka den Helige Anden meddelar sig med oss:

Han talar till sinne och hjärta med en mild och stilla röst. Herren lärde: "Jag vill förkunna det för ditt förstånd och hjärta genom den Helige Anden, vilken skall komma över dig och som skall bo i ditt hjärta. Se, detta är uppenbarelsens ande." (L&F 8:2–3) Ibland hjälper den Helige Anden dig förstå en

evangeliesanning eller ger dig en maning som "sysselsätter [ditt] sinne och gör det allra starkaste intryck på [dina] känslor". (L&F 128:1) Fastän sådan uppenbarelse kan ha ett mäktigt inflytande på dig, kommer den nästan alltid tyst, som en "mild och stilla röst". (Se 1 Kungaboken 19:9–12; Helaman 5:30; L&F 85:6.)

Han manar oss genom våra känslor. Vi beskriver ofta Andens påverkan som en röst, men den rösten är något vi oftare känner än hör. Vi talar ju om att "lyssna" till den Helige Andens viskningar, men vi beskriver ofta en andlig maning med orden "jag fick en känsla ...". Herrens råd till Oliver Cowdery i kapitel 9 av Läran och förbunden, vilket tas upp på sidan 164, undervisar om denna princip. Det rådet missförstås emellertid ofta. När vissa medlemmar läser det skriftstället blir de förvirrade och fruktar att de aldrig fått en maning från den Helige Anden eftersom de aldrig känt hjärtat brinnande i sig. Märk Herrens avslutningsord i Läran och förbunden 9:8: "Därför skall du förnimma att det är rätt." Den brinnande känsla som beskrivs i det här skriftstället betecknar en känsla av lugn och tillförsikt, inte nödvändigtvis en känsla av värme. När du fortsätter söka och följa Guds vilja i ditt liv, kommer du till insikt om hur den Helige Anden påverkar just dig.

Han bringar frid. Den Helige Anden kallas ofta Hjälparen eller Hugsvalaren. (Se Johannes 14:26; L&F 39:6.) När han uppenbarar Guds vilja för dig, talar han "frid i din själ". (L&F 6:23) Den frid han ger kan inte efterliknas av världslig påverkan eller falska lärdomar. Det är den frid som Frälsaren utlovade när han sade sina apostlar att han skulle sända Hjälparen: "Frid lämnar jag efter mig åt er. Min frid ger jag er. Inte ger jag er en sådan frid som världen ger. Låt inte era hjärtan oroas och var inte modlösa." (Johannes 14:27)

Ytterligare hänvisningar: Amos 3:7; Matteus 16:13–18; 1 Korintiebrevet 2:9–14; 12:3; Johannes Uppenbarelse 19:10; Alma 5:43–48; 17:2–3; L&F 76:5–10; 121:26–33; trosartikel 7 och 9

Se även Andliga gåvor; Bön; Helige Anden, den; Skrifterna; Tro; Vördnad

Upphöjelse (Se Evtigt liv)

Uppståndelsen

På grund av Adams och Evas fall är vi underkastade den fysiska döden, vilket är andens skilsmässa från kroppen. Genom Jesu Kristi försoning kommer alla människor att uppstå — frälsta från den fysiska döden. (Se 1 Korintierbrevet 15:22.) Uppståndelsen är andens återförening med kroppen i ett fullkomligt, odödligt tillstånd, inte längre underkastad sjukdom och död. (Se Alma 11:42–45.)

Frälsaren var den förste på jorden att uppstå. Nya testamentet innehåller flera berättelser som vittnar om att han uppsteg ur graven. (Se Matteus 28:1–8; Markus 16:1–14; Lukas 24:1–48; Johannes 20:1–29; 1 Korintierbrevet 15:1–8; 2 Petrusbrevet 1:16–17.)

När den uppståndne Herren visade sig för sina apostlar, hjälpte han dem förstå att han hade en kropp av kött och ben. Han sade: "Se på mina händer och mina fötter att det verkligen är jag. Rör vid mig och se. En ande har inte kött och ben, som ni ser att jag har." (Lukas 24:39) Han visade sig också för nephiterna efter sin uppståndelse. (Se 3 Nephi 11:10–17.)

Vid tiden för uppståndelsen kommer vi att "bliva dömda efter [våra] gärningar ... och vi skola bliva förda fram och stå inför Gud, medvetna, såsom vi nu äro medvetna samt med klar hägkomst av all vår skuld". (Alma 11:41, 43) Den eviga härlighet vi får är beroende av vår trofasthet. Alla människor uppstår, men det är bara de som kommit till Kristus och tagit del av hans evangeliums fullhet som ärver upphöjelse i det celestialet riket.

En insikt och ett vittnesbörd om uppståndelse kan ge dig hopp och perspektiv medan du upplever livets svårigheter, prövningar och segrar. Du kan finna tröst i förvisningen om att Frälsaren lever och att han genom sin försoning "krossar dödens bojar, så att graven icke vinner någon seger och så att

dödens udd uppslukas i förhoppningarna om härlighet". (Alma 22:14)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 25:8; 26:19; Johannes 5:25–29; 11:25–26; 1 Korintierbrevet 15; Enos 1:27; Alma 40:23–26; 41; Mormon 9:12–14; L&F 88:15–16; 93:33–34; Moses 1:39

Se även Döden, den fysiska; Försoning, Jesu Kristi; Frälsning; Frälsningsplanen; Härlighetsriken; Själ

Utbildning

Herren har befallt: "Söken efter kunskap genom att studera och tro." (L&F 88:118) Han har rått oss att lära oss evangeliet och försöka förstå "både ... det som är i himmelen, på jorden och under jorden, det som har varit, det som är och det som snart skall ske, det som är hemma och ute, nationernas krig och förvirring jämte straffdomarna över landet, likaså kunskap om länder och riken, så att [vi] kunnen vara förberedda på allt". (L&F 88:78–80)

Skolning och yrkesutbildning

Du bör alltid bilda ditt sinne och dina händer så att du kan lyckas i ditt valda yrke. Använd din utbildning till att utöva gott inflytande. Då du gör detta, kommer du att ses som en person med integritet. Du är då beredd för möjligheter då de kommer och du blir en stor tillgång för familjen, kyrkan och samhället.

Sök den bästa utbildning som finns att få. Använd dig av högskolor och universitet, tekniska skolor, distansutbildning, kommunala skolor och privat undervisning där så är möjligt.

Seminarier och institut

Över hela världen deltar kyrkans medlemmar i åldrarna 14 till 18 i seminariet, som ger undervisning under veckan ur skrifterna. Religionsinstitutet ger kurser under veckan i olika evangelieämnen för medlemmar i åldrarna 18 till 30.

De här programmen skapar ett andligt och socialt klimat där elever kan umgås med varandra medan de lär sig mer om evangeliet.

Information om seminariet och institutet kan fås genom lokala prästadömsledare.

Livslångt lärande

Fortsätt att söka tillfällen till utbildning under hela ditt liv. På så sätt håller du kunskaperna aktuella i det yrke du valt, samt andra intressen och förmågor du har. I denna mycket föränderliga värld måste du ta dig tid till att utbilda dig för både nutiden och framtiden.

Förutom att utbilda dig genom formella studier, kan du fortsätta ditt lärande genom att läsa, bevista sunda kulturella evenemang, besöka museer och historiska platser samt observera världen omkring dig.

Ytterligare hänvisningar: Ordspråksboken 1:5; L&F 130:18–19

Visdomsordet

Visdomsordet är en hälsolag som uppenbarats av Herren för vårt fysiska och andliga välbefinnande. I denna uppenbarelse, som finns i kapitel 89 i Läran och förbunden, talar Herren om för oss vilken mat som är bra för oss att äta och vilka ämnen som inte är bra för vår kropp. Han lovar andliga och fysiska välsignelser för lydnad mot Visdomsordet.

I Visdomsordet befaller Herren oss att inte inta följande ämnen:

- Alkoholhaltiga drycker. (Se L&F 89:5–7.)
- Tobak. (Se L&F 89:8.)
- Te och kaffe. (Se L&F 89:9, nutida profeter har förkunnat att termen "heta drycker" syftar på te och kaffe.)

Skadliga ämnen som människor medvetet intar är inte i harmoni med Visdomsordet. Detta gäller särskilt olagliga droger, som kan förgöra dem som blir beroende av dem. Håll dig helt borta från dessa. Experimentera inte med dem. Missbruk av läkemedel kan också leda till ett nedbrytande beroende.

Herren förkunnar att följande är nyttigt för vår kropp:

- Grönsaker och frukter, vilka ska användas "med förstånd och tacksägelse". (Se L&F 98:10–11.)
- Kött "av djuren på marken och fåglarna i luften", som ska "nyttjas sparsamt". (Se L&F 89:12–13.)
- Säd såsom vete, ris och havre, vilka är "livets stödjestav". (Se L&F 89:14–17.)

Välsignelser av att följa Visdomsordet

Till dem som lyder Visdomsordet lovar Herren:

"Alla heliga, som komma ihåg att hålla och handla efter dessa ord, vandrande i lydnad till buden, skola hava hälsa i naveln och märg i benen

och skola finna visdom och stora skatter av kunskap, ja, fördolda skatter,

och skola springa och icke bliva trötta, gå och icke bliva matta.

Och jag, Herren, lovar dem, att mordängeln skall gå förbi dem såsom Israels barn och icke dräpa dem." (L&F 89:18–21)

Att övervinna beroende

Det bästa är att helt undvika de ämnen som Herren förbjuder i Visdomsordet. Men om du blivit beroende av något av detta, kan du bli fri från ditt beroende. Du kan övervinna beroenden genom personlig ansträngning, den stärkande makten i Herrens nåd, hjälp från familj och vänner och ledning från kyrkans ledare.

Vittnesbörd

Be om hjälp och gör allt i din makt att motstå frestelser som kommer på grund av beroendet. Din himmelske Fader vill att du ska få de välsignelser som kommer av att följa Visdomsordet, och han stärker dig i din uppriktiga kamp för att göra detta.

Ytterligare hänvisningar: L&F 49:19–21; 59:15–20; 88:124; 89:1–4

Se även Frestelser; Lydnad

Vittnesbörd

Ett vittnesbörd är ett andligt vittnesmål som kommer genom den Helige Anden. Grunden till ett vittnesbörd är vetenskapen om att vår himmelske Fader lever och älskar oss; att Jesus Kristus lever, att han är Guds Son och att han genomförde den obegränsade försoningen; att Joseph Smith är den Guds profet som kallades att återställa evangeliet; att vi leds av en levande profet i dag och att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Frälsarens sanna kyrka på jorden. Med denna grund växer ett vittnesbörd till att omfatta alla evangeliets principer.

Att erhålla och stärka ett vittnesbörd.

Som medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga har du den heliga förmånen och ansvaret att skaffa dig ett eget vittnesbörd. När du fått ett vittnesbörd, har du plikten att vårda det under hela ditt liv. Din glädje i det här livet och i evigheten beror till stor del på huruvida du är ståndaktig i vittnesbördet om Jesus. (Se L&F 76:79; se även verserna 51, 74, 101.) När du arbetar med denna process, bör du minnas följande principer:

Strävan efter ett vittnesbörd börjar med en rättfärdig, uppriktig önskan. Din himmelske Fader välsignar dig enligt ditt hjärtas rättfärdiga önsknings och din strävan att göra hans vilja. Alma talade till en grupp människor som inte ännu

hade vittnesbörd om evangeliet, och sade: "Om I viljen vakna upp och väcka eder själsförmåga, så att I kunnen undersöka mina ord och utöva en smula tro, ja, även om I icke kunnen göra mera än önska att tro, så låten denna önskan verka i eder till dess I tron så mycket, att I kunnen giva en del av mina ord rum i edra hjärtan." (Alma 32:27)

Vittnesbördet kommer genom den Helige Andens stilla inflytande. Resultaten av ett vittnesbörd kan vara förunderliga och livsavgörande, men vittnesbördets gåva kommer vanligtvis som en stillsam förvissning, utan märkliga yttringar av Guds makt. Även Alma, som besökts av en ängel och hade sett Gud sitta på sin tron, behövde fasta och be så att han kunde få ett vittnesbörd genom den Helige Andens kraft. (Se Alma 5:45–46; 36:8, 22.)

Ditt vittnesbörd växer gradvis under dina upplevelser. Ingen får ett heltäckande vittnesbörd på en gång. Ditt vittnesbörd växer sig starkare genom dina upplevelser. Det växer när du visar din villighet att tjäna i kyrkan, varhelst du är kallad. Det växer när du fattar beslut att hålla buden. När du lyfter och stärker andra, ser du att ditt vittnesbörd fortsätter att utvecklas. När du ber och fastar, studerar skrifterna, går på kyrkans möten och hör andra ge sina vittnesbörd, välsignas du med ögonblick av inspiration som stödjer ditt eget vittnesbörd. Sådana ögonblick kommer under hela ditt liv när du strävar att efterleva evangeliet.

Ditt vittnesbörd växer när du delar med dig av det. Vänta inte tills ditt vittnesbörd är fullkomligt innan du ger det till andra. En del av ett vittnesbörds utveckling sker när man delar med sig av det. Ja, du ska märka att när du ger det vittnesbörd du har, så återvänder det till dig — förstärkt.

Att bära vittnesbörd

Vid faste- och vittnesbördsmöten och i samtal med släktingar och vänner kan du känna dig manad att bära ditt

Välfärd

vittnesbörd. Vid sådana tillfällen bör du minnas att du inte behöver hålla ett långt, imponerande föredrag. Ditt vittnesbörd blir kraftfullast när det uttrycks som en kortfattad, innerlig övertygelse om Frälsaren, hans lärdomar och återställelsen. Be om ledning, så ska Anden hjälpa dig förstå hur du ska uttrycka ditt hjärtas känslor. Du får stor glädje när du hjälper andra få del av det hopp och den förvissning som Herren har gett dig.

Ytterligare hänvisningar: Johannes 7:17; 1 Korintierbrevet 2:9–14; Jakobs brev 1:5–6; Moroni 10:3–5; L&F 6:22–23; 62:3; 88:81

Se även Andliga gåvor; Bön; Fasta och fasteoffer; Försoning, Jesu Kristi; Gud Fadern; Helige Anden, den; Uppenbarelse

Välfärd

Varje medlem i kyrkan har två grundläggande välfärdsansvar: att bli självförsörjande och att ta hand om fattiga och behövande.

Föräldrar har ett heligt ansvar att sörja för sina barns fysiska och andliga välfärd. Allteftersom barnen blir äldre, får de större ansvar för sin egen välfärd. Föräldrarna bör undervisa dem om välfärdens grundläggande principer och hjälpa dem vara självförsörjande och att försörja sina egna familjer i framtiden. Föräldrarna kan också ge barnen tillfällen att hjälpa till att ta hand om de fattiga och behövande.

Om du är vuxen och medlem i kyrkan, är alla följande råd tillämpliga på dig. Om du är en ung man eller kvinna gäller mycket av dessa råd dig också, även om du fortfarande i stor utsträckning är beroende av dina föräldrar.

Att bli självförsörjande

Ansvar för ditt sociala, känslomässiga, andliga, fysiska och ekonomiska välbefinnande vilar främst på dig själv, därefter på din familj och i tredje hand på kyrkan. Med inspiration

från Herren och genom ditt eget arbete bör du förse dig själv och din familj med det ni behöver, andligt och timligt.

Du kan ta hand om dig själv och din familj bättre när du är oberoende. Då är du beredd att uthärda svårigheter utan att bli beroende av andra.

Du kan bli oberoende genom att (1) ta tillvara möjligheter till utbildning, (2) tillämpa sunda principer för näringsintag och hygien, (3) utbilda dig för och skaffa dig lämpligt arbete, (4) lägga upp förråd av mat och kläder i den utsträckning som lagen tillåter, (5) handha dina resurser på ett bra sätt, vilket innefattar att betala tionde och offergåvor och undvika skulder, samt (6) utveckla andlig, känslomässig och social styrka.

För att kunna bli oberoende måste du vara villig att arbeta. Herren har befallt oss att arbeta. (Se 1 Mosebok 3:19; L&F 42:42.) Hederligt arbete skapar glädje, självkänsla och välstånd.

Om du tillfälligt skulle vara oförmögen att skaffa livets nödortf genom eget arbete eller med stöd av din familj, kan kyrkan hjälpa dig. I dessa situationer kan kyrkan förmedla förnödenheter för att hjälpa dig och din familj bli oberoende igen.

Omsorg om fattiga och behövande

Herren har alltid befallt sitt folk att ta hand om de fattiga och behövande. Han sade: "I måsten besöka de fattiga och nödlidande och lindra deras nöd." (L&F 44:6) Han befälde också: "Kom alltid ihåg de fattiga och nödlidande, de sjuka och plågade, ty den som icke gör detta är icke min lärjunge." (L&F 52:40)

Du kan hjälpa de fattiga och behövande på många sätt. Ett viktigt sätt är genom att fasta och ge fasteoffer, vilket biskopen eller grenspresidenten använder till att bistå församlingens eller grenens medlemmar som är fattiga, sjuka eller lider på annat sätt. Du kan också ge av din tid och av dina talanger. Du kan tjäna de hemlösa, de handikappade, änkor och andra i grannskapet och samhället.

Vörndnad

Förutom att du ger personlig hjälp till behövande i din närhet, hjälper kyrkan människor över hela världen oavsett tro, vilka lider följer av naturkatastrofer, fattigdom, sjukdomar och andra kriser. Kyrkan ger förnödenheter till hjälp åt familjer och enskilda som återhämtar sig och arbetar på att bli oberoende. Donationer till kyrkans ständiga utbildningsfond skapar möjligheter för mindre lyckligt lottade medlemmar att skaffa sig en utbildning. Missionärer med särskilda uppdrag ger av sin tid och sina resurser för att förbättra läskunnighet samt befrämja hälsovård och utbildning.

Ytterligare hänvisningar: Jakobs brev 1:27; MB Jakob 2:17–19; L&F 42:31; 104:15–18

Se även Fasta och fasteoffer; Tjänande

Vörndnad

Vörndnad är djup respekt och kärlek. När du har en vörndnadsfull inställning till Gud hedrar du honom, uttrycker tacksamhet till honom och lyder hans befallningar.

Du bör vara vörndnadsfull i såväl uppträdande som inställning. Ett vörndnadsfullt uppträdande innefattar bön, skriftstudier, fasta samt betalning av tionde och offergåvor. Det innefattar sedesam klädsel och ett rent och sunt språk. Djupet av din vörndnad visar sig i ditt val av musik och annan underhållning, ditt sätt att tala om heliga ämnen och ditt sätt att klä dig och bete dig i kyrkan och i templet. Du visar din vörndnad för Herren när du tjänar andra och behandlar dem med vänlighet och respekt.

När du blir mer vörndnadsfull märker du en stilla förändring i ditt liv. Herren utgjuter sin Ande rikligare över dig. Du blir mindre bekymrad och förvirrad. Du får förmåga att ta emot uppenbarelse till hjälp med att lösa dina egna och familjens problem.

Liksom vörndnad för dig närmare Gud, så passar vanvörndnad motståndarens syften. Satan frestar dig att följa världens

väg mot mer oljud, upphetsning och stridighet och mindre självkontroll och stillsam värdighet. Liksom en befälhavare som beordrar en militär invasion, försöker han blockera kommunikationskanalerna mellan dig och Herren. Var på din vakt mot sådan taktik, och sträva efter att vara vördnadsfull i allt du gör.

Ytterligare hänvisningar: 3 Mosebok 26:2; Psaltaren 89:5-7; Hebreerbrevet 12:28; L&F 59:21; 63:61-62, 64; 109:21

Se även Anständighet; Bön; Tacksamhet; Tillbedjan; Tro; Uppenbarelse

Återställelse, evangeliets

När Jesus Kristus var på jorden upprättade han sin kyrka bland sina efterföljare. Efter hans korsfästelse och apostlarnas död, togs evangeliets fullhet bort från jorden på grund av det vitt spridda avfallet. (Se "Avfall" s 11-12.) Många män och kvinnor sökte evangeliets sanning under det stora avfallets århundraden, men de kunde inte finna den. Många predikade uppriktigt om Frälsaren och hans läror, men ingen hade vare sig hela sanningen eller prästadömetts myndighet från Gud.

Det stora avfallet var en tid av andligt mörker, men vi lever nu i en tid när vi kan få del av "ljuset som strålar ut från evangeliet om Kristi härlighet". (2 Korintierbrevet 4:4; se även L&F 45:28.) Evangeliets fullhet har återställts och Jesu Kristi sanna kyrka finns åter på jorden. Ingen annan organisation kan jämföras med den. Den är inte resultatet av en reformation, där välmenande män och kvinnor gör allt i sin makt att åstadkomma förändringar. Den är den återställda kyrkan, upprättad av Jesus Kristus. Den är vår himmelske Faders och hans älskade Sons verk.

Som medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga kan du få välsignelser som varit borta från jorden under nära 2000 år. Genom dop och konfirmation kan du få förlåtelse för dina synder och åtnjuta den Helige Anden som ständig följeslagare. Du kan leva efter evangeliet i dess helhet och enkelhet.

Du kan få insikt om Gudomens natur, Jesu Kristi försoning, avsikten med jordelivet, om att livet efter döden är en realitet. Du har förmånen att ledas av levande profeter som lär Guds vilja i dag. Tempelförrättningar ger dig ledning och frid, de förbereder dig för evigt liv, beseglar dig till familjen för evigt och ger frälsande förrättningar för dina avlidna förfäder.

Händelser under återställelsen

Här nedan sammanfattas några av de viktiga händelserna i evangeliets återställelse och upprättandet av Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, vilken Herren har sagt är "den enda sanna och levande kyrka[n] på hela jordens yta". (L&F 1:30)

Tidigt på våren 1820. Den fjortonårige Joseph Smith sökte Jesu Kristi sanna kyrka och bad i en lund nära sitt hem i Palmyra i staten New York, Förenta staterna. Som svar på hans ödmjuka bön, besökte vår himmelske Fader och Jesus Kristus honom och sade till honom att han inte skulle ansluta sig till någon av kyrkorna som då fanns på jorden. (Se Joseph Smiths skrifter 2:11–19.) I kyrkan kallar vi denna händelse Joseph Smiths första syn.

21–22 september 1823. Joseph Smith fick besök av en ängel vid namn Moroni. Moroni profeterade om kommande händelser och berättade för Joseph Smith om uppteckningen Mormons bok, skriven på plåtar av guld. Ängeln lät Joseph Smith se guldplåtarna, som var nergrävda i den närliggande kullen Cumorah. (Se Joseph Smiths skrifter 2:27–53.)

22 september 1827. Joseph Smith fick guldplåtarna av Moroni vid kullen Cumorah efter att ha träffat honom den 22 september under vart och ett av föregående fyra år. (Se Joseph Smiths skrifter 2:53, 59.)

15 maj 1829. Efter att ha läst om dop till syndernas förlåtelse under arbetet på översättningen av guldplåtarna, gick Joseph Smith och hans skrivare Oliver Cowdery till en avskild plats för att fråga Herren om detta. Där, på stranden till Susquehannafloden nära Harmony i Pennsylvania fick de svar på sin bön. Johannes Döparen, en uppstånden varelse, kom till dem som "budbärare från himmelen i en ljussky". Han förlänade dem aronska prästadömet. Därefter döpte Joseph och Oliver varandra enligt hans anvisningar och ordinerade varandra till aronska prästadömet. (Se Joseph Smiths skrifter 2:68–72; se även L&F 13.)

Maj 1829. De forna apostlarna Petrus, Jakob och Johannes förlänade Joseph Smith och Oliver Cowdery melkisedekska prästadömet. (Se L&F 128:20.)

Juni 1829. Ledd av "Guds gåva och kraft" (L&F 135:3) fullbordade profeten Joseph Smith översättningen av Mormons bok.

26 mars 1830. Den första utgåvan av Mormons bok trycktes i Palmyra, New York.

6 april 1830. Kyrkan organiserades i Fayette, New York, med från början sex medlemmar.

27 mars 1836. Templet i Kirtland, det första tempel som byggdes i vår tidshushållning, invigdes. Profeten Joseph Smith bad invigningsbönen, som getts honom genom uppenbarelse. (Se L&F 109.)

3 april 1836. Frälsaren visade sig för Joseph Smith och Oliver Cowdery i templet i Kirtland. Mose, Elias och Elia visade sig också och gav vissa av prästadömet nycklar till Joseph och Oliver. Elia gav beseglingsmak-

Äktenskap

tens nycklar, som gör det möjligt för familjer att beseglas till varandra för evigt. (Se L&F 110.)

Kyrkans framtid

Gamla testamentets profet Daniel profeterade att Gud skulle "upprätta ett rike" som "aldrig ... [skulle] förstöras" utan "bestå för evigt". (Daniel 2:44) I denna profetia talade han om Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, Guds rike på jorden i dag. Från dagen när kyrkan organiserades med sex medlemmar har den vuxit och blomstrat, och den kommer att fortsätta växa tills den "uppfyll[t] hela jorden". (Daniel 2:35; se även L&F 65:2.) Hundratusentals människor döps varje år. Mormons bok översätts till många språk. Tempel byggs över hela världen. Med Jesus Kristus som kyrkans överhuvud leder levande profeter kyrkans utveckling tills jorden är beredd för Frälsarens andra ankomst.

Profeten Joseph Smith talade om återställensens välsignelser: "Vad höra vi nu i detta evangelium vi mottagit? 'En glad röst! En röst om barmhärtighet från himmelen och en röst om sanning utur jorden! Ett glatt budskap för de döda, en glädjeröst för både levande och döda, ett glatt budskap om stor fröjd!' " (L&F 128:19)

Ytterligare hänvisningar: Jesaja 2:1–3; 29:13–14; Apostlagärningarna 3:19–21; Johannes Uppenbarelse 14:6–7; 2 Nephi 3:3–15; L&F 128:19–21; 133:36–39, 57–58; Joseph Smiths skrifter 2

Se även Avfall; Jesu Kristi andra ankomst; Joseph Smith; Uppenbarelse

Äktenskap

I världen idag är det många som avfärdar och till och med hånar äktenskapet och familjen. Bland dessa förvirrande och nedbrytande röster är första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum ständigt en sanningens röst. De "förkunnar högtidligen att äktenskapet mellan man och kvinna är

instiftat av Gud och att familjen har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga bestämmelse". (Se "Familjen — Ett tillkännagivande för världen", sidan 35 i denna bok.)

Livets största glädjeämnen finner vi i familjen. Starka familjerelationer kräver arbete, men det arbetet medför stor glädje i det här livet och i all evighet. Även om du inte levt i en lycklig familj tidigare, så kan du försöka få ett lyckligt evigt äktenskap och en kärleksfull relation med familjens medlemmar.

Det nya och eviga äktenskapsförbundet

I vår himmelske Faders plan för vår lycka kan en man och en kvinna beseglas till varandra för tid och all evighet. De som beseglats i templet har det säkra löftet att deras relation ska fortsätta för evigt, om de är trogna sina förbund. De vet att ingenting, inte ens döden, kan skilja dem åt för alltid.

Det eviga äktenskapets förbund är nödvändigt för upphöjelse. Herren uppenbarade genom Joseph Smith: "Det finnes tre himlar eller grader i den celestials härligheten, och för att erhålla den högsta måste man inträda i denna prästadörets orden (det nya och eviga äktenskapsförbundet). Den som icke gör detta kan icke erhålla den. Han kan erhålla de andra, men det är slutet på hans rike. Han kan icke få avkomlingar." (L&F 131:1-4)

Efter att ha tagit emot de beseglade förrättningarna och slutit heliga förbund i templet måste paret fortsätta leva trofast för att få det eviga äktenskapets och upphöjelsens välsignelser. Herren sade:

"Om en man äktar en hustru genom mitt ord, vilket är min lag, och igenom det nya och eviga förbundet och det beseglas på dem genom löftets helige Ande genom honom, som är smord och har fått den makten och detta prästadörets nycklar ... och om [de] hållen förbundet ... så skall det ske dem i allt som min tjänare har stadfäst för dem i tid och i all evighet, och det skall hava gällande kraft, när de hava lämnat

denna värld." (L&F 132:19; för en förklaring av Löftets helige ande, se sidan 69.)

Förberedelse för äktenskap

Om du är ensamstående bör du noggrant förbereda dig för äktenskapet. Kom ihåg att det inte finns någon ersättning för tempeläktenskapet. Förbered dig för att gifta dig med rätt person på rätt plats vid rätt tillfälle. Lev redan nu värdig den slags person du hoppas gifta dig med.

Gå bara ut med dem som har höga normer och i vars sällskap du kan uppehålla dina höga normer. Planera omsorgsfullt positiva och givande aktiviteter så att du och de du går ut med inte lämnas ensamma utan något att göra. Träffas på säkra platser där det är lätt för dig att behålla självkontrollen. Delta inte i samtal eller aktiviteter som väcker sexuella känslor.

Sök efter en partner med samma tro som du. Sök efter någon som du alltid kan hedra och respektera, någon som kompletterar dig. Innan du gifter dig bör du se till att du funnit någon som du kan ge ditt hela hjärta, din hela kärlek, din hela trohet, din hela lojalitet.

Råd till dem som inte gifter sig

En del medlemmar i kyrkan förblir ensamstående utan egen förskyllan, trots att de velat gifta sig. Om du befinner dig i den situationen, ska du veta att "för dem som älskar Gud samverkar allt till det bästa". (Romarbrevet 8:28) Om du förblir värdig kommer du en dag, i detta liv eller i nästa, att få alla de välsignelser som hör samman med en evig familj. Herren har upprepade gånger gett oss detta löfte genom vår tids profeter.

Om du är ensamstående och vill bli gift, ska du inte ge upp hoppet. Samtidigt ska du inte heller låta hela ditt sinne bli uppslukat av ditt mål. Var i stället ivrigt sysselsatt med givande aktiviteter. Sök efter sätt att tjäna din släkt och ditt

samhälle. Ta emot och ära kallelser i kyrkan. Håll dig ren till kropp och själ. Fortsätt lära och utvecklas och gå framåt.

Hur man lyckas med äktenskapet

Om du är gift, så kom ihåg att vänskapen och kärleken mellan dig och din maka bör vara din mest omhuldade jordiska relation. Din maka är den enda person förutom Herren som du befallts att älska av allt ditt hjärta. (Se L&F 42:22.)

Kom ihåg att äktenskapet i dess sanna bemärkelse är ett partnerskap mellan jämlikar, där ingendera härskar över den andra, utan där båda uppmuntrar, tröstar och hjälper den andra.

Eftersom äktenskapet är en sådan viktig relation i livet, behöver och förtjänar det tid. Ge inte högre prioritet åt mindre viktiga åtaganden. Ta er tid att tala och lyssna till varandra. Var omtänksamma och respektfulla. Ge ofta uttryck för ömma känslor och tillgivenhet.

Besluta att ingenting någonsin får komma emellan dig och din maka som kan förstöra äktenskapet. Besluta er för att se till att äktenskapet lyckas, trots de svårigheter som kan uppstå.

Var lojala mot varandra. Var trogna äktenskapets förbund i tanke, ord och handling. Kom ihåg att Herren sagt: "Du skall älska din hustru av allt ditt hjärta och hålla dig till henne och ingen annan." (L&F 42:22) Uttrycket "ingen annan" anger att ingen person, aktivitet eller ägodel någonsin bör prioriteras framför din maka/make.

Håll dig borta från allt som kan leda dig till att vara otrogen på något sätt. Pornografi, osunda fantasier och flirt underminerar karaktären och slår mot äktenskapets grundval.

Arbeta tillsammans med familjens ekonomi. Samarbeta om att göra upp och följa en budget. Håll utgifterna under kontroll och undvik skuldfällor. Att hushålla med pengarna och hålla sig skuldfri bidrar till husfriden.

Äktenskapsbrott

Låt ert liv ha Jesu Kristi evangelium i centrum. Hjälp varandra hålla förbunden som ni har ingått. Gå i kyrkan och besök templet tillsammans. Studera skrifterna tillsammans. Knäböj tillsammans i bön varje morgon och kväll för att tacka er himmelske Fader för varandra och för att i enighet kunna be om hans välsignelse över ert liv, ert hem, era nära och kära samt era rättfärdiga önsknings. Då vägleder Gud er, och era dagliga samtal med honom medför den frid och glädje som inte kan komma från någon annan källa. Ert kamratskap blir allt bättre med åren, er kärlek stärks. Er uppskattning av varandra växer.

Ytterligare hänvisningar: 1 Mosebok 1:27–28; 2:18, 21–24; 1 Korintierbrevet 11:11; Efesierbrevet 5:22–33; Moses 2:27–28; 3:18, 21–24

Se även Enighet; Familjen; Kyskhet; Skilsmässa; Tempel

Äktenskapsbrott *(Se Kyskhet)*

Äldste *(Se Melkisedekska prästadömet; Prästadömet)*

Ärlighet

Trettonde trosartikeln fastslår: "Vi tror på att vara ärliga." Att vara ärlig innebär att alltid vara uppriktig, sanningsenlig och utan svek.

När du är ärlig i allt kan du uppleva sinnesfrid och bibehålla din självrespekt. Du bygger upp din karaktärsstyrka, vilket gör att du kan tjäna Gud och andra. Du blir pålitlig i Guds och andras ögon.

Om du å andra sidan är oärlig i ord eller handling, skadar du dig själv och sårar ofta andra. Om du ljuger, stjälar, fuskar eller försummar att göra skäl för din lön, förlorar du din självrespekt. Du förlorar den Helige Andens ledning. Du kanske märker att du skadat dina relationer till släktingar och vänner och att människor inte längre litar på dig.

Att vara ärlig kräver ofta mod och uppoffringar, särskilt när andra försöker övertala dig att bortförklara oärliga handlingar. Om du hamnar i en sådan situation, så kom ihåg att den varaktiga frid som kommer av att vara ärlig är mer värdefull än den tillfälliga lättnad som kommer av att följa med strömmen.

Ytterligare hänvisningar: 2 Mosebok 20:16; 2 Nephi 9:34; L&F 97:8

Ödmjukhet

Att vara ödmjuk är att tacksamt erkänna sitt beroende av Herren — att inse att man ständigt behöver hans stöd. Ödmjukhet är att erkänna att ens talanger och förmåga är gåvor från Gud. Den är inget tecken på att man är svag, självutplånande eller rädd. Den innebär att man vet var ens verkliga styrka finns. Man kan vara både ödmjuk och orädd. Man kan vara både ödmjuk och modig.

Jesus Kristus är det största exemplet på ödmjukhet. Under sin jordiska verksamhet erkände han alltid att hans styrka kom av hans beroende av Fadern. Han sade: "Jag kan inte göra något av mig själv ... jag söker inte min vilja, utan hans vilja som har sänt mig." (Johannes 5:30)

Herren ger dig styrka när du ödmjucar dig inför honom. Jakob sade: "Gud står emot de högmodiga, men de ödmjuka ger han nåd ... Ödmjuka er alltså inför Herren, så skall han upphöja er." (Jakob 4:6, 10)

Ytterligare hänvisningar: Matteus 18:4; 23:12; 26:39; Lukas 22:42; 1 Petrusbrevet 5:5–6; Mosiah 4:11–12; 15:6–7; Alma 5:27–28; Helaman 3:33–35; Ether 12:27; L&F 12:8; 67:10; 112:10; 136:32–33

Övergrepp

Övergrepp är att handla mot andra eller sig själv på ett sätt som orsakar skada eller sårade känslor. Det sårar sinne och ande och skadar ofta även kroppen. Det kan skapa förvirring, tvivel, misstro och rädsla. Det är ett brott mot samhällets

Övergrepp

lagar och står i total motsats till Frälsarens lärdomar. Herren fördömer övergrepp av alla slag — fysiska, sexuella, verbala och känslomässiga. Övergrepp kan föranleda disciplinär åtgärd.

Råd till den som begått övergrepp

Om du begått övergrepp i något förhållande, måste du omvända dig från din synd. Vädja till Herren om förlåtelse. Be också dem du skadat om förlåtelse. Tala med din biskop eller grenspresident så att han kan hjälpa dig genom omvändelseprocessen och om så behövs hjälpa dig få ytterligare rådgivning eller hjälp.

Om känslor av vrede orsakat ditt beteende bör du lära dig behärska ditt humör. Gå till Herren i bön och be honom hjälpa dig. Med ett evigt perspektiv inser du att din vrede nästan alltid åstadkommit av något som inte är särskilt viktigt.

Om du gjort dig skyldig till sexuellt övergrepp, måste du söka styra ditt sinne. Kom ihåg att dina tankar har mäktig inverkan på ditt liv — "Som en människa tänker i sitt hjärta, sådan är hon." (Spencer W Kimball) Håll dig borta från pornografi och allt annat som kan stimulera omoralisk sexuell drift. Be om förmåga att "alltid [pryda] dina tankar med dygd". (L&F 121:45)

Hjälp till offer för övergrepp

Om du utsatts för övergrepp, bör du söka hjälp omedelbart. Tala med din prästadömsledare, normalt biskopen eller grenspresidenten, men ibland en medlem av stavs- eller distriktspresidentskapet. Han kan hjälpa dig veta vad du bör göra.

Du ska veta att du inte kan klandras för andras skadliga beteende. Du behöver inte känna någon skuld. Om du utsatts för våldtäkt eller sexuellt utnyttjande, vare sig övergreppet begåtts av en bekant, en främling eller till och med en släkting,

så är du inte skyldig till någon synd. Du ska veta att du är oskyldig och att din himmelske Fader älskar dig.

Be om den frid som kommer endast genom Jesus Kristus och hans försoning. (Se Johannes 14:27, 16:33.) Frälsaren har upplevt all din smärta och prövning, också den som orsakats av andra, och han vet hur han ska hjälpa dig. (Se Alma 7:11–12.) I stället för att söka hämnd, bör du tänka på sådant som du kan styra, såsom din egen syn på livet. Be om styrka att förlåta dem som handlat illa mot dig.

Vänd dig omedelbart till din prästadömsledare så att han kan hjälpa dig igenom den känslomässiga läkningsprocessen. Tack vare evangeliets välsignelser kan du hejda övergreppens cykel och befrias från det lidande du upplevt.

Ytterligare hänvisningar: Matteus 18:1–6; L&F 121:34–46

Se även Förlåtelse; Omvändelse

*Lär av mig och lyssna till mina ord.
Vandra i min Andes saktmodighet,
så skall du hava frid i mig.*

Läran och förbunden 19:23

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

SWEDISH

