

Lialona



**Alleen Hij kon onze
Heiland worden, p. 8**

**Wat leert de opstanding ons over
het menselijk lichaam? p. 14**

**Het trauma van seksueel misbruik
overwinnen, p. 22**

**Ken je vijand: hoe we ons tegen
vier van Satans strategieën
kunnen weren, p. 30**



Bouwwerkers zetten op de bouwplaats van de Berntempel een bord in elkaar. De tempel is in september 1955 door president David O. McKay ingewijd. Het was de eerste tempel buiten Noord-Amerika en de eerste waarin de verordeningen in andere talen dan het Engels werden verricht.

Foto met dank aan de Bibliotheek voor kerkgeschiedenis



BOODSCHAPPEN

- 4** **Boodschap van het Eerste Presidium: De rechtvaardige zal uit het geloof leven**
President Dieter F. Uchtdorf
- 7** **Huisbezoekboodschap: De eed en het verbond van het priesterschap**



OP DE OMSLAG
De drie Maria's bij het graf,
William-Adolphe Bouguereau

HOOFDARTIKELEN

- 8** **De verzoening van de Heiland: het fundament van ware christelijkheid**
Ouderling Robert D. Hales
Omdat Hij leeft, zal iedereen uit het graf herrijzen.
- 14** **De opstanding van Jezus Christus en de betekenis van het lichaam**
David A. Edwards
Door de opstanding van Jezus Christus krijgen we essentiële inzichten in de eeuwigheid en heiligheid van het lichaam.
- 22** **Brug naar hoop en genezing**
Nanon Talley
Hoe kunt u of een dierbare gemoedsrust, hoop en genezing vinden na het trauma van seksueel misbruik?
- 28** **Het oude familiealbum: de invloed van familie verhalen**
Amneris Puscasu
De verhalen over mijn voorouders blijven een bron van inspiratie.

- 30** **De oorlog woedt nog steeds**
Ouderling Larry R. Lawrence
Ouderling Lawrence noemt vier van de strategieën van Satan en hoe we ons daartegen kunnen weren.

RUBRIEKEN

- 20** **Muziek: Kom, kom tot Hem**
Steven K. Jones en Michael F. Moody
- 38** **Geloofsportret: Skaidrīte Bokuma**
- 40** **Onder heiligen der laatste dagen**
- 80** **Tot we elkaar weerzien: De macht van God**
Ouderling Bruce R. McConkie



44 Je patriarchale zegen begrijpen

Allie Arnell en Margaret Willden
Een patriarchale zegen is als een persoonlijke routekaart. Hier krijg je enkele tips om door die van jou te navigeren.

48 Aan een nieuwe reis beginnen

Karina Martins Pereira Correia de Lima
Een eigen gezin beginnen baarde mij zorgen. Hoe suste ik mijn angst?

50 Hoe kan ik met mijn verstand en mijn hart studeren?

Hoe wil de Heer dat ik antwoord op mijn vragen en meer begrip van de Schriften krijg?

52 Je evangeliestudie persoonlijker maken

Kijk hoe je het meeste uit je evangeliestudie haalt.

56 Antwoord van kerkleiders: Echte vrede vinden

Ouderling Quentin L. Cook

57 Geen boeken, wel een getuigenis

Abegail D. Ferrer

De dag dat mij werd gevraagd iets over de kerk te vertellen, was de dag dat ik net mijn kerkboeken was vergeten. Zouden mijn eenvoudige woorden volstaan?

58 Zij zagen Hem

Lees deze getuigenissen over de herrezen Heiland en leer hoe jij ook een getuige van zijn opstanding kan zijn.

62 Onze plek

63 Poster: Voorwaarts, christenstrijders

64 Vraag en antwoord

Hoe weet ik dat God naar mijn gebeden luistert?



66 Andrei en de vloek

Julie C. Donaldson

Eén keer vloeken kon toch geen kwaad?

68 Antwoord van een apostel: Hoe kan ik mijn familie sterk helpen worden?

Ouderling David A. Bednar

69 Bereid je dagelijks voor op de tempel

Joy D. Jones

Het belangrijke doel dat zuster Jones zich stelde.

70 Sterre blinkt uit

Jane McBride

Voor het eerst naar het jeugdwerk gaan, maakte Sterre zenuwachtig. Zou ze vriendschap kunnen sluiten?

72 Laat je licht schijnen!

Elizabeth Pinborough

Acht manieren om een goede vriend te zijn.

73 Figuren uit de kerkgeschiedenis: Het evangelie verspreiden

74 Aan Jezus denken

Lindsay Tanner

Mia leert wat het avondmaal betekent.

76 Verhalen van Jezus: Jezus heeft het avondmaal ingesteld

Kim Webb Reid

79 Paaslelies



Kijk eens of je de Liahona kunt vinden die we in deze uitgave hebben verstopt. Hint: blinkt het?



Tijdschrift van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen

Het Eerste Presidium: Thomas S. Monson, Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

Het Quorum der Twaalf Apostelen: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund

Verantwoordelijk redacteur: Joseph W. Sitati

Assistent-redacteuren: Randall K. Bennett, Carol F. McConkie

Adviseurs: Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R. Curtis jr., Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopschke, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

Hoofdredacteur: Peter F. Evans

Directeur kerkelijke tijdschriften: Allan R. Loyborg

Zakelijk manager: Garff Cannon

Hoofdredacteur: Adam C. Olson

Assistent-hoofdredacteur: Ryan Carr

Publicatieassistent: Cremilda Amaral

Redactieteam: Bethany Bartholomew, Brittany Beattie, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flittom, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene Porter Gaunt, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekir, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Anne Selu, Marissa Widdison

Leidend artdirector: J. Scott Knudsen

Artdirector: Tadd R. Peterson

Grafisch team: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas Child, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Tearle, K. Nicole Walkenhorst

Coördinator intellectuele eigendom: Collette Nebeker Aune

Productiemanager: Jane Ann Peters

Productieteam: Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett, Bryan W. Gyi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty, Derek Richardson

Drukvoorbereiding: Joshua Dennis, Ammon Harris

Directeur drukwerk: Steven T. Lewis

Directeur distributie: Troy K. Vellinga

Vertaling: Jos Peeters

Kerkelijk vertaalbureau

Diestseweg 40/4, B-2440 Geel

E-mail: peetersjmg@gmail.com

Distributie: Corporation of the Presiding Bishop of The Church

of Jesus Christ of Latter-day Saints

Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg, Duitsland

Jaarabonnement: Neem voor bestelling van abonnementen of adreswijziging contact op met Customer Service op 00800 2950 2950 (gratis) of 0049 6172 492833 (of 34).

E-mail: orderseu@ldschurch.org

Online: store.lds.org

Prijs jaarabonnement: 7,50 EURO

Stuur manuscripten en vragen online naar liahona.lds.org, of per brief aan: *Liahona*, Rm. 2420, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; of per e-mail naar: liahona@ldschurch.org.

De *Liahona* (Een woord uit het Boek van Mormon dat 'kompas' of 'aanwijzer' betekent) verschijnt in de volgende talen: Albanees, Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans, Cebuano, Chinees, Chinees (vereenvoudigd), Deens, Duits, Engels, Ests, Fiji, Fins, Frans, Grieks, Hongaars, IJslands, Italiaans, Japans, Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees, Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Pools, Portugees, Roemeens, Russisch, Samoaans, Sloveens, Spaans, Swahili, Tagalog, Tahitiaans, Thai, Tongaans, Tsjechisch, Urdu, Vietnamees en Zweeds. (Frequentie verschilt per taal.)

Uitgever: © 2017 Intellectual Reserve, Inc. Alle rechten voorbehouden. Printed in the United States of America.

Informatie auteursrechten: Tenzij anders aangegeven, kan materiaal uit de *Liahona* voor persoonlijk, niet-commercieel gebruik (zoals kerkroepingen) worden gekopieerd. Dit recht kan ieder ogenblik ingetrokken worden. Afbeeldingen mogen niet worden gekopieerd indien die beperking bij de afbeelding vermeld staat. Voor vragen over auteursrechten, neemt u contact op met het Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; of e-mail: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada:

April 2017 Vol. 117 No. 4, LIAHONA (USPS 311) Dutch (ISSN 1522-9173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150, USA. Subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Ideeën voor de gezinsavond

In deze uitgave staan artikelen en activiteiten die u voor de gezinsavond kunt gebruiken. Hieronder staan twee voorbeelden.



'Zij zagen Hem', p. 70: wat betekent het om een getuige van Christus te zijn? Lees het artikel samen en bespreek dan hoe u getuigen van Christus kunt zijn zonder Hem persoonlijk gezien te hebben. U kunt ideeën bedenken om dichter tot de Heiland te komen. Bijvoorbeeld door vluchtelingen in uw omgeving te helpen, met Schriftstudie meer over het leven van de Heiland te weten komen, te babysitten voor een echtpaar zodat ze naar de tempel kunnen gaan, of een vriend in nood te helpen. U kunt ook de video op mormon.org/easter bekijken en bedenken hoe belangrijk Christus en zijn opstanding voor ons zijn.

'Bereid je dagelijks voor op de tempel', p. 69: Zuster Joy D. Jones wijst ons erop dat het belangrijk is prioriteit aan de tempel te geven en aan je familiegeschiedenis te werken als voorbereiding op je tempelgang. U kunt op de gezinsavond eventueel een 'familiegeschiedenis- en tempelavond' houden. Misschien kunt u ook leren hoe u namen indexeert en gegevens van familieleden opzoekt. Ook kunt u het belang van tempelverordeningen bespreken en platen van tempels bekijken. Als u dicht bij een tempel woont, kunt u het tempelrein bezoeken en bespreken hoe de tempel ons dichter tot onze hemelse Vader brengt en ons zijn liefde laat voelen.

MEER ONLINE

De *Liahona* en andere kerkmaterialen staan in vele talen op languages.lds.org. U kunt ook naar [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (beschikbaar in het Engels, Portugees en Spaans) gaan om inspirerende boodschappen, ideeën voor de gezinsavond en ander materiaal te vinden dat u met vrienden en gezinsleden kunt delen.

ONDERWERPEN IN DEZE UITGAVE

De nummers verwijzen naar de eerste pagina van het artikel.

Avondmaal, 74, 76

Dienen, 4, 42, 68

Dienst in de tempel, 69

Eeuwig leven, 8, 14

Familiegeschiedenis, 28

Gebed, 41, 62, 64

Geestelijke kracht, 4, 30, 63, 80

Geloof, 4, 38, 41, 48, 80

Geneezing, 22

Getuigenis, 38, 50, 57, 58

Gezin, 28, 42, 48, 68

Heilige Geest, 50

Hoop, 22, 48

Jezus Christus, 8, 14, 30,

56, 58, 74, 76, 79

Kennis, 50, 52

Kerkgeschiedenis, 73

Lichaam, 14

Moed, 40, 57, 63

Oorlog in de hemel, 30

Opstanding, 8, 14, 58,

76, 79

Pasen, 14, 58, 76, 79

Patriarchale zegens, 44

Priesterschap, 7, 80

Rust, 48, 56, 62, 66

Schriftstudie, 43, 52, 57

Seksueel misbruik, 22

Taal, 40, 66

Verbonden, 7

Verleiding, 30, 63

Verzoening, 8, 22, 74, 76

Voorbeeld, 72

Vriendschap, 70, 72



**President
Dieter F. Uchtdorf**

Tweede raadgever in
het Eerste Presidium

DE RECHTVAARDIGE ZAL UIT HET GELOOF LEVEN

De rabbijn en de zeepzieder

Er is een oud joods verhaal over een zeepzieder die niet in God geloofde. Toen hij op een dag met een rabbijn een wandeling maakte, zei hij: ‘Er is iets wat ik niet kan vatten. Godsdienst bestaat al duizenden jaren. Maar het kwade en corruptie, oneerlijkheid, onrechtvaardigheid, leed, hongersnood en geweld zijn alomtegenwoordig. Het lijkt erop dat godsdienst de wereld hoegenaamd niet verbetert. Wat is het nut er dan van?’

De rabbijn gaf niet meteen antwoord, maar vervolgde zijn weg met de zeepzieder. Uiteindelijk kwamen ze bij een speeltuin waar kinderen in het zand aan het spelen waren. Ze waren helemaal vuil geworden.

‘Er is iets wat ik niet begrijp’, zei de rabbijn. ‘Kijk eens naar die kinderen. Zeep bestaat al duizenden jaren en toch zijn die kinderen vuil. Wat voor nut heeft zeep dan?’

De zeepzieder antwoordde: ‘Maar rabbi, u kunt zeep toch niet verwijten dat deze kinderen vuil zijn? Zeep is pas nuttig als men er gebruik van maakt.’

De rabbijn glimlachte en zei: ‘Inderdaad.’

Hoe dienen we te leven?

De apostel Paulus heeft samengevat wat het inhoudt om een gelovige te zijn. Hij citeerde een profeet uit het Oude Testament als volgt: ‘De rechtvaardige zal uit het geloof leven’ (Romans 1:17).

Misschien kunnen we dankzij dat eenvoudige citaat een onderscheid maken tussen een zwakke, vruchteloze godsdienst en een godsdienst die ons kan veranderen.

Maar om te begrijpen wat uit geloof leven inhoudt, moeten we eerst begrijpen wat geloof is.

Geloven is geen passieve aangelegenheid. Het houdt in dat we volledig op God vertrouwen en actie ondernemen.

Het is meer dan een wens uitspreken.

Het is meer dan achterover leunen, knikken en akkoord gaan. ‘De rechtvaardige zal *uit het geloof leven*’ betekent dat ons geloof ons aanstuurt. We *handelen* in overeenstemming met ons geloof — niet uit slaafse gehoorzaamheid, maar uit overtuigde, oprechte liefde voor God en voor de onbetaalbare wijsheid die Hij aan zijn kinderen geopenbaard heeft.

Als we geloven, moeten we handelen; anders is ons geloof dood (zie Jakobus 2:17). Dan is het helemaal geen geloof. Het heeft dan de kracht niet om ook maar één persoon te veranderen, laat staan de wereld.

Gelovigen vertrouwen op hun barmhartige hemelse Vader — zelfs in tijden van twijfel en tegenspoed, wanneer ze sommige dingen niet zien of begrijpen.

Gelovigen bewandelen het pad van discipelschap oprecht en proberen het voorbeeld van hun geliefde Heiland, Jezus Christus, te volgen. Geloof motiveert en inspireert ons om ons hart voor de hemel open te stellen en onze naasten de hand te reiken, op te bouwen en tot zegen te zijn.

Godsdienst zonder actie is als zeep die we niet uitpakken. Zij heeft een enorm potentieel, maar kan in werkelijkheid weinig doen tot we haar correct gebruiken. Het herstelde evangelie van Jezus Christus is een actief evangelie. In De Kerk van Jezus Christus leren we dat ware godsdienst een boodschap van hoop, geloof en naastenliefde is. Dat houdt in dat we onze naasten op geestelijk en materieel gebied helpen.

Een paar maanden geleden was ik met mijn vrouw, Harriet, en onze kinderen in het Middellandse Zeegebied



President Uchtdorf en zijn dochter, Antje, bezochten vluchtelingen in een kamp bij Athene in Griekenland.

op vakantie. We bezochten een paar vluchtelingenkampen en spraken met gezinnen uit oorlogsgebieden. Die mensen behoorden niet tot onze kerk, maar ze waren onze broeders en zusters en hadden onze hulp dringend nodig. We waren ontroerd toen we zagen dat het actieve geloof van onze leden onze naasten in nood hulp en hoop gaf, ongeacht hun godsdienst, nationaliteit of opleiding.

Geloof gekoppeld aan constante actie vult ons hart met vriendelijkheid, ons verstand met wijsheid en begrip, en onze ziel met gemoedsrust en liefde.

Ons geloof kan zowel op onszelf als de mensen om ons heen een goede invloed hebben en ons allen tot zegen zijn.

Ons geloof kan de wereld met goedheid en vrede vervullen.

Ons geloof kan haat in liefde veranderen en vijanden in vrienden.

De rechtvaardige leeft dus door in geloof te handelen; hij leeft door op

God te vertrouwen en diens pad te bewandelen.

En dat is het soort geloof dat mensen, gezinnen, naties en de wereld kan veranderen. ■

LESGEVEN MET DEZE BOODSCHAP

President Uchtdorf legt uit dat geloof meer inhoudt dan zeggen dat we geloven. Waar geloof in onze hemelse Vader en Jezus Christus vergt actie. Als we uit het geloof leven, kunnen we mensen en gezinnen veranderen. U kunt de mensen die u onderwijst vragen een persoonlijke ervaring (of een ervaring van iemand anders) te vertellen, waarin ze de zegeningen en kracht van uit geloof leven gezien hebben. Spoor ze aan in gebed te vragen hoe ze het evangelie beter kunnen naleven.

JONGEREN

In geloof dienen

President Uchtdorf zegt dat in God geloven inhoudt dat we 'actie ondernemen'. Wanneer wij ons geloof 'koppelen aan constante actie', legt hij uit, 'vult [dat] onze ziel met gemoedsrust en liefde'. Met die belofde zegen *kunnen* wij iets tot stand brengen. Als we de tijd nemen om in geloof te dienen, zullen we daar de resultaten van zien. Je kunt de Heer 's ochtends in gebed vragen om je met je dienstbetoon te helpen. Je kunt Hem bijvoorbeeld vragen om het je te laten weten als je broer of zus hulp met een karweitje kan gebruiken, of als een vriend een compliment nodig heeft. En als je een ingeving krijgt, doe er dan wat mee! Als gelovig bidden en dienen een gewoonte wordt, dan zul je met je getrouwe, constante, actieve handelswijze zowel jezelf als anderen tot zegen zijn. President Uchtdorf belooft je dat jij 'mensen, gezinnen, naties en de wereld kunt veranderen'.



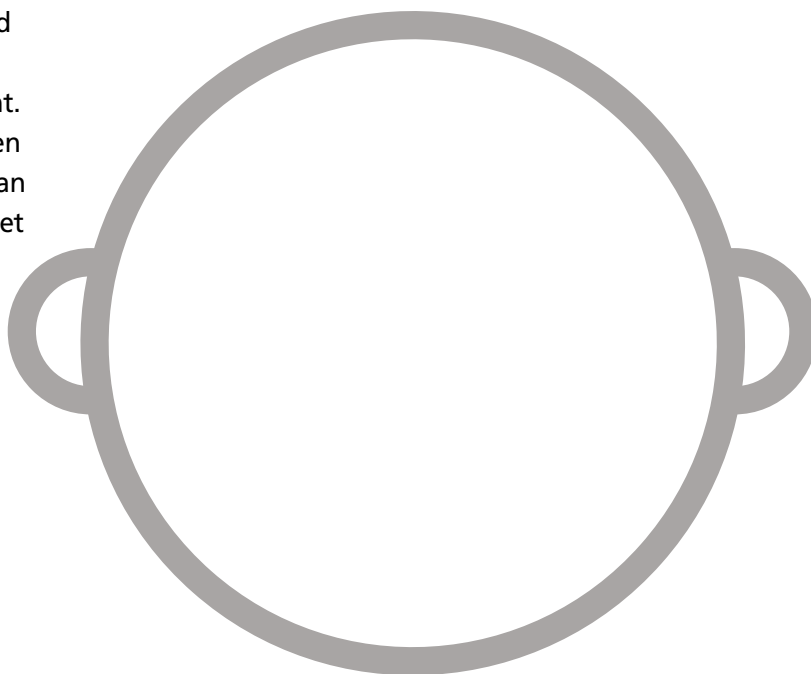
KINDEREN

Vertrouwen

Probeer deze activiteit met een vriend. Je moet hem vertrouwen en zijn aanwijzingen goed opvolgen.

Pak een pen of potlood en doe je ogen dicht. Laat je vriend zeggen waar je de ogen, neus, en de haren op het gezicht moet tekenen. Doe dan je ogen open. Hoe is het geworden? Je kunt het gezicht inkleuren en er nog een tekenen om dit nog een keer te spelen!

Soms is het moeilijk om aanwijzingen op te volgen. Maar als we onze hemelse Vader proberen te volgen door naar de Heilige Geest te luisteren, zal Hij ons helpen. We kunnen Hem altijd vertrouwen.



De eed en het verbond van het priesterschap

Bestudeer dit materiaal onder gebed. Laat u inspireren zodat u weet wat u het beste kunt bespreken. Hoe bereidt een beter begrip van het doel van de zustershulpvereniging dochters van God voor op de zegeningen van het eeuwige leven?

Laten we als zusters beter begrijpen dat de eed en het verbond van het priesterschap op ons van toepassing is. Dan gaan we de zegeningen en beloften van het priesterschap ook meer op waarde schatten.

Ouderling M. Russell Ballard van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: ‘Allen die heilige verbonden met de Heer gesloten hebben en die verbonden eren, hebben het recht op persoonlijke openbaring. Zij kunnen door de bediening van engelen gezegend worden, met God communiceren, de volheid van het evangelie ontvangen en samen met Jezus Christus erfgenaam worden van alles wat de Vader heeft.’¹

De zegeningen en beloften van de eed en het verbond van het priesterschap gelden voor mannen én vrouwen. Zuster Sheri L. Dew, voormalig raadgeefster in het algemeen ZHV-presidium, heeft gezegd:



Geloof
Gezin
Hulp

‘De volheid van het priesterschap, vervat in de hoogste verordeningen van het huis van de Heer, kan alleen door man en vrouw samen ontvangen worden.’²

Zuster Linda K. Burton, algemeen ZHV-presidente, heeft de volgende oproep gedaan: ‘Ik geef u in overweging de eed en het verbond van het priesterschap in Leer en Verbonden 84:33–44 uit het hoofd te leren. Ik beloof u dat de Heilige Geest uw begrip van het priesterschap dan zal verruimen. Hij zal u op prachtige manieren inspireren en opbouwen.’³

Joseph Smiths instructies aan de ZHV waren bedoeld om vrouwen op ‘de voorrechten, zegeningen en gaven van het priesterschap’ voor te bereiden. De verordeningen van de tempel zouden dat mogelijk maken.

‘Tempelverordeningen zijn priesterschapsverordeningen, maar verlenen mannen of vrouwen geen kerkelijk ambt. Die verordeningen vervullen de belofte van de Heer dat zijn volk — vrouwen en mannen — zou worden “begiftigd met macht uit den hoge” [LV 38:32].’⁴

Aanvullende Schriftteksten en informatie

Leer en Verbonden 84:19–40; 121:45–46; reliefsociety.lds.org

NOTEN

1. Zie M. Russell Ballard, ‘Man en vrouw en priesterschapsmacht’, *Liahona*, september 2014, 36.
2. Zie Sheri L. Dew, in *Dochters in mijn koninkrijk: de geschiedenis en het werk van de zustershulpvereniging* (2011), 140.
3. Zie Linda K. Burton, ‘De macht van het priesterschap — bestemd voor iedereen’, *Liahona*, juni 2014, 21–22.
4. Zie Gospel Topics, ‘Joseph Smith’s Teachings about Priesthood, Temple, and Women’ (De leringen van Joseph Smith over het priesterschap, de tempel en de vrouw), topics.lds.org.



Ter overweging

Hoe kunt u de beloofde zegeningen van de eed en het verbond van het priesterschap ontvangen en op waarde schatten?



GETHSEMANE, J. KIRK RICHARDS



Ouderling
Robert D. Hales
van het Quorum
der Twaalf
Apostelen

De verzoening van de Heiland:

HET FUNDAMENT VAN WARE CHRISTELIJKHEID

*Dankzij het zoenoffer van Jezus Christus zullen wij
allemaal herrijzen en onsterfelijk worden.*

De profeet Joseph Smith (1805–1844) kreeg de vraag voorgelegd: ‘Wat zijn de grondbeginselen van uw godsdienst?’ Hij antwoordde: ‘De grondbeginselen van onze godsdienst zijn het getuigenis van de apostelen en profeten aangaande Jezus Christus — dat Hij stierf, werd begraven, ten derden dage verrees en ten hemel opvoer. Al het andere dat verband houdt met onze godsdienst, is hier slechts een aanhangsel van.’¹

Ik wil die woorden van de profeet Joseph kracht bijzetten. Onze Heiland en zijn zoenoffer vormen de kern van ons hele geloof. In ‘de goedgunstigheid Gods’ (1 Nephi 11:16) zond de Vader zijn Zoon om de verzoening tot stand te brengen. Jezus Christus’ leven stond geheel in het teken van het zoenoffer. De verzoening is het fundament van ware christelijkheid.

Waarom is de verzoening van de Heiland het belangrijkste evangeliebeginsel in de kerk en in ons leven?

Geloofsartikelen 1:3

In het derde geloofsartikel staat: ‘Wij geloven dat door de verzoening van Christus de gehele mensheid kan worden gered door gehoorzaamheid aan de wetten en verordeningen van het evangelie.’

In deze context betekent ‘gered’ de hoogste graad van heerlijkheid in het celestiale koninkrijk bereiken. Iedereen op aarde maakt eens de opstanding mee. Maar aan het eeuwige leven, met alle zegeningen van eeuwige vooruitgang, zijn bepaalde voorwaarden verbonden. Daartoe moeten wij de wetten van het evangelie gehoorzamen, de verordeningen van het evangelie ontvangen en de verbonden van het evangelie sluiten.

Waarom kon Jezus Christus als enige de zonden van de wereld verzoenen? Hij voldeed aan alle vereisten en voorwaarden.

God had Hem lief en vertrouwde Hem

Jezus werd in een voorsterfelijke wereld uit hemelse Ouders geboren. Hij was de Eerstgeborene van onze hemelse Vader. Hij werd in het begin gekozen. Hij was de wil van zijn Vader gehoorzaam. In de Schriften staat vaak dat onze hemelse Vader welbehagen in zijn Zoon heeft.

In Mattheüs staat: 'En zie, een stem uit de hemelen zei: Dit is Mijn geliefde Zoon, in Wie Ik Mijn welbehagen heb' (Mattheüs 3:17.)

Lukas tekent op: 'En er kwam een stem uit de wolk, die zei: Dit is Mijn geliefde Zoon, luister naar Hem!' (Lukas 9:35.)

En het volk hoorde de stem van de Vader na de opstanding van de Heiland bij de tempel in het land Overvloed: 'Ziet mijn geliefde Zoon, in wie Ik mijn welbehagen heb' (3 Nephi 11:7).

Het ontroert mij zeer dat de Vader, uit zijn grote liefde en mededogen voor zijn eniggeboren Zoon, de lijdende Jezus in de hof van Gethsémané een engel zond die Hem troostte en versterkte (zie Lukas 22:43).

Jezus koos uit vrije wil voor gehoorzaamheid

Jezus moest zijn leven bereidwillig voor ons geven.

Lucifer, 'zoon van de dageraad' (Jesaja 14:12; zie ook LV 76:26–27), zei in de voorsterfelijke raad in de hemel:

'Zie, hier ben ik, zend mij, ik zal uw zoon zijn en ik zal het gehele mensdom verlossen, zodat niet één ziel verloren zal gaan, en voorzeker zal ik het doen; daarom, geef mij uw eer.

'Maar zie, mijn geliefde Zoon, die mijn Geliefde en Uitverkorene is geweest vanaf het begin, zeide tot Mij: Vader, uw wil geschiede en de heerlijkheid zij de uwe voor eeuwig!' (Mozes 4:1–2; zie ook Abraham 3:27.)

De Zoon zei vanwege de grote liefde die Hij voor zijn Vader en ieder van ons heeft: 'Zend Mij.' Hij gebruikte daarbij zijn keuzevrijheid.

'Zoals de Vader Mij kent en Ik de Vader ken; en Ik geef Mijn leven voor de schapen. [...]

'Daarom heeft de Vader Mij lief, omdat Ik Mijn leven geef om het opnieuw te nemen.

'Niemand neemt het Mij af, maar Ik geef het uit Mijzelf; 'Ik heb macht het te geven, en heb macht het opnieuw

te nemen. Dit gebod heb Ik van Mijn Vader ontvangen' (Johannes 10:15, 17–18).

De Heiland had legioenen engelen kunnen gebieden Hem van het kruis te halen en direct naar zijn Vader terug te brengen. Maar Hij koos ervoor Zich voor ons op te offeren, zijn zending op aarde te volbrengen en tot het einde te volharden. Daarmee voltooide Hij zijn zoenoffer.

Jezus wilde op aarde komen en was daar volledig toe bekwaam. Hij heeft gezegd: 'Want Ik ben uit de hemel neergedaald, niet opdat Ik Mijn wil zou doen, maar de wil van Hem Die Mij gezonden heeft' (Johannes 6:38).

Jezus was in het voorsterfelijk bestaan geordend

Petrus heeft gezegd dat Jezus 'van tevoren gekend [was], vóór de grondlegging van de wereld' (zie 1 Petrus 1:19–21).

In alle bedelingen hebben profeten de komst van Jezus Christus en zijn zending voorgezegd. Henoeh kreeg dankzij zijn grote geloof een heerlijk visioen van de geboorte, dood, hemelvaart en wederkomst van de Heiland te zien:

'En zie, Henoeh zag de dag van de komst van de Zoon des Mensen, ja, in het vlees; en zijn ziel verheugde zich, zeggende: De Rechtvaardige is opgeheven, en het Lam is geslacht sedert de grondlegging der wereld [...].

'En de Heer zeide tot Henoeh: Kijk! En hij keek en zag de Zoon des Mensen verhoogd aan het kruis, naar de wijze der mensen;



ECCE HOMO. J. KIRK RICHARDS

‘en hij hoorde een luide stem; en de hemelen werden versluisd; en alle scheppingen van God treurden; en de aarde kreunde; en de rotsen scheurden; en de heiligen stonden op en werden ter rechterhand van de Zoon des Mensen gekroond met een kroon van heerlijkheid [...].

‘En Henoeh zag de Zoon des Mensen opvaren tot de Vader [...].

‘En het geschiedde dat Henoeh de dag van de komst van de Zoon des Mensen zag, in de laatste dagen, om in gerechtigheid op aarde te wonen voor een tijdspanne van duizend jaar’ (Mozes 7:47, 55–56, 59, 65).

Amulek getuigde ongeveer 75 jaar vóór de geboorte van Christus: ‘Zie, ik zeg u dat ik weet dat Christus onder de mensenkinderen zal komen om de overtredingen van zijn volk op Zich te nemen, en dat Hij verzoening zal doen voor de zonden der wereld; want de Here God heeft het gesproken’ (Alma 34:8).

Jezus had unieke bekwaamheden

Alleen Jezus Christus kon het zoenoffer brengen. Hij had namelijk een sterfelijke moeder, Maria, en had de macht over het leven van zijn Vader gekregen (zie Johannes 5:26). Dankzij die macht over het leven overwon Hij de dood en werd het graf tenietgedaan. Hij werd onze Heiland en Middelaar, de Meester van de opstanding en het middel waardoor ons allen heil en onsterfelijkheid ten deel vallen. Dankzij het zoenoffer van Jezus Christus zullen wij allemaal herrijzen en onsterfelijk worden.

Jezus bracht gewillig verzoening voor de erfzonde

In het tweede geloofsartikel staat: ‘Wij geloven dat de mens zal worden gestraft voor zijn eigen zonden en niet voor Adams overtreding.’

Wij gebruiken onze keuzevrijheid als we ervoor kiezen geloof te oefenen. Wij kunnen ons met ijver bekeren. Zonder de verzoening kan dat niet.

In Mozes staat: ‘Hierdoor is het gezegde alom onder het volk gekomen dat de Zoon van God verzoening heeft gedaan voor de oorspronkelijke schuld, waardoor de zonden van de ouders niet op het hoofd van de kinderen kunnen neerkomen’ (Mozes 6:54).

In 2 Nephi leren we iets geweldigs:



GRUIZE DAG GOLGOTHA, J. KIRK RICHARDS

‘Want aangezien de dood over alle mensen is gekomen ter vervulling van het barmhartige plan van de grote Schepper, moet er wel een kracht tot opstanding zijn, en de opstanding moet de mens wel toekomen wegens de val; en de val is gekomen wegens overtreding; en omdat de mens een gevallen wezen werd, werd hij afgesneden van de tegenwoordigheid des Heren.

‘Daarom moet het wel een onbepaalde verzoening zijn — indien het geen onbepaalde verzoening was, zou deze verderfelijke geen onverderfelijke kunnen aandoen. Dan had het eerste oordeel dat over de mens is gekomen wel eindeloos moeten voortduren. En dan zou dit vlees zijn neergelegd om te ontbinden en uiteen te vallen tot zijn moeder aarde, om niet meer op te staan’ (2 Nephi 9:6–7).

Jezus was de enige volmaakte mens

De Heiland zegt in de Leer en Verbonden: ‘Vader, zie het lijden en de dood van Hem die geen zonde heeft begaan, in wie Gij welbehagen hadt; zie het bloed van uw Zoon dat vergoten is, het bloed van Hem die Gij gegeven hebt, opdat Gij zelf verheerlijkt zoudt worden’ (LV 45:4).

Jezus Christus was de enige volmaakte, zondeloze mens. Offerande in het Oude Testament hield een bloedoffer in. Dat wees vooruit naar het offer van onze Heer en Verlosser aan het kruis waarmee Hij het zoenoffer zou voltoeien. De priesters brachten vroeger bloedoffers in de tempel. Daarbij offerden zij een gaaf en smetteloos lam dat in ieder opzicht

volmaakt was. De Heiland wordt in de Schriften vanwege zijn zuiverheid vaak 'het Lam Gods' genoemd (zie bijvoorbeeld Johannes 1:29, 36; 1 Nephi 12:6; 14:10; LV 88:106).

Petrus zegt dat we verlost worden 'met het kostbaar bloed van Christus, als van een smetteloos en onbevlekt lam' (1 Petrus 1:19).

Jezus heeft de zonden van de wereld weggenomen

Uit de volgende verzen blijkt dat de Heiland door zijn verzoening onze zonden voor zijn rekening heeft genomen:

'Wij allen zijn als schapen afgedwaald; wij hebben ons ieder naar onze eigen weg gewend; en de Heer heeft ons aller ongerechtigheid op Hem doen neerkomen' (Mosiah 14:6).

'God echter bevestigt Zijn liefde voor ons daarin dat Christus voor ons gestorven is toen wij nog zondaars waren. [...]

'Want als wij, toen wij vijanden waren, met God verzoend zijn door de dood van Zijn Zoon, hoeveel te meer zullen wij behouden worden door Zijn leven, omdat wij verzoend zijn.

'En dit niet alleen, maar wij roemen ook in God, door onze Heere Jezus Christus, door Wie wij nu de verzoening ontvangen hebben. [...]

'Want zoals door de ongehoorzaamheid van de ene mens velen als zondaars aangemerkt worden, zo zullen ook door de gehoorzaamheid van de Ene velen als rechtvaardigen aangemerkt worden' (Romeinen 5:8, 10–11, 19).

'Zodat vervuld werd wat gesproken was door de profeet Jesaja toen hij zei: Hij heeft onze zwakheden op Zich genomen, en onze ziekten gedragen' (Mattheüs 8:17).

'Maar God houdt niet op God te zijn, en de barmhartigheid maakt aanspraak op de boetvaardigen, en de barmhartigheid is het gevolg van de verzoening; en de verzoening brengt de opstanding der doden teweeg; en de opstanding der doden voert de mensen terug in de tegenwoordigheid Gods; en aldus worden zij in zijn tegenwoordigheid teruggebracht om te worden geoordeeld naar hun werken, volgens de wet en de gerechtigheid. [...]

'En aldus verwezenlijkt God zijn grote en eeuwige doeleinden, die sedert de grondlegging der wereld

waren bereid. En aldus komen de redding en de verlossing der mensen tot stand, en tevens hun vernietiging en ellende' (Alma 42:23, 26).

Jezus volhardde tot het einde

Jezus Christus doorstond de beproevingen, het lijden, het offer en de moeilijkheden van Gethsémané, plus de foltering van Golgotha aan het kruis. Uiteindelijk kon Hij zeggen: 'Het is volbracht!' (Johannes 19:30.) Hij had zijn werk op aarde volbracht en tot het einde volhard. Daarmee voltooide Hij zijn zoenoffer.

In de hof zei Hij: 'Mijn Vader, als het mogelijk is, laat deze drinkbeker aan Mij voorbijgaan. Maar niet zoals Ik wil, maar zoals U wilt' (Mattheüs 26:39).

In de Leer en Verbonden staat:

'Welk lijden Mij, ja, God, de grootste van allen, van pijn deed sidderen en uit iedere porie bloeden, en naar lichaam en geest deed lijden — en Ik wilde dat Ik de bittere beker niet behoefde te drinken, en kon terugdeinzen —

'nietemin, ere zij de Vader, en Ik dronk en volbracht mijn voorbereidingen voor de mensenkinderen' (LV 19:18–19).

Jezus zei tot zijn Vader: 'Ik heb U verheerlijkt op de aarde. Ik heb het werk volbracht dat U Mij gegeven hebt om te doen' (Johannes 17:4).

Toen, aan het kruis, 'Jezus dan de zure wijn genomen had, zei Hij: Het is volbracht! En Hij boog het hoofd en gaf de geest' (Johannes 19:30).



WAAR HEBBEN ZE HEM NIEERGELEGD? | KIRK RICHARDS

Jezus kwam op aarde, behield zijn goddelijke staat zodat Hij het zoenoffer kon brengen, en volhardde tot het einde.

Wees Hem door het avondmaal indachtig

Wij zijn het zoenoffer van de Heiland tegenwoordig door de zinnebeelden van het brood en het water indachtig. Dat gebruik met de symbolen van zijn lichaam en zijn bloed heeft de Heer bij het laatste avondmaal met zijn apostelen ingesteld.

‘En Hij nam brood en nadat Hij gedankt had, brak Hij het en gaf het aan hen met de woorden: Dit is Mijn lichaam, dat voor u gegeven wordt. Doe dat tot Mijn gedachtenis.

‘Evenzo nam Hij ook de drinkbeker na het gebruiken van de maaltijd en zei: Deze drinkbeker is het nieuwe verbond in Mijn bloed, dat voor u vergoten wordt’ (Lukas 22:19–20).

In Johannes 11:25–26 lezen wij:

‘Ik ben de Opstanding en het Leven; wie in Mij gelooft, zal leven, ook al was hij gestorven,

‘en ieder die leeft en in Mij gelooft, zal niet sterven in eeuwigheid.’

Wij lezen ook: ‘Ik ben het levende brood, dat uit de hemel neergedaald is; als iemand van dit brood eet, hij zal leven in eeuwigheid. En het brood dat Ik geven zal, is Mijn vlees, dat Ik geven zal voor het leven van de wereld’ (Johannes 6:51).

‘Het leven van de wereld’ betekent het eeuwige leven.

Wij moeten ons en ons gezin wekelijks op deelname aan het avondmaal voorbereiden. Zo kunnen wij onze verbonden met een bekeerlijk hart hernieuwen.

De Vader en de Zoon hebben ons lief

De Vader zond zijn Zoon naar de aarde — in zijn goedgunstigheid — en liet Hem kruisigen en alles verduren wat Hij verduren moest. Wij lezen in Johannes:

‘Jezus zei [...]: Ik ben de Weg, de Waarheid en het Leven. Niemand komt tot de Vader dan door Mij.

‘Als u Mij gekend had, zou u ook Mijn Vader gekend hebben; en van nu af kent u Hem en hebt u Hem gezien’ (Johannes 14:6–7).



TWIJFEL NIET, THOMAS, J. KIRK RICHARDS

‘Hierin is de liefde, niet dat wij God lief hebben gekregen, maar dat Hij ons liefhad en Zijn Zoon zond als verzoening voor onze zonden’ (1 Johannes 4:10).

Tot besluit

Iedere sterveling zal uit de dood opstaan. Maar we moeten onze getrouwheid, keuzevrijheid, gehoorzaamheid en bekering aanwenden en zo aan de zegening van verhoging werken. Gerechtigheid zal vergezeld gaan van barmhartigheid, wat bekering mogelijk maakt.

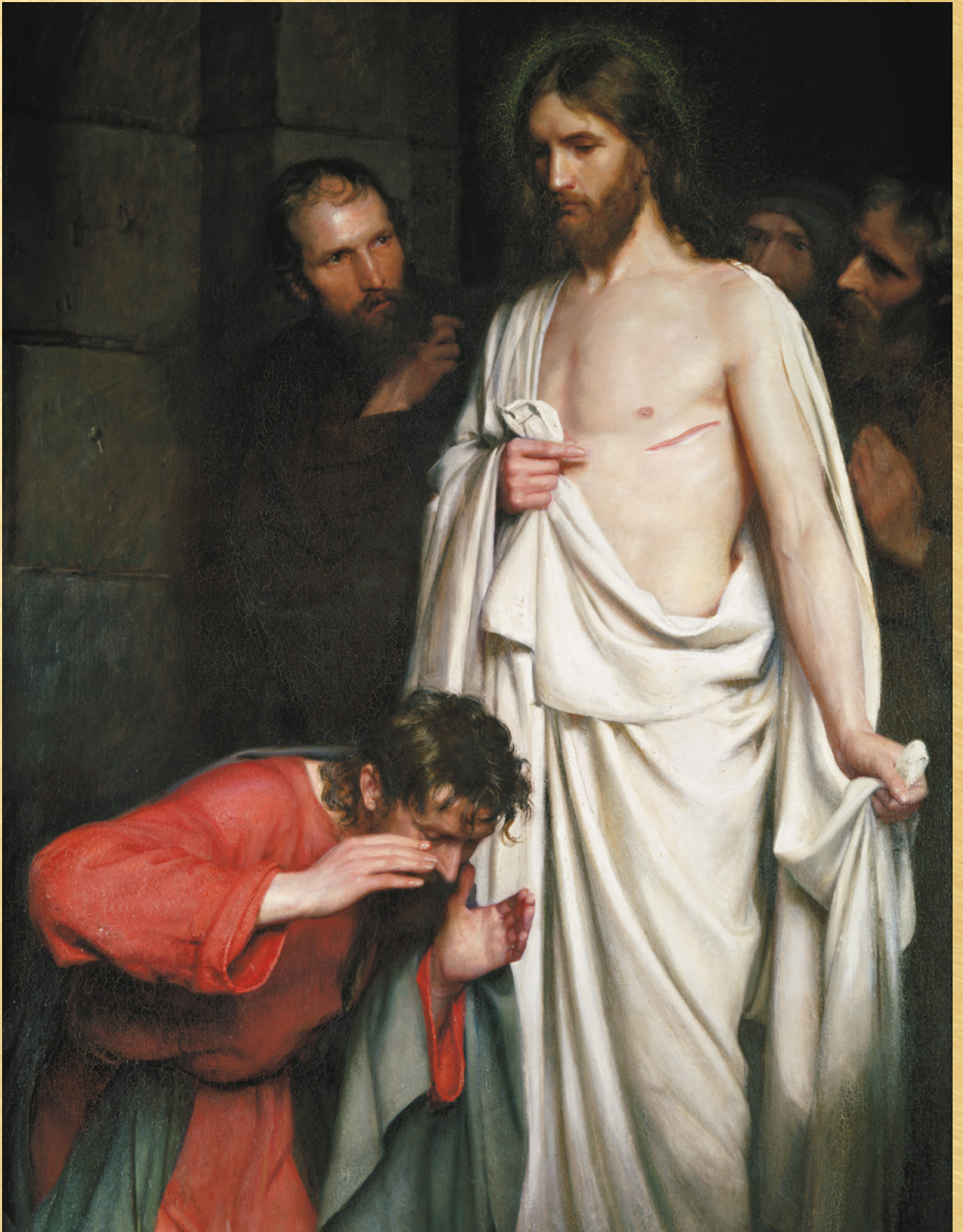
Wij nemen de naam van Jezus Christus met de doop op ons omdat we Hem als onze Verlosser willen volgen en aannemen. Wij nemen de wet van gehoorzaamheid aan. Wij beloven dat wij Hem altijd indachtig zullen zijn en zijn geboden zullen onderhouden. Wij hernieuwen onze verbonden wanneer wij aan het avondmaal deelnemen.

Bij de hernieuwing van onze verbonden wordt ons beloofd dat wij zijn Geest altijd bij ons mogen hebben. Als wij zijn Geest en diens leiding in ons leven toelaten, kunnen wij bij onze hemelse Vader en zijn Zoon, Jezus Christus, terugkeren. Dat is hun plan van geluk voor ons — het heilsplan. ■

Naar een toespraak, 'The Atonement', op 24 juni 2008 gehouden in een instructiebijeenkomst voor nieuwe zendingspresidenten in het opleidingscentrum voor zendelingen te Provo.

NOOT

1. Zie *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (2007), 53.



DE opstanding. VAN Jezus Christus EN DE BETEKENIS VAN HET LICHAAM

David A. Edwards

Kerkelijke tijdschriften

‘Hij [zei]: Het is volbracht! En Hij boog het hoofd en gaf de geest’ (Johannes 19:30). Op dat ogenblik verliet de geest van Jezus Christus zijn lichaam — een lichaam dat had geleden zodat Hij voor de zonden van alle mensen kon verzoenen en hen kon steunen in hun zwakte (zie Alma 7:12–13). Dat lichaam was nu een lege huls. Het werd van het kruis genomen, in doeken gewikkeld en in een graftombe gelegd. Op de derde dag kwamen er vrouwen naar het graf. Zij zouden de laatste voorbereidingen voor de begrafenis van het lichaam treffen.

Maar het lichaam was verdwenen.

De ontdekking van de lege graftombe was nog maar het begin. Maria Magdalena, de apostelen en, later, vele anderen waren getuige van een wonder: de opgestane, volmaakte Jezus Christus in een tastbare, menselijk vorm.

De Heiland zorgde dat die getuigen van zijn opstanding echt begrepen wat voor lichaam Hij had. Hij nodigde de apostelen bijvoorbeeld uit om zijn lichaam aan te raken zodat ze zeker wisten dat Hij stoffelijk was en geen verschijning (zie Lukas 24:36–40).¹

Hij at zelfs met hen (zie Lukas 24:42–43).

Toen de apostelen hun opdracht om het evangelie van Jezus Christus te prediken vervulden, kregen ze met weerstand en vervolging te maken. Dat kwam deels doordat ze onderwezen dat Jezus Christus was opgestaan en dat de hele mensheid daarom ook uit de dood op zou staan (zie Handelingen 4:1–3).

Nu wordt de opstanding van Jezus Christus nog steeds als kernpunt van de boodschap door zijn kerk aan de wereld verkondigd.

De profeet Joseph Smith heeft verklaard: ‘De fundamentele beginselen van onze godsdienst zijn het getuigenis dat de apostelen en profeten hebben van Jezus Christus, dat Hij gestorven is, begraven, en op de derde dag herrezen, en dat Hij tot in de hemel opgestegen is; en alle andere aspecten van onze godsdienst zijn slechts aanhangsels daarvan.’²

Door de opstanding kunnen we fundamentele vragen over de aard van God, onze eigen aard en onze relatie tot God, het doel van dit leven en de hoop die we in Christus hebben, beter beantwoorden. De volgende inzichten worden door de opstanding van Jezus Christus onderstreept.

Door de opstanding van Jezus Christus krijgen we belangrijke inzichten ten aanzien van het menselijk lichaam.



Allen die het denkbeeld van een belichaamde God van de hand wijzen, wijzen zowel de sterfelijke Christus van de hand.'

— Ouderling

Jeffrey R. Holland

Onze hemelse Vader heeft een verheerlijkt lichaam

De idee dat God er als een mens uitziet, is gebaseerd op de Bijbel³ en op de algemeen verbreide opvatting daarover, maar veel theologische en godsdienstig filosofische tradities wijzen die af. Zij kiezen voor een God 'zonder lichaam, lichaamsdelen of passie.'⁴ Vanuit dit standpunt is het lichaam (en materie in het algemeen) namelijk slecht of onwerkelijk en zijn geest, verstand en gedachten de ware kern van ons ultieme zijn of van de werkelijkheid.

De openbaring van de natuur van God door zijn Zoon, Jezus Christus, was dus heerlijk eenvoudig en revolutionair.

De Heiland zei tijdens zijn bediening: 'Wie Mij gezien heeft, heeft de Vader gezien' (Johannes 14:9). Dat bleek nog duidelijker na zijn opstanding met een vervolmaakt, onsterfelijk lichaam; een bewijs dat 'de Vader een lichaam van vlees en beenderen [heeft], even tastbaar als dat van de mens' (Leer en Verbonden 130:22).

De fysieke natuur van onze hemelse Vader werd op die manier onthuld. Zoals Joseph Smith later uitlegde: 'Iets wat geen

lichaamsdelen heeft, is niets. Er is geen andere god in de hemel dan de God die vlees en beenderen heeft.'⁵

Ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen zei het zo: 'Als een lichaam niet alleen niet nodig maar ook niet begerenswaard is, waarom verlost de Verlosser van de mensheid dan *zijn eigen* lichaam uit de greep van de dood en het graf, waarmee Hij garandeerde dat het voor tijd en eeuwigheid niet meer van zijn geest gescheiden zou worden? *Allen die het denkbeeld van een belichaamde God van de hand wijzen, wijzen zowel de sterfelijke als de herrezen Christus van de hand.*'⁶

Onze hemelse Vader is almachtig, alwetend en vol liefde

De volmaakte eigenschappen in het karakter van onze hemelse Vader manifesteren zich juist ook in de opstanding van Jezus Christus. Ouderling D. Todd Christofferson van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Daar de opstanding van Christus echt heeft plaatsgevonden, zijn twijfels over de almacht, alwetendheid en welwillendheid van God de Vader, die zijn eniggeboren Zoon voor de redding van de wereld gegeven heeft, ongegrond.'⁷

De macht, kennis en goedheid van God staan vast door de opstanding van Jezus Christus. Zij is het bewijs van de wijsheid en liefde in het plan van onze hemelse Vader en van het vermogen van de Vader (en zijn Zoon) om dat plan uit te voeren.

Wij zijn Gods kinderen

Wij zijn, zoals de Bijbel leert, geschapen 'naar het beeld van God [...], mannelijk en vrouwelijk' (Genesis 1:27). De opstanding van Jezus Christus bevestigde dat dit waar is. Direct na zijn opstanding benadrukte Jezus Christus onze relatie tot onze hemelse Vader met de woorden: 'Ik vaar op naar mijn Vader *en uw Vader*, en naar mijn

God en uw God' (Johannes 20:17; cursivering toegevoegd).

De Heiland toonde dat God en de mensheid in de kern van hun wezen niet volslagen van elkaar verschillen. De basisvorm van ons lichaam is gelijk aan die van onze geest,⁸ en onze geest is naar het beeld van God geschapen, want dat is het kenmerk van de ouder-kindrelatie.

Het lichaam is een geschenk dat ons mogelijkheden biedt en ons vervolmaakt

Door zijn opstanding maakte de Heiland ons duidelijk dat een lichamelijk bestaan een integraal onderdeel uitmaakt van het eeuwig bestaan van God en zijn kinderen. Zoals de Heer tegen Joseph Smith zei: 'De elementen zijn eeuwig, en geest en element, onscheidbaar verbonden, ontvangen een volheid van vreugde' (Leer en Verbonden 93:33). Die onscheidbare verbinding smelt geest en stoffelijke materie samen zodat ze één onsterfelijk, onvergankelijk, heerlijk en volmaakt lichaam worden; het enige soort lichaam dat de volheid van vreugde die God bezit, kan ontvangen.

Daarentegen beschouwen de doden, wanneer ze een stoffelijk lichaam hebben gehad en daarvan gescheiden zijn, 'de [...] afwezigheid van hun geest uit hun lichaam als een gevangenschap' (Leer en Verbonden 138:50; zie ook Leer en Verbonden 45:17).

Zelfs ons stoffelijk lichaam maakt een onmisbaar deel uit van het plan van onze hemelse Vader en is een goddelijk geschenk. Wanneer wij als voorsterfelijke geest naar deze aarde komen, wordt ons een lichaam 'toegevoegd' (Abraham 3:26). Joseph Smith heeft gezegd: 'We zijn naar deze aarde gekomen om een lichaam te ontvangen dat wij in een zuivere staat aan God in het celestiale koninkrijk moeten presenteren. Het grote beginsel van geluk zit in het bezitten van een lichaam. De duivel heeft geen lichaam en dat is zijn straf.'⁹

Ouderling David A. Bednar van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Ons stoffelijk lichaam zorgt dat we ervaringen kunnen opdoen die we in ons voorsterfelijk bestaan nooit in die omvang of intensiteit konden hebben. Onze relaties met andere mensen, ons vermogen om waarheid te herkennen en ernaar te leven, en gehoorzaam te zijn aan de beginselen en verordeningen van het evangelie van Jezus Christus, worden versterkt door ons stoffelijk lichaam. In deze aardse leerschool ervaren we tederheid, liefde, vriendelijkheid, geluk, verdriet, teleurstelling, pijn en zelfs lichamelijke beperkingen die ons voorbereiden op de eeuwigheid. Eenvoudig gezegd zijn er lessen die we moeten leren en ervaringen die we moeten opdoen "naar het vlees", zoals dat in de Schriften genoemd wordt (1 Nephi 19:6; Alma 7:12–13).'¹⁰

De profeet Joseph Smith heeft verklaard dat 'allen die een lichaam bezitten, macht hebben over hen die dat niet bezitten.'¹¹ Satan kan ons verzoeken, maar hij kan niet dwingen. 'De duivel kan geen macht over ons uitoefenen als wij hem dat niet toestaan.'¹²

*Ons stoffelijk
lichaam maakt
een onmisbaar deel
uit van het plan van
onze hemelse Vader
en is een goddelijk
geschenk. Wanneer
wij als voorsterfelijke
geest naar deze
aarde komen,
wordt ons een
lichaam 'toegevoegd'
(Abraham 3:26).*



Uiteindelijk zal de gave van een volmaakt, opgestaan lichaam ons voor eeuwig buiten het bereik van Satans macht plaatsen. Als er geen opstanding was, ‘zou onze geest moeten worden onderworpen [...] aan de duivel [...] om niet meer op te staan. En onze geest had hem gelijk moeten worden, en wij waren duivels geworden, engelen van een duivel, om te worden uitgesloten van de tegenwoordigheid van onze God, en om bij de vader der leugen te verblijven, in ellende, net zoals hijzelf’ (2 Nephi 9:8–9).

De geest en het lichaam zijn geen vijanden van elkaar

Hoewel de geest en het lichaam van elkaar verschillen, horen ze niet bij twee wezenlijk verschillende en onverzoenlijke werelden. Joseph Smith onderwees: ‘Er bestaat niet zoiets als onstoffelijke materie. Alle geest is materie, maar ze is fijner of reiner, en kan alleen door reine ogen onderscheiden worden; wij kunnen het niet zien, maar als ons lichaam is gereinigd, zullen wij zien dat het allemaal materie is’ (Leer en Verbonden 131:7–8).

In zijn verheerlijkte, opgestane staat vertegenwoordigt Jezus Christus de volmaakte vereniging van geest en lichaam en toont ons dat ‘de geest en het lichaam de ziel van de mens [zijn]’ (Leer en Verbonden 88:15). In dit leven streven we ernaar om ‘geestelijk gezind’ in plaats van ‘vleselijk gezind’ te zijn (2 Nephi 9:39), ‘de natuurlijke mens [af te leggen]’ (Mosiah 3:19) en al onze hartstochten te beteugelen (zie Alma 38:12). Maar dat betekent niet dat de geest en het lichaam elkaars vijand zijn. Jezus Christus liet ons zien dat we het lichaam niet moeten verachten of ontstijgen, maar dat we het moeten beheersen en dat het zal veranderen.



Het leven in een sterfelijk lichaam dient een belangrijk doel

Het idee dat dit leven een test is wordt logischer als we bedenken wat we van ons leven hiervoor en hierna weten. We leefden als geest voordat we naar de aarde kwamen; en onze hemelse Vader wil dat we zoals Hij worden en voor eeuwig met een onsterfelijk stoffelijk lichaam leven. Dat betekent dat onze proeftijd in dit stoffelijk lichaam niet willekeurig is, maar werkelijk betekenis en een doel heeft.

Ouderling Christofferson legde uit: ‘Door onze keuzen zouden we aan God (en onszelf) onze toewijding betonen en ons vermogen om naar zijn celestiale wet te leven, hoewel we niet bij Hem zouden zijn en een stoffelijk lichaam hadden met alle daarbij behorende macht, lust en passie. Zouden we het vlees kunnen beteugelen zodat het een werktuig in plaats van de meester van onze geest werd? Kon Hij ons in tijd en eeuwigheid goddelijke macht toevertrouwen, waaronder de macht om leven te scheppen? Zouden we ieder persoonlijk het kwaad overwinnen? Aan wie dat konden zou ‘op hun hoofd heerlijkheid worden toegevoegd voor eeuwig en altijd’ [Abraham 3:26]. En een heel belangrijk aspect van die heerlijkheid is een herrezen, onsterfelijk en verheerlijkt stoffelijk lichaam.’¹³

Onze ervaringen in ons huidige lichaam, waaronder onze relaties met elkaar, zijn van belang omdat ze lijken op wat gaat komen. Joseph Smith heeft gezegd: ‘Dezelfde betrekkingen die hier onder ons bestaan, zullen ook daar onder ons bestaan, maar zullen dan gepaard gaan met eeuwige heerlijkheid, een heerlijkheid die wij nu niet genieten’ (Leer en Verbonden 130:2).

In zijn verheerlijkte, opgestane staat vertegenwoordigt Jezus Christus de volmaakte vereniging van geest en lichaam en toont ons dat ‘de geest en het lichaam de ziel van de mens [zijn]’ (Leer en Verbonden 88:15).



Sinds de aanblik van het lege graf vinden we hoop in de opstanding van Jezus Christus omdat we in zijn opstanding het vooruitzicht op onze eigen opstanding zien.

We vinden hoop in Jezus Christus

Sinds de aanblik van het lege graf vinden we hoop in de opstanding van Jezus Christus omdat we in zijn opstanding een prognose van onze eigen opstanding zien, waarbij ‘al [onze] verliezen worden goedgeemaakt [...], vooropgesteld dat [we] getrouw blijven.’¹⁴

De eerste apostelen van de Heiland konden krachtig van zijn opstanding getuigen omdat zij zijn lichaam hadden gezien en aangeraakt. Maar er was meer. Zoals Jezus Christus lichamelijke tekorten had genezen om te laten zien dat Hij de macht had om zonden te vergeven (zie Lukas 5:23–25), zo werd zijn opstanding — het tastbare bewijs van zijn macht om de lichamelijke dood te overwinnen — de verzekering voor zijn volgelingen dat Hij ook macht had om de geestelijke dood te overwinnen. De beloften die Hij in zijn leringen deed — vergeving van zonden, vrede in dit leven, eeuwig leven in het koninkrijk van zijn Vader — werden reëel en hun geloof werd onwankelbaar.

‘Als Christus niet is opgewekt, is [ons] geloof zinloos’ (1 Korinthe 15:17). Maar omdat Hij uit de dood *is* opgestaan kunnen wij ‘door de verzoening van Christus en door de kracht van zijn opstanding hopen tot het eeuwige leven te worden opgewekt, en wel wegens [ons] geloof in Hem volgens de belofte’ (Moroni 7:41).

Tijdens zijn aardse leven vroeg Jezus Christus mensen om Hem te volgen. Na zijn dood en opstanding werd onze bestemming nog duidelijker. Als wij door gehoorzaamheid aan de wetten en verordeningen van het evangelie een ‘celestiale geest’ ontwikkelen, zullen wij ‘hetzelfde lichaam ontvangen dat een natuurlijk lichaam was’ en ‘levend [worden] gemaakt door een gedeelte der celestiale heerlijkheid [en] daarvan ontvangen, ja, een volheid’ (Leer en Verbonden 88:28–29). Hij heeft de weg aangegeven. Hij is de weg. Door zijn macht — door zijn verzoening en opstanding — is die celestiale volheid mogelijk. En daarbij hoort een volheid van vreugde in een herrezen lichaam. ■

NOTEN

1. Toen Jezus Christus aan het volk in de Nieuwe Wereld verscheen, vroeg Hij hen (duizenden) om ‘één voor één’ naar Hem toe te komen en zijn handen, voeten en zijde aan te raken zodat zij konden getuigen dat ze de herrezen Heer hadden aangeraakt en gezien (zie 3 Nephi 11:14–15; 18:25).
2. *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (2007), 52.
3. Zie Genesis 1:27; Exodus 33:11; Handelingen 7:56.

4. Hoewel vergelijkbare ideeën in vroegchristelijke geloofsbelijdenissen waren geuit, komt deze formulering uit de 39 artikelen van de anglicaanse kerk (1563).
5. *Leringen: Joseph Smith*, 42.
6. Jeffrey R. Holland, ‘De enige waarachtige God en Jezus Christus, die Hij gezond heeft,’ *Liahona*, november 2007, 42.
7. D. Todd Christofferson, ‘De opstanding van Jezus Christus,’ *Liahona*, mei 2014, 113.
8. De verschijning van de voorsterfelijke Christus was daar een bewijs van, want

Hij liet zien dat het lichaam van zijn geest een menselijke gedaante had (zie Ether 3:16).

9. *Leringen: Joseph Smith*, 228.
10. David A. Bednar, ‘Wij geloven kuis te moeten zijn,’ *Liahona*, mei 2013, 41.
11. *Leringen: Joseph Smith*, 228.
12. Zie *Leringen: Joseph Smith*, 230.
13. D. Todd Christofferson, ‘Waarom een huwelijk, waarom een gezin,’ *Liahona*, mei 2015, 51.
14. Zie *Leringen: Joseph Smith*, 55.

Kom, kom tot Hem

Innig ♩ = 44-48

Tekst naar Steven K. Jones
Muziek naar Michael F. Moody

1. Hij
(2. Hij)
(3. Hij)

5 kwam tot ons; zijn lief - de was groot. Geen en - ke - le mens die Hij
kwam op aard', ge - woon als een man, die nu on - ze zor - gen
leef - de als wij, ver - trouwd met veel smart. Van hen die ge - lo - ven ver -

8 zo - maar ver - stoot. En zon - der Hem is 't duis - ter dicht; geen
be - grij - pen kan. Geen aard - se pijn die Hij ver - meed; geen
licht Hij het hart. Hij geeft hun zicht. Na ech - te spijt ver -

11 *a tempo*
zorg of ver - driet dat Hij niet ver - licht. Kom, kom tot
hon - ger, geen hart - zeer dat Hij niet leed. Kom, kom tot
geeft Hij de zon - den aan wie ze be - lijdt. Kom, kom tot

2



14

Hem. _____
Hem. _____ Kom tot Hem. Leer toch van Hem, _____ want
Hem. _____

17

Hij is need' - rig, zacht - moe - dig van hart. Kom, kom tot

20

Hem. _____ 1, 2. 3. 2. Hij 0
3. Hij

23

rall.

kom, kom tot Hem. _____

© 2016 Steven K. Jones en Michael F. Moody. Alle rechten voorbehouden.
Het maken van kopieën voor eenmalig, niet-commercieel gebruik thuis of in de kerk is toegestaan.



BRUG NAAR hoop EN genezing

Met gepaste hulp kunnen slachtoffers van seksueel misbruik de genezing vinden waar ze zo naar verlangen.

Nanon Talley

LDS Family Services (Texas, VS)

Beeld je in dat je voor een diepe ravijn staat en naar de overkant wil, omdat je hebt gehoord dat daar het geluk op jou wacht. Terwijl je een manier zoekt om over te steken, vind je een berg bouw materiaal waarmee je een brug over het ravijn kunt maken.

Als je niet weet hoe je die brug moet maken, is het materiaal nutteloos en voel je je gefrustreerd en hopeloos. Als je echter hulp krijgt van iemand die ervaring heeft met het bouwen van bruggen, kun je meer kennis en begrip opdoen en kun je samen de opdracht tot een goed einde brengen.

Ik begeleid al achttien jaar mensen met emotionele of mentale problemen, en reik hen de middelen aan waarmee ze de kloof van hun emotionele of mentale lijden kunnen overbruggen. Van alle mensen die ik heb behandeld, zijn de slachtoffers van seksueel misbruik het meest beschadigd. Ik heb gezien hoe dit probleem het mensen moeilijk maakt om tot het einde te volharden.

Ik heb echter ook geleerd dat wij dankzij onze Heiland blijvend verlichting van onze strijd en pijn kunnen ervaren. Zijn liefde tilt mensen uit de duisternis naar het licht.

Waarom brengt seksueel misbruik zoveel schade toe?

Slachtoffers van misbruik spreken over een leven van depressie, gebrek aan zelfvertrouwen en diepe emotionele pijn. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) heeft uitgelegd waarom seksueel misbruik zoveel pijn doet:

‘Dan hebben we nog de afgrijselijke, boosaardige praktijken van seksueel misbruik. Het is ondenkbaar. Het is een belediging van het fatsoen dat in iedere man en vrouw hoort te bestaan. Het is *een schending van datgene wat heilig en goddelijk is*. Het vernietigt kinderen. Het is verwerpelijk en *moet krachtig veroordeeld worden*.

‘Iedere man of vrouw die een kind seksueel misbruikt, moet zich diep schamen. De misbruiker brengt niet alleen *de ergst mogelijke schade toe*. Hij of zij staat ook veroordeeld voor de Heer.’¹

Het vermogen tot voortplanting is een heilige en goddelijke macht die onze hemelse Vader zijn kinderen heeft gegeven. Ouderling David A. Bednar van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: ‘Het voortplantingsvermogen heeft geestelijke betekenis. [...] Onze hemelse Vader en zijn geliefde Zoon zijn scheppers en hebben ieder van

ons een deel van hun scheppingsmacht gegeven.’² Het is dan ook geen wonder dat de schending van deze heilige macht ‘krachtig veroordeeld moet worden’ en ‘de ergst mogelijke schade’ toebrengt.

Het trauma begrijpen

Seksueel misbruik wordt gedefinieerd als elke seksuele handeling, met of zonder aanraking, waartoe iemand voor de seksuele bevrediging van iemand anders wordt gedwongen. Maar al te vaak voelen slachtoffers van seksueel misbruik zich verward en krijgen ze te maken met gevoelens van onwaardigheid en schaamte die haast te zwaar zijn om te dragen. Het trauma en de pijn van de slachtoffers wordt vaak verergerd als anderen opmerkingen maken die voortkomen uit misvattingen over seksueel misbruik en de gevolgen die ermee gepaard gaan. Sommige slachtoffers krijgen te horen dat ze liegen of dat het misbruik hun eigen schuld is. Anderen krijgen ten onrechte de indruk dat ze zich moeten bekeren, alsof zij hebben gezondigd omdat ze zijn misbruikt.

Veel van mijn patiënten die in hun jeugd seksueel zijn misbruikt, krijgen de raad om zich ‘erover heen te zetten’, ‘het verleden te laten rusten’ of ‘te vergeten en vergeven’. Dergelijke uitspraken — vooral als ze van goede vrienden, familieleden of kerkleiders komen — brengen geen genezing of gemoedsrust, maar kunnen ertoe leiden dat het slachtoffer zich nog meer terugtrekt en zich schaamt. Net als ernstige lichamelijke kwetsuren of infecties gaan deze emotionele verwondingen niet weg als je ze negeert. De verwarring die door het misbruik ontstaat, wordt eerder groter, en de pijnlijke gevoelens die hieruit voortvloeien, kunnen tot verkeerde gedachten leiden en zelfs ongezond gedrag veroorzaken. Het kan zelfs gebeuren dat slachtoffers van misbruik niet beseffen dat ze zijn misbruikt, maar toch ongezond gedrag ontwikkelen en pijnlijke gevoelens ervaren.

Hannah (fictieve naam) werd als jong meisje seksueel misbruikt. Zoals veel slachtoffers groeide ze op met het gevoel dat ze vreselijk slecht en waardeloos was. Haar hele leven probeerde ze anderen te dienen om te compenseren dat ze niet ‘goed genoeg’ was en dat noch haar hemelse



Vader, noch iemand anders van haar kon houden. Als ze een relatie had, was ze bang dat de ander zou ontdekken hoe afschuwelijk ze wel was. Ze was zo bang om afgewezen te worden, dat ze niets nieuws durfde te proberen en eenvoudige taken, zoals iemand opbellen, niet kon uitvoeren. Ze was gezegend met artistiek talent maar deed daar niets mee omdat ze te bang was voor kritiek.

Meer dan vijftig jaar lang werden haar dagelijkse beslissingen overschaduwd door gevoelens van hulpeloosheid, machteloosheid, angst, woede, verwarring, schaamte, eenzaamheid en isolement.

Pijn vervangen door gemoedsrust

De Heiland doorstond 'pijnen en benauwingen en allerlei verzoeken'. Dat deed Hij 'opdat Hij naar het vlees zal weten hoe zijn volk te hulp te komen' (Alma 7:11-12). Hij heeft niet alleen geleden voor onze zonden, maar ook voor onze genezing als wij onder de zonden van iemand anders lijden.

Als de Heiland vandaag hier was, denk ik dat Hij met de slachtoffers van seksueel misbruik zou wenen en hen zou zegenen, net als Hij met de Nephtieten weende en hen zegende (zie 3 Nephi 17). Hoewel Hij hier niet lijfelijk aanwezig is, kan zijn Geest met ons zijn en heeft Hij ervoor gezorgd dat wij kunnen genezen, gemoedsrust kunnen vinden en kunnen vergeven.



Voor veel slachtoffers is het idee dat ze hun pijn kunnen vervangen door gemoedsrust, haast ongelooflijk. Slachtoffers van misbruik dragen vaak jarenlang trauma's met zich mee zonder dat iemand ze opmerkt of herkent. De pijn ligt verscholen onder glimlachende gezichten, behulpzaamheid en het vermogen om te leven alsof er niets aan de hand is. En toch is die pijn voortdurend aanwezig.

We kunnen het emotionele genezingsproces vergelijken met de behandeling van een lichamelijke kwetsuur. Beeld je in dat je je been hebt gebroken toen je jong was. In plaats van naar de dokter te gaan om het te laten spalken, bleef je rondstropelen tot de ergste pijn was verdwenen. Maar elke stap blijft pijnlijk. Jaren later wil je van de pijn af en dus ga je naar een dokter. De dokter moet de botten weer aan elkaar zetten, eventuele kalkafzetting verwijderen, een gipsverband aanleggen en fysiotherapie voorschrijven om het been te versterken.

Genezen van misbruik verloopt op een vergelijkbare manier: het slachtoffer dient eerst te erkennen

GEDRAGSKENMERKEN VAN SLACHTOFFERS

Slachtoffers vinden het vaak moeilijk om relaties aan te knopen. Ze kunnen meer behoefte hebben aan de goedkeuring van anderen, passief zijn, muren opwerpen zodat anderen niet te dichtbij komen en hen kwetsen, erkenning of bevestiging zoeken in promiscue seksueel gedrag (met inbegrip van pornografie en zelfbevrediging), of anderzijds alles verwerpen wat met seks te maken heeft. De schaamte die met dit gedrag gepaard gaat, belet mensen vaak om de hulp van ouders, priesterschapsleiders of therapeuten in te roepen, omdat zij het verband tussen het misbruik en hun gedrag niet begrijpen.

Slachtoffers die het evangelie naleven, vervallen vaak in extremen: Ofwel gaan ze helemaal in hun geloof op. Ze proberen alles goed te doen om hun gevoel van onwaardigheid te verhullen. Ofwel menen ze dat ze nooit het eeuwige leven waardig zullen zijn en het geen zin heeft om dat na te streven.

LESSEN UIT LEER EN VERBONDEN 123

Toen de profeet Joseph Smith in de gevangenis zat in Liberty (Missouri, VS), schreef hij een brief aan de kerk, die de afdelingen 121–123 van de Leer en Verbonden beslaat. De brief omvat de 'plicht van de heiligen ten opzichte van hun vervolgers' (LV 123, inleiding). Hij vroeg de heiligen die onder vervolging en lichamelijke verwondingen hadden geleden niet om hun pijn voor zichzelf te houden en te doen alsof er niets was gebeurd. Sta er eens bij stil hoe die raad in afdeling 123 toegepast kan worden als er van misbruik sprake is.



dat de pijn echt is en dat er iets aan kan worden gedaan. Dit proces houdt in dat het slachtoffer erkent wat er is gebeurd, en dat de gevoelens van pijn, angst en verdriet worden doorvoeld en erkend. Het is vaak nuttig om professionele hulp in te roepen van iemand die ervaring heeft met dit genezingsproces. (Vraag aan uw priesterschapsleider of er een filiaal van LDS Family Services bij u in de buurt is.)

Of er nu professionele hulp beschikbaar is of niet, het slachtoffer kan het beste bidden, het leven van de Heiland en zijn verzoening bestuderen, en geregeld met een priesterschapsleider praten. Die kan de lasten helpen verlichten en inspiratie ontvangen om de slachtoffers te helpen, zodat ze hun goddelijke waarde en hun relatie tot hun hemelse Vader en de Heiland beter begrijpen. Zuster Carole M. Stephens, eerste raadgeefster in het algemeen ZHV-presidium, heeft gezegd: 'Het genezingsproces kan veel tijd vergen. Het houdt in dat u onder gebed leiding en passende hulp zoekt, met inbegrip van hulp van priesterschapsdragers die daartoe zijn geordend. Het houdt in dat u helder communiceert,

gepaste grenzen stelt en misschien professionele hulp zoekt. Gedurende dat proces geestelijk gezond blijven is essentieel!'³

Hannah vroeg om hulp omdat haar leven ondraaglijk was geworden. Ze wist uit ervaring dat ze gemoedsrust en tevredenheid kon voelen, maar dat voelde ze niet de hele tijd. Dankzij het gebed en de gesprekken met haar bisschop ging ze in therapie. Daar kreeg ze de middelen aangereikt waarmee ze de waarheid aan het licht kon brengen en de afschuwelijke last die ze tot dan toe alleen had gedragen, kon delen. Daardoor kon ze de pijn loslaten en de vrede vinden die door de Heiland was beloofd (zie Johannes 14:27). Met die vrede en troost kwam ook het verlangen en het vermogen om te vergeven.

De noodzaak om te vergeven

Het idee van vergeving wordt door slachtoffers van misbruik vaak verkeerd begrepen en klinkt hen onaangenaam in de oren. Het slachtoffer voelt zich niet erkend als hij of zij denkt dat de dader vrijuit gaat als hij vergeven wordt, alsof zijn daden er niet meer toe doen. Hoewel van ons wordt

vereist dat wij vergeven (zie LV 64:10), kan een zwaar beschadigd slachtoffer de dader pas vergeven als het genezingsproces is begonnen.

Wie onder de pijn van misbruik gebukt gaat, kan troost vinden in deze raad uit het Boek van Mormon: 'Ik, Jakob, wil spreken tot u die rein van hart bent. Vertrouwt op God met een onwrikbaar gemoed en bid tot Hem met buitengewoon groot geloof, en Hij zal u in uw ellende vertroosten, en Hij zal uw zaak bepleiten en gerechtigheid doen neerkomen op hen die uw vernietiging zoeken' (Jakob 3:1). De behoefte aan gerechtigheid en het recht op schadeloosstelling kan aan de Heer worden overgelaten, zodat Hij onze pijn kan vervangen door gemoedsrust.

Na verloop van tijd merkte Hannah dat ze de drang naar rechtvaardigheid aan de Heer kon overlaten en in plaats daarvan een nooit eerder gekende gemoedsrust kon vinden. Voordien zag ze op tegen familiebijeenkomsten waar de dader aanwezig zou zijn. Omdat ze op haar pad naar genezing bereid was zware emotionele verwondingen het hoofd te bieden, is ze nu niet meer bang om bij hem in de buurt te komen en kan ze zelfs medelijden voor die oude man opbrengen.

Vrij van nodeloze lasten

Ouderling Richard G. Scott (1928–2015) van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Volledige genezing komt door uw geloof in Jezus Christus en zijn macht en

vermogen, vanwege zijn verzoening, om de littekens te genezen van wat onrechtvaardig en onverdiend is. [...]

Hij houdt van u. Hij heeft zijn leven gegeven opdat u vrij mag zijn van nodeloze lasten. Hij zal u erbij helpen. Ik weet dat Hij de macht heeft om u te genezen.'⁴

De tegenstander wil mensen in de greep van pijn en ellende houden, omdat hij ongelukkig is (zie 2 Nephi 2:27). Met de hulp van onze Heiland, Jezus Christus, kan pijn waarlijk plaats maken voor een gemoedsrust die alleen Hij kan brengen, en dan kunnen wij vreugde vinden. 'Adam viel, opdat de mensen zouden zijn; en de mensen zijn, opdat zij vreugde zullen hebben' (2 Nephi 2:25). Als wij een vreugdevol leven leiden, worden tijden van beproeving draaglijker en kunnen wij leren, groeien, en meer op onze Vader in de hemel gaan lijken.

Ik voel mij nederig en gezegend omdat ik heb kunnen samenwerken met slachtoffers van misbruik en omdat ik het wonder van genezing heb gezien dat alleen door de Heiland tot stand wordt gebracht. Als u getraumatiseerd bent, bid dan om hulp. U hoeft deze zware last niet alleen te dragen. Ik weet dat Hij geneest, omdat ik het zo vaak heb gezien. ■

NOTEN

1. Gordon B. Hinckley, 'Red de kinderen', *De Ster*, januari 1995, 53; cursivering toegevoegd.
2. David A. Bednar, 'Wij geloven kuis te moeten zijn', *Liahona*, mei 2013, 42.
3. Carole M. Stephens, 'De Meestergeneesheer', *Liahona*, november 2016, 11.
4. Richard G. Scott, 'Vrij zijn van zware lasten', *Liahona*, november 2002, 88.

TIPS VOOR LEIDERS, FAMILIELEDEN EN VRIENDEN

Als een slachtoffer u in vertrouwen neemt en zijn of haar lijden en misbruik met u deelt, toon dan bij elk gesprek uw liefde en medeleven. Maar al te vaak heb ik van slachtoffers gehoord dat de eerste bekommernis van hun bisschop was dat ze de dader dienden te vergeven. Hierdoor kan het slachtoffer het gevoel krijgen dat alleen de dader belangrijk is. In dergelijke gevallen vragen mensen zelden een tweede keer de hulp van hun bisschop en lopen ze de geestelijke genezing mis die in de liefde en de steun van de kerk te vinden is.

Vergeving is een onmisbaar onderdeel van het genezingsproces en het is een gebod — maar besef wel dat slachtoffers eerst hun lijden dienen te accepteren, zich bewust dienen te worden van hun gevoelens en er met een vertrouwenspersoon over dienen te praten. Dan pas volgt de genezing doordat zij de dader kunnen vergeven.

Kerkleiders kunnen naar **ministering.lds.org** gaan en daar de link 'Abuse: Help for the Victim' aanklikken.

Het oude familie-album: de invloed van familieverhalen

Het erfgoed van mijn voorouders wordt door mij voortgezet en beïnvloedt mijn leven ten goede.

Amneris Puscasu

Op een zomerochtend vóór de Tweede Wereldoorlog werd mijn overgrootvader zoals altijd voor zonsopgang wakker. Hij ging naar buiten en keek uit over de groene vallei en zijn dorp in Roemenië. Hij ging in het vochtige gras zitten om goed na te denken. Hij dacht na over iets wat hem al een hele tijd bezighield. Hij was goed opgeleid, hij was gulhartig en hij was nieuwsgierig van aard. Hij was geliefd en werd door iedereen in het dorp gerespecteerd.

Nadat de zon was opgekomen, ging hij naar huis en zei tegen zijn vrouw dat hij zich afvroeg hoe zijn begrafenis zou

zijn. Hij wilde een generale repetitie voor zijn begrafenis houden. Hij stelde een datum vast, kocht een kist, regelde een priester en beroepsrouwenden. Hij regelde alles wat volgens de Grieks-orthodoxe traditie nodig was. Toen brak de dag van de generale repetitie aan. De tafels werden in het midden van het dorp gezet voor de herdenkingsmaaltijd, de familieleden waren in het zwart gekleed, de priester kwam, en mijn overgrootvader ging in de kist liggen. Hij legde het kussen anders neer zodat hij een goed uitzicht had, en toen begon de begrafenisplechtigheid. Toen de uitvaart voorbij was, werd het hele dorp voor het feest uitgenodigd. De droom van mijn overgrootvader ging in vervulling: hij danste op zijn eigen begrafenis. Hij leefde nog twintig jaar, en controleerde geregeld of hij nog in de kist paste.

Niet alleen namen en datums

Ik heb mijn overgrootvader nooit ontmoet, maar zijn verhaal, dat ik van mijn grootouders heb gehoord, is een van mijn lievelingsverhalen. Elke dag vertelden mijn grootouders mijn broer, mijn zussen en mij verhalen over onze voorouders: waar ze vandaan kwamen, wat voor mensen ze waren, wat hun normen, waarden, dromen en verwachtingen waren. Na elke zondagse maaltijd pakten mijn grootouders het familiealbum, en bij elke foto hoorde een



verhaal. De verhalen kwamen tot leven en harten werden samengevlochten in een weefsel van liefde dat zes generaties omvat. We hadden niet alleen oude foto's met namen en datums op de achterkant. Achter elk gezicht schuilde een vader of moeder, een zoon of dochter, een broer of zus, en dus hun erfgoed dat samen met andere tradities aan mij is doorgegeven.

Kracht in moeilijke tijden

Toen ik negentien was, waren mijn ouders en de meeste van mijn familieleden overleden. Veel bezittingen die ik had geërfd, waren kwijtgeraakt of gestolen. En toch is er iets dat niet door tijd, natuurrampen of zelfs de dood verwoest kan worden: de brug die mijn familieleden hebben gebouwd, en die het verleden, heden en de toekomst verbindt. Door hun ijver heeft de rode draad in onze familie mij de kracht gegeven om moeilijke omstandigheden te overwinnen.

Toen mijn ouders en grootouders stierven, was ik zo verdrietig dat ik me afvroeg of ik de kracht zou hebben om door te gaan. Gelukkig bleef ik hun invloed voelen en daardoor kreeg ik een sterk getuigenis van het heilsplan, van het leven na de dood, en later van de tempelverordeningen die zo belangrijk voor ons eeuwig heil zijn. Ik

heb mijn overgrootouders en de meeste van mijn ooms en tantes nooit gekend, maar elke keer als ik het oude fotoalbum van de familie opensla, zie ik mezelf in hun ogen. Ik ben wie ik ben door iedereen die mij is voorgegaan. Door hun ervaringen en wijsheid is mijn karakter gevormd en ben ik geleid.

Een van de grootste gaven die mijn familie mij van jongs af aan heeft gegeven, is onze familiegeschiedenis en de overtuiging dat ik de schakel tussen het verleden en de toekomst ben. Ik weet ook dat ik op aarde ben gekomen om mijn eigen verhaal te leven — om het te ontdekken, te ervaren en te koesteren. Door deze kennis van mijn familiegeschiedenis word ik in alle beproevingen van het leven gesterkt.

Ik denk vaak aan mijn familieleden aan de andere kant van de sluier en aan de offers die zij hebben gebracht om mij een beter leven te geven. Ik denk aan de tempelverordeningen waardoor wij op een dag weer als familie bij elkaar zijn. En ik denk aan de verzoening van mijn Heiland, die dat alles mogelijk heeft gemaakt. Hij heeft de losprijs voldaan zodat wij kunnen leven. Daarom hebben wij Hem lief en aanbidden wij Hem met eeuwige dankbaarheid. ■

De auteur woont in New York (VS).





Ouderling
Larry R. Lawrence
van de Zeventig



De oorlog woedt nog steeds

De oorlog die in de hemel is begonnen, woedt nog altijd. De strijd wordt zelfs heftiger nu de heiligen zich voorbereiden op de wederkomst van de Heiland.

Iedereen die het internationale nieuws volgt, weet dat we in een tijd van 'oorlogen en geruchten van oorlogen' (LV 45:26) leven. Gelukkig is iedereen op aarde een oorlogsveteraan. Wij bestrijden de legermacht van het kwaad in een niet aflatende oorlog die is begonnen in de voorsterfelijke wereld waar we geboren zijn.

Omdat we nog geen stoffelijk lichaam hadden ontvangen, voerden we in de hemel oorlog zonder zwaarden, geweren of bommen. Maar het gevecht was net zo hevig als alle oorlogen van nu. Miljarden sneuvelden.

De voorsterfelijke oorlog werd gevoerd met woorden, ideeën, discussie en overreding (zie Openbaring 12:7-9, 11). Satans strategie was mensen angst aanpraten. Hij wist dat dat de beste manier is om geloof te ondermijnen. Hij kan argumenten gebruikt hebben als: 'Het is te moeilijk.' 'Het is onmogelijk om rein terug te komen.' 'Het risico is te groot.' 'Hoe weet je dat je Jezus Christus kunt vertrouwen?' Hij was erg jaloers op de Heiland.

Gelukkig verloren de leugens van Satan het van Gods plan. Gods plan vereiste keuzevrijheid voor de mens en een groot offer. Jehova, die wij als Jezus Christus kennen, bood aan dat offer te zijn — om voor al onze zonden te lijden. Hij was bereid om zijn leven voor zijn broeders en zusters af te leggen, zodat zij die zich bekeerden rein terug konden komen en uiteindelijk konden worden zoals hun hemelse Vader. (Zie Mozes 4:1-4; Abraham 3:27.)

Bij de oorlog in de hemel hielden we van onze hemelse Vader en steunden Hem. We wilden worden zoals Hij.

Wat Jehova ook hielp om Gods kinderen te overtuigen, waren de krachtige getuigenissen van zijn volgelingen, geleid door Michaël, de aartsengel (zie Openbaring 12:7, 11; LV 107:54). In het voorsterfelijk bestaan werd Adam Michaël genoemd; Satan werd Lucifer genoemd, wat 'lichtdrager' betekent.¹ Dat kan een vreemde naam lijken voor de vorst der duisternis (zie Mozes 7:26), maar de Schriften leren ons dat Satan een engel was die voordat hij viel 'gezag bezat in de tegenwoordigheid van God' (zie LV 76:25–28).

Hoe kon een geest met zoveel kennis en ervaring zo diep vallen? Dat kwam door zijn hoogmoed. Lucifer kwam tegen onze Vader in de hemel in opstand omdat hij Gods koninkrijk voor zichzelf wilde.

In zijn klassieke toespraak 'Hoed u voor hoogmoed' leert President Ezra Taft Benson (1899–1994) ons dat Lucifer 'boven alle anderen geëerd wilde worden' en dat het zijn 'trotse verlangen was om God van de troon te stoten'². Je hebt ook gehoord dat Satan de keuzevrijheid van de mens weg wilde nemen, maar dat was niet de enige reden dat hij uit de gunst viel. Hij werd uit de hemel geworpen omdat hij tegen de Vader en de Zoon in opstand kwam (zie LV 76:25; Mozes 4:3).

Waarom hebben jij en ik tegen de duivel gevochten? We vochten uit loyaliteit. We hielden van onze hemelse Vader en steunden Hem. We wilden worden zoals Hij. Lucifer had een heel andere ambitie. Hij wilde de Vader vervangen (zie Jesaja 14:12–14; 2 Nephi 24:12–14). Wat moet Satans verraad onze hemelse Ouders pijn hebben gedaan. In de Schriften lezen we dat 'de hemelen hem beweenden' (LV 76:26).

Na een verhitte strijd wonnen Michaël en zijn legers. Twee derde van de bewoners van de hemel koos ervoor

de Vader te volgen (zie LV 29:36). Satan en zijn volgelingen werden uit de hemel verbannen, maar ze werden niet direct naar de buitenste duisternis gestuurd. Ze werden eerst naar deze aarde gestuurd (zie Openbaring 12:7–9), waar Jezus Christus geboren zou worden en waar zijn zoenoffer volbracht zou worden.

Waarom werd het Satans volgelingen toegestaan om op aarde te verblijven? Ze zijn hier om voor tegenstellingen te zorgen voor hen die hier beproefd worden (zie 2 Nephi 2:11). Worden ze uiteindelijk wel naar de buitenste duisternis verbannen? Ja. Na het millennium zullen Satan en zijn volgelingen voorgoed worden uitgeworpen.



Satan weet dat zijn dagen geteld zijn. Bij de wederkomst van Jezus Christus zullen Satan en zijn engelen duizend jaar lang gebonden worden (zie Openbaring 20:1-3; 1 Nephi 22:26; LV 101:28). Die dag nadert, en de machten van het kwaad strijden fanatiek om zoveel mogelijk zielen gevangen te nemen.

Johannes de Openbaarder zag de oorlog in de hemel in een groot visioen. Hij zag hoe Satan op de aarde werd geworpen om de mensheid te verleiden. Johannes zei daarover: 'Wee hun die de aarde en de zee bewonen, want de duivel is naar beneden gekomen, naar u toe, in grote woede, omdat hij weet dat hij nog maar weinig tijd heeft' (Openbaring 12:12).

Dus hoe brengt Satan zijn dagen door in de wetenschap dat hij geen tijd te verliezen heeft? De apostel Petrus heeft geschreven dat de duivel rondgaat 'als een brullende leeuw, op zoek naar wie hij zou kunnen verslinden' (1 Petrus 5:8).

Wat drijft Satan? Hij zal nooit een lichaam hebben, hij zal nooit een vrouw of een gezin hebben, en hij zal nooit een volheid van vreugde hebben, dus hij wil dat alle mannen en vrouwen 'ongelukkig zullen zijn, net als hijzelf' (2 Nephi 2:27).

De duivel heeft het op iedereen gemunt, maar vooral hen met het meeste potentieel voor eeuwig geluk. Hij is overduidelijk jaloers op iedereen die op het pad naar de verhoging is. De Schriften leren ons dat Satan oorlog voert tegen de heiligen Gods en hen geheel omsingelt (zie LV 76:29).

De oorlog die in de hemel is begonnen, woedt nog altijd. De strijd wordt zelfs heftiger nu de heiligen zich voorbereiden op de wederkomst van de Heiland.

President Brigham Young (1801-1877) heeft geprofeeteerd 'dat de kerk zich zou verbreiden en zou groeien en bloeien, en dat in dezelfde mate dat het evangelie zich onder de volken op aarde verspreidde, de macht van Satan zou toenemen.'³

Als we zien hoe het kwaad de samenleving infiltreert, denk ik dat we allemaal kunnen beamen dat deze profetie in vervulling gaat. President Young leert ons dat we de tactiek van de vijand moeten bestuderen om hem te kunnen

verslaan. Ik bespreek vier van Satans beproefde strategieën en een paar ideeën om er weerstand tegen te bieden.

Satans strategieën

1. Verleiding. De duivel is schaamteloos als het aankomt op slechte ideeën in onze gedachten leggen. Het Boek van Mormon leert ons dat Satan onreine en onvriendelijke gedachten influistert en twijfel zaait. Hardnekkig wil hij ons laten toegeven aan verslavende impulsen, zelfzucht en hebzucht. Hij wil niet dat we herkennen waar deze gedachten vandaan komen, dus fluistert hij: 'Ik ben geen duivel, want die bestaat niet' (2 Nephi 28:22).

Hoe kunnen we deze directe verleiding weerstaan? Een van de beste manieren is om Satan gewoon weg te sturen. Dat is wat Jezus zou doen.

De beschrijving in het Nieuwe Testament van de verleidingen van de Heiland is leerzaam. Bij elke verleiding die de duivel Hem voorhield, verdedigde Jezus zich in twee stappen: eerst gebod Hij Satan weg te gaan; daarna citeerde Hij Schriftuur.

Bijvoorbeeld: 'Ga weg, satan, want er staat geschreven: De Heere, uw God, zult u aanbidden en Hem alleen dienen' (Mattheüs 4:10). In het volgende vers lezen we dan: 'Toen liet de duivel Hem gaan; en zie, engelen kwamen en dienden Hem' (Mattheüs 4:11). De Heiland kon Zich zo heel goed verdedigen.

In zijn biografie beschrijft president Heber J. Grant (1856-1945) hoe hij als jongen de duivel weerstond. Als president Grant inzag dat Satan hem twijfels influisterde, zei hij gewoon hardop: 'Meneer Duivel, hou je mond.'⁴

Als je verleid wordt, heb je het recht Satan te zeggen dat hij weg moet gaan. De Schriften leren ons: 'Bied weerstand aan de duivel en hij zal van u wegvlugten' (Jakobus 4:7).

De tweede verdedigingslinie van de Heiland was Schriftuur citeren. Schriftuur uit het hoofd leren, zoals Jezus deed, geeft grote kracht. Teksten uit de Schriften kunnen een arsenaal van geestelijke munitie worden.

Als je verleid wordt, kun je geboden aanhalen zoals 'Gedenk de sabbatdag, dat u die heiligt', 'Heb uw vijanden lief', of 'Laat deugd onophoudelijk uw gedachten sieren' (Exodus 20:8; Lukas 6:27; LV 121:45). De kracht van de



Schriften is niet alleen intimiderend voor Satan, maar vult je hart ook met de Geest, maakt je zelfverzekerder en geeft je kracht tegen verleiding.

2. Leugens en bedrog. De Schriften maken duidelijk dat Satan ‘de vader van leugen’ is (2 Nephi 9:9). Geloof hem niet als hij je boodschappen toefluistert als ‘je doet ’t nooit goed’, ‘je bent te zondig om vergeving te krijgen’, ‘niemand geeft om je’, en ‘je hebt geen talent’.

Ook deze leugen gebruikt hij vaak: ‘Je moet alles minstens één keer proberen — al was het maar om ervaring op te doen. Eén keertje kan geen kwaad.’ Het lelijke addertje onder het gras dat hij jou niet wil laten weten is dat zonde verslavend is.

Een andere effectieve leugen die Satan bij je zal proberen is: ‘Iedereen doet ’t. Het is oké.’ Het is niet oké! Dus

zeg tegen de duivel dat je niet naar het telestiale koninkrijk wilt — al zou verder iedereen daar naartoe gaan.

Satan liegt je voor, maar je kunt ervan op aan dat de Geest je de waarheid zegt. Daarom is de gave van de Heilige Geest zo onmisbaar.

De duivel wordt ‘de grote bedrieger’ genoemd.⁵ Hij probeert elk waar beginsel dat de Heer geeft te vervalsen.

Bedenk dat vervalsingen niet hetzelfde zijn als tegengestelden. Het tegengestelde van wit is zwart, maar een vervalsing van wit kan beige of grijs zijn. Vervalsingen lijken op het origineel om nietsvermoedende mensen te misleiden. Ze zijn een verdraaide versie van iets goeds, en net als vals geld zijn ze waardeloos. Ik geef een paar voorbeelden.

Een van Satans vervalsingen van geloof is bijgeloof. Zijn vervalsing van liefde is lust. Hij vervalst het priesterschap

Je kunt ervan op aan dat de Geest je de waarheid zegt. Daarom is de gave van de Heilige Geest zo onmisbaar.



met priesterbedrog, en hij imiteert Gods wonderen door zwarte kunst.

Het huwelijk tussen man en vrouw is door God ingesteld, maar het homohuwelijk is een vervalsing. Het leidt niet tot nageslacht of verhoging. Hoewel zijn vervalsingen velen misleiden, zijn ze niet wat we nodig hebben. Ze kunnen geen blijvend geluk geven.

In de Leer en Verbonden waarschuwt God ons voor vervalsingen. Hij zegt: 'Hetgeen niet opbouwt, is niet van God, doch is duisternis' (LV 50:23).

3. Ruzie. Satan is de vader van ruzie. De Heiland leert ons: 'Hij hitst het hart der mensen op om in toorn te twisten' (3 Nephi 11:29).

De duivel weet uit eeuwen ervaring dat waar er ruzie is, de Geest van de Heer weg zal gaan. Sinds hij Kaïn zover

kreeg Abel te doden, hitst Satan broers en zussen op om ruzie te maken. Ook zaait hij problemen in huwelijken, tussen leden van een wijk of gemeente, en tussen zendingcollega's. Hij vindt het prachtig als goede mensen bekvechten. Hij stookt onenigheid in gezinnen vlak voor de kerk op zondag, vlak voor de gezinsavond op maandagavond, en wanneer een echtpaar naar de tempel wil gaan. Zijn timing is voorspelbaar.

Als er een conflict bij je thuis of op je werk is, stop dan direct met wat je aan het doen bent en probeer vrede te stichten. Het maakt niet uit wie er begonnen is.

Conflicten beginnen vaak met vitten. Joseph Smith zegt dat 'de duivel [ons] vleit [...] dat wij zo goed zijn, terwijl we ons beter willen voordoen ten koste van anderen.'⁶ Goed beschouwd is zelfingenomenheid een vervalsing van echte goedheid.

Satan stookt graag conflicten in de kerk. Zijn specialiteit is wijzen op fouten van kerkleiders. Joseph Smith waarschuwde de heiligen dat de eerste stap naar afvalligheid is dat je het vertrouwen in de leiders van de kerk verliest.⁷

Bijna alle antimormoonse publicaties zijn gebaseerd op leugens over de persoon Joseph Smith. De vijand werkt hard om Joseph zwart te maken, omdat de boodschap van de herstelling staat of valt bij het relaas van de profeet over wat er in het heilige bos is gebeurd. De duivel werkt nu zelfs harder dan ooit om leden vraagtekens te laten zetten bij hun getuigenis van de herstelling.

In de beginperiode van onze bedeling zijn vele gezagdragers achteraf tot hun grote spijt, niet loyaal gebleven aan de profeet Joseph Smith. Een van hen was Lyman E. Johnson, die geëxcommuniceerd werd wegens ongepast gedrag. Hij betreurde later dat hij de kerk de rug had toegekeerd. Hij zei: 'Ik zou mijn rechterhand willen geven als ik er weer in kon geloven. Toen was ik vol van vreugde en blijdschap. Mijn dromen waren aangenaam. Als ik 's ochtends wakker werd, was ik opgewekt. Ik was dag en nacht gelukkig, vol vrede, blijdschap en dankbetoon. Maar nu is alles heel donker, pijnlijk, verdrietig en ellendig. Ik heb sindsdien geen gelukkig moment meer gehad.'⁸

Denk eens over die woorden na. Ze zijn een waarschuwing voor alle leden van de kerk.

Ik ben een bekeerling tot de kerk. Ik ben op mijn 23e gedoopt; ik was een jonge alleenstaande die in Arizona (VS) medicijnen studeerde. Ik weet uit eigen ervaring hoe Satan onderzoekers bewerkt om ze in de war te brengen en te ontmoedigen als ze de waarheid zoeken.

Al in mijn jeugd had ik het voorbeeld opgemerkt van vrienden die lid van de kerk waren. Hun leefwijze maakte indruk op me. Ik besloot meer over de kerk te weten te komen, maar zei niemand dat ik het mormonisme bestudeerde. Om geen commentaar van vrienden te krijgen, onderzocht ik de kerk in het geheim.

Dat was vele jaren voor het internet, dus ging ik naar de bibliotheek. Ik vond een exemplaar van het Boek van Mormon en het boek *Een wonderbaar werk en een wonder* van ouderling LeGrand Richards (1886–1983) van het Quorum der Twaalf Apostelen. Ik voelde me gedreven deze boeken te lezen en vond ze inspirerend.

Terwijl mijn geest naar meer hunkerde, begon Satan in m'n oor te fluisteren. Hij zei dat om helemaal objectief te zijn, ik ook moest lezen wat tegenstanders van de kerk te zeggen hadden. Ik ging terug naar de bibliotheek en neusde wat rond. En ja hoor, ik vond een boek waarin Joseph Smith zwart werd gemaakt.

Dat antimormoonse boek bracht me in verwarring. Ik was die fijne geest en invloed kwijt die tijdens mijn onderzoek zo bij me was geweest. Ik raakte gefrustreerd en stond op het punt mijn zoektocht op te geven. Ik bad om een antwoord terwijl ik een antimormoons boek las!

Tot mijn verbazing kreeg ik een telefoontje van een schoolvriendin die aan de Brigham Young University studeerde. Ze nodigde me uit haar in Utah op te zoeken en

zei dat ik het een prachtige rit zou vinden. Ze had geen idee dat ik de kerk onderzocht.

Ik ging op haar uitnodiging in. Ze stelde voor om naar Temple Square in Salt Lake City te gaan. Mijn enthousiaste reactie verraste haar. Ze had geen idee hoe geïnteresseerd ik in de waarheid over Joseph Smith en de herstelling was.

De zusterzendingen op Temple Square waren heel behulpzaam. Zonder het te weten beantwoordden ze veel van mijn vragen. Hun getuigenis liet me 'twifelen aan mijn twijfels'⁹ en mijn geloof begon te groeien. De kracht van een getuigenis recht uit 't hart valt niet te overschatten.

Ook mijn vriendin getuigde tot mij en nodigde me uit om te bidden en God te vragen of de kerk waar was. Op



De duivel heeft het op iedereen gemunt, maar vooral hen met het meeste potentieel voor eeuwig geluk.

de lange terugrit naar Arizona begon ik met geloof te bidden — voor het eerst ‘met een oprecht hart [...] met eerlijke bedoeling’ (Moroni 10:4). Op een bepaald moment tijdens die rit leek er wel licht in m’n auto te schijnen. Ik ontdekte dat licht duisternis kan verdrijven.

Toen ik had besloten me te laten dopen, had de duivel nog een vuurproef voor me. Hij bewerkte m’n familieleden, die al het mogelijke deden om me ervan af te houden. En ze kwamen niet naar m’n doop.

Ik liet me toch dopen, en geleidelijk werd hun houding milder. Ze begonnen me met m’n familiegeschiedenis te helpen. Een paar jaar later doopte ik m’n jongere broer. De vriendin die me had uitgenodigd naar Utah te komen, is nu mijn vrouw.

4. Ontmoediging. Als al het andere mislukt, gebruikt Satan dit wapen effectief op de getrouwste heiligen. Als ik ontmoediging op voel komen, helpt het al om te beseffen wie er aan me zit te trekken. Dan word ik vrolijk uit nijd – gewoon om de duivel dwars te zitten.

Een paar jaar geleden gaf president Benson de toespraak ‘Wanhoopt niet’. In die verhelderende toespraak waarschuwde hij dat ‘Satan steeds meer moeite doet om de heiligen eronder te krijgen met wanhoop, ontmoediging, vertwijfeling en neerslachtigheid.’¹⁰ President Benson spoorde de kerkleden aan om waakzaam te zijn, en hij gaf twaalf praktische suggesties om ontmoediging tegen te gaan.

Zo raadde hij ons aan anderen te dienen; hard te werken en niet onze tijd te verdoen; gezond te leven, bijvoorbeeld door lichaamsbeweging en voedsel in zijn natuurlijke staat te eten; een priesterschapszegen te vragen; te luisteren naar opbouwende muziek; je zegeningen te tellen; en doelen te stellen. En vooral, zoals de Schriften ons leren, moeten we altijd bidden zodat we de duivel kunnen overwinnen (zie LV 10:5).¹¹

*Satan heeft als hij de zwakste heilige op zijn knieën ziet.*¹²

We moeten goed beseffen dat de kracht van de duivel z’n grenzen heeft. De Godheid heeft die grenzen gesteld en Satan mag die niet overschrijden. Zo verzekeren de

Schriften ons dat ‘Satan [...] geen macht [is] gegeven om kleine kinderen te verzoeken (LV 29:47).

Een andere belangrijke beperking is dat Satan onze gedachten niet kent tenzij we hem die vertellen. De Heer heeft uitgelegd: ‘Er [is] buiten God niemand die uw gedachten en de overleggingen van uw hart kent’ (D&C 6:16).

Misschien heeft de Heer ons daarom wel geboden gegeven als ‘Mor niet’ (LV 9:6) en ‘Gij zult niet kwaadspreken over uw naaste’ (LV 42:27). Als je kunt leren je tong in toom te houden (zie Jakobus 1:26), geef je niet te veel informatie prijs aan de duivel. Als hij gemopper, geklaag en kritiek hoort, neemt hij daar goede nota van. Je negatieve woorden maken je zwaktes zichtbaar voor de vijand.

Ik heb goed nieuws voor je. De legers van God zijn groter dan die van Lucifer. Misschien kijk je om je heen en denk je: ‘De wereld wordt steeds slechter. Satan is zeker de oorlog aan het winnen.’ Vergis je niet. De waarheid is dat wij met meer zijn dan de vijand. Bedenk dat twee derde van Gods kinderen voor het plan van de Vader koos.

Broeders en zusters, zorg ervoor dat je aan de kant van de Heer strijdt. Zorg dat je het zwaard van zijn Geest hanteert.

Het is mijn gebed dat je aan het eind van je leven met de apostel Paulus kunt zeggen: ‘Ik heb de goede strijd gestreden. Ik heb de loop tot een einde gebracht. Ik heb het geloof behouden’ (2 Timotheüs 4:7). ■

NOTEN

1. Gids bij de Schriften, ‘Lucifer’, scriptures.lds.org.
2. Ezra Taft Benson, ‘Hoed u voor hoogmoed’, *Ensign*, mei 1989, 5.
3. *Discourses of Brigham Young*, samengesteld door John A. Widtsoe (1954), 72.
4. Zie Francis M. Gibbons, *Heber J. Grant: Man of Steel, Prophet of God* (1979), 35–36.
5. Zie bijvoorbeeld Dieter F. Uchtdorf, ‘U bent belangrijk in zijn ogen’, *Liahona*, november 2011, 20; Gordon B. Hinckley, ‘De tijd waarin wij leven’, *Liahona*, januari 2002, 86.
6. *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (2007), p. 488.
7. Zie *Leringen: Joseph Smith*, p. 343.
8. Lyman E. Johnson, in Brigham Young, *Deseret News*, 15 augustus 1877, 484.
9. Dieter F. Uchtdorf, ‘Kom, voeg u bij ons’, *Liahona*, november 2013, 23.
10. Ezra Taft Benson, ‘Do Not Despair’, *Ensign*, november 1974, 65.
11. Zie Ezra Taft Benson, ‘Do Not Despair’, 65–67.
12. William Cowper, in Robert Andrews, comp., *The Concise Columbia Dictionary of Quotations* (1987), 78.

GELOOFSPORTRET

Skaidrīte is een van de gelukkigste mensen die ik ooit ontmoet heb. Haar leven lijkt perfect. Maar haar moeder was een alcoholiste die niet voor haar en haar zus kon zorgen. Skaidrīte hield de hand van haar zus vast toen die de hongerdood stierf. Vanaf haar achtste woonde Skaidrīte bij verschillende pleeggezinnen. Ze werd geschopt en geslagen, en mocht niet bidden. Ze werd als een slaaf behandeld. Door de jaren heen overwoog ze om zelfmoord te plegen.

Jaren later ging ze tijdens haar zoektocht naar hoop een mormoons kerkgebouw binnen.

FOTO LESLIE NILSSON

Skaidrīte Bokuma

Liepāja (Letland)

‘Een zendelingzuster begroette me met een glimlach. Ze leek wel een engel. Die dag veranderde mijn leven. Dat is nu zeventien jaar geleden. Ik denk niet meer aan zelfmoord. Ik ga nu opgewekt door het leven. Als ik zorgen heb, geef ik ze aan God. Ik heb in alles op Hem leren vertrouwen. Het leven is mooi.’

Lees op lds.org/go/41739 hoe u signalen van zelfdoding herkent en hulp kunt bieden.





DRAAI DIE PLAAT ALSTUBLIEFT NIET

Een tijdje geleden woonde ons gezin in Veracruz (Mexico), waar onze kinderen naar de lagere school gingen. Elke ochtend luisterden we naar de populairste radiozender van de stad terwijl ik mijn kinderen voor school klaarmaakte. We luisterden naar een erg leuk programma van een jonge deejay.

Op een ochtend draaide hij een steengoeie plaat. Toen ik wat beter naar de tekst begon te luisteren, besefte ik dat die suggestief en grof was.

Ik zei kordaat tegen mijn kinderen: 'Naar zulke taal luisteren we beter niet.' Ze waren zich misschien niet van de tekst bewust, maar ze neurieden alleszins de melodie.

Ik zette de radio uit. Mijn kinderen vroegen wat ik aan het doen was. 'Ik ga die deejay vragen om die plaat niet meer te draaien.' Hun verbazing moedigde me aan om door te gaan.

Ze konden het niet geloven, en ik evenmin, maar ik pakte de telefoon en belde de radiozender op. Ik verwachtte niet dat ze zouden opnemen, maar tot mijn grote verbazing nam de deejay die we net gehoord hadden de telefoon bijna meteen op.

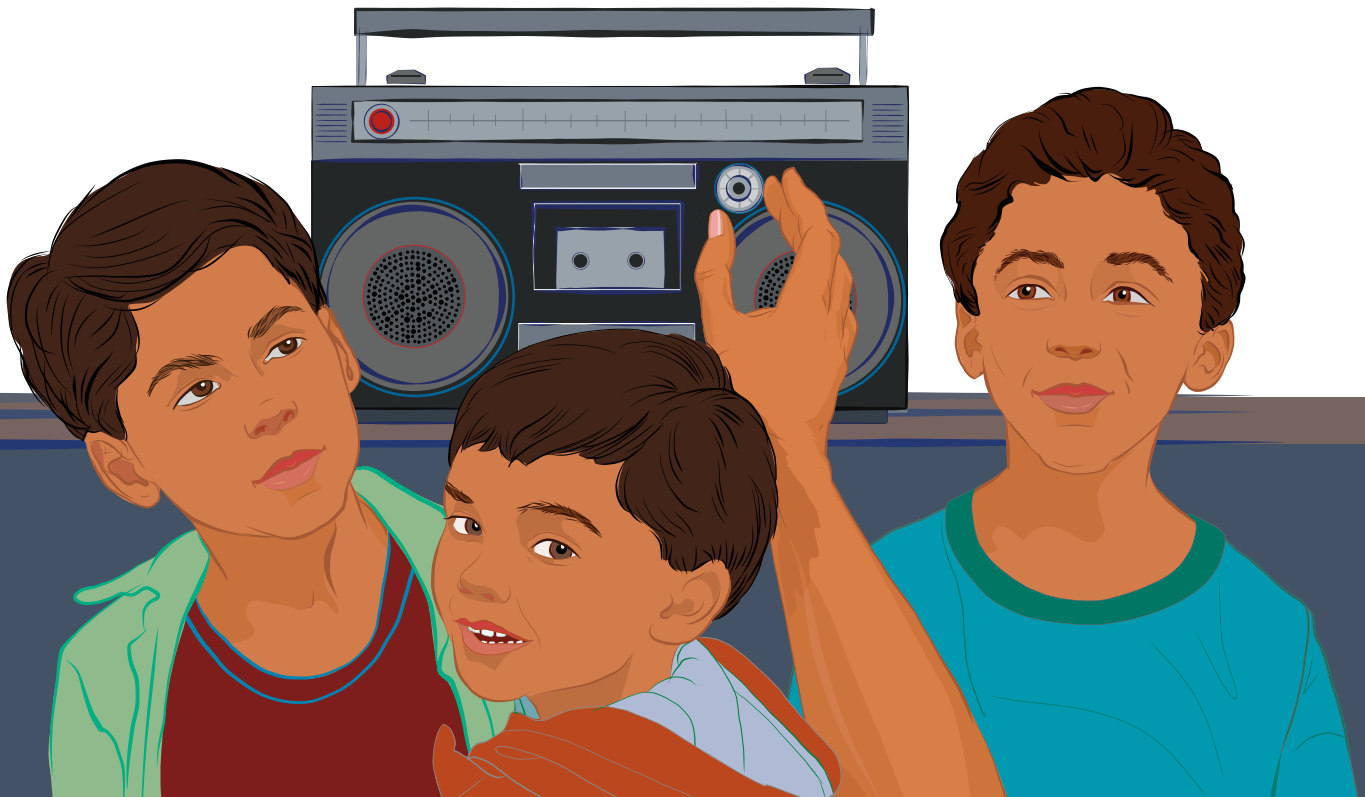
Ik zei dat ik het niet met zijn muziekkeuze eens was omdat veel gezinnen 's ochtends naar de radio luisterden. Hij vroeg me welke plaat

hij dan zou moeten draaien. Hij was zó beleefd dat ik hem alleen maar vroeg die plaat niet te draaien als de kinderen thuis waren.

Ik ben nooit te weten gekomen of dat gesprek uitgezonden is, maar ik was dankbaar dat de deejay naar me geluisterd had. En de daaropvolgende dagen merkte ik dat mijn verzoek ingewilligd was.

Die ervaring bevestigt dat we moedig moeten zijn als we beslissingen moeten nemen, en dat we het nodige dienen te doen om onze kinderen tegen slechte invloeden te beschermen. Als we dat doen, kan de Heilige Geest altijd bij ons zijn. ■
Maria Hernandez, Texas (VS)

Toen we op de radio een steengoeie plaat hoorden, begon ik beter naar de tekst te luisteren.



DE VERLOREN PORTEFEUILLE

Toen ik onlangs aan het verhuizen was, vroeg ik enkele kerkleden om me met wat klusjes in mijn nieuwe woning te helpen. Tijdens het klussen ging ik even wat materiaal kopen dat we nodig hadden om het karwei af te maken. Toen we klaar waren, besepte ik dat ik mijn portefeuille kwijt was. Ik raakte in paniek want in die portefeuille zaten al mijn persoonlijke documenten en het geld dat ik die ochtend van een klant had gekregen. Ik ging terug naar alle winkels waar ik iets gekocht had, maar zonder resultaat. Thuis keek ik of ik hem misschien ergens had laten vallen, maar helaas. Ik begon al te denken dat ik alle documenten misschien opnieuw zou moeten aanvragen. Maar voordat we mijn woning verlieten, vroeg een vriend: 'Heb je al gebeden?'

Ik dacht meteen: natuurlijk heb ik al gebeden!

Maar eigenlijk had ik niet met een eerlijke bedoeling gebeden. In plaats daarvan had ik geprobeerd mijn hemelse Vader mijn wil op te leggen en had ik Hem verantwoordelijk gesteld voor het vinden van mijn portefeuille. Maar toen herinnerde ik me een tekst in Jesaja 55:8: 'Want Mijn gedachten zijn niet uw gedachten, en uw wegen zijn niet Mijn wegen, spreekt de Heere.'

Op zondag in de kerk zei een lid dat me de vorige dag geholpen had



Ik vroeg mijn hemelse Vader ons gebed te verhoren om het geloof van mijn vrouw en kinderen te versterken.

dat hij vurig had gebeden dat onze hemelse Vader me zou helpen om mijn portefeuille terug te vinden. Hij zei dat hij het gevoel had dat ik hem zou vinden. Later begon ik *Antwoord op onze gebeden krijgen* van ouderling Gene R. Cook, emeritus lid van de Zeventig, te bestuderen. Op de eerste pagina stond een verhaal met een probleem dat op het mijne leek. De zoon van ouderling Cook was zijn portefeuille kwijt, dus het gezin bad de Heer dat ze hem mochten vinden.

Toen ik dat had gelezen, bracht ik het geleerde in praktijk en riep mijn vrouw en kinderen bij elkaar. We vormden een kring en ieder sprak een gebed uit, waarin we de Heer vroegen of we, als dat zijn wil

was, de portefeuille mochten vinden.

Ik was eerder getuige geweest van de kracht van het gebed, maar naderhand vroeg ik mijn hemelse Vader in mijn persoonlijk gebed ons gezinsgebed te verhoren om het geloof van mijn vrouw en kinderen te versterken.

De volgende dag werd ik door een man opgebeld. Hij zei dat hij mijn portefeuille had gevonden, met het geld er nog in. Ik weende als een kind omdat mijn gebed was verhoord en het geloof van mijn gezin was gesterkt.

Ik weet dat onze hemelse Vader ieder van ons, zelfs met zoveel kinderen om voor te zorgen, op zijn tijd en op zijn wijze helpt. ■

Luiz Marcelino, Goiás (Brazilië)

DE REDDENDE ENGEL IN DE HAL

Mijn man moet 's zondags vaak werken, waardoor ik alleen met onze vier zoons naar de kerk ga. Op zekere zondag maakten mijn twee peuters in de avondmaalsdienst ruzie. Ik gaf een van hen een boek, waarop de ander dat natuurlijk wilde hebben. Ik probeerde ze met koekjes, speelgoed en kleurpotloden stil te krijgen, maar niets werkte. Ik wist niet wat ik met mijn jongens moest aanvangen. Ze konden niet eens één uur stilzitten.

Ik haalde een speelgoedje uit mijn tas en gaf het aan mijn één jaar oude zontje. Onmiddellijk begon de driejarige Tyson te gillen en sprong op zijn jongere broertje om het speelgoed af te pakken. Ik schaamde me dood terwijl ik de twee gillende, vechtende jongens naar de hal droeg.

Mijn gezicht zag vuurrood en ik kreeg tranen in de ogen. Waarom moest dit zo moeilijk zijn? Ik deed toch wat mijn hemelse Vader wilde door met mijn kinderen naar de kerk te gaan? Maar het ging niet meer. De wekelijkse strijd met mijn jongens in de avondmaalsdienst was uitputtend en gênant. Mij zouden ze nooit meer zien.

Die gedachte was nog maar net bij me opgekomen toen een zuster die ik nauwelijks kende me achterna kwam. Ze heette zuster Beus. Ze zat

Ik wist niet wat ik met mijn jongens moest aanvangen. Ze konden niet eens één uur stilzitten.



meestal alleen omdat haar man in de bisschop zat en haar kinderen volwassen waren. Ze zei: 'U bent hier altijd alleen! Ik zie dat u echt uw best doet. Mag Tyson bij mij zitten?' Ik stond met mijn mond vol tanden. Ik knikte. Ze nam hem bij de hand en leidde de nu rustige, gelukkige jongen de kapel in.

Ik veegde mijn tranen weg, nam mijn baby in mijn armen en ging verootmoedigd de kapel in. De rest van de dienst verliep rustig.

Toen we de daaropvolgende zondag de kapel binnengingen, ging Tyson meteen op zoek naar zijn nieuwe vriendin. 's Avonds bad hij steeds: 'Bedankt, hemelse Vader, voor zuster Beus. Ik hou van haar!'

Dat is nu drie jaar geleden en Tyson zoekt zuster Beus nog vaak in de kapel op. Vorig jaar werd ze als zijn jeugdwerkleerkracht geroepen. Tyson was dolgelukkig.

Ik ben zo dankbaar voor zuster Beus en haar bereidwilligheid om anderen lief te hebben en te dienen. Ik weet dat we anderen tot zegen kunnen zijn door hen zoals de Heiland te dienen. ■

Kristi Lewis, Utah (VS)

KLAAR!

Op een zondagnamiddag sprak ik in mijn hoedanigheid van bisschop met een goede vriend over zijn problemen. Terwijl ik naar hem luisterde, kreeg ik het gevoel dat hij regelmatiger Schriftstudie moest doen. Ik kreeg ook de ingeving dat dat voor mij, zijn bisschop, ook een werkpunt was. En dus stelde ik voor dat we elkaars 'studiepartners' zouden worden om zo tot regelmatigere Schriftstudie te komen.

Telkens als we onze dagelijkse Schriftstudie gedaan hadden, zouden we elkaar 'Klaar!' sms'en. Het feit dat iemand anders wilde weten of we die dag gelezen hadden, motiveerde ons. Als een van ons het vergat, diende het sms'je als geheugensteuntje. Als de ander niet sms'te, werd hij op het matje geroepen. We namen deze uitdaging ter harte en praatten elkaar geen schuldgevoelens aan.

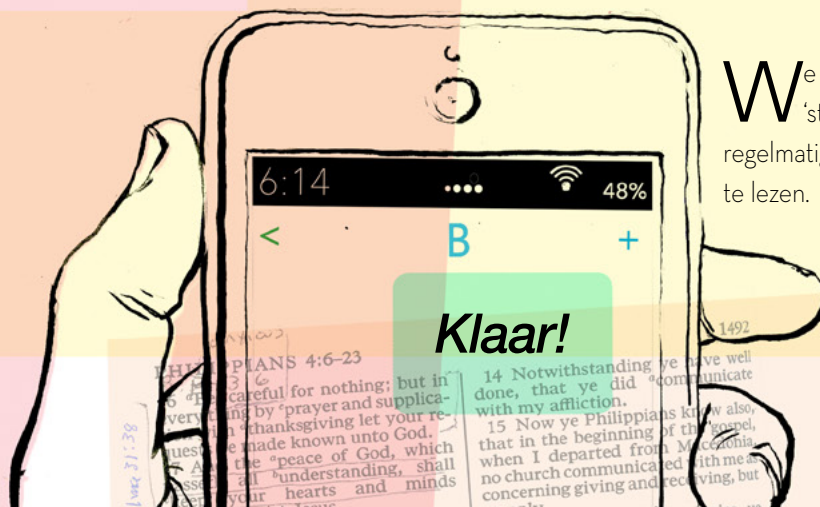
We houden deze uitdaging nu al een half jaar vol en hebben nog geen enkele dag overgeslagen. Deze broeder getuigde een paar maanden geleden in de vasten-en-getuigenisdienst dat dagelijkse Schriftstudie een



positieve uitwerking op hem en zijn gezin had.

Ik ben dankbaar voor deze broeder, zijn vriendschap en zijn dagelijkse sms'je. Ik heb gezien dat de technologie ons leven tot zegen is als we er goed mee omgaan. Ik ben ook dankbaar voor de Schriften en dat ze van Christus getuigen. Ik weet dat we dankzij het zoenoffer van de Heiland bij Hem kunnen terugkeren. ■

Alex Whibley, British Columbia (Canada)



W e werden 'studiepartners' om regelmatig in de Schriften te lezen.



JE PERSOONLIJKE LIAHONA

'U moet uw zegen niet netjes opvouwen en opbergen. U moet hem niet inlijsten en publiceren. U moet hem lezen. U moet hem koesteren. U moet ernaar leven. Uw patriarchale zegen helpt u door uw donkerste uren heen. Hij zal u door de gevaren van het leven loodsen. [...] Uw patriarchale zegen is een persoonlijke liahona voor u, waarmee u uw koers uitzet en uw pad volgt.'

Zie president Thomas S. Monson, 'Uw patriarchale zegen: een lichtende Liahona', *De Ster*, januari 1987, 62-63.

Je patriarchale zegen begrijpen

Allie Arnell en Margaret Willden

Het leven kent vele onbekende wateren: *Naar welke school hoor ik te gaan? Welke studierichting zal ik kiezen? Hoor ik op zending te gaan? Met wie zal ik trouwen?* Als je een persoonlijke kaart kreeg om je door de beslissingen van het leven te loodsen, zou je die dan volgen?

Onze hemelse Vader en Jezus Christus hebben ons zo'n kaart geschonken, namelijk een patriarchale zegen, om ons leiding te geven. Hoewel we de vrijheid hebben om zelf beslissingen te nemen, kan een patriarchale zegen het pad verlichten dat tot het grootste geluk leidt.


De kaart bezitten is op zich niet voldoende. We moeten de kaart bestuderen, begrijpen, en de aanwijzingen op de kaart op ons leven toepassen. En als de woorden in je patriarchale zegen, je persoonlijke loods, betekenis voor je krijgen, zie je wie je in de ogen van God bent en wat je kunt worden.

Ontdek je afstamming

Voor iedereen geldt dat je met je patriarchale zegen je afstamming leert kennen. Je ontdekt tot welke van de twaalf stammen van Jakob (die later Israël werd genoemd) je behoort. Hoewel we niet allen in letterlijke zin afstammelingen van Jakob zijn, leren de Schriften ons dat kerkleden in het huis van Israël geadopteerd worden: 'En Ik zal hen zegenen door uw naam; want allen die dit evangelie aanvaardden, zullen naar uw naam worden genoemd en zullen tot uw nakomelingen worden gerekend en zullen zich verheffen en u als hun vader prijzen' (Abraham 2:10).

Shelisa Schroepel uit Utah (VS) legt uit: 'Doordat ik weet dat ik van het huis van Jakob ben, begrijp ik mijn levensdoel beter én waarom ik voor een bepaalde roeping in de kerk word geroepen.'

Je patriarchale zegen kan ook de zegeningen van je specifieke stam beschrijven. Veel kerkleden behoren



Door de delen van uw zegen vast te stellen, vind je leiding in je leven.

bijvoorbeeld tot de stam van Efraïm. Die stam heeft de unieke verantwoordelijkheid het herstelde evangelie te verspreiden (zie Deuteronomium 33:13–17; LV 133:26–34).

Ontdek persoonlijke raad

Als een reiziger een kaart juist gebruikt, zal hij niet verdwalen. Je patriarchale zegen kan je zo op deze



STUDIETIPS

- Stel vast welke raad, waarschuwingen, talenten, en beloften je patriarchale zegen bevat. Bid hoe je ze op dit moment kunt toepassen.
- Bestudeer je zegen aandachtig en herhaal dit vaak. Een bepaalde zin kan op andere momenten een nieuwe betekenis aannemen.
- Houd in gedachten dat je patriarchale zegen je leven niet tot in detail beschrijft. Zelfs als een belangrijk doel niet in je zegen wordt vermeld, kan het wel degelijk belangrijk zijn om het na te streven.
- Wees gehoorzaam aan het evangelie. De zegeningen in je patriarchale zegen hangen af van je rechtschapenheid.
- Stel doelen om de gaven en de talenten die in je zegen vermeld staan te ontginnen en te ontwikkelen.
- Sta stil bij de koers die je nu vaart en welke haven je uiteindelijk wilt binnenvaren. In hoeverre komen je doelen overeen met je patriarchale zegen?
- Je kunt je patriarchale zegen eventueel kopiëren en dat je werkexemplaar maken. Je kan inzichten opschrijven, opvallende woorden markeren, en Schriftteksten die met je zegen verband houden, opschrijven.

aardse reis tot raad en leiding zijn. In je patriarchale zegen staat niet gewoonweg wat je moet doen. Hij kan ook persoonlijke inzichten bevatten over welke paden — als je ze in geloof bewandelt — je kunnen tonen dat je in overeenstemming met de wil van onze hemelse Vader leeft. Als je je patriarchale zegen bestudeert en zo leeft dat de Geest van de Heer aanwezig is, kun je veiligheid, vreugde en leiding ondervinden.

Gabriel Paredes uit Lima (Peru) verklaart: 'Een deel van de raad die ik mijn zegen had ontvangen, kon ik pas volledig toepassen binnen mijn gezin nadat mijn vrouw en ik in de tempel waren verzegeld.

'We vroegen ons onlangs af hoe we ons gezin konden versterken en opbouwen. Onze vraag werd door mijn patriarchale zegen beantwoord. Daarin werd ik aangeraden in mijn gezin prioriteit te geven aan respect, tolerantie en liefde, want dat zijn belangrijke pijlers van het evangelie van Jezus Christus.

'Door ons daar op te concentreren, konden mijn vrouw en ik onze problemen oplossen. Soms hebben we nog wel eens een probleem in het gezin, maar we zijn gelukkig. De Heer herinnerde me eraan hoe ik het gezin kon hebben dat Hij me beloofd had. Ik weet dat de Heer door de patriarchale zegen spreekt en dat de raad daarin dient om in ons leven toegepast te worden.'

Sla acht op de waarschuwingen

Een kaart toont niet per se elk gevaar dat op je weg ligt, maar

gelukkig geeft een patriarchale zegen vaak waarschuwingen om ons onderweg te beschermen. Sommige van deze waarschuwingen beschermen ons tegen de invloed van Satan; andere tonen ons hoe we de natuurlijke mens kunnen afleggen.

Caitlin Carr uit Utah vond enkele van de waarschuwingen in haar patriarchale zegen niet echt duidelijk. Toen ze de zegen later in haar leven bestudeerde, kreeg ze nieuwe inzichten.

'In mijn patriarchale zegen stond een waarschuwing voor mensen die zouden proberen me met mooie praatjes van de waarheid af te keren. Ik stond er niet bij stil, want ik had een sterk getuigenis van de leerstellingen die ik kende.

'Het volgende jaar kwam ik in aanraking met ideeën en filosofieën die, althans op het eerste gezicht, rechtvaardigheid en liefde als grondslag hadden. Dat was niet zo. Deze boodschappen leken overal vandaan te komen: de media, de school, en zelfs goede vrienden. Ik wist dat deze filosofieën tegen het plan van God indruisten, maar toch wilde ik zowel deze nieuwe wereldse denkbeelden als de kerk aanhangen. Ik besepte snel dat 'niemand twee heren kan dienen' (Mattheüs 6:24) en dat ik mij het beste niet op de wijsheid van mensen moest verlaten. Onze hemelse Vader nam mijn twijfels door de Schriften weg en schonk mij gemoedsrust. Hierdoor werd mijn getuigenis sterker en vanaf dan ben ik de waarheid beter gaan verdedigen.'

Ontwikkel je gaven en talenten

In je patriarchale zegen kunnen ook geestelijke gaven en talenten vermeld worden die de Heer je heeft gegeven om zijn koninkrijk op te bouwen. Als er een onbekend talent in je zegen staat, betekent dit misschien dat je nog niet de kans hebt gehad dit talent te ontdekken of te ontwikkelen. Als je er ijverig naar streeft en de hulp van de Heer inroept, kun je je dit talent en vele andere langzaam eigen maken.

Je herkent je unieke bijdrage aan het werk van de Heer door je talenten te ontwikkelen. Johanna Blackwell uit Californië (VS) denkt na over de gaven en talenten die in haar zegen staan telkens als ze zichzelf met anderen wil vergelijken: 'Als ik de woorden in mijn patriarchale zegen op me laat inwerken, besef ik dat ik met gaven gezegend ben die ik nodig had om beproevingen te overwinnen en het werk van de Heer te bespoedigen.'

'Mijn zegen maakt gewag van mijn vaardigheid om lief te hebben, te vergeven, en de moed om de mensen rondom mij aan te spreken. Omdat ik deze gaven in praktijk bracht, zegende de Heer mij met een groter verlangen om met nieuwe mensen en culturen kennis te maken. Hierdoor is mijn getuigenis dat we allen kinderen van een liefhebbende, hemelse Vader zijn, toegenomen. En ik leerde anderen te dienen in het besef dat we er allen naar streven meer op Christus te lijken.'

Streef naar beloofde zegeningen

Tenslotte staan in onze patriarchale zegen de zegeningen die onze hemelse Vader ons belooft als we Hem getrouw blijven. Er staat niet bij wanneer ze vervuld worden, maar zolang we het evangelie gehoorzaam naleven, zullen ze vervuld worden. Als het niet in dit leven is, dan in het volgende.

Sergio Gutierrez uit Nevada (VS) vertrouwt op een belofte in zijn

patriarchale zegen wanneer hij zich zorgen maakt over zijn toekomstige carrièreplannen: 'Soms word ik bang door mijn onzekere toekomst, maar mijn patriarchale zegen bevat een belofte die me altijd geruststelt. Dankzij deze belofte weet ik dat zolang ik doorwerk en trouw blijf, ik de middelen heb om voor mijn gezin te zorgen en de kerk op te bouwen. Ik weet nog niet welke loopbaan ik wil volgen, maar door deze belofte heb ik geloof en vertrouwen.'

Als je je ooit hebt afgevraagd wat onze hemelse Vader voor jou wil, sta je met die vraag niet alleen. De Heer wist dat je in je leven verschillende wegen kon volgen. Daarom heeft Hij je voorzien van een persoonlijke kaart om je leven in overeenstemming met zijn evangelie te houden. Een patriarchale zegen kan geen beslissingen voor ons nemen, maar ze kan wel een aanzet tot persoonlijke openbaring zijn. Dankzij onze patriarchale zegen zien we, doordat we onze stam te weten komen, hoe wij in het plan van de Heer passen om Israël te vergaderen. We krijgen persoonlijke raad en waarschuwingen. We leren ook over de unieke gaven en talenten die onze hemelse Vader ons heeft gegeven om Hem te dienen. Zolang je probeert in overeenstemming met al deze facetten van je patriarchale zegen te leven, weet je dat je beslissingen overeenkomen met wat de Heer van je verlangt. ■

De auteurs wonen respectievelijk in Illinois (VS) en New York (VS).



De Heer heeft je een persoonlijke kaart gegeven zodat je je leven voortdurend naar zijn evangelie kan richten.

Aan een nieuwe reis beginnen

Karina Martins Pereira Correia de Lima

In de weken vóór mijn huwelijk en tempelverzegeling werd ik een beetje zenuwachtig omdat ik nog zoveel moest doen voordat ik aan mijn nieuwe gezin kon beginnen. Ondanks alle vreugde van dat moment was ik ook gestrest over alles wat er op mij afkwam: een nieuw leven inrichten, onze financiën op orde krijgen, opslag voor onze bezittingen vinden en alle andere taken van een echtgenote. Ik wilde ons huwelijk goed beginnen door ruimte te maken voor belangrijke zaken, zoals de geboden onderhouden en, ondanks ons drukke leven, tijd met elkaar door te brengen.

Toen onze trouwdag dichterbij kwam, kreeg ik nachtmerries over allerlei problemen waarmee we te maken konden krijgen. Omdat ik uit een liefdevol maar problematisch gezin kom, waar heftige ruzies en hartzeer constant op de loer lagen,

troffen die nachtmerries me meer dan nodig was. Op een nacht, toen ik weer een nachtmerrie had, werd ik badend in het zweet wakker en besloot ik het advies in de toespraak 'De overgave van ons hart aan God' (*Liahona*, november 2015, 30–32) van zuster Neill F. Marriott, tweede raadgeefster in het algemeen jongevrouwenpresidium, op te volgen. Ik deed mijn ogen dicht en bad: 'Dierbare hemelse Vader, hoe kan ik deze slechte dingen uit mijn gezin weren?'

Het antwoord kwam snel en helder, alsof iemand in mijn hoofd een deur had opengezet en daar de gedachte had geplaatst. De stille, zachte stem zei tegen me: 'Doe gewoon wat je moet doen. En blijf altijd getrouw.' De Geest fluisterde mij concrete raad in. Ik voelde dat alles in orde zou komen als ik die zou opvolgen.

Ik glimlachte en kreeg een warm gevoel van binnen. Ik vergat plotse-ling al mijn zorgen, want ik wist dat

Net als Nephi met een boot het onbekende tegemoet ging, moest ik geloof in de Heer oefenen toen ik een gezin stichtte.

ik goede raad had gekregen. Ik had de Geest weleens eerder gevoeld, maar niet zo sterk als die nacht. Ik voelde de liefde van onze hemelse Vader en Jezus Christus, en ik wist dat de troost en het heil van mijn gezin voor Hen net zo belangrijk was als voor mij.

En daarnaast moest ik plotse-ling aan een verhaal uit de Schriften



denken — aan het moment waarop Nephi van de Heer een schip moest bouwen: 'En het geschiedde dat de Heer tot mij sprak, zeggende: Gij zult een schip bouwen *op de wijze die Ik u zal tonen*, opdat Ik uw volk over deze wateren kan voeren' (1 Nephi 17:8; cursivering toegevoegd).

Nephi en zijn gezin hadden jarenlang in de wildernis geleefd, en hadden allerlei beproevingen doorstaan. Hij had bang kunnen zijn toen hij aan de reis over de oceaan begon. Zijn angst had sterker dan zijn geloof kunnen zijn. Maar dat was niet het geval. Hij aanvaardde en gehoorzaamde de instructies van God. Hij had het geloof dat zijn beloften in vervulling zouden gaan. De Heer had nooit tegen Nephi gezegd dat er geen stormen zouden zijn of dat het schip geen last van de golven zou hebben. Maar Hij had tegen Nephi gezegd dat hij zijn gezin, als hij de aanwijzingen zou opvolgen, veilig over de oceaan naar het beloofde land zou kunnen leiden.

Ik besepte dat ik ook jarenlang in de wildernis had geleefd. Maar nu stond ik voor de zee, en bereidde

ik me voor op mijn reis: het huwelijk. Net als alle heiligen der laatste dagen ben ik geroepen om volgens de instructies van God een boot te bouwen.

Toen mijn man en ik getrouwd waren, kregen we met problemen te maken. Ik werd ziek en we hadden moeite om onze financiën in de hand te houden en alle goede gewoonten toe te passen die we ons hadden voorgenomen.

Maar de raad die ik die nacht had ontvangen, bleef bij me. We probeerden dagelijks iets bij te leren en het woord van God te koesteren, het goede voorbeeld van onze leiders te volgen — onder wie Jezus Christus — en ons eigen gedrag te verbeteren. Ik kreeg een sterker getuigenis van het gebed en voelde de liefde van onze Vader voor ons. Ik kreeg meer zelfvertrouwen en was minder bang. We beseften dat onze problemen stappen tot verbetering waren. Nu is ons gezin een stukje hemel geworden.

We staan nog steeds aan het begin van onze reis, maar trouwen en een gezin stichten was

de beste keuze die ik ooit heb gedaan. Ik voel me blij als ik denk aan de tempelverordening die we hebben ontvangen en beseft dat die door het gezag van God is verzegeld. Hoe meer ik beseft dat het gezin belangrijk in het plan van onze hemelse Vader is, en dat de verbonden die we hebben gesloten heilig zijn, hoe meer ik andere gezinnen wil helpen om diezelfde verordeningen te ontvangen.

Ik heb geleerd dat we ons geen zorgen over de toekomst hoeven maken, 'Want God heeft ons niet gegeven een geest van vreesachtigheid, maar van kracht en liefde en bezonnenheid' (2 Timotheüs 1:7). We moeten gehoorzaam zijn en de instructies opvolgen die we door de Schriften en de woorden van hedendaagse profeten ontvangen. En we moeten in gebed om persoonlijke instructies vragen. Als we dat doen, kunnen we de oceaan van deze laatste dagen oversteken, vol vertrouwen dat onze dierbaren ondanks allerlei problemen veilig zullen zijn. ■

De auteur woont in Paraná (Brazilië).



Hoe kan ik met **MIJN VERSTAND** en **MIJN HART** studeren?

Wat moet je doen als je vragen over leerstellige, historische of persoonlijke kwesties hebt? Hoe kun je antwoord krijgen? De Heer belooft: 'Ik zal in uw gedachten en in uw hart tot u spreken door de Heilige Geest' (1V 8:2). Hoe gebruik je je verstand *en* je hart om inspiratie te herkennen? Hier zijn enkele ideeën.

VERSTAND

Studeren, bidden, luisteren

Ouderling Robert D. Hales van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd dat als we belangrijke beslissingen nemen 'onze hemelse Vader [verwacht] dat wij onze keuzevrijheid gebruiken, de situatie in onze gedachten op basis van evangeliebeginselen uitvoren en een besluit in gebed aan Hem voorleggen.' ('De Heilige Geest', *Liahona*, mei 2016, 105.)

En dat geldt voor alle vragen die we hebben. Doe je Schriftstudie en bid oprecht over de antwoorden die je tegenkomt. De Heilige Geest zal ons ingevingen geven – door ideeën of woorden in ons verstand of andere persoonlijke herinneringen – om ons naar de juiste antwoorden te leiden.

Hulpmiddelen gebruiken

Gebruik de Schriften, de Gids bij de Schriften en andere hulpmiddelen. U kunt ook andere hulpmiddelen gebruiken, zoals conferentietoespraken, onderwerpen op LDS.org, tijdschriften van de kerk, het Joseph Smith Papers Project enzovoort. (Zie pagina 54 voor een lijst met nuttige hulpbronnen.)

Erover praten

Wees niet bang om hulp in te roepen. Ouderling Ronald A. Rasband van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft jullie aangemoedigd: 'Ik ga jullie een uitdaging geven. [...] Denk aan iemand [met wie je samen op zoek naar antwoorden kunt gaan] – een betrouwbare vriend, een ouder of ouders, grootouder, leerkracht, lid van de bisschop [of] adviseur [...] – en zorg dat je die vragen beantwoord krijgt.' (Face to Face broadcast, 20 januari 2016.) Probeer het! Bespreek je vragen met iemand die je vertrouwt en zoek samen naar antwoorden.

Bidden

Luisteren

Sprek



ILLUSTRATIE JOSH TALBOT

Weet wat je kunt doen als je vragen hebt.

Bestuderen

Bestuderen

Bidden

Luisteren

Geduld



ANTWOORDEN VAN GOD

‘Antwoorden op oprechte vragen zoeken is een belangrijk onderdeel van geloof opbouwen, waarbij we zowel ons verstand als onze gevoelens gebruiken. De Heer heeft gezegd: “Ik zal in uw gedachten en in uw hart tot u spreken” [LV 8:2]. We krijgen niet altijd meteen antwoord, maar de meeste vragen kunnen opgelost worden door oprechte studie en door God om een antwoord te vragen.’

Ouderling Neil L. Andersen van het Quorum der Twaalf Apostelen, ‘Geloof is geen toeval, maar een keuze’, *Liahona*, november 2015, 66.

HART

Studeren, bidden, luisteren

Dat zijn belangrijke stappen die je in je verstand en in je hart moet overwegen. President Dieter F. Uchtdorf, tweede raadgever in het Eerste Presidium, heeft gezegd: ‘Als u geestelijke waarheid wilt herkennen, moet u de juiste instrumenten gebruiken. U kunt geestelijke waarheid niet begrijpen met behulp van instrumenten die deze niet kunnen waarnemen.’ (‘Een getuigenis van licht en waarheid krijgen’, *Liahona*, november 2014, 22.) De Heilige Geest is het instrument waarmee we geestelijke dingen leren. Dus als je bidt en naar de Geest luistert, zul je op enig moment antwoorden vinden.

Geduldig zijn

President Uchtdorf heeft ook uitgelegd: ‘Hoe meer we ons hart en verstand op God richten, hoe meer hemels licht op onze ziel neerdaalt. [...] Geleidelijk worden zaken die voorheen vaag, duister en ver weg leken, duidelijk, helder en bekend.’ (‘Een getuigenis van licht en waarheid krijgen’, 22.) Antwoorden zoeken kan een langdurig proces zijn. Maar als je bereid bent om naar antwoorden te luisteren, ook als dat tijd kost, zul je ze vinden.

Influisteringen herkennen

Hoe meer je influisteringen herkent en er gehoor aan geeft als de Geest tot je hart spreekt, hoe gemakkelijker het wordt om in de toekomst influisteringen te herkennen. Dan zul je ‘voelen dat het juist is’ of ‘een verdoving van gedachte hebben’ als het verkeerd is (zie LV 9:8-9). Je kunt ook een vriendelijke herinnering krijgen, een rustig gevoel of een ander gevoel dat speciaal voor jou is. De Heer kent je en Hij weet hoe je zijn Geest zult herkennen. Hij zal je op unieke en liefdevolle wijze leiden. Blijf dus luisteren en oefenen. ■

JE EVANGELIESTUDIE PERSOONLIJKER *maken*

*Kijk eens naar deze tips
voor evangeliestudie en
hoe antwoord op geeste-
lijke vragen te krijgen.*

Bethany Bartholomew

Kerkelijke tijdschriften

Hoe studeer je als je op zoek bent naar antwoorden op een geestelijke vraag of als je de Schriften beter wilt begrijpen? En dan bedoel ik jou — persoonlijk. Iedereen heeft verschillende studiegewoonten, maar soms vergeten we dat we onze evangeliestudie persoonlijk kunnen maken. Als je de volgende keer een geestelijke of leerstellige vraag hebt, probeer dan enkele van deze tips uit om te zien wat voor jou het beste is.

1. CREËREN

Maak een lijst, schema of kaart. (Zie het onderstaande voorbeeld.)

Maak een studieweb. Noteer woorden en ideeën en verbind die met lijntjes om te laten zien hoe ze met elkaar te maken hebben.



MAAK EEN LIJST, SCHEMA OF KAART

Soms is het nuttig om je gedachten tijdens je evangeliestudie visueel te rangschikken door ze in een lijst, schema of kaart te zetten. Hier is een voorbeeld van een schema dat je kunt maken als je de zendbrieven van Paulus in het Nieuwe Testament bestudeert. Je kunt je eigen lijst, schema of kaart maken, zoals je zelf wilt. Wees creatief! Bedenk leuke manieren om je evangeliestudie vorm te geven.

DE ZENDBRIEVEN VAN PAULUS

ZENDBRIEF	MET EEN COLLEGA?	GESCHREVEN DOOR ... ?	BELANGRIJKSTE ONDERWERP VAN DE ZENDBRIEF
Voorbeeld: 1 Timotheüs	Niet vermeld	Laodicea (zie 1 Timotheüs 6)	Ware leer, de Heiland, gebed, geloof en naastenliefde, leiderschapskwaliteiten, afval, zorg voor de armen, trouw blijven, wereldse rijkdommen vermijden

2. SCHRIJVEN

Noteer gedachten en indrukken die je tijdens je Schriftstudie krijgt in een studiedagboek en lees die gedachten geregeld.

Noteer je gedachten en indrukken

nadat je hebt gebeden, ook als die indrukken niet direct te maken hebben met het onderwerp dat je bestudeert. Lees terug wat de Geest je in de loop der tijd leert.

Noteer je vragen in een aantekenschrift, in je telefoon, of op een notitieblok naast je bed, zodat je kunt teruglezen en kunt nadenken over wat je elke dag leert.



3. LUISTEREN EN BESPREKEN

Met een ouder of betrouwbare leider praten. Samen een oplossing vinden. Het duurt misschien even, maar je zult samen groeien.

Een ander onderwijzen. Vertel om de beurt wat je *wel* weet. Bespreek wat je van elkaar hebt geleerd.

Luister naar de Schriften of andere verhalen en hulpmiddelen van de kerk.

4. ONDERZOEK VERRICHTEN

Bestudeer studiemiddelen in de Schriften en online (zie onderstaande lijst met hulpmiddelen van de kerk).

Zoek op LDS.org naar video's en liedjes die te maken hebben met het onderwerp dat je bestudeert.

De context bestuderen. Bestudeer de geschiedenis of de hoofdstukken rond het onderwerp of de teksten die je bestudeert.



OP LDS.ORG

- Schriften (scriptures.lds.org)
- Algemene conferentie (conference.lds.org)
- Evangelieonderwerpen (topics.lds.org)
- Tijdschriften (liahona.lds.org)
- Kerkgeschiedenis (history.lds.org)
- Studiemiddelen (scriptures.lds.org)
- Lessen en leermiddelen (lds.org/go/41754a)
- LDS Media Library (lds.org/media-library)
- Hulp bij problemen (lds.org/go/41754b)

DE STUDIEMIDDELEN GEBRUIKEN

Er zijn in de Schriften en online veel nuttige studiemiddelen beschikbaar om je bij de studie van belangrijke onderwerpen te helpen. Hier is een lijst met enkele studiemiddelen en waar je die kunt vinden:



IN DE SCHRIFTEN

- Gids bij de Schriften
- Chronologie van de kerkgeschiedenis
- Plaatsnamenregister
- Bijbelvertaling van Joseph Smith
- Kaarten en foto's
- Lijst met afkortingen



ANDERE ONLINE HULPBRONNEN

- Familiegesciedenis (familysearch.org)
- Mormon Channel (mormonchannel.org)
- Teksten die tijdens de algemene conferentie geciteerd zijn (scriptures.byu.edu)
- Mormon Newsroom (mormonnewsroom.org)
- Zendingswerk en evangelieprediking (mormon.org)
- Joseph Smith Papers Project (josephsmithpapers.org)

5. DOEN

Beeld verhalen uit de Schriften of ander materiaal uit. Hoe kun je het bestudeerde materiaal beter begrijpen als je jezelf in de persoon probeert in te leven? Hoe zouden dergelijke situaties er in jouw leven uitzien?

Maak een tekstenreeks die de antwoorden in de Schriften met elkaar verbindt. (Zie het onderstaande voorbeeld.)

EEN TEKSTENREEKS MAKEN

Soms is het nuttig om enkele teksten over hetzelfde onderwerp te noteren. Zoek in de Gids bij de Schriften naar teksten die over het onderwerp gaan dat je bestudeert. Gebruik dan voetnoten en de context om teksten met elkaar te verbinden die informatie over dat onderwerp bevatten. Zet de volgende tekst in de kantlijn naast de vorige tekst enzovoort. Je kunt ook conferentie-toespraken over een bepaald onderwerp opzoeken (zie de lijst met onderwerpen op conference.lds.org). De tekstenreeks over hoop is een voorbeeld.

TEKSTENREEKS

Teksten over hoop:

Begin: Moroni 7:40



Ether 12:4



Moroni 7:3



Leer en Verbonden 138:14



Moroni 7:41



Einde: Alma 46:39 (zet Moroni 7:40 in de kantlijn naast deze tekst.)

Toespraken over hoop:

- Bisschop Dean M. Davies, 'De zegeningen van aanbidding', algemene oktoberconferentie 2016.
- Ouderling Paul V. Johnson, 'En de dood zal niet meer zijn', algemene aprilconferentie 2016.
- President Dieter F. Uchtdorf, 'Hij zal u op zijn schouders leggen en u naar huis dragen', algemene aprilconferentie 2016.
- Ouderling L. Whitney Clayton, 'Kies ervoor om te geloven', algemene aprilconferentie 2015.
- President Boyd K. Packer (1924-2015), 'De reden voor onze hoop', algemene oktoberconferentie 2014.
- President Henry B. Eyring, 'Een kostbaar erfgoed van hoop', algemene aprilconferentie 2014.





Ouderling
Quentin L. Cook
 van het Quorum der
 Twaalf Apostelen



ECHTE VREDE VINDEN

Het hemelse ideaal van alle goede mensen was en is vrede in de wereld vestigen. We mogen dat ideaal nooit opgeven. Maar president Joseph F. Smith (1838–1918) heeft gezegd: ‘Die geest van vrede en liefde kan pas op aarde komen [...] als de mensheid Gods waarheid en boodschap aanneemt, en zijn goddelijke macht en gezag erkent.’

We hopen oprecht op universele vrede en bidden erom. Maar de vrede die de beloofde **beloning voor rechtschapenheid** is, vinden we als individu en als gezin. Die vrede is een gave die de Heiland door zijn zending en zoenoffer belooft.

Vrede betekent meer dan veiligheid of de afwezigheid van oorlog, geweld, conflicten en ruzie. Vrede is ons deel als we **weten dat de Heiland ons kent** en weet dat we **geloof in Hem hebben, Hem liefhebben** en zijn geboden **onderhouden**. Dat gaat zelfs en juist in tijden van heftige beproevingen en drama’s op (zie LV 121:7–8).

‘Waar is een toevluchtsoord? Waar is verlichting als het verstand’lijk woord

geen uitkomst meer biedt?’ (‘Waar is een toevluchtsoord?’, *Lofzangen*, nr. 88.) **Het antwoord is de Heiland**, die de bron van vrede is. Hij is de ‘Vredevorst’ (Jesaja 9:5).

Er zijn vele vormen van rechtschapenheid die met blijvende vrede beloofd worden. We kunnen ons bijvoorbeeld voor God **verootmoe-digen, altijd bidden**, ons van onze zonden **bekeren**, de wateren van de **doop** met een **gebroken hart** en een **verslagen geest** betreden, en **ware discipelen** van Jezus Christus worden.

De kerk is een toevluchtsoord waar de volgelingen van Christus vrede vinden. Sommige jonge mensen in de wereld zeggen dat ze wel spiritueel maar niet godsdienstig zijn. Spirituele gevoelens zijn een goed begin. In de kerk vinden we daarboven **broeder- en zusterschap, leringen en voeding met het goede woord** van God. Sterker nog, het priesterschapsgeslacht in de kerk voorziet in **heilige verordeningen en verbonden**. Daardoor worden familieleden met

elkaar verbonden en kunnen we bij God de Vader en Jezus Christus in het celestiale koninkrijk terugkeren. Die verordeningen brengen vrede omdat ze verbonden met de Heer zijn.

Veel heilige verordeningen vinden in tempels plaats, die ook een vredige toevlucht voor de wereld bieden. Mensen voelen die vrede eveneens in de tuinen of tijdens open dagen van **een tempel**.

De Heiland is de bron van echte vrede. Zelfs als we beproefd worden, is innerlijke vrede onze beloning dankzij de verzoening en genade van de Heiland en onze rechtschapenheid (zie Johannes 14:26–27; 16:33). ■

Naar een toespraak gehouden in de algemene aprilconferentie van 2013.

Geen boeken, wel een getuigenis

Alle ogen waren op mij gericht. Kon ik de kerk met mijn eenvoudige getuigenis verdedigen?

Abegail D. Ferrer

Ooit had ik me eens voorgenomen mijn geestelijke kennis te vergroten. Ik nam overall kerkboeken, brochures, lesboeken en mijn Schriften mee naartoe, zelfs naar school, omdat ik hongerde naar Gods woorden. Maar mijn ijver verminderde toen ik voor een toets moest blokken.

Op een dag vroeg onze lerares tijdens een klasgesprek of alle niet-katholieke leerlingen wilden opstaan. Ik was het enige lid van de kerk in de klas. Zes andere leerlingen stonden ook op.

Toen stelde ze ons vragen: 'Van welke kerk ben je lid?' 'Wie is de stichter?' 'Hoe werd jouw kerk opgericht?'

Ik was als laatste aan de beurt. Ik was zenuwachtig toen ik besepte dat ik mijn kerkboeken niet bij mij had, maar ik probeerde me te herinneren wat ik had gelezen. Ik moest denken aan een vers uit de Bijbel:

'Vertrouw op de Heer met heel je hart, en steun op je eigen inzicht niet.

'Ken Hem in al je wegen, dan zal Hij je paden recht maken' (Spreuken 3:5-6).

Ik stond op en was niet bang meer. Ik zei dat ik lid was van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen. Ik vertelde het verhaal van de jonge Joseph Smith, die

God had gezien. Ik kreeg een warm gevoel in mijn boezem en de tranen stroomden over mijn wangen. Ik vertelde dat de kerk op 6 april 1830 was gesticht, en ik getuigde dat een profeet van Godswege was geroepen en dat het priesterschap was hersteld. Ik getuigde dat ik wist dat alles wat ik gezegd had waar was.

Mijn talrijke uren evangeliestudie wierpen hun vruchten af. Nu kon ik mijn geloof verdedigen en het evangelie verkondigen. Toen vier van mijn klasgenoten enkele weken later mee naar de kerk kwamen, was ik erg trots.

Deze ervaring heeft mij geleerd hoe belangrijk het is om een getuigenis te hebben. Eerst vroeg ik mij af waarom de Heer mij niet had ingefluisterd dat ik die dag mijn boeken moest meenemen. Ze zouden me geholpen hebben om het volmaakte antwoord op de vragen te geven. Maar toen besepte ik dat wij niet alle informatie over de kerk uit het hoofd hoeven te leren of op tekstverwijzingen te vertrouwen. Wij dienen het evangelie te bestuderen, na te leven en uit te dragen, en op de Heilige Geest te vertrouwen. Mijn boeken had ik niet bij me, maar mijn getuigenis had ik wel. ■
De auteur woont in Cagayan (Filipijnen).



ZIJ ZAGEN HEM

Deze personen zagen de herrezen Heiland, maar jij kunt op je eigen manier ook een getuige van Christus zijn.

Hoe zou het volgens jou zijn om de herrezen Heiland te zien? Duizenden mensen uit de tijd van Jezus hoefden dit zich niet in te beelden — zij beleefden het. De Schriften bevatten een twaalftal voorbeelden in het Nieuwe Testament en verschillende in het Boek van Mormon waarin de herrezen Heer aan de mensen verscheen. Deze personen namen een van de grootste wonderen in de geschiedenis waar: Jezus Christus die de dood overwon en ons allen in staat stelde om weer te leven. Is dat niet ongelooflijk?

Wat houdt het eigenlijk in om een getuige van Christus te zijn? Laten we enkele van die momenten in de Schriften bekijken en nadenken hoe wij ook getuige van Christus kunnen zijn, zelfs zonder Hem in levenden lijve te zien.

Maria Magdalena

Maria Magdalena was de eerste getuige. De zondagochtend na de kruisiging begaf zij zich met enkele vrouwen naar het graf om het lichaam van de Heer te zalven. Toen Maria ontdekte dat het graf leeg was, huilde zij. Iemand benaderde haar en vroeg: 'Vrouw, waarom huilt u?' Stel haar verrassing eens voor toen ze zag dat het Jezus was, die uit de dood was opgestaan. (Zie Johannes 20:1-18.)



PENNANT © ISTOCK/GETTY IMAGES

Twee discipelen op weg naar Emmaüs

Kleopas ging samen met een andere discipel naar Emmaüs toen een vreemdeling zich bij hen voegde. Zij herkenden hem niet tot hij tijdens hun gezamenlijk avondmaal het brood brak. Toen werden hun ogen geopend en ze beseften dat ze de hele tijd met de Heiland hadden gereisd. 'Was ons hart niet brandend in ons [...]?' vroegen zij elkaar. Zij dachten na over de bevestiging die zij hadden ontvangen dat Hij waarlijk bij hen was geweest. (Zie Lukas 24:13-34.)



De tien apostelen

De twee discipelen die met Christus naar Emmaüs waren gereisd, keerden terug naar Jeruzalem en vertelden de apostelen wat zij hadden meegemaakt. Terwijl zij deze dingen bespraken, verscheen de Heiland in hun midden en zei: 'Zie mijn handen en mijn voeten, want Ik ben het Zelf. Raak Mij aan en zie, want een geest heeft geen vlees en beenderen, zoals u ziet dat Ik heb.' (Zie Lukas 24:36-41, 44-49.)

De apostel Thomas

De apostel Thomas was er niet bij toen de Heiland de eerste maal aan de andere apostelen verscheen. Daarom geloofde hij niet dat Christus was herrezen. Een week later verscheen Christus opnieuw aan de apostelen. Dit keer was Thomas er wel bij en omdat hij Christus zag, geloofde hij dat Hij was herrezen. De Heiland berispte Thomas omdat hij niet had geloofd zonder te zien: 'Omdat u Mij gezien hebt, Thomas, hebt u geloofd; zalig zijn zij die niet gezien zullen hebben en toch zullen geloven.' (Zie Johannes 20:24-29.)



SCHILDERIJ VAN THOMAS, BRIAN CALL



De elf apostelen aan de zee van Tiberias

Kort na de opstanding gingen enkele van de apostelen in de zee van Tiberias vissen, echter zonder al te veel succes. De volgende ochtend verscheen de Heiland en raadde hen aan hun net aan de rechterzijde van het schip uit te werpen. Toen ze dat deden, zat hun net zó vol dat ze het maar nauwelijks konden binnenhalen! Zij aten samen en daarna leerde de Heiland hun hoe belangrijk dienstbetoon was, door te zeggen: 'Weid mijn schapen.' Dát was wat de apostelen de rest van hun leven deden – de mensen over Christus vertellen. Enkelen van hen offerden hiervoor zelf hun leven op. (Zie Johannes 21:1-22.)

DE HERREZEN CHRISTUS AAN DE ZEE VAN TIBERIAS, DAVID LINDSLEY





EÉN HERDER, HOWARD LYON

De Nephieten in Amerika

Het land in Amerika werd tijdens de kruisiging door aardbevingen, vuren en andere natuurrampen geteisterd. Daarna volgden er nog drie dagen van duisternis ten teken van de dood van de Heiland. Later daalde Christus uit de hemel neer en bezocht Hij een menigte van 2500 personen die zich bij de tempel in het land Overvloed had verzameld. Hij nodigde de mensen uit de wonden in zijn handen en voeten en zijde te voelen, hield een toespraak, en zegende de kinderen van de Nephieten één voor één. De volgende dag waren er nog meer mensen bijeengekomen en de Heiland bezocht en onderwees hen. De discipelen richtten uiteindelijk de kerk van Christus op en de Nephieten en de Lamanieten ontwikkelden zo'n krachtige getuigenis dat zij zich allen tot de Heer bekeerden. (Zie 3 Nephi 11-18; zie ook 3 Nephi 8-10; 4 Nephi 1.)

Getuigen toen en nu

Christus verscheen nog aan vele anderen. Dat was onder meer aan een groepje vrouwen die Maria Magdalena naar het graf hadden vergezeld om het lichaam van Christus te zalven, een groep van meer dan vijfhonderd mensen, Jakobus, en Paulus. (Zie Mattheüs 28:9; Handelingen 9:4-19; 1 Korinthe 15:6-7; zie ook 3 Nephi 19; 26:13.)

Misschien krijgen we de kans niet om de Heiland te zien zoals deze getuigen Hem zagen, maar je kunt nog altijd een getuige van Christus zijn. Je kunt, net zoals Maria dat deed toen ze naar het graf ging, zelf de Heiland zoeken door meer over Hem te weten te komen. Of je oefent je geloof in Hem door de geboden te onderhouden en de raad van de profeten op te volgen. Of je kunt, zoals de twee discipelen die naar Emmaüs gingen, de zegeningen van de Heiland in je leven herkennen. Denk in deze paastijd eens na over wat het betekent om een getuige van Christus te zijn. Deze mensen waren letterlijk getuigen die de herrezen Christus zagen — maar dat is niet de enige manier waarop je Hem in je leven kunt waarnemen. ■



LEER VAN HEM

‘Wanneer u voelt dat de Heilige Geest steeds weer in vele verschillende situaties en bij verschillende ervaringen tot uw ziel van [Christus] getuigt, wanneer u zo goed mogelijk probeert om het licht van zijn voorbeeld in uw dagelijkse leven omhoog te houden, en wanneer u tot anderen getuigt en hun leert hoe ze Hem kunnen volgen, bent u een getuige van Jezus Christus.’

Ouderling D. Todd Christofferson van het Quorum der Twaalf Apostelen, ‘Een getuige van Christus worden’, *Liahona*, november 2008, 63.

ONZE PLEK

GOD GEEFT ONS GEREEDSCHAP

Mijn oom is kunstenaar. Hij bouwt kleine houten sloopjes in glazen flessen. Dat kost veel tijd, concentratie en moeite.

Op een dag zag ik zijn gereedschap. Ik merkte dat hij elk stuk gereedschap voor een bepaald detail of onderdeel van het schip gebruikte. Toen ik hem zag werken, stond ik versteld van de manier waarop hij de sloopjes met het gereedschap bouwde. Ik moest denken aan het verhaal waarin Nephi een schip bouwt (zie 1 Nephi 17–18). Hij bouwde het op de manier van de Heer, niet die van de mens. God geeft ons gereedschap om onze sloopjes op zijn manier te bouwen. De Schriften, mijn geloof en de liefde van God zijn als gereedschap waarmee ik mijn eigen volmaakte sloopje moet bouwen. Ik leer dagelijks de Heer beter te volgen. ■

María Mercedes G., Monagas (Venezuela)



IK VOELDE ME EENZAAM

Het was een koude lente in Denemarken. Ik was nog maar pas op zending en had het moeilijk met mijn getuigenis. Ik had me anderhalf jaar eerder laten dopen en voelde me onzeker omdat ik in een vreemd land was, de taal niet kende en hopeloos in het doolhof van straatjes verdwaalde. Vroeger dankte ik God in mijn gebeden, maar nu verweet ik Hem dat Hij me in de steek liet.

Op een ochtend smeekte ik Hem in gebed. Ik vroeg Hem niet kwaad 'waarom', maar smeekte om een

getuigenis van de waarheid van het evangelie; ik vroeg Hem om mijn twijfels weg te nemen.

Na mijn gebed sloeg ik de Schriften open. Ik belandde bij Deuteronomium 31:6: 'Wees sterk en moedig, wees niet bevreesd en schrik niet voor hen terug, want het is de Heere, uw God, Die met u meegaat. Hij zal u niet loslaten en u niet verlaten.'

Ik was zo blij toen ik besepte dat dat het antwoord op mijn gebed was: God was de hele tijd bij me geweest. Hij had gewoon gewacht op mijn oprechte gebed. Ik moest ophouden

met Hem te verwijten dat Hij me in de steek gelaten had.

God laat me nooit in de steek, zelfs niet als het er hopeloos uitziet. We kunnen zijn warmte voelen door te bidden en in de Schriften te lezen. ■

Clayton E., Texas (VS)

JOUW BEURT

De *Liahona* wil graag horen hoe jij het evangelie beleeft. Stuur je verhaal op liahona.lds.org in of e-mail het naar liahona@ldschurch.org. Vermeld je volledige naam, wijk en ring en voeg er de toestemming van een van je ouders aan toe.

VOORWAARTS CHRISTENSTRIJDERS

'De mensen die een zetel in het celestiale koninkrijk wensen te verkrijgen,
zullen bemerken dat ze elke dag strijd moeten leveren.'

(Leringen van kerkpresidenten: Brigham Young [1997], 294.)



‘Hoe weet ik dat God naar mijn gebeden luistert?’

Het gebed is een grote zegen. Onze hemelse Vader heeft beloofd om altijd te luisteren, maar vaak moeten we moeite doen om zijn antwoord te herkennen.¹

Denk hier eens over na: God hoort je, of niet. Als Hij je niet hoort, dan heeft het geen zin om te bidden. Maar als Hij je wél hoort (en dat doet Hij), dan moeten we bedenken hoe we *écht* in gebed met Hem van gedachten kunnen wisselen, antwoorden herkennen, en er ijverig mee aan de slag gaan.

Als we menen dat Hij niet luistert, kan het nodig zijn dat we eerst nog verder groeien. Je kunt je afvragen: Ben ik rein? Heb ik de juiste motivatie? Ben ik bereid te doen wat Hij vraagt?² Als het antwoord op al die vragen ja is, dan kun je erop vertrouwen dat ‘de Heer, uw God, [...] u antwoord [zal] geven op uw gebeden’ (LV 112:10). Bedenk wel dat een antwoord soms subtiel is of op een onverwachte manier komt.

Als je op sommige van die vragen nee hebt gezegd, is het nooit te laat! Breng de nodige veranderingen in je leven aan zodat je de Geest bij je kunt hebben. Wees bereid om op ingevingen te reageren.

En vergeet niet dat iedereen op een andere manier antwoord krijgt. Bid dat de Heilige Geest je zal leren hoe *jij* antwoorden kunt herkennen. Het is misschien niet meteen makkelijk om ze te herkennen, maar voor alles geldt: oefening baart kunst. Geloof, en vertrouw erop dat je hemelse Vader *altijd* luistert.

NOTEN

1. Zie Matteüs 7:7; Jakobus 1:5–6; Alma 33:4–11; Leer en Verbonden 8:1–2.
2. Richard G. Scott, ‘Learning to Recognize Answers to Prayer’ *Ensign*, november 1989, 32.



Luister naar de Geest

Probeer naar de Heilige Geest te luisteren. Iedereen hoort de Heilige Geest op een andere manier, dus misschien probeer je wel een stille zachte stem te horen terwijl de ingeving als een gevoel komt. Ik weet dat de Heilige Geest je alles zal vertellen wat je moet weten — je hoeft alleen maar te luisteren.

Elise G. (13), Alberta (Canada)

Antwoorden in de kerk

Ik twijfelde eens heel erg of ik met een niet-lid uit moest gaan. In de avondmaalsdienst hield een zuster een toespraak die speciaal voor mij leek te zijn. Op dat moment kreeg ik de bevestiging dat de Heer mijn gebed had verhoord. Eerst wist ik niet wat ik moest doen, maar toen werd ik door de Heilige Geest getroost en kreeg ik vreugde en moed. God geeft ons antwoord door gevoelens, gedachten, de Schriften, en zelfs sprekers in de kerk!

Karen V. (19), Minas Gerais (Brazilië)



Vergeet niet wie je bent

Ik weet dat God ons kan horen omdat bidden me een gevoel van vrede, opluchting en liefde geeft. Ik zie dat Hij me dagelijks voor veel gevaren behoedt, dat Hij mijn familie beschermt, en dat Hij mij liefheeft. Voor ik naar school ga, zeg ik altijd het jongevrouwenthema op om beter te onthouden dat ik een

dochter van een hemelse Vader ben die van mij houdt.

Nicol M. (19), Lima (Peru)



Gebed van een kind

Door deze woorden in het jeugdwerkliedje 'Gebed van een kind' weet ik dat mijn hemelse Vader mijn gebeden verhoort (*Kinderliedjes*, 6): 'Hemelse Vader, hoort U mijn gebed? En is het waar dat u daar boven op mij let? Soms lijkt de hemel nog heel ver weg, maar 't lijkt heel dichtbij als 'k mijn gebeden zeg.' Als ik aan dat liedje denk, weet ik dat Hij luistert, want dan voel ik de Geest en zijn oneindige liefde voor mij. Als ik eraan denk dat Hij van me houdt, voel ik me getroost en weet ik dat Hij mijn gebeden verhoort.

Elaine B. (16), North Carolina (VS)

Vertrouw op Hem

Onze hemelse Vader luistert altijd naar onze gebeden, maar soms lijkt het alsof Hij ze niet verhoort, omdat Hij geen antwoord geeft wanneer en hoe wij dat willen. We moeten bereid zijn om onze wil ondergeschikt te maken aan de zijne, en te geloven dat Hij weet wat het beste voor ons is. Onze hemelse Vader heeft ons lief en zal altijd proberen om ons door zijn antwoorden op onze gebeden te helpen met leren en groeien.

Mosiah M. (17), Utah (VS)

Bid en gij zult ontvangen

In de Schriften leren we dat God onze gebeden altijd zal horen, en ze zal

verhoren als we Hem in geloof en met een oprechte bedoeling vragen. Door een gevoel van gemoedsrust krijgen we de bevestiging dat Hij ons hoort. We kunnen ook het gevoel krijgen dat alles in orde komt als we de wil van de Vader volgen. Als we eraan twifelen dat Hij ons hoort, kunnen we het beste de Schriften raadplegen, en vragen of wat we gelezen hebben waar is.

Constanza L. (20), Bío Bío (Chili)

Onderzoek het

Ik vroeg me eens af of God mijn gebeden wel kon horen, en ik voelde het antwoord in mijn hart. Ik hoorde iemand getuigen van het gebed, en ik kon de Heilige Geest voelen. Mijn andere advies is om het aan je ouders, je bisschop, of andere wijkleden te vragen. Je kunt zelfs om hulp bidden!

Joshua S. (13), Oregon (VS)

Bid oprecht

Na je gebed kun je luisteren naar de gevoelens en ingevingen die je krijgt. Een daarvan kan het antwoord op



GEEF HET NIET OP

'Wees gehoorzaam, denk aan de momenten waarop u de

Geest hebt gevoeld, en vraag in geloof. Dan zult u antwoord krijgen, en dan zult u de liefde en gemoedsrust van de Heiland voelen. U krijgt wellicht niet meteen antwoord, of op de manier die u verwacht, maar u zult antwoord krijgen. Geef de moed niet op!

Ouderling James B. Martino van de Zeventig, 'Als u zich tot Hem wendt, zal Hij antwoorden', *Liahona*, november 2015, 59.

je gebed zijn. Als we met een ware bedoeling en een oprecht hart bidden, antwoordt onze hemelse Vader overeenkomstig ons geloof in Hem. Hij antwoordt niet om alleen onze nieuwsgierigheid te bevredigen.

Jean-Claude N. (16), Kasai-Central (Democratische Republiek Congo)

VOLGENDE VRAAG

'Hoe vraag ik mijn vrienden om niet onaardig of ongepast over anderen te praten?'

Stuur je antwoord, eventueel vergezeld van een foto met hoge resolutie, vóór dinsdag 15 mei 2017 in op liahona.lds.org (klik op 'Submit an Article'), of per e-mail naar liahona@ldschurch.org.

Vermeld alsjeblieft de volgende gegevens: (1) volledige naam, (2) geboortedatum, (3) wijk of gemeente, (4) ring of district, (5) je schriftelijke toestemming en, als je jonger dan achttien bent, de schriftelijke toestemming van je ouders (dat mag per e-mail) om je reactie en foto te plaatsen.

De redactie kan reacties inkorten of duidelijker formuleren.

Andrei en de vloek

Julie C. Donaldson

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

'Ik wil me bekeren, m'n best doen en bidden.'

(Children's Songbook, 98.)

Jij voelt je beter dan wij omdat je niet vloekt',
zei Nikolai tijdens de pauze.

'Dat is niet waar', zei Andrei.

'Vloek dan eens. Maar één keer. Het
kan geen kwaad. Iedereen vloekt.'

Andrei haalde zijn schouders
op. 'Ik wil het gewoon niet.'

Andrei wist dat vloeken
fout was en dat de Heilige
Geest daardoor wegging.
Andrei wilde de Heilige
Geest altijd bij zich heb-
ben. Daarom vloekte
hij niet.

Andrei was nieuw
op school en tot nu
toe was Nikolai de
enige in zijn klas
die zijn vriend
wilde zijn. Maar
Nikolai vroeg
hem elke dag
om te vloeken.
En elke dag
werd Andrei
het nee zeg-
gen een
beetje meer
beu. Andrei
was trou-
wens bang dat
Nikolai zijn vriend

niet meer wilde zijn. Dan zou hij zich
heel eenzaam voelen.

'Vloek gewoon één
keer', zei Nikolai na
school. 'Dan laat
ik je met rust.'

Andrei
had er echt
genoeg van
en vloekte. Hij
zei een woord
dat niet zo
heel erg was.

Nikolai
knikte. 'Goed
zo, nu hoor je erbij.'

Nikolais andere vrienden
begonnen ook met Andrei te
praten. Ze aten 's middags
samen en voetbalden tijdens
de pauze. Maar Nikolais
vriendengroep leek wel een
plas drijfzand. Hoe meer





Andrei met hen optrok, hoe meer hij hun taalgebruik en gedrag overnam. En ze vloekten allemaal. En veel. Ze lachten elkaar uit en beledigden elkaar. Ze zeiden slechte dingen over hun leerkrachten. Ze waren opvliegender en gemeen. Andrei was steeds vaker kwaad. En hij vond meer redenen om te vloeken.

Toen mama en papa op een avond van huis waren, maakten Andrei en zijn oudere zus Katja ruzie omdat ze ieder een ander tv-programma wilden bekijken. Plots floepte er een vloek uit Andreis mond.

Katja schrok. 'Dat ga ik aan mama vertellen.'

Andrei rende naar zijn kamer en sloeg de deur dicht. Wat scheelde er toch met iedereen? Waarom maakten ze hem altijd zo kwaad? Toen zijn ouders thuiskwamen, zette Andrei zijn deur op een kiertje. Hij hoorde Katja zeggen: 'Mama, Andrei heeft gevloekt.'

'Wat?' Mama klonk verrast. 'Andrei zou nooit vloeken.'

Andrei deed de deur dicht en liet zich op zijn bed vallen. Hij was zo anders sinds hij was begonnen met vloeken. Het was alweer een tijdje geleden dat hij de Heilige Geest gevoeld had.

Andrei knielde naast zijn bed en bad. 'Lieve hemelse Vader, het spijt me dat ik zo gemeen en kwaad geweest ben. Het spijt me dat ik gevloekt heb. Ik zal het niet meer doen.'

Terwijl Andrei aan het bidden was, kreeg hij een warm gevoel. Het was de eerste keer sinds hij was begonnen met vloeken dat hij zich echt gelukkig voelde. Hij wist dat God van hem hield en voelde de Heilige Geest. Hij voelde dat God hem vergeven had en wist dat hij kon veranderen en zich kon verbeteren.

Na zijn gebed vertelde hij mama de waarheid en verontschuldigde zich bij Katja. Andrei voelde zich beter. Hij voelde zich goed omdat hij zich bekeerd had.

De volgende dag at Andrei niet samen met Nikolais groep. Hij ging naast wat kinderen zitten die hij niet kende. Het zou misschien een tijdje duren, maar Andrei wist dat hij vrienden zou vinden die braaf en gelukkig waren en niet vloekten. Net als hij. ■

De auteur woont in Utah (VS).



KGW-UITDAGING

'Ik gebruik de naam van onze hemelse Vader en van Jezus Christus met eerbied. Ik vloek niet en gebruik geen grove taal' (Mijn evangelienormen).

Schrijf of teken op een blad papier hoe je je door goede woorden voelt. Draai het blad om en schrijf of teken hoe je je door slechte woorden voelt.

Lees Leviticus 19:12. Waarom is het belangrijk om de naam van onze hemelse Vader en van Jezus Christus eerbiedig te gebruiken?

Vraag een ouder of leider waarom we goede taal moeten gebruiken, en wat hij of zij daaraan gehad heeft.

Ik daag mezelf uit om ...





Ouderling
David A. Bednar
van het Quorum
der Twaalf
Apostelen

Hoe kan ik mijn gezinsleden sterk helpen worden?



Zeg tegen je gezinsgenoten dat je van ze houdt en toon dat door je daden.



Geef je getuigenis van de dingen die waar zijn door de macht van de Heilige Geest. Geef je getuigenis aan de mensen van wie je het meeste houdt.



Doe zonder te mopperen mee aan het gezinsgebed en de Schriftstudie. Doe actief mee met de gezinsavond en maak er een leuke tijd van.



Zorg dat je het herstelde evangelie van Jezus Christus leert kennen, naleeft en liefhebt.



Joy D. Jones
Algemeen
jeugdwerkpresidente

Bereid je dagelijks voor op de TEMPEL

Toen ik negen jaar was, had ik een hele fijne jeugdwerklerares, zuster Kohler. Ik was erg verlegen, maar zij was zo lief dat ik het heerlijk vond om bij haar te zijn. Op een dag gaf ze ons allemaal een vel papier. We schreven allemaal op wat we wilden doen als we groot waren. Ik schreef: 'Naar de universiteit gaan en in de tempel trouwen.' Ik hing het papier boven de deur van mijn kamer. 's Avonds viel er licht van de straatlantaarn door mijn raam. Ik keek op naar mijn papier. Dat herinnerde me eraan dat ik naar de tempel wilde.

Destijds waren er in de hele wereld maar twaalf tempels. Ik wilde ze allemaal bezoeken.

Mijn vader en moeder namen bij het plannen van vakanties altijd een gezinsbezoek aan de tempel op. Wij woonden in de Amerikaanse staat Oregon. De dichtstbijzijnde tempel was 965 kilometer verderop in Cardston, in de Canadese provincie Alberta. Onze auto had geen airconditioning. Ik zat met mijn broer en zus op de achterbank. We hingen een natte doek uit het autoraam. Die legden we dan in onze nek om af te koelen.

Het was altijd opwindend als we eindelijk de tempel zagen. Ik weet niet meer precies wat er allemaal gebeurde, maar mijn ouders waren altijd blij als ze naar buiten kwamen. Ik wist dat de tempel erg belangrijk was. Ik wist dat het 't huis van de Heer was. (Op de



foto ben ik het meisje in de witte bloes.)

Toen ik twaalf was, liet ik me in verschillende tempels voor de doden dopen. Toen ik mijn toekomstige echtgenoot ontmoette, kwam ik erachter dat hij ook van de tempel hield! We zijn in de Mantitempel getrouwd.

Je kunt je dagelijks op de tempel voorbereiden. Ga zo vaak mogelijk naar de tempel. Raak de muren aan. Toen mijn kleinzoon Jarret 11 jaar was, werkte hij elke zondag met zijn vader aan onze familiegeschiedenis. Hij heeft heel veel namen van voorouders gevonden. Nu hij twaalf is, laat hij zich in de tempel voor die voorouders dopen!

Als je in de tempel bent, kun je lopen waar Jezus loopt. Het is zijn huis. Ik hoop dat je elke dag je hemelse Vader zult bidden om hulp met je voorbereiding op je bezoek aan de tempel, en dat je zijn liefde kunt voelen. ■

Sterre blinkt uit

Jane McBride

Gebaseerd op een
waargebeurd verhaal

*'t Is zo fijn als we hier
op 't jeugdwerk zijn.'*
(Zing maar mee, B-3.)

Sterre trok haar kleding
Srecht. Het was een
vreemd gevoel om vanwege
de kerk een jurk te dragen.
In haar oude kerk droegen
de meisjes op zondag broe-
ken of korte broeken. In
haar nieuwe kerk echter
niet. Haar moeder en zij
hadden zich onlangs laten
dopen in De Kerk van
Jezus Christus van de
Heiligen der Laatste
Dagen.

Sterre zuchtte toen
ze in de spiegel keek.
Enerzijds was ze enthousi-
ast om voor de eerste keer
als officieel lid naar de kerk
te gaan, anderzijds was ze
ook zenuwachtig. Tot nu
toe bleef ze in de kerk de
hele tijd bij haar moeder.
Maar deze keer zou ze
naar het jeugdwerk gaan.

Sterre keek naar haar spiegelbeeld. Als ze er nu
eens niet zou thuishoren? Als de andere kinderen haar
nu eens niet leuk zouden vinden?

'Sterre? Ben je er bijna?', riep mama.



Sterre ging de trap
af. 'Hoe zie ik er uit?',
vroeg ze.

Mama glimlachte.
'Je ziet er prachtig uit.'

Sterre grimaste. 'U
moet dat wel zeggen.
U bent mijn mama.'

'Je hebt groot gelijk.
Ik *moet* dat zeggen.
Want het is waar.'

Sterre glimlachte
flauwtjes. Mama vond
altijd wel een manier
om haar gerust te stel-
len. Maar ze had nog
steeds kriebels in haar
buik. Als de andere
kinderen nu eens geen

zin hadden om met haar te praten? Ze had wel vrienden
op school, maar die waren geen lid van haar nieuwe
kerk. Eén vriend om samen naar de kerk te gaan is
al wat ze wilde.

'Ik denk net aan iets wat ik nog moet doen,' zei ze
tegen mama.

Ze holde de trap op en knielde bij haar bed.
'Hemelse Vader, help me alstublieft met vriendschap
sluiten. Ik geloof wat de zendelingen me geleerd heb-
ben, maar ik ben bang.'

Sterre bleef geknield zitten en luisterde. Ineens
kreeg ze een fijn, vredig gevoel en was ze niet meer
zo zenuwachtig.

In de kerk gingen mama en Sterre bij een familie met drie jonge meisjes zitten. De ouders stelden zich voor en praatten wat met mama voordat de dienst begon. Sterre hielp de meisjes een tekening van Jezus te kleuren.

Bisschop Andrews kwam naar hen toe. 'Zuster Cunningham! Sterre! Het is fijn om jullie te zien.' Hij glimlachte vriendelijk naar hen en gaf hun een hand. Sterre was vergeten hoe vriendelijk iedereen in de kerk was.

Misschien kon ze dan toch vriendschap sluiten.

Na de avondmaalsdienst ging Sterre naar het jeugdwerk. Ze ging zitten en wierp snel een blik op de andere kinderen. Die waren onderling aan het praten en hadden haar blijkbaar niet gezien. Sterre begon ontmoedigd te raken. Ze zou dan toch op haarzelf aangewezen zijn.

Net op dat moment kwam er een meisje van haar leeftijd het lokaal binnen. Zij voelt zich blijkbaar ook niet op haar gemak, dacht Sterre. Misschien kan ik met haar gaan praten.

Sterre ademde diep in en ging het meisje begroeten. 'Hallo, ik ben Sterre. Ik ben nieuw. Wil je naast mij komen zitten?' Sterre hield haar adem in. Zou het meisje haar vriendin willen zijn?

Het meisje begon flauw te glimlachen. 'Ik ben Sarah. Ik ben ook nieuw. Mijn familie is net hiernaartoe verhuisd.'



'Mijn mama en ik zijn twee weken geleden gedoopt,' vertelde Sterre. 'Ik weet eigenlijk niet wat ik hoor te doen.'

De glimlach van Sarah werd breder. 'We zoeken het samen wel uit.'

Sterre en Sarah gingen bij de rest zitten. Sterre keek af en toe naar Sarah en glimlachte dan. Sarah glimlachte terug. Sterre was rustig en blij. Ze wist dat haar Hemelse Vader haar gebed had beantwoord en haar had geholpen een vriendin te vinden.

De leerkracht vroeg aan Sterre en Sarah zichzelf voor te stellen.

Sterre stond op. 'Ik ben Sterre Cunningham. Mijn mama en ik zijn twee weken geleden gedoopt.' Ze wachtte even en een glimlach verscheen toen ze naar haar nieuwe vriendin keek. 'En dit is mijn vriendin Sarah.' ■

De auteur woont in Colorado (VS).

DENK EROVER NA

Hoe verwelkom je iemand die nieuw is in de kerk?

Laat je licht schijnen!

Elizabeth Pinborough

Liefhebben

Niet roddelen

Vergeven

Steunen

Aanmoedigen

Vragen

Luisteren

Vriendschap
sluiten

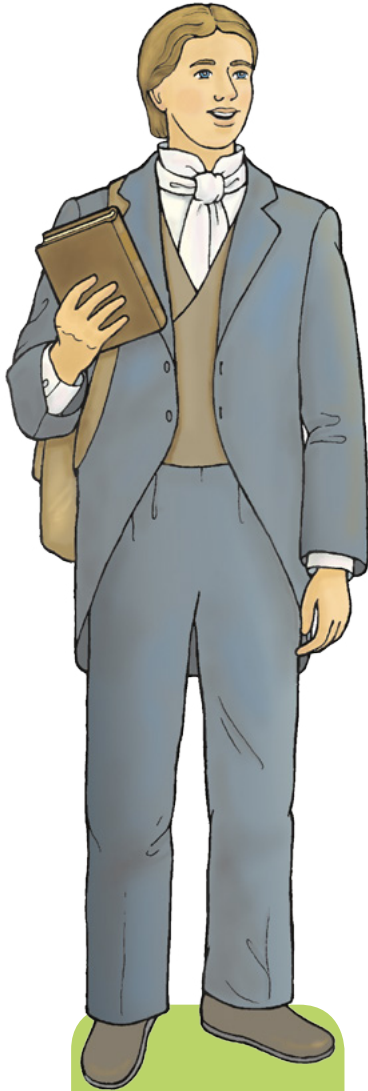
*'Houdt uw licht omhoog, opdat het voor de wereld zal schijnen.
Ik ben het licht dat gij omhoog zult houden' (3 Nephi 18:24).*

Wij kunnen ons licht laten schijnen als wij een echte vriend zijn. Lees de volgende ideeën en bedenk er enkele zelf. Telkens wanneer je de naam invult van iemand aan wie je liefde wil tonen, kleur je een stukje van de zon.

1. **Heb anderen lief:** Jij kunt het verschil maken! Christus heeft hen lief, probeer hen dus die liefde te laten voelen.
Wie: _____
2. **Vergeef:** Als iemand jou kwetst, probeer dan zijn of haar standpunt te begrijpen. Als jij hen vergeeft, kun je hun hart verzachten.
Wie: _____
3. **Moedig aan:** Geef je vrienden een complimentje over hun talenten. Concentreer je op hun goede eigenschappen, ook al maken ze fouten. Help hen door je beste beentje voor te zetten!
Wie: _____
4. **Luister naar de Heilige Geest:** Jouw woorden kunnen een slechte situatie in een goede veranderen. De Heilige Geest kan je laten weten wat je moet zeggen en hoe je vriendelijk kan zijn.
Wie: _____
5. **Roddel nooit:** Onvriendelijke woorden doen pijn. Geef anderen het voordeel van de twijfel en leg negatieve gedachten naast je neer.
Wie: _____
6. **Steun je vrienden:** Ga kijken naar hun sportwedstrijd of toneelstuk zodat ze voelen dat je om hen geeft.
Wie: _____
7. **Vraag anderen of ze meer over het evangelie willen weten:** Zelfs als ze weigeren, heb je laten zien dat je om hen geeft en dat je het evangelie met hen wil delen.
Wie: _____
8. **Sluit vriendschap met allerlei soorten mensen:** Anderen hebben zoveel goedheid te geven. Christus hielp iedereen en hield onvoorwaardelijk van hen.
Wie: _____

Het evangelie verspreiden

Gebruik deze figuren om verhalen uit de kerkgeschiedenis te vertellen!



Samuel Smith



Hyrum Smith



Parley P. Pratt

Onze hemelse Vader wil graag dat iedereen over het evangelie hoort. Daar zorgde Hij na de oprichting van de kerk ook voor. Joseph Smiths broer Samuel was de eerste zendeling. Hyrum, Josephs oudere broer, vertelde anderen ook over het evangelie. Een zekere Parley P. Pratt vertelde eens aan Hyrum dat hij de hele dag in het Boek van Mormon had gelezen. Hyrum vertelde Parley meer over de kerk. Hij liet zich toen dopen. Daarna ging Parley op zending! Hij werd een leider van de kerk.

Je vindt meer figuren uit de kerkgeschiedenis op liahona.lds.org.



Aan Jezus denken

Lindsay Tanner

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

Mia had er zin in. Haar eerste keer naar de kerk! De zondelingen hadden bij haar thuis over deze kerk verteld. En daar waren ze dan.

Mia keek om zich heen. Ze zag een wit tafelkleed op een tafel. Er lag iets onder.

‘Wat ligt er onder dat kleed?’ vroeg Mia aan een van de zusters.

Zuster Hanson glimlachte. ‘Het avondmaal.’

Avondmaal. Dat was een nieuw woord voor haar. Mia hoorde hoe de

zusters er mama en papa over vertelden. Maar ze snapte niet wat het was.

Iedereen zong een lied. Twee mannen tilden het witte tafelkleed op. Er stonden schaaltes met brood onder! Mia keek toe terwijl ze het brood in stukjes braken.

Na het lied bad een van de mannen. Andere mannen deelden het brood aan iedereen uit.

‘Het brood doet ons aan het lichaam van Jezus denken’, fluisterde zuster Garcia.



Mia nam een stukje brood. Ze stelde zich in gedachte voor dat Jezus voor haar stond.

Toen volgde weer een gebed. De mannen gingen rond met heel kleine bekertjes water.

‘Het water doet ons aan het bloed van Jezus denken’, fluisterde zuster Garcia. ‘Hij is voor ons gestorven omdat Hij van ons houdt.’

Mia pakte een bekertje. Ze dacht eraan hoeveel Jezus van haar hield.

Het was net alsof Hij haar een dikke knuffel gaf.

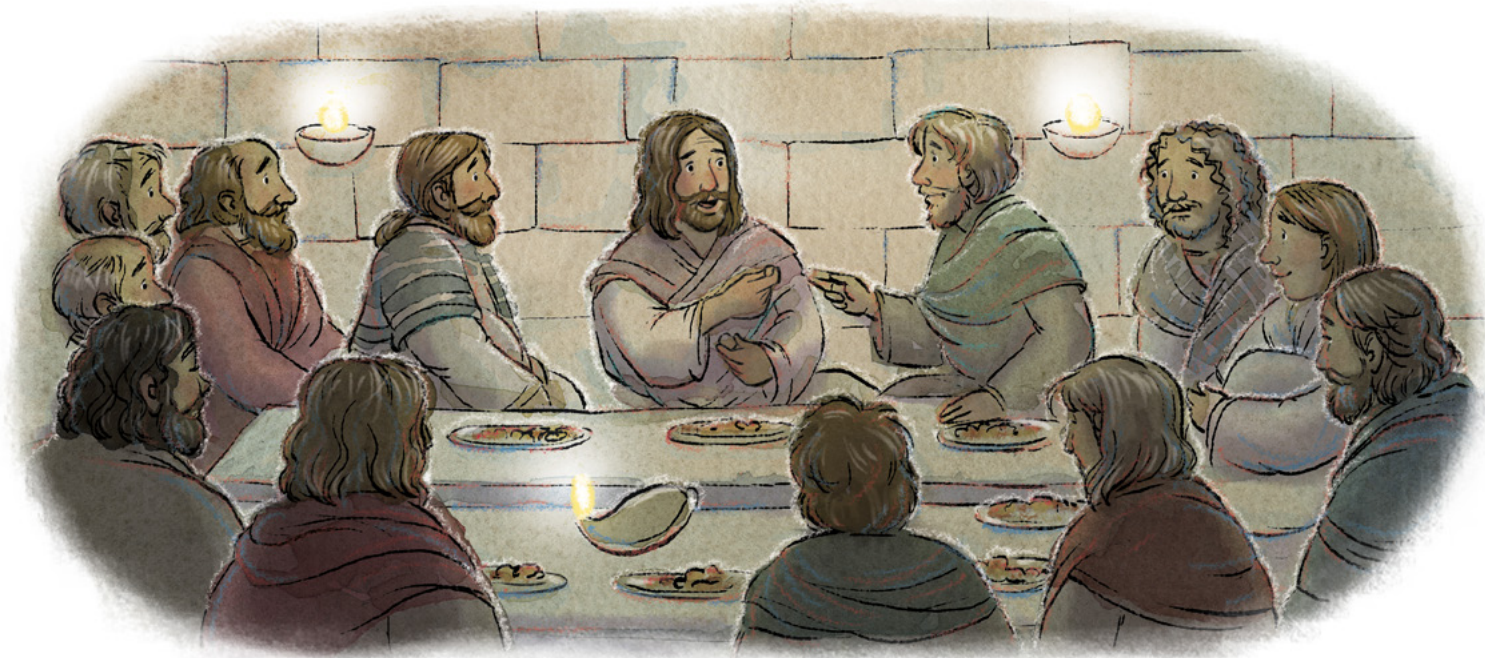
Later gaf zuster Hanson Mia een plaatje van Jezus. ‘Wij eten het brood en drinken het water om aan Jezus te denken en we beloven dat we Hem zullen volgen.’ Ze glimlachte. ‘Wat vond je van het avondmaal?’

Mia keek naar het plaatje van Jezus. Ze dacht terug aan het fijne gevoel. Ze glimlachte. ‘Het was geweldig! Ik hou van Jezus.’ ■

De auteur woont in Californië (VS).

Jezus heeft het avondmaal ingesteld

Kim Webb Reid



Jezus wist dat zijn leven op aarde bijna voorbij was. Hij riep zijn apostelen bijeen voor het Laatste Avondmaal. Hij stelde het avondmaal in en vroeg hen om altijd aan Hem te denken.



Jezus ging naar een tuin om te bidden. De zonden en het verdriet van alle mensen deden Hem pijn. Toen stierf Hij aan het kruis en werd Hij in een graf gelegd.

Op de zondagochtend na zijn overlijden kwamen enkele vrouwen naar het graf. De steen in de deuropening was weggerold en het graf was leeg! Waar was Jezus gebleven?



Hij leefde weer! Maria Magdalena zag Jezus. Hij bracht zijn apostelen een bezoek om hen te leren hoe ze het evangelie konden onderwijzen als Hij weer in de hemel was.



Als ik van het avondmaal neem, denk ik aan Jezus. Ik bedenk dat Hij voor mij heeft geleefd, is gestorven en is opgestaan, zodat ik later ook weer kan leven! ■



Paaslelies



Prachtige paaslelies doen ons aan de heerlijke opstanding van Jezus denken.
Er zijn vijf paaslelies in deze plaat verstoppt. Noem telkens als je er een
vindt iets wat je over Jezus hebt geleerd.





**Ouderling
Bruce R. McConkie
(1915–1985)**

van het Quorum der
Twaalf Apostelen

DE MACHT VAN GOD

Geloof is macht en macht is priesterschap.

God is God omdat Hij de belichaming van alle geloof en alle macht en alle priesterschap is. Het leven dat Hij leidt, heet eeuwig leven.

De mate waarin wij worden zoals Hij, is de mate waarin wij zijn geloof en zijn macht krijgen, en zijn priesterschap uitoefenen. En als we in de ruimste zin van het woord geworden zijn zoals Hij, dan zullen wij ook voor eeuwig leven.

Geloof en priesterschap gaan hand in hand. Geloof is macht en macht is priesterschap. Als we geloof ontwikkeld hebben, krijgen we het priesterschap. Dan groeien we door het priesterschap in geloof totdat wij alle macht hebben en zoals onze Heer worden.

Onze tijd in dit sterfelijk leven is een proeftijd. In dit leven kunnen wij ons geloof vervolmaken en in priesterschapsmacht toenemen. [...]

In de tijd van Henoeh heeft het heilig priesterschap meer betekend voor de vervolmaking van de mens dan in enig ander tijdperk. Destijds heette het de orde van Henoeh (zie LV 76:57), de macht waardoor hij met zijn volk werd opgenomen. En zij werden opgenomen omdat zij geloof hadden en priesterschapsmacht uitoefenden.



De Heer sloot een eeuwig verbond met Henoeh dat allen die het priesterschap ontvingen door geloof macht zouden hebben om alles op aarde te besturen en te beheersen, om de legers van volken te tarten, en in heerlijkheid verhoogd voor de Heer te staan.

Melchizedek was een man van zulk geloof 'en zijn volk wrocht rechtschapenheid en verkreeg de hemel, en zocht naar de stad van Henoeh' (zie de Bijbelvertaling van Joseph Smith van Genesis 14:34). [...]

Wat is dan de leer van het priesterschap? En hoe zullen we als dienstknechten van God leven?

Deze leer houdt in dat God onze Vader een verheerlijkte, volmaakte en verhoogde Persoon is, die alle macht, alle gezag en alle heerschappij bezit, die alwetend is en oneindig is in al

zijn eigenschappen, en in gezinsverband leeft.

Het houdt in dat onze eeuwige Vader deze hoge status van heerlijkheid, volmaking en macht geniet, omdat zijn geloof volmaakt is en zijn priesterschap onbeperkt.

Het houdt in dat priesterschap de naam van de macht Gods is, en dat wij, als we zoals Hij willen worden, zijn priesterschap of macht moeten ontvangen en uitoefenen zoals Hij het uitoefent. [...]

Het houdt in dat we uit geloof de macht hebben om alles te regeren en te beheersen, zowel stoffelijk als geestelijk; wonderen te verrichten en levens te vervolmaken; in de tegenwoordigheid van God te komen en zoals Hij te zijn, omdat we zijn geloof, zijn volmaakte eigenschappen en zijn macht hebben gekregen, of met andere woorden de volheid van zijn priesterschap.

Dat is dus de leer van het priesterschap, en er kan niets en zal nooit iets groters zijn. Dat is de macht die we door geloof en rechtschapenheid kunnen bemachtigen. [...]

Er schuilt echt macht in het priesterschap — een macht die wij graag willen gebruiken, een macht waarvan we willen dat die altijd op ons en onze nakomelingen zal rusten. ■

Uit een toespraak gehouden tijdens een algemene priesterschapsbijeenkomst, met de titel 'The Doctrine of the Priesthood', Ensign, mei 1982, 32–34.



**ANDERE SCHAPEN HEB IK,
ELSPETH YOUNG**

De herrezen Heer bezoekt in Amerika en elders zijn 'andere schapen' (3 Nephi 15:21). De Nephieten voelden 'de tekens van de nagels in zijn handen en in zijn voeten [...]; en dat deden zij en traden één voor één toe totdat allen waren toegetreden en met hun ogen hadden gezien en met hun handen hadden gevoeld, en met zekerheid wisten en getuigden, dat Hij het was van wie de profeten hadden geschreven dat Hij zou komen' (3 Nephi 11:15).

Ook in deze uitgave

VOOR JONGVOLWASSENEN

Je **patriarchale zegen** begrijpen

Een patriarchale zegen vertelt ons niet alles dat er in ons leven zal gebeuren, maar geeft ons wel een persoonlijke kaart naar het grote geluk dat onze hemelse Vader voor ons heeft.



p.44

VOOR JONGEREN



p.58

ZIJ ZAGEN **HEM**

Zij waren getuigen van de herrezen Christus.
Hoe wij als getuige van Christus kunnen optreden.

VOOR KINDEREN

Jezus heeft het avondmaal ingesteld

We nemen wekelijks van
het avondmaal. Weten uw
kinderen ook waarom?



p.76

