

Lialona



**Bare Han kunne bli vår
Frelser, s. 8**

Hvilke sannheter lærer
oppstandelsen oss om kroppen? s. 14

Hvordan finne frihet fra byrdene av
seksuelle overgrep, s. 22

Kjenn din fiende: Hvordan du kan
motstå fire av Satans metoder, s. 30



Arbeiderne satte opp et skilt på byggeplassen til Bern Sveits tempel. Templet ble innviet i september 1955 av president David O. McKay. Det var det første templet som ble bygget utenfor Nord-Amerika, og det første til å presentere ordinansene på andre språk enn engelsk.

Foto gjengitt med tillatelse fra Kirkens historiske bibliotek



BUDSKAP

- 4 Budskap fra Det første presidentskap: Den rettfærdige skal leve ved tro**
Av president Dieter F. Uchtdorf
- 7 Besøkende lærerinneres budskap: Prestedømmets ed og pakt**



OMSLAGSSIDEN
De tre Maria-ene ved graven,
av William-Adolphe Bouguereau

HOVEDARTIKLER

- 8 Frelserens forsoning: Grunnvullen for sann kristendom**
Av eldste Robert D. Hales
Forði han lever, skal vi alle få leve igjen.
- 14 Jesu Kristi oppstandelse, og sannheter om legemet**
Av David A. Edwards
Jesu Kristi oppstandelse lærer oss viktige sannheter om legemets evige og hellige natur.
- 22 En bro til håp og helbredelse**
Av Nanon Talley
Hvordan kan du eller en av dine nærmeste finne fred, håp og helbredelse etter noe så ondskapsfullt og traumatisk som seksuelle overgrep?
- 28 Det gamle familiealbumet: Styrken fra familiehistorier**
Av Amneris Puscasu
Mine forfedres historier og liv fortsetter å styrke meg.

30 Striden pågår fortsatt

Av eldste Larry R. Lawrence
Eldste Lawrence forklarer fire av Satans metoder og hvordan vi kan motstå dem.

AVDELINGER

- 20 Musikk: Kom, kom nå til Ham**
Av Steven K. Jones og Michael F. Moody
- 38 Portretter av tro: Skaidríte Bokuma**
- 40 Sagt av siste-dagers-hellige**
- 80 Til vi ses igjen: Guds kraft**
Av eldste Bruce R. McConkie



44 Forstå din patriarkalske velsignelse

Av Allie Arnell og Margaret Willden
Patriarkalske velsignelser er som vårt eget personlige veikart. Her er noen tips for å følge din.

48 Forberedelse til en ny reise

Av Karina Martins Pereira Correia de Lima
Tvil og frykt med hensyn til å stifte min egen familie, bekymret meg. Hvordan kunne jeg finne fred?

Se om du kan finne liahonaen som er gjemt i dette nummeret.
Tips: Skinner den?



50 Hvordan kan jeg studere i mitt sinn og med mitt hjerte?

Hva er Herrens måte å finne svar på mine spørsmål og forstå Skriftene bedre?

52 Tilpass ditt studium av evangeliet

Lær hvordan du kan få mest mulig ut av ditt studium av evangeliet.

56 Svar fra Kirkens ledere: Hvordan du kan finne sann fred

Av eldste Quentin L. Cook

57 Glemte bøker, husket vitnesbyrd

Av Abigail D. Ferrer
Den dagen jeg ble bedt om å dele informasjon om Kirken, var den dagen jeg glemte mitt kirkemateriell. Ville mine enkle ord være nok?

58 De så Ham

Les disse vitnesbyrdene om den oppstandne Frelser, og se hvordan du også kan være et vitne om hans oppstandelse.

62 Vår spalte

63 Plakat: Fremad, Kristi stridsmenn

64 Spørsmål og svar

Hvordan kan jeg vite at Gud hører mine bønner?



66 Andrei og det stygge ordet

Av Julie C. Donaldson
Ett lite stygt ord var da vel ikke så farlig?

68 Svar fra en apostel: Hvordan kan jeg hjelpe min familie å være sterk?

Av eldste David A. Bednar

69 Forbered deg til templet hver dag

Av Joy D. Jones
Finn ut hvordan søster Jones nådde et viktig mål.

70 Star, en skinnende stjerne

Av Jane McBride
Star var nervøs for å gå i Primær for første gang. Ville hun klare å finne seg en venn?

72 Vær et lys!

Av Elizabeth Pinborough
Åtte måter å være en god venn på.

73 Figurer fra Kirkens historie: Spre evangeliet

74 Tenk på Jesus

Av Lindsay Tanner
Mia lærer om nadverden.

76 Historier om Jesus: Jesus ga oss nadverden

Av Kim Webb Reid

79 Påskeliljer

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

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

Redaktør: Joseph W. Sitati

Assisterende redaktører: Randall K. Bennett, Carol F. McConkie
Rådgivere: Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R. Curtis Jr.,
Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopischke, Larry R.
Lawrence, Carole M. Stephens

Administrerende direktør: Peter F. Evans
Director of Church Magazines: Allan R. Loyborg
Økonomiansvarlig: Garff Cannon

Redaksjonssjef: Adam C. Olson

Assisterende redaksjonssjef: Ryan Carr

Produksjonsassistent: Cremilda Amaral

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

Kunstnerisk ansvarlig: J. Scott Knudsen

Bilredaktør: Tadd R. Peterson

Design: 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 Teare,
K. Nicole Walkenhorst

Koordinator for opphavsett: Collette Nebeker Aune

Produksjonssjef: Jane Ann Peters

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

Forhåndstrykk: Joshua Dennis, Ammon Harris

Trykkerisjef: Steven T. Lewis

Oversettelse: Kirkens oversettelseskontor

Distribusjonssjef: Troy K. Vellinga

Distribusjon: Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, Department of
MSR Sveagatan 8A, 441 32 Alingsås, Sverige
Abonnementinformasjon: For abonnement eller adresseforandring
vennligst kontakt kundeservice
Telefon: +46 (0) 8500 655 20
E-post: rcstockholm@ldschurch.org
Internett: store.lds.org

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

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

Liahonas lokalredaksjon:

Redaksjonens adresse:

Ole Podhorny

Vestbrynet 13

1519 MOSS

Tlf.: 69 27 17 04

email: ole@podhorny.com

Nyhetsredaktør: Ole Podhorny

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

© 2017 Intellectual Reserve, Inc. Ettertrykk forbudt. Trykt i USA.

Informasjon om opphavsett: Enkelt personer kan kopiere stoff fra
Liahona til personlig, ikke-kommersiell bruk (også til kall i Kirken), om
ikke annet er oppgitt. Denne rettighet kan til enhver tid tilbakekalles.
Visuelt materiell kan ikke kopieres hvis det er angitt restriksjoner i
teksten under illustrasjonen. Spørsmål om opphavsett kan sendes til
Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake
City, UT 84150, USA; email: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada:

April 2017 Vol. 81 No. 4. LIAHONA (USPS 311) Norwegian (ISSN
1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of
Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, 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
or at store.lds.org. (Canada Poste Information: Publication Agreement
#40017431)

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

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

Ideer til familiens hjemmeaften

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



“De så Ham,” side 58: Hva betyr det å være et vitne om Kristus? Etter å ha lest artikkelen som familie, kan dere snakke om hvordan dere kan være vitner om Kristus selv om dere ikke fysisk har sett ham. Dere kan kanskje få ideer for å komme nærmere Frelseren, som å finne anledninger til å yte tjeneste for flyktninger i lokalsamfunnet, lære om Frelserens liv når dere studerer Skriftene, sitte barnevakt for et ektepar slik at de kan komme til templet, eller gjøre noe for en venn i nød. Dere kan også se videoen som finnes på mormon.org/easter og tenke over hvor viktig Kristus og hans oppstandelse er i vårt liv.

“Forbered deg til templet hver dag,” side 69: Søster Joy D. Jones minner oss om hvor viktig det er å prioritere templet og gjøre slekts historie for å forberede oss til å dra dit. Dere kan vurdere å ha en “slekts-historie- og tempelkveld” på familiens hjemmeaften. Dere kan lære å kartotekføre navn og søke etter slektsoppteignelser, eller snakke om hvor viktige tempelordnanser er, og se på bilder av templer over hele verden. Hvis dere bor i nærheten av et tempel, kan dere besøke tempelområdet og drøfte hvordan templer kan bringe oss nærmere vår himmelske Fader og hjelpe oss å føle hans kjærlighet.

MER PÅ INTERNETT

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

EMNER I DETTE NUMMERET

Tallene viser til første side av artikkelen.

Bønn, 41, 62, 64

Den hellige ånd, 50

Eksempel, 72

Evig liv, 8, 14

Familie, 28, 42, 48, 68

Forsoning, 8, 22, 74, 76

Fred, 48, 56, 62, 66

Fristelse, 30, 63

Helbredelse, 22

Håp, 22, 48

Jesu Kristus, 8, 14, 30,

56, 58, 74, 76, 79

Kirkens historie, 73

Kunnskap, 50, 52

Legeme, 14

Mot, 40, 57, 63

Nadverden, 74, 76

Oppstandelsen, 8, 14, 58,

76, 79

Pakter, 7

Patriarkalske

velsignelser, 44

Prestedømme, 7, 80

Påske, 14, 58, 76, 79

Seksuelle overgrep, 22

Skriftstudium, 43, 52, 57

Slekts historie, 28

Språk, 40, 66

Strid i himmelen, 30

Tempelarbeid, 69

Tjeneste, 4, 42, 68

Tro, 4, 38, 41, 48, 80

Vennskap, 70, 72

Vitnesbyrd, 38, 50, 57, 58

Åndelig kraft, 4, 30,

63, 80



Av president
Dieter F. Uchtdorf

Annenrådgiver i Det
første presidentskap

DEN RETTFERDIGE AV TRO, SKAL LEVE

Rabbineren og såpekokeren

En gammel jødisk historie handler om en såpekoker som ikke trodde på Gud. En dag han var ute og gikk sammen med en rabbiner, sa han: “Det er noe jeg ikke kan forstå. Vi har hatt religion i tusenvis av år. Men overalt ser man ondskap, korrupsjon, uærlighet, urettferdighet, smerte, sult og vold. Så religionen har tilsynelatende ikke gjort verden bedre i det hele tatt. Derfor spør jeg deg: Hva er vitsen med den?”

Rabbineren svarte ikke på en stund, men fortsatte å gå sammen med såpekokeren. Etter hvert kom de til en lekeplass der barna var dekket av støv og lekte på bakken.

“Det er noe jeg ikke forstår,” sa rabbineren. “Se på disse barna! Vi har hatt såpe i tusenvis av år, og likevel er disse barna skitne. Hva er vitsen med såpe?”

Såpekokeren svarte: “Men rabbiner, det er da ikke rettferdig å klandre såpen for disse skitne barna. Såpen må brukes før den kan oppnå sin hensikt.”

Rabbineren smilte og sa: “Akkurat.”

Hvordan skal vi leve?

Apostelen Paulus siterte en gammeltestamentlig profet da han sammenfattet hva det vil si å være en troende, og skrev: “Den rettferdige av tro, skal leve” (Romerne 1:17).

I dette enkle utsagnet ser vi kanskje forskjellen på en religion som er svak og ineffektiv, og en som har kraft til å forandre liv.

Men for å forstå hva det vil si å leve ved tro, må vi forstå hva tro er.

Tro er mer enn overbevisning. Det er fullstendig tillit til Gud, ledsaget av handling.

Det er mer enn å ønske.

Det er mer enn bare å lene seg tilbake, nikke og si at vi er enige. Når vi sier “den rettferdige *av tro, skal leve*”, mener vi at vi blir ledet og veiledet av vår tro. Vi *opptrer* på en måte som er i samsvar med vår tro – ikke av tankeløs lydighet, men av trygg og oppriktig kjærlighet til vår Gud og den uvurderlige visdom Han har åpenbart til sine barn.

Troen må ledsages av handling, ellers mangler den liv (se Jakobs brev 2:17). Det er ikke tro i det hele tatt. Den har ikke kraft til å endre en eneste person, langt mindre hele verden.

Menn og kvinner med tro stoler på sin barmhjertige Himmelske Fader – også i tider med usikkerhet og i tider med tvil og motgang når de ikke kan se klart eller forstå tydelig.

Menn og kvinner med tro går oppriktig på disippelens vei og gjør sitt ytterste for å følge sin elskede Frelser, Jesu Kristi eksempel. Tro motiverer og inspirerer oss til å vende vårt hjerte mot himmelen og til aktivt å strekke oss ut for å løfte opp og velsigne våre medmennesker.

Religion uten handling er som såpe som forblir i esken. Den kan ha strålende potensiale, men i realiteten har den liten evne til å utgjøre en forskjell før den oppfyller sitt tiltenkte formål. Jesu Kristi gjengitte evangelium er et handlingens evangelium. Jesu Kristi kirke underviser sann religion som et budskap om håp, tro og nestekjærlighet, herunder å hjelpe våre medmennesker på åndelige og timelige måter.



President Uchtdorf og hans datter, Antje, besøkte flyktninger i en flyktningleir nær Athen, Hellas.

For noen måneder siden var min hustru Harriet og jeg på en familiereise sammen med noen av våre barn i Middelhavsområdet. Vi besøkte noen flyktningleire og møtte familier fra krigsherjede land. Disse menneskene tilhørte ikke vår tro, men de var våre brødre og søstre, og de hadde stort behov for hjelp. Vi ble dypt rørt da vi på nært hold opplevde hvordan Kirkens medlemmers aktive tro gir våre medmennesker i nød hjelp, lindring og håp, uavhengig av deres religion, nasjonalitet eller utdanning.

Tro forenet i samme åk med konsekvent handling fyller hjertet med godhet, sinnet med visdom og forstand, og sjelen med fred og kjærlighet.

Vår tro kan velsigne og øve positiv

innflytelse både på menneskene rundt oss og oss selv.

Vår tro kan fylle verden med godhet og fred.

Vår tro kan forvandle hat til kjærlighet og fiender til venner.

De rettferdige lever med andre ord ved å handle i tro. De lever ved å stole på Gud og å vandre på hans vei.

Og det er den slags tro som kan forvandle enkeltpersoner, familier, nasjoner og verden. ■

UNDERVIS FRA DETTE BUDSKAPET

President Uchtdorf forklarer at tro er mer enn bare et uttrykk for overbevisning. Sann tro på vår himmelske Fader og Jesus Kristus krever handling, og å leve ved tro har kraft til å forvandle liv og hjem. Du kan gjerne oppfordre dem du underviser, til å fortelle om tilfeller da de har sett de velsignelser og den kraft som kommer ved å leve ved tro – enten fra personlige eksempler eller noe de har sett andre gjøre, eller hørt dem fortelle om. Oppfordre dem til å be om veiledning til å vite hvordan de kan bli bedre til å etterleve evangeliet.

Utfør tjeneste for andre i tro

President Uchtdorf forteller oss at vår tro på Gud *må* "ledsages av handling." Når vi har tro "i kombinasjon med konsekvent handling", forklarer han, "fyller [den]... sjelen med fred og kjærlighet". Med løftet om denne velsignelsen, *kan* vi gjøre en forskjell, og vi kan se dette i vårt liv hvis vi tar oss tid til å utføre trosfylt tjeneste. Hver morgen kan du be Herren om hjelp til å utføre tjeneste for andre. Du kan for eksempel be ham vise deg når et søsken trenger hjelp med en oppgave, eller når en venn trenger en oppmuntring. Når du så får en tilskyndelse, følg den! Hvis du gjør disse bønnene og denne tjenesten til en vane, vil din trofaste, konsekvente handling være til velsignelse for deg selv og andre. President Uchtdorf lover at du "kan forvandle enkeltpersoner, familier, nasjoner og verden".

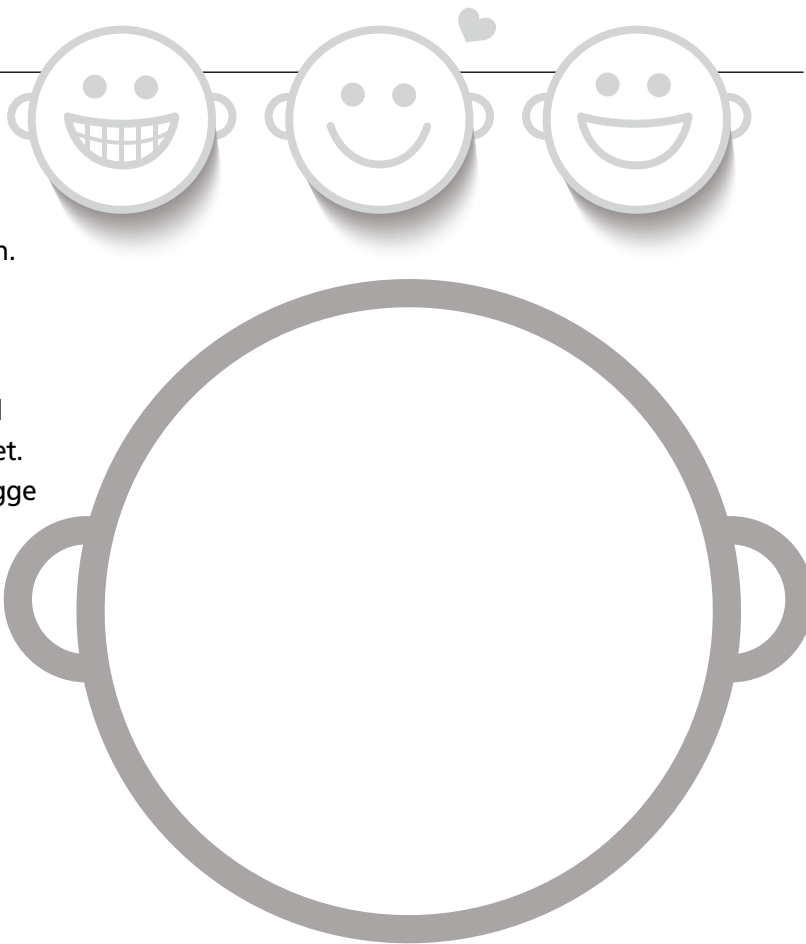


Tillit

Prøv denne aktiviteten sammen med en venn. Du må stole på og følge hans eller hennes anvisninger nøye.

Hold en penn eller blyant i hånden, og lukk øynene. La vennen din fortelle deg hvor du skal tegne øyne, nese, munn og hår på dette ansiktet. Ta så en titt. Hvordan gikk det? Du kan fargelegge ansiktet og tegne et nytt for å spille igjen!

Noen ganger er det vanskelig å følge anvisninger. Men når vi prøver å følge vår himmelske Fader ved å lytte til Den hellige ånd, vil han hjelpe oss. Vi kan alltid stole på ham.



Prestedømmets ed og pakt

Studer ydmykt dette stoffet, og søk inspirasjon for å få vite hva du skal dele med andre. Hvordan vil det å forstå formålet med Hjelpeforeningen forberede Guds døtre til det evige livs velsignelser?

Jo mer vi som søstre forstår at prestedømmets ed og pakt angår oss personlig, desto mer vil vi motta prestedømmets velsignelser og løfter.

Eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum har sagt: "Alle som har inngått hellige pakter med Herren og som overholder disse paktene, er berettiget til å motta personlig åpenbaring, bli velsignet ved englers betjening og ha samfunn med Gud, og motta fyllden av evangeliet og til slutt å bli arvinger sammen med Jesus Kristus til alt vår Fader har."¹

Velsignelsene og løftene i prestedømmets ed og pakt gjelder for både menn og kvinner. Søster Sheri L. Dew, tidligere rådgiver i Hjelpeforeningens generalpresidentskap, sa: "Prestedømmets fylde som inngår i de høyeste ordinansene i Herrens hus, kan bare mottas av mann og kvinne sammen."²



Tro
familie
hjelp

Søster Linda K. Burton, Hjelpeforeningens generalpresident, har gitt følgende oppfordring: "[Jeg oppfordrer] deg til å lære prestedømmets ed og pakt utenat, slik den finnes i Lære og pakter 84:33-44. Ved å gjøre det, lover jeg at Den hellige ånd vil utvide din forståelse av prestedømmet og inspirere og oppbygge deg på fantastiske måter."³

Joseph Smiths instruksjoner til Hjelpeforeningen hadde til hensikt å forberede kvinner til å "komme i besittelse av prestedømmets privilegier, velsignelser og gaver". Dette skulle oppnås ved hjelp av templets ordinanser.

"Tempelordinanser [er] prestedømsordinanser, men de [gir]

ikke menn eller kvinner kirkelige embeder. [Disse ordinansene oppfyller] Herrens løfte om at hans folk – kvinner og menn – ville bli 'begavet med kraft fra det høye' [L&p 38:32]."⁴

Ytterligere skriftsteder og informasjon

Lære og pakter 84:19-40; 121:45-46; reliefsociety.lds.org

NOTER

1. M. Russell Ballard, "Menn og kvinner og prestedømskraft," *Liahona*, sept. 2014, 36.
2. Sheri L. Dew, i *Døtre i mitt rike: Hjelpeforeningens historie og arbeid* (2011), 128.
3. Linda K. Burton, "Prestedømskraft – tilgjengelig for alle," *Liahona*, juni 2014, 18.
4. Emner i evangeliet, "Joseph Smiths læresetninger om prestedømmet, templet og kvinner," topics.lds.org.



Overvei dette

Hva kan du gjøre for mer fullstendig å forstå og få tilgang til de lovede velsignelsene i prestedømmets ed og pakt?



GETSEMANE, BY J. KIRK RICHARDS

Frelserens forsoning:

GRUNNVOLLEN FOR SANN KRISTENDOM

*Vi vil alle oppstå og bli udødelige på grunn av
Jesu Kristi sonoffer.*

Profeten Joseph Smith (1805-44) ble spurt: “Hva er de fundamentale prinsip- per i deres religion?” Han svarte: “De fundamentale prinsipper i vår religion er apostlenes og profetenes vitnesbyrd om Jesus Kristus, at han døde, ble begravet, oppsto på den tredje dag og fór opp til himmelen, og alt annet som hen- hører til vår religion, er bare supplement til dette.”¹

Jeg vil gi min tilslutning til profeten Josephs uttalelse. Sentralt i alt vi tror står vår Frelser og hans sonoffer – “Guds nedlatenhet” (1 Nephi 11:16) hvorved Faderen sendte sin Sønn til jorden for å utføre forsoningen. Den viktigste hensikt med Jesu Kristi liv var å gjennomføre sonofferet. Forsoningen er grunnlaget for sann kristendom.

Hvorfor er Frelserens forsoning det sentrale evangelieprinsipp i Kirken og i vårt liv?

3. trosartikkel

Tredje trosartikkel lyder: “Vi tror at hele menneskeheten kan bli frelst gjennom Kristi forsoning ved å adlyde evangeliets lover og ordinanser.”

“Frelst” i denne sammenheng betyr å nå den høyeste herlighetsgrad i det celes- tiale rike. Oppstandelse gis til alle som kommer til jorden, men for å motta evig liv, de fulle velsignelsene ved evig fremgang, må hver enkelt adlyde Guds lover, motta templets ordinanser og inngå evangeliets pakter.

Hvorfor kunne Jesus Kristus, og bare han, sone for verdens synder? Han oppfylte alle kravene.



Av eldste
Robert D. Hales
i De tolv apostlers
quorum

Gud elsket ham og stolte på ham

Jesus ble født av himmelske foreldre i en førjordisk verden. Han var vår himmelske Faders førstefødte. Han ble utvalgt fra begynnelsen av. Han var lydig mot Faderens vilje. Skriftene nevner ofte gleden som vår himmelske Fader føler over sin Sønn.

I Matteus leser vi: “Og se, det lød en røst fra himmelen: Dette er min Sønn, den elskede! I ham har jeg velbehag” (Matteus 3:17).

Lukas skriver: “Og det kom en røst ut fra skyen: Dette er min Sønn, den utvalgte. Hør ham!” (Lukas 9:35).

Og ved templet i landet Overflod etter Frelserens oppstandelse, hørte folket Faderens røst: “Se, min elskede Sønn, i hvem jeg har velbehag” (3 Nephi 11:7).

Det gjør særlig sterkt inntrykk på meg når jeg leser at mens Jesus led i Getsemane, sendte Faderen på grunn av sin store kjærlighet til og medfølelse med sin enbårne Sønn, en engel for å trøste og styrke ham (se Lukas 22:43).

Jesus brukte sin handlefrihet til å adlyde

Jesus måtte frivillig gi sitt liv for oss.

I det store råd i himmelen sa Lucifer, “morgenrødens sønn” (Jesaja 14:12; L&p 76:26-27):

“Se, her er jeg, send meg, jeg vil være din sønn, og jeg vil forløse hele menneskeheten så ikke en eneste sjel går tapt, og jeg vil visselig gjøre det, gi meg derfor din ære.

Men se, min elskede Sønn, som var min elskede og utvalgte fra begynnelsen, sa til meg: Fader, din vilje skje, og herligheten være din evindelig” (Moses 4:1-2; se også Abraham 3:27).

På grunn av den store kjærlighet Sønnen har til sin Fader og til hver enkelt av oss, sa han: “Send meg.” Da han sa “send meg”, brukte han sin handlefrihet.

“Likesom Faderen kjenner meg, og jeg kjenner Faderen. Jeg setter mitt liv til for fårene...

Derfor elsker Faderen meg, fordi jeg setter mitt liv til for at jeg skal ta det igjen.

Ingen tar det fra meg, men jeg setter det til av meg selv. Jeg har makt til å sette det til, og jeg har makt til å ta det igjen. Dette bud fikk jeg av min Far” (Johannes 10:15, 17-18).

Hadde Frelseren ønsket det, kunne legioner av engler ha løftet ham ned fra korset og ført ham rett hjem til hans Fader. Han brukte imidlertid sin handlefrihet til å ofre seg for oss, til å fullføre sin misjon på jorden, og til å holde ut til enden for å fullføre sonofferet.

Jesus ønsket å komme til jorden, og han var kvalifisert. Og da han kom, sa han: “Jeg er kommet ned fra himmelen, ikke for å gjøre min vilje, men for å gjøre hans vilje som har sendt meg” (Johannes 6:38).

Jesus ble forutordinert

Peter sa at Jesus “var forut kjent, før verdens grunnvoll ble lagt” (se 1 Peter 1:19-21).

Profeter i alle evangelieutdelinger forutsa at Jesus Kristus skulle komme og hva hans misjon ville være. Ved stor tro ble Enok vist et fantastisk syn om Frelserens fødsel, død, himmelfart og annet komme:

“Og se, Enok så dagen for Menneskesønnens komme, ja, i kjødet, og hans sjel frydet seg og sa: Den rettferdige



ECCE HOMO, AV J. KIRK RICHARDS

er løftet opp, og Lammet er slaktet fra verdens grunnleggelse av...

Og Herren sa til Enok: Se, og han så og fikk se Menneskesønnen løftet opp på korset på menneskers vis.

Og han hørte en høy røst, og himlene ble tildekket, og alle Guds skapelser sørget, og jorden stønnet og klippene revnet og de hellige oppsto og ble kronet med herlighetens kroner ved Menneskesønnens høyre hånd...

Og Enok så Menneskesønnen stige opp til Faderen...

Og det skjedde at Enok så dagen for Menneskesønnens komme i de siste dager for å bo på jorden i rettferdighet i et tidsrom av ett tusen år" (Moses 7:47, 55-56, 59, 65).

Cirka 75 år før Kristi fødsel vitnet Amulek og sa: "Se, jeg sier dere at jeg vet at Kristus skal komme blant menneskenes barn for å påta seg sitt folks overtredelser, og at han skal sone for verdens synder, for Gud Herren har talt det" (Alma 34:8).

Jesus hadde unike kvalifikasjoner

Bare Jesus Kristus kunne utføre sonofferet – fordi han ble født av en dødelig mor, Maria, og hadde mottatt livets kraft fra sin Fader (se Johannes 5:26). På grunn av denne livets kraft, overvant han døden, gravens makt ble opphevet, og han ble vår Frelser og Mellommann og oppstandelsens Herre – det middel hvorved frelse og udødelighet blir gitt oss alle. Vi vil alle oppstå og bli udødelige på grunn av Jesu Kristi sonoffer.

Jesus sonet villig for arvesynden

Andre trosartikkel lyder: "Vi tror at menneskene vil bli straffet for sine egne synder og ikke for Adams overtredelse."

Ved å bruke vår handlefrihet, velger vi å utøve vår tro. Med flid kan vi omvende oss. Uten forsoningen kan vi ikke det.

I Moses lærer vi: "Følgelig kom det ut blant folket at Guds Sønn har sonet for den opprinnelige overtredelse, derfor kan ikke foreldrenes synder legges på barnas hoder" (Moses 6:54).



GRÅ DAG PÅ GOLGATA, AV J. KIRK RICHARDS

I 2 Nephi finner vi en stor læresetning:

"For likesom døden er kommet til alle mennesker for å oppfylle den store Skapers barmhjertige plan, må det nødvendigvis være en kraft til oppstandelse, og oppstandelsen må nødvendigvis komme til mennesket på grunn av fallet, og fallet kom på grunn av overtredelse. Og fordi menneskene falt, ble de avskåret fra Herrens nærhet.

Derfor må det nødvendigvis være en altomfattende forsoning, for hvis det ikke skulle være en altomfattende forsoning, kunne ikke denne forkrenkelighet ikle seg uforkrenkelighet. Den første dom som kom over mennesket, måtte derfor nødvendigvis ha bestått og vart evindelighet, og hvis så var, måtte dette kjød ha blitt lagt ned for å råtne og smuldre til sin moder jord for aldri mer å oppstå" (2 Nephi 9:6-7).

Jesus er den eneste som noensinne har vært fullkommen

I Lære og pakter sier Frelseren: "Fader, se, hans lidelser og død, han som ikke syndet og i hvem du hadde velbehag, se, din Sønnns blod som ble utgytt, blodet til ham du ga, så du selv kunne bli forherliget" (L&p 45:4).

Jesus er det eneste mennesket som har vært fullkommen, syndfri. Offer i Det gamle testamente betydde et blodoffer – som pekte frem til ofringen av vår Herre og Frelser på korset for å utføre sonofferet. Når blodofre ble

utført i oldtidens templer, ofret prestene et lytefritt lam, fullkomment på alle måter. Frelseren omtales ofte i Skriftene som “Guds Lam” på grunn av sin renhet (se for eksempel Johannes 1:29, 36; 1 Nephi 12:6; 14:10; L&p 88:106).

Peter forkynte at vi blir forløst “med Kristi dyrebare blod, som blodet av et feilfritt og lyteløst lam” (1 Peter 1:19).

Jesus fjernet verdens synder

Følgende vers gjør det klart at ved sin forsoning betalte Frelseren prisen for våre synder:

“Vi har alle gått vill som får, hver og en av oss har gått sin egen vei, og alle våre synder har Herren lagt på ham” (Mosiah 14:6).

Men Gud viser sin kjærlighet til oss ved at Kristus døde for oss mens vi ennå var syndere...

For ble vi forlikt med Gud ved hans Sønnns død, da vi var fiender, skal vi så meget mer bli frelst ved hans liv, etter at vi er blitt forlikt.

Ja, ikke bare det, men vi roser oss også av Gud ved vår Herre Jesus Kristus. Ved ham har vi fått forlikelsen...

For likesom de mange kom til å stå som syndere ved det ene menneskes ulydighet, så skal også de mange stå som rettferdige ved den enes lydighet” (Romerne 5:8, 10-11, 19).

“For at det skulle bli oppfylt som er talt ved profeten Jesaja, som sier: Han tok på seg våre plager og bar våre sykdommer” (Matteus 8:17).

“Men Gud opphører ikke å være Gud, og barmhjertigheten gjør krav på den som angre, og barmhjertigheten kommer på grunn av forsoningen, og forsoningen tilveiebringer de dødes oppstandelse, og de dødes oppstandelse bringer menneskene tilbake til Guds nærhet. Og slik bringes de tilbake til hans nærhet for å bli dømt ifølge sine gjerninger, ifølge loven og rettferdigheten...

Og slik gjennomfører Gud sine store og evige hensikter som var beredt fra verdens grunnvoll ble lagt, og slik

tilveiebringes menneskenes frelse og forløsning, og også deres ødeleggelse og elendighet” (Alma 42:23, 26).

Jesus holdt ut til enden

Jesus Kristus utholdt prøvelsene, lidelsene, offeret og utfordringene i Getsemane, så vel som Golgatas smerter på korset. Så, endelig, kunne han si: “Det er fullbrakt” (Johannes 19:30). Han hadde fullført sitt verk på jorden og holdt ut til enden, og dermed fullført sonofferet.

I Getsemane sa han: “Far! Er det mulig, så la denne kalk gå meg forbi! Men ikke som jeg vil, bare som du vil” (Matteus 26:39).

I Lære og pakter leser vi:

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

Men ære være Faderen, jeg drakk og fullendte mine forberedelser for menneskenes barn” (L&p 19:18-19).

Jesu sa til sin Fader: “Jeg har herliggjort deg på jorden idet jeg har fullført den gjerning som du har gitt meg å gjøre” (Johannes 17:4).



HVOR HAR DE TATT HAM?, AV J. KIRK RICHARDS

Og på korset, “da Jesus hadde fått vineddiken, sa han: Det er fullbrakt! Og han bøyd sitt hode og oppgav sin ånd” (Johannes 19:30).

Jesus kom til jorden, beholdt sin guddommelighet slik at han kunne utføre sonofferet, og holdt ut til enden.

Husk Ham ved hjelp av nadverden

I dag minnes vi Frelserens sonoffer med symbolene brød og vann – symbolene på hans legeme og blod – slik den ble innstiftet under Herrens siste måltid sammen med sine apostler.

“Og han tok et brød, takket og brøt det, gav dem og sa: Dette er mitt legeme, som blir gitt for dere. Gjør dette til minne om meg.

Likeså tok han kalken etter aftensmåltidet og sa: Denne kalk er den nye pakt i mitt blod, som utgytes for dere” (Lukas 22:19-20).

I Johannes 11:25-26 leser vi:

“Jeg er oppstandelsen og livet. Den som tror på meg, skal leve om han enn dør.

Og hver den som lever og tror på meg, skal aldri i evighet dø.”

Vi leser også: “Jeg er det levende brød som er kommet ned fra himmelen. Om noen eter av dette brød, skal han leve i evighet. Og det brød som jeg vil gi, er mitt kjød, som jeg vil gi for verdens liv” (Johannes 6:51).

“Verdens liv” betyr evig liv.

Vi må forberede oss selv og vår familie ukentlig for å være verdige til å ta del i nadverden og fornye våre pakter med et angrende hjerte.

Faderen og Sønnen elsker oss

Faderen sendte sin Sønn til jorden – nedlatenheten – for å la ham bli korsfestet og gjennomgå alt som var nødvendig. I Johannes leser vi:

“Jesus sier... Jeg er veien og sannheten og livet. Ingen kommer til Faderen uten ved meg.



TVIL IKKE, TOMAS, AV J. KIRK RICHARDS

Hadde dere kjent meg, så hadde dere også kjent min Far. Og fra nå av kjenner dere ham og har sett ham” (Johannes 14:6-7).

“I dette er kjærligheten, ikke at vi har elsket Gud, men at han har elsket oss og sendt sin Sønn til soning for våre synder” (1 Johannes 4:10).

Konklusjon

Alle som kommer til jorden og mottar et jordisk legeme, skal oppstå, men vi må arbeide for å motta opphøyelse ved vår trofasthet, vår handlefrihet, vår lydighet og vår omvendelse. Barmhjertighet vil bli utmålt sammen med rettferdighet, slik at omvendelse blir mulig.

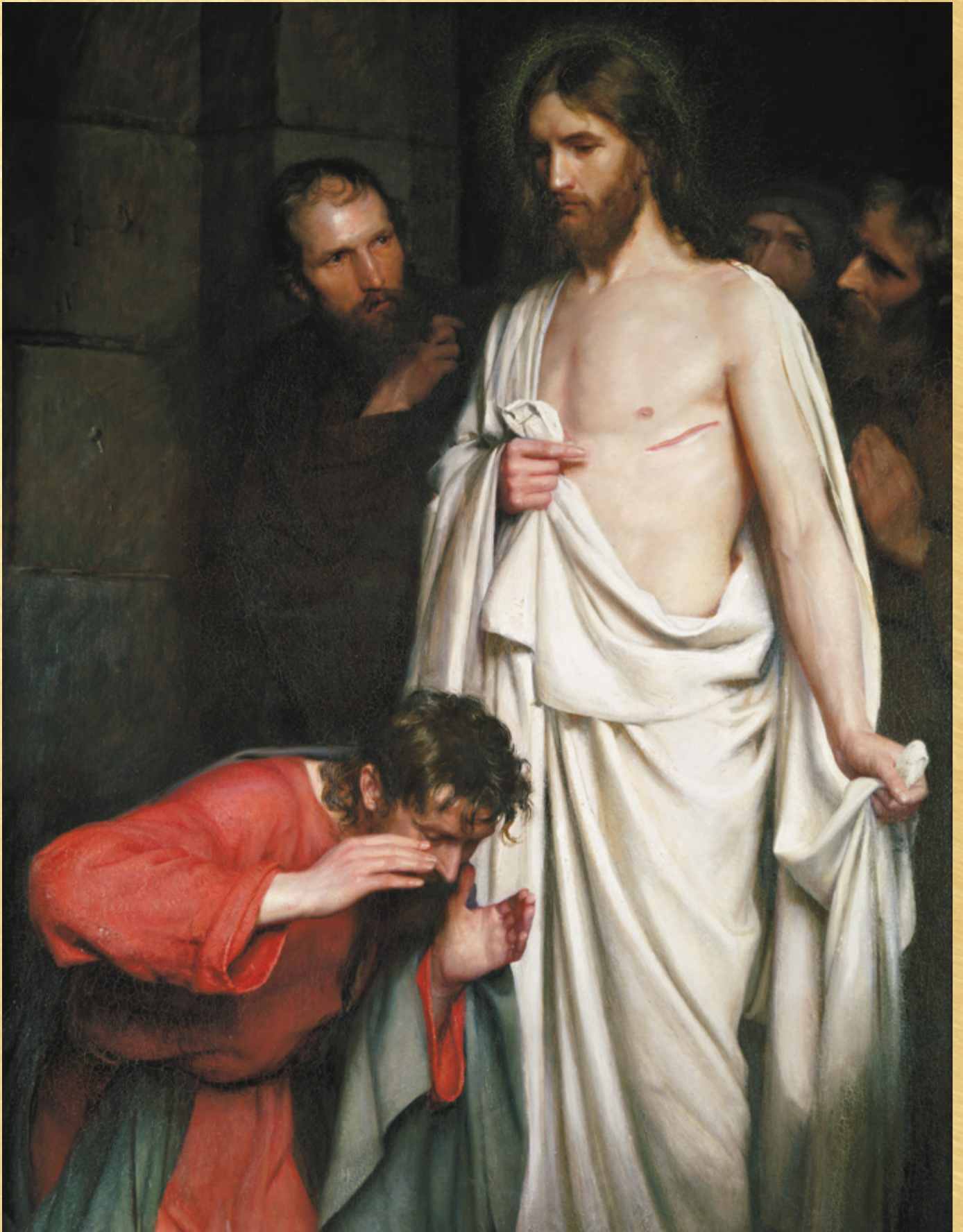
Fordi vi har valgt å følge og ta imot Jesus Kristus som vår Forløser, påtar vi oss hans navn ved dåpen. Vi godtar lydighetsloven. Vi lover at vi alltid vil minnes ham og holde hans bud. Vi fornyer våre pakter når vi tar del i nadverden.

Ved å fornye våre pakter er vi lovet at hans Ånd alltid vil være med oss. Hvis vi lar hans Ånd komme inn i vårt liv og lede oss, kan vi vende tilbake til vår himmelske Fader og hans Sønn Jesus Kristus, og det er deres plan for lykke for oss – frelsesplanen. ■

Fra talen “Forsoningen” som ble holdt under seminaret for nye misjonspresidenter ved opplæringscenteret for misjonærer i Provo 24. juni 2008.

NOTE

1. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Smith (2007), 50-51.*



Jesu Kristi oppstandelse

OG SANNHETER OM LEGEMET

Av David A. Edwards

Kirkens tidsskrifter

“ [H]an sa]: Det er fullbrakt! Og han bøyde sitt hode og oppgav sin Lånd” (Johannes 19:30). I samme øyeblikk forlot Jesu Kristi ånd hans legeme – et legeme som hadde utholdt lidelse slik at han kunne sone for alle menneskers synder og hjelpe dem i deres skrøpeligheter (se Alma 7:12-13). Dette legemet, som nå var et tomt hylster, ble fjernet fra korset, svøpt i et linklede og til slutt lagt i en grav. Den tredje dagen kom kvinnene som nærmet seg graven, for å forberede legemet for begravelse.

Men legemet var borte.

Funnet av den tomme graven var bare begynnelsen. Maria Magdalena, apostlene og mange andre ble senere vitne til noe mirakuløst: Den oppstandne, fullkommengjorte Jesu Kristus i fysisk og menneskelig form.

Frelseren sørget for at de som så ham etter hans oppstandelse, helt og fullt forsto hva slags legeme han hadde. Han ba for eksempel apostlene komme og kjenne på legeme hans slik at de kunne forsikre seg om at han var fysisk tilstede og ikke et gjenferd (se

Lukas 24:36-40).¹ Han spiste til og med sammen med dem (se Lukas 24:42-43).

Da apostlene så utførte sitt oppdrag med å forkynne Jesu Kristi evangelium, møtte de motstand og forfølgelse. Noe av dette skyldtes at de underviste at Jesus Kristus var oppstanden, og at hele menneskeheten ville oppstå som følge av dette (se Apostlenes gjerninger 4:1-3).

I dag står Jesu Kristi oppstandelse like sentralt i budskapet som forkynnes for verden av hans kirke, som den gjorde den gangen. Profeten Joseph Smith sa: “De fundamentale prinsipper i vår religion er apostlenes og profetenes vitnesbyrd om Jesus Kristus, at han døde, ble begravet, oppsto på den tredje dag og fór opp til himmelen, og alt annet som henhører til vår religion, er bare supplement til dette.”²

Oppstandelsen bidrar til å besvare grunnleggende spørsmål om Guds natur, vår natur og vårt forhold til Gud, hensikten med dette livet og det håp vi har i Jesus Kristus. Her er noen sannheter som ble understreket av Jesu Kristi oppstandelse.

Ved sin oppstandelse underviste Jesus Kristus oss viktige sannheter om legemet.



Enhver som forkaster tanken på en legemliggjort Gud, forkaster samtidig både den jordiske og den oppstandne Kristus.”

– Eldste Jeffrey R. Holland

Vår himmelske Fader har et herliggjort legeme

Tanken om at Gud har menneskelig form er absolutt forankret i Bibelen,³ så vel som i gjengse oppfatninger, men mange teologiske og religiøse, filosofiske tradisjoner har forkastet dette til fordel for en Gud “uten legeme, deler eller lidenskaper”,⁴ ettersom legemet (og materie generelt) ifølge dette synet er noe ondt eller uvirkelig, mens ånden, eller tankene, utgjør den høyeste tilværelse eller virkelighet.

Hvor strålende enkel og revolusjonerende var ikke da åpenbaringen av Guds natur gjennom hans Sønn Jesus Kristus.

Under sin tjenestegjering sa Frelseren: “Den som har sett meg, har sett Faderen” (Johannes 14:9). Dette gjaldt ikke minst etter hans oppstandelse med et fullkommentgjort, udødelig legeme, som viste at “Faderen har et legeme av kjøtt og ben like følbart som menneskets – Sønnen likeså” (L&p 130:22).

Vår himmelske Faders fysiske natur ble dermed åpenbart. Som Joseph Smith senere

forklarte: “Noe som er uten legeme eller kroppsdel, er ingenting. Det finnes ingen annen Gud i himmelen enn den Gud som har kjøtt og ben.”⁵

Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum har sagt det slik: “Hvis det å ha et legeme ikke bare er unødvendig, men ikke ønskelig for Guddommen, hvorfor forløste hele menneskehetens Forløser *sitt* legeme fra dødens favntak og graven, for slik å garantere at det aldri, hverken i tid eller evighet, igjen ville bli atskilt fra hans ånd? *Enhver som forkaster tanken på en legemliggjort Gud, forkaster samtidig både den jordiske og den oppstandne Kristus.*”⁶

Vår himmelske Fader er allmechtig, allvitende og på alle måter kjærlig

Vår himmelske Faders enestående karakter åpenbares også ved selve den kjensgjerning at Jesu Kristi oppstandelse fant sted. Eldste D. Todd Christofferson i De tolv apostlers quorum har sagt: “Gitt at Kristi oppstandelse fant sted, er betenkeligheter om Gud Faderens allmakt, allvitenskap og velvilje – han som ga sin enbårne Sønn for å forløse verden – grunnløse.”⁷

Guds makt, kunnskap og godhet bevises ved Jesu Kristi oppstandelse, som viser visdommen og kjærligheten i vår himmelske Faders plan (og hans Sønns) evne til å utføre den.

Vi er Guds barn

Slik Bibelen lærer oss, er vi dannet “i Guds bilde... til mann og kvinne” (1 Mosebok 1:27). Jesu Kristi oppstandelse understreket denne sannheten. Da han oppsto, understreket Jesus Kristus vårt forhold til vår himmelske Fader da han sa: “Jeg farer opp til min Far og *deres* Far,

min Gud og deres Gud” (Johannes 20:17; uthevelse tilføyd).

Frelseren viste at Gud og menneskeheten er ikke helt ulike hverandre i sitt innerste vesen. Legemet har samme grunnleggende form som ånden,⁸ og legemet ble skapt i Guds bilde, noe som følger naturlig av et foreldre-barn-forhold.

Et legeme er en gave som gir muligheter og virker foredlende

Ved sin oppstandelse viste Frelseren oss at en fysisk tilværelse i et legeme er en vesentlig del av Gud og hans barns evige tilværelse. Herren åpenbarte til profeten Joseph Smith: “Grunnstoffene er evige, og ånd og grunnstoff, uadskillelig forenet, mottar en fylde av glede” (L&p 93:33). Denne uadskillelige forbindelsen kombinerer ånd og fysisk materie slik at de blir ett udødelig, uforgjengelig, strålende og fullkomment legeme – den eneste form for legeme som er i stand til å motta den fylde av glede som Gud er i besittelse av.

Til sammenligning, etter å ha hatt et fysisk legeme og så blitt adskilt fra det for å tre inn i ånde verdenen, betrakter “de døde... sine ånders lange adskillelse fra legemet som et fangenskap” (L&p 138:50; se også L&p 45:17).

Også vårt jordiske legeme er en viktig del av vår himmelske Faders plan og er en guddommelig gave. Når vår førjordiske ånd kommer til jorden, blir den “forøket” (se Abraham 3:26) med et legeme. Profeten Joseph Smith sa: “Vi kom til denne jord for å få et legeme som vi kunne presentere rent for Gud i Det celestiale rike. Det store prinsipp når det gjelder lykke, består i å ha et legeme. Djevelen har ikke noe legeme, og dette er hans straff.”⁹

Eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum har sagt: “Vårt fysiske legeme muliggjør en rekke forskjellige, dyptgående og intense erfaringer som vi ikke kunne ha fått i vår førjordiske tilværelse. Derfor blir vårt forhold til andre mennesker, vår evne til å oppfatte og handle i overensstemmelse med sannhet, og til å adlyde prinsippene og ordinansene i Jesu Kristi evangelium, forsterket gjennom vårt fysiske legeme. I jordelivets skole opplever vi ømhet, kjærlighet, vennlighet, lykke, sorg, skuffelse, smerte og også utfordringer i forbindelse med fysiske begrensninger på måter som forbereder oss til evigheten. Kort sagt: Det er en del vi må lære og erfaringer vi må ha, slik det står i Skriftene, ‘på grunn av kjødets svakhet’ (1 Nephi 19:6; Alma 7:12-13).”¹⁰

Joseph Smith sa dessuten: “Alle skapninger som har legemer, har makt over dem som ikke har noe.”¹¹ Satan kan friste oss, men han kan ikke tvinge. “Djevelen har ingen makt over oss med mindre vi gir ham tillatelse.”¹²

Vårt jordiske legeme er en viktig del av vår himmelske Faders plan og er en guddommelig gave. Når vår ånd kommer til jorden, blir den “forøket” (se Abraham 3:26) med et legeme.



Til syvende og sist vil den gave som et fullkomment, oppstandent legeme er, bidra til å sette oss utenfor Satans makt for alltid. Hvis det ikke var noen oppstandelse, “måtte våre ånder bli underlagt... djevelen, for aldri mer å oppstå. Og våre ånder måtte ha blitt lik ham, og vi ville ha blitt djevler, en djevls engler, for å bli avskåret fra vår Guds nærhet og for å bo hos løgnens far, ulykkelige som han selv” (2 Nephi 9:8-9).

Ånden og legemet er ikke fiender

Selv om de er forskjellige, tilhører ikke ånden og legemet to vesensforskjellige og uforenelige virkeligheter. Joseph Smith fant ut: “Det finnes ikke noe slikt som immaterielt stoff. All ånd er materie, men den er finere og renere og kan bare skjelnes med renere øyne. Vi kan ikke se den, men når våre legemer er renset, skal vi se at all ånd er materie” (L&p 131:7-8).

I sin herliggjorte, oppstandne tilstand representerer Jesus Kristus den fullkomne forening av ånd og legeme, og viser for oss at “ånden og legemet er menneskets sjel” (L&p 88:15). I dette livet ønsker vi å være “åndeligsinnet” fremfor “kjødeligsinnet” (2 Nephi 9:39), å “[avlegge] det naturlige menneske” (Mosiah 3:19) og å holde “alle [våre] lidenskaper i tømme” (Alma 38:12). Men det betyr ikke at ånden og legemet er fiender. Slik Jesus Kristus viste oss, er det ikke meningen at legemet skal foraktes og overvinnes, men snarere mestres og forvandles.



Livet i et jordisk legeme har en meningsfylt hensikt

Forestillingen om at dette livet er en prøve, gir mer mening når vi tenker på hva vi vet om vårt liv før og etter det. Vi levde som ånder før vi kom til jorden, og vår himmelske Fader har til hensikt at vi skal bli som ham og leve evig med et udødelig fysisk legeme. Disse sannhetene innebærer at vår tid med prøvelser i dette jordiske legemet ikke er tilfeldig, men har reell betydning og hensikt.

Eldste Christofferson har forklart: “Ved våre valg ville [vi] vise Gud (og oss selv) vårt engasjement og vår evne til å etterleve hans celestiale lov mens vi var utenfor hans nærhet og i et fysisk legeme med alle dets evner, lyster og lidenskaper. Kunne vi holde kjødet i tømme slik at det ble et redskap for ånden, snarere enn dens herre? Kunne vi betros både i tid og evighet med guddommelig myndighet, herunder evnen til å skape liv? Ville vi hver for oss overvinne det onde? De som gjorde det, skulle ‘forøkes i herlighet evindelighet og alltid’ [Abraham 3:26] – og et svært betydelig aspekt ved denne herligheten er et oppstandent, udødelig og herliggjort fysisk legeme.”¹³

Våre erfaringer i vårt nåværende legeme, herunder våre forhold til andre, er meningsfylte fordi de er en forsmak på det som skal komme. Joseph Smith lærte: “Den samme sosiale omgang som finnes blant oss her, vil finnes blant oss der, men der vil den være ledsaget av evig herlighet, en herlighet vi ikke nyter godt av nå” (L&p 130:2).

*I sin herliggjorte,
Oppstandne tilstand
representerer Jesus
Kristus den fullkomne
forening av ånd og
legeme, og viser at
“ånden og legemet
er menneskets sjel”
(L&p 88:15).*



Helt siden synet
av den tomme
graven, har Jesu
Kristi oppstandelse
gitt håp fordi vi i
hans oppstandelse
ser en utsikt til
vår egen.

Vi har håp i Jesus Kristus

Helt siden synet av den tomme graven, har Jesu Kristi oppstandelse gitt håp fordi vi i hans oppstandelse ser en utsikt til vår egen, der “alle [våre] tap vil bli kompensert... forutsatt at [vi] holder [oss] trofaste”.¹⁴

Freiserens første apostler kunne bære frimodig vitnesbyrd om hans oppstandelse fordi de hadde sett og tatt på hans legeme. Men det lå mye mer i det enn som så. Akkurat slik Jesus Kristus hadde helbredet fysiske skavanker for å vise at han hadde makt til å tilgi synder (se Lukas 5:23-25), ble hans oppstandelse – det håndgripelige beviset på hans makt til å overvinne den fysiske død – hans tilhengeres forvissning om hans evne til å overvinne åndelig død. Løftene han ga i sin undervisning – tilgivelse for synder, fred i dette liv, evig liv i Faderens rike – ble reelle, og deres tro ble urokkelig.

“Er ikke Kristus oppstått, da har [vi] en unyttig tro” (1 Korinterbrev 15:17). Men ettersom han virkelig *sto* opp fra de døde, kan vi “ha håp, gjennom Kristi forsoning og i hans oppstandelses kraft, om å bli oppreist til evig liv, og dette på grunn av [vår] tro på ham i henhold til løftet” (Moroni 7:41).

Mens han levde på jorden, oppfordret Jesus Kristus folk til å følge ham. Etter hans død og oppstandelse ble målet enda klarere. Hvis vi ved å adlyde evangeliets lover og ordinanser dyrker en “celestial ånd” i oss, kan vi “motta det samme legeme som var et naturlig legeme”, og bli “levedgjort ved en del av den celestiale herlighet [og] da motta, ja, en fylde av denne” (L&p 88:28-29). Han har vist veien. Han er veien. Det er ved hans kraft – ved hans forsoning og oppstandelse – at denne celestiale fylde er mulig, og den omfatter en fylde av glede i et oppstandent legeme. ■

NOTER

1. Da Jesus Kristus viste seg for folket i den nye verden, ba han dem – tusenvis av dem – om å komme frem, “den ene etter den andre”, og berøre hans hender, føtter og side slik at de kunne vitne om at de hadde både følt og sett den oppstandne Herre (se 3 Nephi 11:14-15; 18:25).
2. *Læresetninger fra Kirkens presidenter* – Joseph Smith (2007), 50-51.
3. Se 1 Mosebok 1:27; 2 Mosebok 33:11; Apostlenes gjerninger 7:56.

4. Selv om lignende oppfatninger fantes i tidligere kristne trosbekjennelser, er akkurat denne formuleringen hentet fra Den anglikanske kirkes trettini artikler (1563).
5. *Læresetninger* – Joseph Smith, 42.
6. Jeffrey R. Holland, “Den eneste sanne Gud og Jesus Kristus, som han utsendte,” *Liahona*, nov. 2007, 42.
7. D. Todd Christofferson, “Jesu Kristi oppstandelse,” *Liahona*, mai 2014, 113.
8. Også åpenbaringen av den førjordske

Jesus Kristus var et vitnesbyrd om dette faktum, ettersom den viste at hans åndelegeme hadde menneskelig form (se Ether 3:16).

9. *Læresetninger* – Joseph Smith, 208.
10. David A. Bednar, “Vi tror at vi må være kyske,” *Liahona*, mai 2013, 41.
11. *Læresetninger* – Joseph Smith, 208.
12. *Læresetninger* – Joseph Smith, 210.
13. D. Todd Christofferson, “Hvorfor ekteskap, hvorfor familie,” *Liahona*, mai 2015, 51.
14. *Læresetninger* – Joseph Smith, 51.

Kom, kom nå til Ham

Inderlig ♩ = 44-48

Tekst: Steven K. Jones
Musikk: Michael F. Moody

mp

H.H.

1. Han
(2. Han)
(3. Han)

5

kom til oss med kjær - lig - het stor. Og til - byr sitt liv til en -
kom til oss og fikk slag og sår. Det fins in - gen - ting Han
kjen - ner oss og til - byr sin trøst. En - hver som vil tro, vil

8

rall.

hver på vår jord, Han brin - ger oss lys hvor mør - ke rår, Han
ik - ke for - står, av smer - te og sorg, Han fikk sin del, Han
hø - re Hans røst. Han til - gir din synd, Han lar deg se, når du

11

a tempo

trøs - ter, Han le - ger dyp - es - te sår. Kom, kom nå til
led alt for deg, og Han gjør deg hel. Kom, kom nå til
yd - mykt og tro - fast bøy - er ditt kne. Kom, kom nå til

2



14

Ham. _____
Ham. _____ Kom til Ham. Kom lær av Ham. _____ Sakt -
Ham. _____

17

mo - dig og yd - myk av hjer - tet er Han. Kom, kom nå til

20

1, 2. 3.
Ham. _____ 2. Han _____ Å,
3. Han _____

23

rall.
kom, kom nå til Ham. _____

© 2016 av Steven K. Jones og Michael F. Moody. Med enerett.
Denne sangen kan kopieres til ikke-kommersiell bruk i kirken eller i hjemmet.



o EN BRO TIL håp OG helbredelse

Med riktig hjelp kan ofre for seksuelle overgrep finne den helbredelse de så inderlig ønsker.

Av Nanon Talley

Kirkens familiekontor, Texas, USA

Tenk deg at du står på kanten av et stup og ønsker å komme til den andre siden av et dypt juv, hvor du har hørt at stor lykke venter deg. Mens du leter etter en måte å komme over på, finner du en haug med materialer som, hvis de settes riktig sammen, vil bli til en bro over juvet.

Hvis du ikke vet hvordan du skal bygge broen, vil materialene være ubrukelige, og du vil føle deg frustrert og håpløs. Men hvis du får hjelp av en som har erfaring med å bygge broer, kan din kunnskap og forståelse vokse, og sammen kan dere klare oppgaven.

De siste 18 årene har det vært min oppgave å sørge for verktøy og veiledning for å hjelpe folk å krysse svelget av følelsesmessige eller psykiske lidelser. Av alle dem jeg har veiledet, synes ingen andre pasienter å være like alvorlig skadet som dem som har vært utsatt for seksuelle overgrep. Jeg har sett virkningen denne utfordringen har på den enkeltes evne til å holde ut til enden på en god måte.

Men jeg har også lært at varig lindring for vår kamp og lidelse er mulig gjennom vår Frelser. Hans kjærlighet løfter mennesker ut av mørket og inn i lyset.

Hvorfor gjør seksuelle overgrep så stor skade?

Ofre for overgrep forteller meg om et liv preget av depresjon, dårlig selvtillit og andre dype følelsesmessige smerter. President Gordon B. Hinckley (1910-2008) hjalp oss å forstå hvorfor seksuelle overgrep gjør så vondt:

“Og så har vi den fryktelige, forkastelige praksis som kalles seksuelt misbruk. Det er ufattelig. Det er en krenkelse av den anstendighet som burde finnes i enhver mann og kvinne. Det er *et brudd på alt som er hellig og guddommelig*. Det er ødeleggende for barn. Det er forkastelig og *verd den alvorligste fordømmelse*.”

Den mann eller kvinne som misbruker et barn seksuelt, burde skamme seg. Ved å gjøre det, gjør ikke vedkommende bare *den alvorligste skade*. Han eller hun står også fordømt for Herren.”¹

Skaperkraften er en hellig og guddommelig kraft som vår Fader i himmelen har gitt sine barn. Eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum har sagt: “Forplantnings-evnen er åndelig betydningsfull... Vår himmelske Fader og

hans elskede Sønn er skapere og har betrodd hver enkelt av oss med en del av sin skaperevne.”² Da er det ikke til å undre seg over at krenkelse av denne hellige evnen “fortjener den strengeste fordømmelse” og forårsaker “den verste form for skade”.

Forstå smerten

Seksuelle overgrep er enhver ufrivillig samhandling som innebærer berøring eller ingen berøring hvor en person brukes av en annen til seksuell tilfredsstillelse. Altfor ofte sitter ofre for seksuelle overgrep igjen med forvirrede tanker, i tillegg til følelser av uverdighet og skam som kan være nesten for tunge å bære. Smerten og lidelsen som ofrene opplever, blir ofte forsterket av andres kommentarer som kommer av en misforståelse av seksuelle overgrep og deres virkninger. Noen ofre blir beskyldt for å lyve eller blir fortalt at overgrepet på en eller annen måte var deres feil. Andre blir feilaktig ledet til å tro at de må omvende seg, som om de på en eller annen måte hadde syndet ved å bli misbrukt.

Mange pasienter jeg har jobbet med som opplevde seksuelle overgrep i barndommen eller ungdommen, får beskjed om å “komme over det”, “la det ligge” eller “bare tilgi og glemme”. Slike uttalelser – spesielt når de kommer fra nære venner, familiemedlemmer eller ledere i Kirken – kan lede offeret til økt hemmelighold og skam istedenfor helbredelse og fred. I likhet med en alvorlig fysisk skade eller infeksjon, vil ikke disse følelsesmessige sårene bare forsvinne hvis de ignorerer. Tvert imot vil forvirringen som begynner under overgrepet, vokse, og sammen med de resulterende vonde følelsene, kan hele tankegangen bli endret, noe som til slutt kan føre til utvikling av usunn adferd. Det er ikke uvanlig at overgrepsofre ikke forstår at det som skjedde med dem var krenkende, men de kan likevel utvikle usunn adferd og vonde følelser.

Hannah (navnet er endret) opplevde seksuelle overgrep tidlig i barndommen. I likhet med andre ofre vokste



hun opp med en følelse av at hun var et dårlig menneske som ikke hadde noen verdi. Mesteparten av sitt liv prøvde hun å utføre nok tjeneste for andre til å kompensere for sine følelser av ikke å være “god nok” til at vår himmelske Fader eller noen andre kunne elske

henne. I sin omgang med andre fryktet hun at hvis noen virkelig kjente henne, ville de synes at hun var like ille som hun trodde hun var. Hun opplevde en intens frykt for avvising som gjorde at hun var redd for å prøve nye ting i livet eller gjøre enkle oppgaver som å ringe til noen. Hun var velsignet med et talent for kunst, men sluttet med det av frykt for ikke å kunne takle kritikk.

I over 50 år styrte hennes følelser av hjelpeløshet, maktesløshet, frykt, sinne, forvirring, skam, ensomhet og isolasjon hennes daglige beslutninger.

Vi kan erstatte smerte med fred

Frelseren led “smerter og lidelser og fristelser av alle slag”. Han gjorde det slik at han kan “vite hvordan han skal hjelpe sitt folk” (Alma 7:11-12). Han led ikke bare for våre synder, men også for vår helbredelse når andres synder påfører oss lidelser.

Hvis han var her i dag, kan jeg forestille meg at Frelseren ville gråte med og velsigne dem som har blitt seksuelt misbrukt, slik han gråt med og velsignet nephittene (se 3 Nephi 17). Selv



om han ikke er her fysisk, kan hans ånd være hos oss, og han har gjort det mulig for oss å bli helbredet, føle fred og tilgi.

For mange som har blitt skadet, er tanken på at smerten de bærer på kan bli erstattet med fred, nesten umulig å tro på. Ofte forblir den mishandlede så ubemerket og ukjent av andre i mange år. Smerten maskeres av smilende ansikter, villighet til å hjelpe andre og at man lever livet som om ingenting var galt, og likevel er smerten alltid der.

La oss sammenligne den følelsesmessige helbredelsesprosessen med pleie og behandling av en fysisk skade. Tenk deg at du brakk benet da du var ung. I stedet for å gå til legen for å få det gipset, haltet du i vei til den verste smerten var borte, men det gjør alltid litt vondt for hvert skritt du tar. Mange år senere ønsker du at smerten skal forsvinne, så du går til en lege. Legen må rette opp benet, fjerne uønsket vev som har bygget seg opp, gipse det og sende deg til fysioterapi for å styrke benet.

VANLIG ADFERD FOR ET OFFER

Et offer for seksuelle overgrep har ofte problemer i sitt forhold til andre, og vil i mange tilfeller stadig søke andres anerkjennelse, ha lett for å bli passiv, sette opp barrierer for å holde folk på avstand for å unngå å bli såret, være løsaktig og trakte etter tilfredsstillelse ved seksuell aktivitet (herunder pornografi og selvstimulering), eller gjøre det stikk motsatte, og unngå alt som har med sex å gjøre. Skammen forbundet med denne adferden hindrer ofte disse menneskene i å søke hjelp fra foreldre, prestedømsledere eller fagfolk fordi de ikke forstår sammenhengen mellom det som skjedde med dem og adferden deres.

Når de etterlever evangeliet, har ofre en tendens til å gå til den ene eller den andre ytterligheten: Noen blir overreligiøse. I et forsøk på å dekke over det de tror er deres uverdighet, prøver de å gjøre alt riktig. Andre føler at de aldri kommer til å bli verdig til evig liv, og slutter noen ganger å prøve.

LÆRDOMMER FRA LÆRE OG PAKTER 123

Mens profeten Joseph Smith satt fengslet i Liberty, Missouri, skrev han et brev til Kirken som utgjør kapittel 121-124 av Lære og pakter, som omfatter "de helliges plikt med hensyn til sine forfølgere" (L&P 123, kapitteloverskriften). Han ba ikke de hellige som hadde lidd forfølgelse og fysiske skader, om å holde sine smerter for seg selv og late som om ingenting hadde skjedd. Overvei hvordan rådene i kapittel 123 kan anvendes på problemet med overgrep.



Helbredelsesprosessen etter overgrep ligner på den måten at offeret først må innse at smerten er reell og at det er mulig å gjøre noe med den. Prosessen innebærer å erkjenne det som har skjedd, og å erkjenne, bekrefte og kjenne på følelsen av å være såret, redd og trist. Det er ofte nyttig å samarbeide med en psykolog som har erfaring med denne helbredelsesprosessen. (Spør din prestedømsleder om Kirkens familiekontor finnes i ditt område.)

Enten offeret har tilgang til profesjonell hjelp eller ikke, er det best å be, studere Frelserens liv og forsoning og snakke regelmessig med en prestedømsleder. Han kan bidra til å lette byrdene og motta inspirasjon for å hjelpe offeret å forstå sin guddommelige verdi og sitt forhold til vår himmelske Fader og Frelseren. Søster Carole M. Stephens, førsterådgiver i Hjelpeforeningens generalpresidentskap, sa nylig: "[Helbredelse kan] være en lang prosess. Den vil kreve at du bønnfylt søker veiledning og passende hjelp, og at du rådfører deg med rettmessig ordinerte

prestedømsbærere. Når du lærer å kommunisere åpent, sett passende grenser, og vurder å oppsøke profesjonell hjelp. Å bevare åndelig helse gjennom prosessen er avgjørende!"³

For Hannah hadde livet blitt så ubehagelig at hun søkte hjelp. Hun visste av sitt vitnesbyrd at hun kunne føle fred og tilfredshet i livet, men gjorde det som regel ikke. Ved bønn og samtaler med biskopen ble hun ledet til rådgivning, hvor hun kunne få de verktøyene hun trengte for å bringe sannheten ut av mørket og dele den forferdelige byrden hun hadde båret alene. Ved å gjøre det, var hun i stand til å slippe taket i smerten og finne den fred som Frelseren lovet (se Johannes 14:27). Sammen med denne freden og lindringen kom lysten og evnen til å tilgi.

Behovet for å tilgi

Tanken på å tilgi er ofte vanskelig for overgrepsofre å høre om og blir ofte misforstått. Hvis de ser på tilgivelse som å la overgriperen slippe unna med det eller si at det de gjorde, ikke betyr noe lenger, vil

ikke offeret føle seg anerkjent. Selv om vi har blitt befalt å tilgi (se L&P 64:10), må som regel helbredelsen ha begynt før offeret fullt ut kan tilgi overgriperen i situasjoner der skaden er dyp.

De som lider smerte forårsaket av overgrep, kan finne trøst i dette rådet fra Mormons bok: “Jeg, Jakob, vil tale til dere som er rene av hjertet. Se hen til Gud med fast beslutsomhet, og be til ham med overmåte stor tro. Han vil trøste dere i deres plager, og han vil tale deres sak og sende ned en rettfærdig dom over dem som søker å ødelegge dere” (Jakobs bok 3:1). Behovet for rettfærdighet og retten til oppreisning kan overlates til Herren, slik at han kan erstatte vår smerte med fred.

Hannah fant til slutt ut at hun kunne overlate behovet for rettfærdighet til Frelseren, og til gjengjeld finne en fred i sitt liv som hun aldri tidligere hadde opplevd. Tidligere hadde hun fryktet å delta på familiesammenkomster der overgriperen ville være tilstede. Men på grunn av hennes villighet til å konfrontere vanskelige følelsesmessige sår på veien til helbredelse, er hun ikke lenger redd for å være i nærheten av ham, og kan til og med føle medlidenhet med ham i hans alderdom.

Fri for unødige byrder

Eldste Richard G. Scott (1928-2015) i De tolv apostlers quorum sa at “fullstendig helbredelse vil finne sted

gjennom din tro på Jesus Kristus og hans kraft og evne, gjennom hans forsoning, til å helbrede arrene etter det som er urettferdig og ufortjent. . .

Han elsker i deg. Han ga sitt liv for at du kan bli fri for unødige byrder. Han vil hjelpe deg med dette. Jeg vet at han kan helbrede deg.”⁴

Satan ønsker å holde folk bundet av smerte og lidelse fordi han selv er ulykkelig (se 2 Nephi 2:27). Med vår Frelser Jesu Kristi hjelp kan smertene virkelig bli erstattet med fred, en fred som bare Frelseren er i stand til å gi, og vi kan leve med glede. “Adam falt for at mennesket kunne bli til, og mennesket er til for å kunne ha glede” (2 Nephi 2:25). Å leve med glede vil gjøre prøvelser mer utholdelige og gjøre det mulig for oss å lære, vokse og bli mer lik vår Fader i himmelen.

Jeg er ydmyk med tanke på at jeg har blitt velsignet med å få sitte sammen med dem som har blitt skadet av overgrep, og å få se helbredelsens mirakel som virkelig bare kommer gjennom Frelseren. Hvis du lider, må du ydmykt søke hjelp. Du trenger ikke å bære den tunge byrden alene. Jeg vet at han helbreder, for jeg har sett det utallige ganger. ■

NOTER

1. Gordon B. Hinckley, “Redd barna,” *Lys over Norge*, jan. 1995, 55; uthevelse tilføyd.
2. David A. Bednar, “Vi tror at vi må være kyske,” *Liahona*, mai 2013, 42.
3. Carole M. Stephens, “Mesterlegen,” *Liahona*, nov. 2016, 11.
4. Richard G. Scott, “Hvordan befri seg for tunge byrder,” *Liahona*, nov. 2002, 88.

VEILEDNING FOR LEDERE, FAMILIE OG VENNER

Når et offer stoler nok på deg til å fortelle om sine lidelser og overgrep, skulle samtaler med dem begynne med kjærlighet til og medfølelse med dem. Altfor ofte har ofre fortalt meg at da de kontaktet sin biskop for å søke hjelp, dreide det seg først og fremst om behovet for å tilgi overtrederen. Dette kan gi offeret følelsen av at alt som teller, er den skyldige. Når dette skjer, vender vedkommende sjelden tilbake til sin biskop for å få hjelp, og går glipp av den åndelige helbredelsen som er mulig med kjærlighet og støtte fra Kirken.

Tilgivelse er en viktig brikke i helbredelsesprosessen og er et bud – men vær så snill å stole på at ved først å la vedkommende gi uttrykk sin lidelse, kjenne på følelsene og snakke om dem med en betrodd person, vil det på sikt føre til den helbredelse som kommer av å kunne å tilgi overgriperen.

Ledere i Kirken kan finne mer informasjon på **ministering.lds.org** under “Abuse: Help for the Victim”.

Det gamle familiealbumet:

Styrken fra familiehistorier

Mine forfedres arv lever videre gjennom meg, og påvirker meg stadig til det bedre.

Av Amneris Pucasu

En sommermorgen før andre verdenskrig våknet min oldefar slik han alltid gjorde – før soloppgang. Han gikk utenfor huset sitt på en høyde med utsikt over en grønn dal og landsbyen sin i Romania, satte seg på gresset som var dekket av morgendugg, og tenkte dypt – de samme tankene han hadde hatt en stund. Han var en velutdannet mann med stort hjerte og vitebegjær, og var avholdt og respektert av alle i landsbyen.

Landsbyen hans lå på elvebredden ved den gamle elven Olt, og var prototypen på det evige bildet av en rumensk

landsby hvor det eldgamle lå i et eventyrlig landskap, en skatt i form av pittoreske skikker. Det ga en naturlig ansvarfølelse for å ta vare på gjenstandene og tradisjonene man får i arv fra sine forfedre og gi dem videre til neste generasjon.

Etter soloppgang gikk han inn i huset og tilsto for sin hustru at han gjerne skulle ha sett hvordan begravelsen hans ville bli, så han ønsket seg en generalprøve på begravelsen. Han fastsatte datoen, kjøpte kisten, leide inn presten og et profesjonelt begravelsesfølge, og skaffet alt det andre som trengs ifølge gresk-ortodoks tradisjon. Dagen for generalprøve-begravelsen kom. Bordene var satt midt i landsbyen til minnefesten, familien var kledd i sort, presten kom, min oldefar la seg ned i kisten, la puten til rette slik at han kunne få behagelig utsikt, og sørgetoget begynte. Da seremonien var over, ble hele landsbyen invitert til festen, hvor min oldefar oppfylte sin drøm om å danse i sin egen begravelse. Han levde i 20 år til, og sjekket ofte om kisten fortsatt passet ham.

Ikke bare navn og datoer

Jeg har aldri møtt min oldefar, men historien hans har alltid vært min favoritt. Den ble overlevert til meg av mine



besteforeldre. Hver dag fortalte de mine søsken og meg historier om våre forfedre – hvor de kom fra, hvordan de var, deres verdinormer, drømmer og håp. Etter hvert søndagsmåltid fant mine besteforeldre frem det gamle familielabumet. Hver gang de bladde om, våknet historier til liv, fortid og nåtid etter som hjerter ble knyttet sammen i et lappeteppe av kjærlighet som overvinnet tidens avstand. Det var ikke bare gamle bilder med navn og datoer skriblet på baksiden. Bak hvert ansikt var det en far eller mor, en sønn eller datter, en bror eller søster. For oss var de virkelige personer med håp og drømmer, motgang og skuffelser, suksess og nederlag. Selv om de ikke lenger er fysisk til stede, er deres historie fortsatt levende, deres arv fortsetter å skinne, og deres ansikter fortsetter å smile fra et gammelt familiealbum som i dag knytter hjerter fra seks generasjoner sammen i kjærlighet.

Styrke i prøvelsens stund

Da jeg var 19 år, var mor og far og de fleste av min nærmeste familie døde, og mange av eiendelene jeg hadde arvet, hadde kommet bort eller blitt stjålet. Og likevel er det én ting som tid, naturkatastrofer, eller død aldri noensinne kan ødelegge – broen som spenner over fortid, nåtid og

fremtid, som hvert av mine familiemedlemmer bygget. På grunn av deres flid, har tråden som binder våre hjerter sammen vist seg sterkere enn noen jordiske prøvelser, og har gitt meg styrke til å overvinne vanskelige omstendigheter.

Da mine foreldre og besteforeldre døde, følte jeg så dyp sorg at jeg lurte på om jeg ville ha nok styrke til å fortsette. Men jeg følte deres innflytelse fra den andre siden av sløret, og det hjalp meg å få et urokkelig vitnesbyrd om livet etter døden, og senere, om tempelordinanser. Jeg husker ikke hvordan min mor så ut, jeg har heller aldri møtt mine oldeforeldre, men hver gang jeg finner frem det gamle familiealbumet ser jeg meg selv i deres øyne. Jeg er den jeg er på grunn av alle dem som gikk før meg, deres erfaringer og visdom har formet min karakter og veiledet meg på min sti.

Jeg tenker ofte på familien min på den andre siden av sløret, og det de ofret for at jeg skulle få et bedre liv. Jeg tenker på tempelordinansene som gjør det mulig for oss å være sammen igjen som familie en dag. Og jeg tenker på Kristi forsoning, som gjorde alt dette mulig. Han betalte prisen slik at vi kunne leve. For dette elsker og tilber vi ham med takknemlighet, i dag og for alltid. ■

Artikkelforfatteren bor i New York, USA.





**Av eldste
Larry R. Lawrence**
i De sytti



Striden pågår fortsatt

*Striden som begynte i himmelen, pågår fortsatt i dag.
Faktisk blir kampene stadig mer voldsomme idet de
hellige forbereder seg til Frelserens gjenkomst.*

Alle som følger internasjonale nyheter, vil være enig i at vi lever i en tid med “kriger og rykter om kriger” (L&p 45:26). Heldigvis er alle på jorden krigsveteraner. Vi har kjempet mot ondskapens hærskarer i en vedvarende krig som begynte i den førjordiske tilværelse før vi ble født.

Fordi vi ennå ikke hadde fått et fysisk legeme, utkjempet vi striden i himmelen uten sverd, gevær eller bomber. Men kampene var like intense som i en hvilken som helst krig i vår tid, og det var milliarder av falne.

Den førjordiske striden ble utkjempet med ord, ideer, debatt og overtalelse (se Johannes åpenbaring 12:7-9, 11). Satans strategi var å skremme folk. Han visste at frykt er den beste måten å ødelegge tro på. Han kan ha brukt argumenter som disse: “Det er for vanskelig.” “Det er umulig å komme ren tilbake.” “Risikoen er for stor.” “Hvordan vet du at du kan stole på Jesus Kristus?” Han var veldig sjalu på Frelseren.

Heldigvis seiret Guds plan over Satans løgner. Guds plan omfattet handlefrihet for menneskeheten og et stort offer. Jehova, som vi kjenner som Jesus Kristus, meldte seg frivillig til å være dette offeret – til å lide for alle våre synder. Han var villig til å sette sitt liv til for sine brødre og søstre, slik at de som omvendte seg, kunne komme rene tilbake og til slutt bli som sin himmelske Fader. (Se Moses 4:1-4; Abraham 3:27.)

Under striden i himmelen elsket og støttet vi vår himmelske Fader. Vi ønsket å bli som ham.

Den andre fordelen som hjalp Jehova å vinne Guds barns hjerter, var de mektige vitnesbyrdene hans tilhengere bar, ledet av erkeengelen Mikael (se Åpenbaringen 12:7, 11; L&p 107:54). I det førjordiske liv ble Adam kalt Mikael og Satan ble kalt Lucifer, som betyr "lysbærer".¹ Dette kan virke som et merkelig navn på mørkets fyrste (se Moses 7:26), men Skriftene lærer oss at Satan var "en Guds engel – som sto for Guds åsyn og hadde myndighet" før han falt (se L&p 76:25-28).

Hvordan kunne en ånd med så mye kunnskap og erfaring falle så langt? Det skyldtes stolthet. Lucifer gjorde opprør mot vår Fader i himmelen fordi han ønsket å ha Guds rike for seg selv.

I sin klassiske tale "Vær på vakt mot stolthet", forklarte president Ezra Taft Benson (1899-1994) at Lucifer "ønsket å bli æret over alle andre" og at "hans stolte ønske gikk ut på å detronisere Gud".² Du har også hørt at Satan ønsket å ødelegge menneskets handlefrihet, men det var ikke den eneste grunnen til at han falt i unåde. Han ble kastet ut av himmelen for opprør mot Faderen og Sønnen (se L&p 76:25; Moses 4:3).

Hvorfor kjempet du og jeg mot djevelen? Vi kjempet av lojalitet. Vi elsket og støttet vår Fader i himmelen. Vi ønsket å bli som ham. Lucifer hadde et annet mål. Han ønsket å erstatte Faderen (se Jesaja 14:12-14; 2 Nephi 24:12-14). Forestill deg hvordan Satans svik må ha såret våre himmelske foreldre. I Skriftene leser vi at "himlene gråt over ham" (L&p 76:26).

Etter en intens kamp seiret Mikael og hans hærstyrker. To tredjedeler av himmelens herskarene valgte å følge Faderen (se L&p 29:36). Satan og hans tilhengere ble kastet

ut av himmelen, men de ble ikke umiddelbart sendt til det ytterste mørke. Først ble de sendt til jorden (se Åpenbaringen 12:7-9), der Jesus Kristus skulle bli født og der hans sonoffer skulle gjennomføres.

Hvorfor fikk Satans herskarene lov til å komme til jorden? De kom for å skape motsetninger for dem som blir prøvet her (se 2 Nephi 2:11). Vil de til slutt bli kastet ut i det ytterste mørke? Ja. Etter tusenårsriket vil Satan og hans herskarene bli kastet ut for evig.

Satan vet at hans dager er talte. Ved Jesu annet komme vil Satan og hans engler bli bundet i 1000 år (se Åpenbaringen



20:1-3; 1 Nephi 22:26; L&p 101:28). Etter hvert som denne fristen nærmer seg, kjemper ondskapens krefter desperat for å fange så mange sjeler som de kan.

Åpenbareren Johannes ble vist striden i himmelen som en del av et storslått syn. Han ble vist hvordan Satan ble kastet ned til jorden for å friste menneskene. Dette var Johannes reaksjon: “Ve jorden og havet! For djevelen er steget ned til dere i stor vrede, fordi han vet at han bare har en liten tid” (Åpenbaringen 12:12).

Hvordan tilbringer så Satan sine dager, vel vitende om at han ikke har noen tid å miste? Apostelen Peter skrev at “djevelen, går omkring som en brølende løve og søker noen han kan oppsluke” (1 Peter 5:8).

Hva motiverer Satan? Han vil aldri få en kropp, han vil aldri få en hustru eller en familie, og han vil aldri få en fylde av glede, så han ønsker å gjøre alle menn og kvinner “ulykkelige likesom han selv er” (2 Nephi 2:27).

Djevelen angriper alle mennesker, men spesielt dem som har størst mulighet til å oppnå evig lykke. Han er helt klart misunnelig på alle som er på veien til opphøyelse. Skriftene lærer oss at Satan “fører... krig mot Guds hellige og omringer dem på alle kanter” (L&p 76:29).

Striden som begynte i himmelen, pågår fortsatt i dag. Faktisk blir kampene stadig mer voldsomme idet de hellige forbereder seg til Frelserens gjenkomst.

President Brigham Young (1801-77) profeterte “at Kirken skulle spre seg, ha fremgang, vokse og utvides, og at i samme forhold som evangeliet ble spredt blant jordens nasjoner, skulle også Satans makt vokse”.³

Jeg tror vi alle vil være enige i at denne profetien er i ferd med å bli oppfylt når vi ser det onde infiltrere verdens samfunn. President Young sa at vi må studere fiendens taktikk for å beseire ham. Her forklarer jeg fire av Satans tydelige metoder og gir noen forslag om hvordan vi kan motstå dem.

Satans metoder

1. Fristelse. Djevelen er frekk med hensyn til å sette onde tanker inn i vårt sinn. Mormons bok lærer oss at

Satan hvisker urene og uvennlige tanker og sår tvil. Han maser på at vi skal tilfredsstille vanedannende lyster og gi næring til egoisme og grådighet. Han vil ikke at vi skal vite hvor disse tankene kommer fra, så han hvisker: “Jeg er ingen djevel, for det er ingen” (2 Nephi 28:22).

Hvordan kan vi motstå denne direkte fristelsen? Et av de mest effektive virkemidlene er ganske enkelt å sende Satan bort. Det er det Jesus ville gjort.

Det nye testamentes beretning om da Frelseren ble fristet på fjellet, er lærerik. Etter hver fristelse som djevelen fremla for ham, brukte Jesus en todelt forsvarsteknikk: Først befalte han Satan å dra sin vei, og så siterte han Skriftene.

Her er et eksempel: “Bort fra meg, Satan,” befalte Jesus, “for det står skrevet: Herren din Gud skal du tilbe, og ham alene skal du tjene” (Matteus 4:10). I neste vers står det: “Da forlot djevelen ham, og se, engler kom og tjente ham” (Matteus 4:11). Frelserens forsvar var svært effektivt!

Biografien om president Heber J. Grant (1856-1945) gir innsikt i hvordan president Grant, som ung mann, motsto djevelen. Da president Grant skjønte at Satan hvisket til ham og prøvde å så tvil i hans hjerte, sa han ganske enkelt høyt: “Herr djevel, hold munn.”⁴

Du har rett til å be Satan forlate deg når du møter fristelser. Skriftene lærer oss: “Stå djevelen imot, så skal han fly fra dere” (Jakobs brev 4:7).

Den andre delen av Frelserens forsvar var å sitere Skriftene. Det ligger stor kraft i å lære skriftsteder utenat, slik Jesus gjorde. Skriftsteder kan bli et arsenal av åndelig ammunisjon.

Når du blir fristet, kan du fremsi bud som “kom hviledagen i hu, så du holder den hellig”, “elsk deres fiender” eller “la alltid dine tanker være prydet med dyd” (2 Mosebok 20:8; Lukas 6:27; L&p 121:45). Skriftenes kraft skremmer ikke bare Satan, men den bringer også Ånden inn i hjertet ditt, beroliger deg og styrker deg mot fristelser.

2. Løgn og bedrag. Skriftene lærer oss at Satan er “løgnens far” (2 Nephi 9:9). Ikke tro ham når han hvisker



budskap som “Du gjør aldri noe riktig”, “Du er for syndig til å bli tilgitt”, “Du kommer aldri til å forandre deg”, “Ingen bryr seg om deg” og “Du har ingen talenter”.

En annen løgn han bruker ofte, er denne: “Du må prøve alt minst én gang – bare for å høste erfaring. Én gang skader ikke.” Den skitne lille hemmeligheten han ikke vil du skal vite, er at synd er vanedannende.

En annen effektiv løgn som Satan vil prøve på deg, er denne: “Alle andre gjør det. Det er greit.” Det er ikke greit! Så si til djevelen at du ikke ønsker å komme til det telestiale rike – selv om alle andre gjør det.

Selv om Satan vil lyve for deg, kan du stole på at Ånden vil fortelle deg sannheten. Derfor er Den hellige ånds gave så viktig.

Djevelen har blitt kalt “den store bedrager”.⁵ Han forsøker å forfalske ethvert sant prinsipp som Herren fremlegger.

Husk at etterligninger ikke er det samme som motsetninger. Det motsatte av hvitt er svart, men en etterligning av hvitt kan være off-white eller grått. Etterligninger ligner på den virkelige tingen for å lure intetanende mennesker. De er en forvrengt versjon av noe godt, og akkurat som falske penger, er de verdiløse. La meg illustrere.

En av Satans etterligninger av tro er overtro. Hans etterligning av ekte kjærlighet er begjær. Han etterligner prestedømmet ved å innføre prestelist, og han etterligner Guds mirakler ved hjelp av trolldom.

Ekteskap mellom en mann og en kvinne er innstiftet av Gud, men likekjønnet ekteskap er bare en etterligning. Det

Du kan stole på at Ånden vil fortelle deg sannheten. Derfor er Den hellige ånds gave så viktig.



gir hverken etterkommere eller opphøyelse. Selv om etterligningene hans lurer mange, er de ikke ekte vare. De kan ikke gi varig lykke.

Gud advarte oss mot etterligninger i Lære og pakter. Han sa: "Det som ikke oppbygger, er ikke av Gud, men er mørke" (L&p 50:23).

3. Strid. Satan er stridighetens far. Frelseren sier: "Han oppegger menneskenes hjerter til å stride i vrede mot hverandre" (3 Nephi 11:29).

Djevelen har lært av århundrer med erfaring at der det er strid, vil Herrens ånd vike. Helt siden han overtalte Kain til å drepe Abel, har Satan påvirket søsken til å krangle. Han egger også til problemer i ekteskap, blant menighetens medlemmer og mellom misjonærledsagere. Han fryder seg

over å se gode mennesker krangle. Han prøver å starte familiekrangler rett før kirken på søndag, rett før familiens hjemmeaften på mandag kveld og når som helst et par har tenkt å delta på en sesjon i templet. Hans valg av tid er forutsigbar.

Når det oppstår strid i hjemmet eller på arbeidsplassen, slutt umiddelbart med det du gjør, og prøv å slutte fred. Det spiller ingen rolle hvem som begynte.

Strid begynner ofte med kritikk. Joseph Smith sa at "djevelen smigrer oss og sier at vi er meget rettferdige når vi lever av andres feilgrep".⁶ Når du tenker over det, er selvgodhet bare en etterligning av ekte godhet.

Satan elsker å spre strid i Kirken. Han spesialiserte seg på å finne feil hos Kirkens ledere. Joseph Smith advarte og sa til de hellige at første skritt på veien til frafall er å miste tilliten til Kirkens ledere.⁷

Nesten all negativ litteratur om Kirken er basert på løgner om Joseph Smiths karakter. Fienden arbeider hardt for å bringe Joseph i vanry fordi gjenopprettelsens budskap avhenger av profetens beretning om det som skjedde i Den hellige lund. Djevelen arbeider hardere i dag enn noen sinne for å få medlemmene til å sette spørsmålstegn ved sitt vitnesbyrd om gjenopprettelsen.

I begynnelsen av vår evangelieutdeling var det mange prestedømsbrødre som dessverre ikke holdt seg lojale mot profeten. En av dem var Lyman E. Johnson, som ble utelukket for syndig adferd. Han beklaget senere at han hadde forlatt Kirken: "Jeg ville latt min høyre arm bli hugget av om jeg kunne tro det igjen. Da var jeg full av glede og lykke. Mine drømmer var behagelige. Når jeg våknet om morgenen var jeg munter. Jeg var lykkelig dag og natt, full av fred, glede og takknemlighet. Men nå er det det ytterste mørke, smerte, sorg og elendighet. Jeg har aldri siden hatt et lykkelig øyeblikk."⁸

Tenk på disse ordene. De står som en advarsel til alle medlemmer av Kirken.

Jeg er konvertitt til Kirken. Jeg ble døpt da jeg var en 23 år gammel ung enslig voksen som studerte medisin

i Arizona, USA. Jeg har selv opplevd hvordan Satan arbeider med undersøkere for å forvirre dem og ta motet fra dem når de søker sannheten.

I hele min ungdom hadde jeg sett eksempler fra siste-dagers-hellige venner. Jeg var imponert over måten de levde på. Jeg bestemte meg for å lære mer om Kirken, men jeg ønsket ikke å fortelle noen at jeg studerte mormonismen. For å unngå press fra vennene mine, bestemte jeg meg for å gjøre min gransking til en privatetterforskning.

Dette var mange år før Internett, så jeg gikk til folkebiblioteket. Jeg fant et eksemplar av Mormons bok og en bok som heter *Et underlig og forunderlig verk*, av eldste LeGrand Richards (1886-1983) i De tolv apostlers quorum. Jeg begynte å lese disse bøkene med et sterkt ønske, og jeg fant dem inspirerende.

Mens min ånd lengtet etter å lære mer, begynte Satan å hviske i øret mitt.

Han fortalte meg at for å være helt objektiv, måtte jeg lese det som ble skrevet av Kirkens kritikere også. Jeg dro tilbake til folkebiblioteket og begynte å lete litt. Ganske riktig fant jeg en bok som forsøkte å bringe profeten Joseph i vanry.

Å lese denne boken som var så negativ til Kirken, forvirret meg. Jeg mistet den gode ånden og innflytelsen som hadde veiledet min gransking. Jeg ble frustrert og var nær ved å oppgi min søken etter sannheten. Jeg ba om et svar mens jeg leste anti-mormon-litteratur!

Til min overraskelse fikk jeg en telefon fra en venn fra high school som studerte ved Brigham Young University. Hun inviterte meg til å komme og besøke henne i Utah, og lovet at jeg ville elske den naturskjønne reisen. Hun hadde



ingen anelse om at jeg i hemmelighet studerte Kirken hennes.

Jeg takket ja til invitasjonen. Min venn foreslo at vi skulle dra til Salt Lake City for å besøke Temple Square. Hun ble overrasket over min entusiastiske reaksjon. Hun hadde ingen anelse om hvor interessert jeg var i å få vite sannheten om Joseph Smith og gjenopprettelsen.

Misjonærsøstrene på Temple Square var veldig hjelpsomme. Uten å vite det besvarte de mange av spørsmålene mine. Deres vitnesbyrd påvirket meg til å "tvil[e] på [min] tvil",⁹ og min tro begynte å vokse. Kraften i et dyptfølt vitnesbyrd kan ikke overvurderes.

Djevelen angriper alle, men spesielt dem som har størst mulighet til å oppnå evig lykke.

Min venn bar også vitnesbyrd for meg og oppfordret meg til å be og spørre Gud om Kirken var sann. På den lange kjøreturen tilbake til Arizona begynte jeg å be i tro – for første gang “av et oppriktig hjerte, med ærlig hensikt” (Moroni 10:4). På et eller annet tidspunkt under reisen virket det som om hele bilen min lyste opp. Jeg lærte selv at lyset kan fortrenge mørke.

Etter at jeg hadde bestemt meg for å bli døpt, mønstret djevelen en siste kamp. Han arbeidet med familien min, som gjorde alt som sto i deres makt for å ta motet fra meg, og de nektet å overvære dåpen.

Jeg ble døpt uansett, og etter hvert ble de mildere stemt. De begynte å hjelpe meg å granske min slektshistorie. Noen år senere døpte jeg min yngre bror. Vennen som inviterte meg til å besøke henne i Utah, er nå min hustru.

4. Motløshet. Satan bruker effektivt dette virkemiddelet på de mest trofaste hellige når alt annet mislykkes. Når jeg begynner å føle meg motløs, hjelper det meg bare å erkjenne hvem som prøver å trykke meg ned. Dette gjør meg sint nok til å få opp humøret – bare for å trosse djevelen.

For mange år siden holdt president Benson en tale med tittelen “Bli ikke fortvilet”. I denne skarpsindige talen advarte han og sa: “Satan [arbeider] stadig mer iherdig for å beseire de siste-dagers-hellige med fortvilelse, motløshet, håpløshet og nedtrykthet.”¹⁰ President Benson oppfordret Kirkens medlemmer til å være på vakt, og han ga 12 realistiske forslag for å bekjempe motløshet.

Forslagene hans omfatter å utføre tjeneste for andre, arbeide hardt og unngå lediggang, ha gode helsevaner, noe som omfatter å trene og spise mat i sin naturlige tilstand, søke en prestedømsvelsignelse, lytte til inspirerende musikk, telle våre velsignelser og sette oss mål. Og fremfor alt, slik Skriftene lærer oss, skulle vi alltid be slik at vi kan overvinne Satan (se L&p 10:5).¹¹

Satan skjelver når han ser

*Den svakeste av de hellige på sine knær.*¹²

Det er viktig å vite at det onde har sine grenser. Guddommen setter disse grensene, og Satan får ikke lov til å krysse dem. Skriftene forsikrer oss for eksempel om at “Satan har ikke fått makt til å friste små barn” (L&p 29:47).

En annen viktig begrensning er at Satan ikke kjenner våre tanker med mindre vi forteller ham om dem. Herren forklarte: “Det er ingen, uten Gud, som kjenner dine tanker og ditt hjertes hensikter” (L&p 6:16).

Kanskje dette er grunnen til at Herren har gitt oss bud som “Knurr ikke” (L&p 9:6) og “Du skal ikke tale ondt om din neste” (L&p 42:27). Hvis du kan lære å holde din tunge i tømme (se Jakobs brev 1:26), vil du unngå å gi for mye informasjon til djevelen. Når han hører knurring, klaging og kritikk, tar han omhyggelige notater. Dine negative ord avslører dine svakheter for fienden.

Jeg har godt nytt til deg. Guds hærstyrker er større enn Lucifers. Du ser deg kanskje rundt og tenker: “Verden blir stadig mer ugudelig. Satan må være i ferd med å vinne krigen.” La deg ikke lure. Sannheten er at vi er flere enn fienden. Husk at to tredjedeler av Guds barn valgte Fadrens plan.

Brødre og søstre, sørg for at dere kjemper på Herrens side. Sørg for at dere bærer Åndens sverd.

Jeg ber om at dere på slutten av livet kan si som Apostelen Paulus: “Jeg har stridd den gode strid, fullendt løpet, bevart troen” (2 Timoteus 4:7). ■

NOTER

1. Veiledning til Skriftene, “Lucifer”, scriptures.lds.org.
2. Ezra Taft Benson: “Vær på vakt mot stolthet”, *Lys over Norge*, juli 1989, 3.
3. *Discourses of Brigham Young*, red. John A. Widtsoe (1954), 72.
4. Se Francis M. Gibbons, *Heber J. Grant: Man of Steel, Prophet of God* (1979), 35-36.
5. Se for eksempel Dieter F. Uchtdorf, “Du er betydningsfull for Ham”, *Liahona*, nov. 2011, 20; Gordon B. Hinckley, “Tiden vi lever i”, *Liahona*, jan. 2002, 86.
6. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Smith* (2007), 448.
7. Se *Læresetninger – Joseph Smith*, 318.
8. Lyman E. Johnson, i Brigham Young, *Deseret News*, 15. aug. 1877, 484.
9. Dieter F. Uchtdorf, “Kom og bli med oss”, *Liahona*, nov. 2013, 23.
10. Ezra Taft Benson, “Bli ikke fortvilet”, *Lys over Norge*, feb. 1975, 42.
11. Se Ezra Taft Benson, “Bli ikke fortvilet”, 42-43.
12. William Cowper, i Robert Andrews, red., *The Concise Columbia Dictionary of Quotations* (1987), 78.

PORTRETTER AV TRO

Skaidrīte er en av de lykkeligste personer jeg noensinne har møtt. Livet hennes synes å være ideelt. Men som barn bodde hun sammen med sin alkoholisererte mor, som var ute av stand til å ta vare på henne og søsteren hennes. Skaidrīte holdt søsterens hånd da hun døde av sult. Etter at Skaidrīte fylte 8 år, bodde hun i en rekke fosterhjem. Hun ble sparket, slått og nektet å be. Hun ble behandlet som en slave. I årenes løp vurderte hun selvmord.

På leting etter håp kom Skaidrīte mange år senere inn i et av Kirkens møtehus.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

Skaidrīte Bokuma

Liepāja, Latvia

“En misjonærssøster møtte meg og smilte. Jeg trodde hun var en engel. Siden den dagen har livet mitt forandret seg. Det er nå 17 år siden, og alle tanker om å avslutte livet mitt har forsvunnet. I dag er jeg positiv. Når jeg har byrder, overlater jeg dem til Gud. Jeg har lært å stole på ham for alt. Livet er vakkert for meg.”

For å lære hvordan du kan gjenkjenne og hjelpe dem som kanskje vurderer selvmord, gå til lds.org/go/41739.





VÆR SÅ VENNLIG Å IKKE SPILLE DEN SANGEN

For en tid siden bodde min familie og jeg i Veracruz, Mexico, hvor barna mine gikk på barneskolen. Hver morgen når jeg hjalp mine tre barn å gjøre seg klar til skolen, hørte vi på radio – den mest populære kanalen i byen – et svært hyggelig program som ble ledet av en ung mannlig programleder.

Vi begynte å høre en veldig fengende sang. Da jeg begynte å høre bedre etter på teksten, innså jeg at selv om det som ble sagt ikke var vulgært, så var det insinuerende og grovt.

Jeg sa bestemt til barna: “Vi kan ikke høre på den slags språk.” De hørte kanskje ikke engang etter på teksten, men de fulgte nok med til å nynne melodien.

De så meg skru ned volumet på stereoanlegget, og spurte meg hva jeg gjorde. “Jeg skal be programlederen om å fjerne den sangen fra programmet.” Deres forbauselse oppmuntret meg til å gå videre med saken.

De kunne ikke tro det, og det kunne heller ikke jeg, men jeg tok telefonen og ringte radiokanalen. Jeg forventet ikke å få svar, men til min overraskelse svarte den samme programlederen vi nettopp hadde hørt på programmet, nesten umiddelbart.

Jeg sa at jeg ikke likte at han spilte den sangen, ettersom mange familier

Da vi hørte en veldig fengende sang på radioen, begynte jeg å høre bedre etter på teksten.

hørte på radioen på den tiden om morgenen. Han spurte hva jeg ville foreslå å erstatte den med, men hans oppførsel var så høflig at jeg bare ba ham om å ikke spille den sangen i tiden da barna var hjemme.

Jeg fant aldri ut om samtalen min gikk på lufta, men jeg var bare takknemlig for at programlederen hadde lyttet. Og de neste dagene skjønte jeg at han hadde tatt hensyn til anmodningen min.

Denne opplevelsen bekreftet for meg at vi må være tapre når vi har mulighet til å ta avgjørelser, og gjøre det som er nødvendig for å beskytte våre barn mot negative innflytelser. Når vi gjør det, kan Den hellige ånd fortsette å være vår faste følgesvenn. ■
Maria Hernandez, Texas, USA



DEN BORTKOMNE LOMMEBOKEN

Jeg flyttet nylig, og ba noen av Kirkens medlemmer om hjelp med et prosjekt i huset mitt. Midt i prosjektet dro jeg for å kjøpe noen materialer vi trengte for å bli ferdige. Da vi var ferdige med prosjektet, innså jeg at jeg ikke hadde lommeboken min. Jeg fikk panikk fordi lommeboken inneholdt alle mine personlige dokumenter og penger jeg hadde fått av en kunde den dagen. Jeg gikk tilbake til der jeg hadde handlet, men uten hell. Jeg dro hjem og lette for å se om jeg hadde mistet den et eller annet sted, men jeg kunne fortsatt ikke finne den. Jeg begynte å overveie muligheten for at jeg kunne bli nødt til å skaffe nye kopier av alle dokumentene. Før jeg dro hjemmefra, spurte en venn meg så: "Har du bedt ennå?"

Jeg tenkte umiddelbart: "Selvfølgelig har jeg bedt!"

Men i virkeligheten hadde jeg ikke bedt med ærlig hensikt. I stedet ønsket jeg å påtvinge min himmelske Fader min vilje, og på en eller annen måte gjøre det til hans plikt å hjelpe meg å finne lommeboken. Men så husket jeg skriftstedet i Jesaja 55:8: "For mine tanker er ikke deres tanker, og deres veier er ikke mine veier, sier Herren."

På søndag gikk jeg i kirken, og et medlem som hadde vært sammen med meg dagen før, fortalte meg at han



Jeg ba vår himmelske Fader om å besvare vår bønn for å styrke min hustrus og mine barns tro.

hadde bedt inderlig til vår himmelske Fader om at jeg måtte finne lommeboken. Han sa han hadde følt at jeg ville finne den. Senere, da jeg satte meg ned for mitt personlige studium, begynte jeg å lese boken *Receiving Answers to Our Prayers* [Hvordan vi kan få svar på våre bønner] av eldste Gene R. Cook, emeritusmedlem av De sytti. På første side sto det en historie om et problem som var identisk med mitt: Eldste Cooks sønn hadde mistet lommeboken sin, og familien kom sammen og ba til Herren om at de måtte finne den.

Etter å ha lest om denne opplevelsen, omsatte jeg det jeg lærte i handling, og samlet min hustru og mine barn. Vi dannet en sirkel, og hver av

oss holdt en bønn hvor vi tryglet Herren om å hjelpe oss å finne lommeboken hvis det var hans vilje.

Jeg hadde tidligere vært vitne til bønnens kraft, men etterpå, mens jeg ba alene, ba jeg min himmelske Fader om å besvare vår bønn for å styrke min hustrus og mine barns tro.

Dagen etter ringte en mann meg. Han sa han hadde funnet lommeboken, med pengene. Jeg gråt som et barn fordi bønnen min ble besvart og familiens tro ble styrket.

Jeg vet at vår himmelske Fader, selv med så mange barn å ivareta, svarer hver enkelt av oss i sin beleilige tid og på sin måte. ■

Luiz Marcelino, Goiás, Brasil

REDDET I FOAJEEN

Min mann er ofte nødt til å jobbe på søndager, og jeg blir alene om ansvaret for å få våre fire sønner til kirken. En søndag under nadverdsmøtet var mine to smårollinger på kant med hverandre. Hvis jeg fikk én av guttene interessert i en bok, ville broren hans ha den. Jeg prøvde snacks, leker og fargelegging, men ingenting hjalp. Jeg var overveldet av guttene mine, som ikke syntes å kunne sitte stille i en time.

Jeg tok en liten leke opp av vesken min og ga den til ettåringen. Umiddelbart kom det et skrik fra treåringen, Tyson, idet han overfalt sin yngre bror for å prøve å ta leken. Jeg følte meg ydmyket da jeg bar to skrikende, kranglende smågutter ut i foajeen.

Ansiktet mitt ble umiddelbart vått av varme tårer. Hvorfor måtte dette være så vanskelig? Jeg gjorde det vår himmelske Fader ønsket at jeg skulle gjøre ved å ta familien min med til kirken, ikke sant? Men jeg taklet det ikke lenger. Det var slit-somt og pinlig å kjempe med guttene mine gjennom nadverdsmøtet alene hver uke. Jeg ønsket å aldri komme tilbake.

Jeg satt bare med disse tankene i ca 15 sekunder, før en søster jeg knapt nok kjente, kom ut i foajeen etter meg. Hun het søster Beus. Hun pleide å sitte alene, ettersom mannen hennes

Jeg var overveldet av guttene mine, som ikke syntes å kunne sitte stille i en time.



ILLUSTRASJON: ALLEN GARRIS

var i biskopsrådet og barna hennes var voksne. Hun sa: "Du er alltid her alene! Jeg kan se at du prøver så hardt. Kan Tyson sitte sammen med meg?" Jeg visste ikke hva jeg skulle si! Jeg bare nikket da hun tok ham i hånden og ledet ham, nå rolig og glad, inn i kirkesalen igjen.

Jeg tørket tårene, løftet opp minstemann og gikk ydmykt inn igjen i kirkesalen for å nyte resten av møtet i fred.

Neste søndag da vi kom inn på nadverdsmøtet, lette Tyson etter sin nye venn. Om kvelden ba han: "Takk, himmelske Fader, for søster Beus. Jeg er så glad i henne!"

Det har gått over tre år, og Tyson leter fortsatt ofte etter søster Beus i kirkesalen. I fjor ble hun kalt som Tysons Primær-lærer. Han var den lykkeligste gutten i verden.

Jeg er så takknemlig for søster Beus og hennes villighet til å vise kjærlighet og tjene andre. Jeg vet at vi kan være til velsignelse for andre når vi utfører tjeneste slik Frelseren gjorde. ■

Kristi Lewis, Utah, USA

FERDIG!

Under mine intervjuer som biskop en søndag ettermiddag, fikk jeg gleden av å sitte ned sammen med en god venn for å snakke om noen utfordringer han sto overfor. Etter å ha lyttet til bekymringene hans i noen minutter, følte jeg at det han trengte var å lese Skriftene regelmessig. Jeg ble også påminnet om at jeg som hans biskop, også burde studere Skriftene oftere, noe jeg hadde slitt med. Så jeg foreslo at vi skulle bli "ansvarlighetspartnere" for å gjøre vårt beste med å studere mer regelmessig.

Hver dag etter at vi hadde lest i Skriftene, sendte vi SMS til hverandre med ordet *Ferdig!* Å vite at en annen ventet på å få høre hvorvidt den andre hadde fullført sin lesning for dagen, var en sterk motivasjon for oss begge. Hvis en av oss hadde glemt det, ble SMS-en en påminnelse. Hvis den andre ikke sendte SMS, maste vi ikke på hverandre. Vi lot hverandre ta denne utfordringen uten å prøve å gi den andre dårlig samvittighet.

Det er nå seks måneder siden vi startet utfordringen, og jeg kan ikke huske

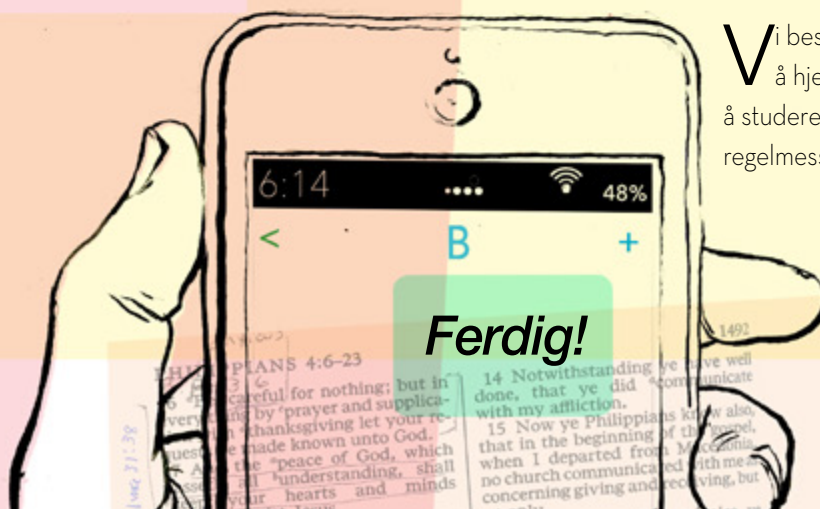
en dag da vi ikke har lest i Skriftene.

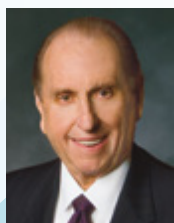
Denne mannen reiste seg under faste- og vitnesbyrds møtet for noen måneder siden og bar sitt vitnesbyrd om den positive innflytelsen daglig studium av Skriftene hadde på ham og familien hans.

Jeg er takknemlig for ham og vennskapet med ham, så vel som de daglige tekstmeldingene. Jeg har sett hvordan teknologi kan forbedre vårt liv når den brukes riktig. Jeg er også takknemlig for Skriftene og hvordan de vitner om Kristus. Jeg vet at Frelserens sonoffer gjør det mulig for hver enkelt av oss å komme tilbake for å bo hos ham en dag. ■

Alex Whibley, British Columbia, Canada

Vi bestemte oss for å hjelpe hverandre å studere Skriftene mer regelmessig.





DIN PERSONLIGE LIAHONA

“Din velsignelse skal ikke brettes pent sammen og stikkes unna. Den skal ikke rammes inn eller offentliggjøres. Den skal leses. Den skal skattes. Den skal etterleves. Din patriarkalske velsignelse vil lede deg gjennom den mørkeste natt. Den vil lede deg gjennom livets farer... Din patriarkalske velsignelse er en personlig Liahona som vil stake ut kursen og lede din vei.”

President Thomas S. Monson, “Din patriarkalske velsignelse: En lysets Liahona,”
Lys over Norge, jan. 1987, 55.

Forstå din patriarkalske velsignelse

Av Allie Arnell og Margaret Willden

Livet er fullt av ukjent farvann: *Hvor skal jeg gå på skole? Hva skal jeg studere? Skal jeg reise på misjon? Hvem skal jeg gifte meg med?* Hvis du fikk et personlig kart for å navigere gjennom livets avgjørelser, ville du følge det?

Vår himmelske Fader og Jesus Kristus har gitt oss et slikt kart – vår patriarkalske velsignelse – for å gi oss veiledning i vårt liv. Selv om vi har fått handlefrihetens gave til å ta beslutninger av egen fri vilje, kan patriarkalske velsignelser kaste lys over hvilke veier som vil gjøre oss mest lykkelige.

Men det er ikke nok bare å ha et kart. Vi må studere, forstå og anvende betydningen i kartet. Når du lærer å forstå språket som er anvendt i din Patriarkalske velsignelse – din egen personlige rettesnor i livet – vil du kunne forstå hvem du er i Guds øyne og hva du kan bli.

Oppdag din slektslinje

Først og fremst erklærer din patriarkalske velsignelse din slektslinje, eller hvilken av Jakobs (som senere ble kalt Israel) tolv stammer du tilhører. Selv om ikke alle er direkte etterkommere av Jakob, lærer Skriftene oss at Kirkens medlemmer blir adoptert inn i Israels hus: “For så mange som tar imot dette evangelium, skal kalles etter ditt navn og skal regnes til din ætt, og de skal stå frem og velsigne deg som sin far” (Abraham 2:10).

Shelisa Schroepel fra Utah sier: “Å vite at jeg tilhører Jakobs hus hjelper meg å forstå min hensikt i dette liv og hvorfor jeg blir kalt til bestemte kall i Kirken.”

Din patriarkalske velsignelse kan også beskrive eventuelle velsignelser som er gitt din bestemte stamme. Det er for eksempel mange medlemmer av Kirken som tilhører Efraims stamme, en stamme som har det unike ansvaret å spre budskapet om det gjengitte



Å skille velsignelsens forskjellige deler fra hverandre kan hjelpe deg å finne veiledning for livet ditt.

evangelium i verden (se 5 Mosebok 33:13-17; L&p 133:26-34).

Finn personlig veiledning

Når det brukes riktig, kan et kart hjelpe en reisende å ikke gå seg vill. På lignende måte kan din patriarkalske velsignelse gi deg råd og veiledning for din jordiske reise. Din patriarkalske velsignelse forteller deg



TIPS FOR STUDIUM

- Finn råd, advarsler, talenter og løfter i din patriarkalske velsignelse. Be om hvordan de kan gjelde for deg der du nå befinner deg i livet.
- Studer velsignelsen grundig og ofte gjennom hele livet. Samme setning kan ha flere betydninger for deg til forskjellige tider.
- Husk at en patriarkalsk velsignelse ikke nevner alle aspekter av livet ditt. Selv om et viktig mål ikke er nevnt i velsignelsen, kan det likevel være en viktig ting å strekke seg etter.
- Vær lydlig mot evangeliet. Velsignelsene i din patriarkalske velsignelse er betinget av din rettskaffenhet.
- Sett deg som mål å søke de evner og utvikle de talenter som er nevnt i velsignelsen.
- Reflekter over hvor du er på vei i livet og hvor du til slutt ønsker å komme. Hvordan samsvarer målene dine med din patriarkalske velsignelse?
- Vurder å ta en kopi av din patriarkalske velsignelse som du kan bruke til å studere. Du kan skrive ned innsikt, markere ord som skiller seg ut og notere skriftsteder som er relevante for din velsignelse.

ikke bare hva du skal gjøre, men kan gi deg personlig innsikt om hvilke veier – hvis de følges i tro – som kan hjelpe deg å vite når du innretter ditt liv etter vår himmelske Faders vilje. Når du studerer din patriarkalske velsignelse og prøver å leve på en måte som innbyr Herrens ånd, kan du finne trygghet, glede og veiledning.

Gabriel Paredes fra Lima i Peru sier: “Noen av rådene som ble gitt meg i velsignelsen min, har jeg først vært i stand til å anvende fullt ut sammen med familien min etter at jeg ble beseglet til min hustru.

Vi hadde nylig lurt på hva vi kunne gjøre for å styrke og bygge opp vår nye familie. Spørsmålet vårt ble besvart gjennom min patriarkalske velsignelse. I den blir jeg rådet til å prioritere respekt, toleranse og kjærlighet i familien, fordi dette er noen av de viktigste grunnprinsippene i Jesu Kristi evangelium.

Når vi har fokusert på dette, har min hustru og jeg vært i stand til å overvinne problemer. Vi har fortsatt sporadiske utfordringer som familie, men vi er lykkelige. Jeg følte at Herren minnet meg på hvordan jeg kunne ha den familien han lovet meg. Jeg vet at Herren taler gjennom patriarkalske velsignelser, og at rådene i dem skal brukes i vårt liv.”

Lytt til formaninger

Et kart vil ikke nødvendigvis merke alle farer på veien, men heldigvis gir

patriarkalske velsignelser ofte advarsler for å beskytte oss på veien. Noen av disse formaningene bidrar til å beskytte oss mot Satans innflytelse. Andre kan opplyse oss med hensyn til hvordan vi kan overvinne det naturlige mennesket i oss.

For Caitlin Carr fra Utah var noen av formaningene i hennes patriarkalske velsignelse ikke helt lette å forstå i første omgang, men senere studium av velsignelsen ga ny innsikt.

“Da jeg fikk min patriarkalske velsignelse, ble jeg advart mot personer som ville prøve å trekke meg bort fra sannheten ved overtalelse. Jeg tenkte ikke så mye over det. Jeg hadde sterk tro på det jeg hadde lært.

Men året etter ble jeg konfrontert med oppfatninger og filosofier som, på overflaten, virket rotfestet i rettferdighet og kjærlighet, selv om de ikke var det. Disse budskapene syntes å komme fra alle kanter – media, skolen og til og med nære venner. Selv om jeg visste at disse filosofiene var i strid med Guds plan, følte jeg et ønske om å støtte både disse nye verdslige tankene og Kirken. Jeg skjønnte snart at ‘ingen kan tjene to herrer’ (Matteus 6:24) og at jeg ikke burde stole på menneskers visdom. Vår himmelske Fader avklarte min tvil ved hjelp av Skriftene og talte fred til mitt sinn og hjerte. Som følge av dette, har mitt vitnesbyrd blitt styrket og jeg har blitt bedre til å forsvare det som jeg vet er sant.”

Utvikle evner og talenter

Din patriarkalske velsignelse kan også nevne åndelige evner og talenter som Herren har gitt deg for å bygge opp hans rike. Hvis velsignelsen din nevner et talent som er ukjent for deg, kan dette være fordi du ennå ikke har fått anledning til å oppdage eller utvikle dette talentet. Ved å søke flittig og med Herrens hjelp, kan du utvikle dette talentet og mange flere.

Å utvikle dine talenter hjelper deg å bli klar over de unike tingene du bidrar til Herrens verk med. Johanna Blackwell fra California tenker over evnene og talentene i sin velsignelse når hun føler seg fristet til å sammenligne seg med andre: "Når jeg ser over ordene i min patriarkalske velsignelse, tenker jeg at jeg har blitt velsignet med evner jeg personlig har trengt for å overvinne prøvelser og delta i å fremskynde Herrens verk.

Velsignelsen min forteller meg om min evne til å vise kjærlighet, tilgi og ha mot til å omgås andre rundt meg. Når jeg har anvendt disse evnene, har Herren velsignet meg med et større ønske om å møte og få kontakt med nye mennesker og kulturer. Derfor har mitt vitnesbyrd om at vi alle er barn av en kjærlig himmelsk Fader vokst, og jeg har vært i stand til å tjene andre idet vi alle ønsker å bli mer lik Kristus."

Søk lovede velsignelser

Til slutt forteller vår patriarkalske velsignelse oss om vår himmelske Faders lovede velsignelser til oss hvis vi holder oss trofaste mot ham. Det er ingen garanti om når disse løftene blir oppfylt, men vi kan vite at så lenge vi lydig etterlever evangeliet, vil de bli oppfylt, enten i dette liv eller neste.

Sergio Gutierrez fra Nevada stoler på et løfte i sin patriarkalske velsignelse når han føler seg bekymret for

sine fremtidige karriereplaner: "Noen ganger blir jeg engstelig med hensyn til usikkerheten i min fremtid, men det er et løfte i min patriarkalske velsignelse som alltid beroliger meg. Dette løftet hjelper meg å vite at så lenge jeg arbeider hardt og holder meg trofast, vil jeg ha de nødvendige ressursene til å kunne forsørge min familie og bygge opp Kirken. Jeg vet ikke nøyaktig hvilken karrierevei jeg ønsker å ta ennå, men å ha dette løftet gir meg tro og optimisme."

Hvis du noen gang har lurt på hva vår himmelske Faders vilje er for deg, er du ikke alene. Herren forsto at du ville stå overfor mange forskjellige veier du kunne følge i livet, så han har gitt deg et personlig kart for å holde deg på linje med hans evangelium. Patriarkalske velsignelser kan ikke ta våre avgjørelser for oss, men de kan lede oss til vår egen personlige åpenbaring. Gjennom vår patriarkalske velsignelse blir vi vist hvordan vi passer inn i Herrens plan for å samle Israel ved å finne ut hvilken stamme vi tilhører. Vi får personlig veiledning, formaninger og løfter, og vi blir undervist om de unike evnene og talentene vår himmelske Fader har gitt oss for å tjene ham. Så lenge du prøver å leve i samsvar med alle disse elementene av din egen patriarkalske velsignelse, kan du vite at dine avgjørelser har vært innenfor Herrens vilje for deg. ■

Artikkelforfatterne bor i henholdsvis Illinois og New York.



Herren har gitt deg et personlig kart for å holde ditt liv på linje med hans evangelium.

Forberedelse • til en ny reise

Av Karina Martins
Pereira Correia de Lima

Uken før min vielse og tempelbesegling begynte jeg å bli litt nervøs for alt jeg måtte gjøre før jeg kunne stifte min nye familie. Til tross for all gleden i dette øyeblikket, var jeg stresset med hensyn til å organisere våre nye rutiner, få økonomien i orden, finne lagringsplass til eiendelene våre, og alle mine nye ansvarsoppgaver som hustru. Jeg ønsket å sørge for at vi startet vårt ekteskap på riktig måte ved å gjøre plass i våre aktiviteter til viktige ting som å holde budene og tilbringe tid sammen som mann og hustru, til tross for vårt travle liv.

Da bryllupsdagen nærmet seg, ble jeg overrasket over en rekke mareritt om allverdens vanskeligheter som kunne ramme en familie. Fordi jeg kommer fra en kjærlig, men prøvet

familie, truet av stadige og intense krangler og knuste hjerter, påvirket de vonde drømmene meg mer enn de burde ha gjort. Så én natt, etter flere andre som den, våknet jeg våt av svette og bestemte meg for å følge rådet som søster Neill F. Marriott, annenrådgiver i Unge kvinners generalpresidentskap, ga i sin tale “Vi må gi oss hen til Gud” (*Liahona*, nov. 2015, 30-32). Jeg lukket øynene og ba: “Kjære himmelske Fader, hva kan jeg gjøre for å holde disse dårlige tingene borte fra familien min?”

Svaret slo meg like fort og sterkt som om noen hadde åpnet en dør til hodet mitt og satt tanken der. Den milde, lave røsten tilskyndet meg: “Bare gjør det du skal gjøre. Vær trofast for hvert skritt.” Ånden hvisket noen konkrete råd, og jeg følte at hvis jeg gjorde disse tingene, ville alt gå bra.

I likhet med Nephi som seilte inn i det ukjente, måtte jeg utøve tro på Herren med hensyn til å stifte familie.

Jeg smilte og følte at brystet ble fylt med varme. Alle bekymringer ble plutselig borte, for jeg visste at det var sant. Jeg hadde følt Den hellige ånd før, men aldri så sterkt som jeg gjorde den kvelden. Jeg følte kjærlighet fra vår himmelske Fader og vår Frelser omslutte meg, og jeg visste at min families velvære



og frelse var like viktig for dem som for meg.

Som en ekstra forsikring kom jeg til å tenke på en historie fra Skriftene – øyeblikket da Herren beordret Nephi til å bygge et skip: “Og det skjedde at Herren talte til meg og sa: Du skal bygge et skip *på den måten som jeg skal vise deg*, så jeg kan føre ditt folk over disse vann” (1 Nephi 17:8; uthevelse tilføyd).

Nephi og hans familie hadde vært i ørkenen i mange år og utholdt alle slags prøvelser. Han kunne ha vært redd for å ta fatt på en reise over havet, og latt sin frykt bli sterkere enn sin tro. Men han gjorde ikke det. Han godtok og adlød Guds instruksjoner. Han hadde tro på at Hans løfter ville bli oppfylt. Herren fortalte aldri Nephi at det ikke ville oppstå stormer eller at bølgene ikke ville slå mot skipet. Han sa imidlertid til Nephi at hvis han fulgte hans veiledning, ville han være i stand til å lede sin familie trygt over havet til det lovede land.

Jeg innså at jeg også hadde reist gjennom en villmark i mange år,

men nå sto jeg ved havet og forbedte meg på en ny reise – ekteskap. Jeg har blitt kalt – og jeg tror det gjelder alle siste-dagers-hellige familier – til å bygge et skip ifølge Guds instruksjoner.

Da min mann og jeg hadde giftet oss, kom vanskelighetene. Jeg ble syk, og vi strevde med å holde økonomien i balanse og praktisere alle de gode vanene vi hadde bestemt oss for å følge.

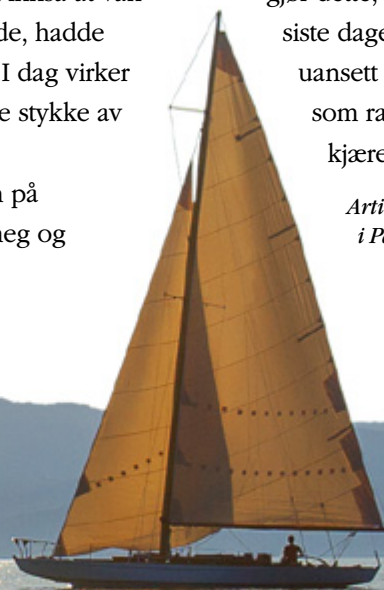
Men rådet jeg hadde fått den kvelden forble i mitt hjerte. Vi prøvde daglig å lære og samle Guds ord i vårt hjerte, å følge de gode eksemplene fra våre kjære ledere – deriblant Kristus – og å forbedre vår egen adferd. Jeg fikk et sterkere vitnesbyrd om bønn, og fikk virkelig smake Faderens kjærlighet til oss. Jeg begynte å ha større tillit og mindre frykt. Vi innså at vanskelighetene vi opplevde, hadde blitt steg til forbedring. I dag virker hjemmet vårt som et lite stykke av himmelen.

Vi er fortsatt i starten på vår reise, men å gifte meg og

stifte familie var det beste valget jeg noensinne har tatt. Mitt hjerte er fylt av glede når jeg tenker på tempelordinansen vi har mottatt, og jeg vet at den ble beseglet ved Guds myndighet. Jo mer jeg forstår om hvor viktig familien er i vår himmelske Faders plan og hvor hellig pakten vi inngikk er, desto sterkere ønsker jeg å hjelpe andre familier å motta den samme ordinansen.

Jeg har lært at vi ikke trenger å bekymre oss for hva som kommer til å skje, fordi “Gud gav oss ikke motløshets ånd, men krafts og kjærlighets og sindighets ånd” (2 Timoteus 1:7). Vi trenger rett og slett bare å være lydige, følge instruksjonene som gis oss gjennom Skriftene og ordene til vår tids profeter, og be Gud om mer personlige instruksjoner. Hvis vi gjør dette, kan vi krysse disse siste dagers hav i visshet om at uansett hva slags problemer som rammer oss, vil våre kjære være trygge. ■

Artikkelforfatteren bor i Paraná i Brasil.



Hvordan kan jeg studere i **MITT SINN** og

Finn ut hva du kan gjøre når du har spørsmål.

Hva gjør du når du har spørsmål om noe doktrinært, historisk eller personlig? Hvordan kan du finne svar? Herren lover: “Jeg vil fortelle deg i ditt sinn og i ditt hjerte ved Den Hellige Ånd” (L&P 8:2). Hvordan bruker du ditt sinn og hjerte til å oppfatte inspirasjon? Her er noen forslag.

SINN

Studere, be, lytte

Eldste Robert D. Hales i De tolv apostlers quorum har sagt at når vi skal ta “viktige beslutninger... forventer vår himmelske Fader at vi bruker vår handlefrihet, studerer situasjonen i vårt sinn ifølge evangeliets prinsipper, og fremlegger en avgjørelse for ham i bønn” (“Den hellige ånd,” *Liahona*, mai 2016, 105).

Det samme gjelder et hvilket som helst spørsmål. Når du studerer, bør du be oppriktig om svarene du finner underveis. Den hellige ånd vil gi deg tilskyndelser – enten ved tanker, ord i ditt sinn eller andre personlige påminnelser – for å lede deg til ytterligere svar du trenger.

Bruk ressurser

Gransk Skriftene, herunder Veiledning til Skriftene og andre studiehjelpemidler. Du kan også granske andre ressurser fra Kirken som generalkonferansetaler, emner i evangeliet på LDS.org, Kirkens tidsskrifter, Joseph Smith Papers Project osv. (Du finner en liste over nyttige kirkeressurser på side 54.)

Snakk om det

Ikke vær redd for å be om hjelp. Eldste Ronald A. Rasband i De tolv apostlers quorum ga følgende oppfordring: “Jeg skal gi dere en utfordring... Tenk på noen [som kan hjelpe dere å finne svar] – en betrodd venn, foreldre, besteforeldre, lærer, en i biskopsrådet, [eller] rådgiver... – og dere trenger å få svar på disse spørsmålene” (Ansikt til ansikt-sending, 20. jan. 2016). Prøv det! Snakk med en du stoler på om dine spørsmål, og finn svar sammen.

Be

Lytt

Snakk

ILLUSTRASJON: JOSH TALBOT

med MITT HJERTE?

Studer

Studer

Be

Lytt

Tålmodighet



SVAR FRA GUD

“Å søke svar på oppriktige spørsmål er en viktig del av å bygge opp tro, og vi bruker både vårt intellekt og våre følelser. Herren sa: ‘Jeg vil fortelle deg i ditt sinn og i ditt hjerte’ [L&p 8:2]. Ikke alle svarene vil

komme umiddelbart, men de fleste spørsmål kan oppklares ved oppriktig studium og ved å søke svar fra Gud.”

Eldste Neil L. Andersen i De tolv apostlers quorum, “Tro kommer ikke ved en tilfeldighet, men ved valg,” *Liahona*, nov. 2015, 66.

HJERTE

Studere, be, lytte

Dette er viktige trinn for å tenke det ut med både sinn og hjerte. President Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap, sa: “Hvis dere vil gjenkjenne åndelige sannheter, må dere bruke de riktige redskapene. Dere kan ikke komme til forståelse av åndelige sannheter med redskaper som ikke kan finne dem” (“Motta et vitnesbyrd om lys og sannhet,” *Liahona*, nov. 2014, 22). Den hellige ånd er redskapet vi har til å lære åndelige ting. Så når du ber og lytter til Ånden, vil du med tiden være i stand til å finne svar.

Vær tålmodig

President Uchtdorf forklarte også: “Jo mer vi vender vårt hjerte og sinn til Gud, desto mer himmelsk lys faller på vår sjel... Gradvis blir det som før var uklart, mørkt og fjernt, klart, lyst og kjent for oss” (“Motta et vitnesbyrd om lys og sannhet,” 22). Det kan være en lang prosess å søke etter svar. Men hvis du er villig til å lytte til svarene, selv om det tar tid, vil du finne dem.

Øv på å gjenkjenne tilskyndelser

Jo oftere du gjenkjenner tilskyndelser og er villig til å handle når Ånden hvisker til hjertet ditt, desto lettere blir det å oppfatte andre tilskyndelser i fremtiden. Du kan “føle at det er riktig” eller oppleve at tankene “sløves” hvis det er galt (se L&p 9:8-9). Du kan også føle en mild påminnelse, en følelse av fred eller en annen følelse som er spesiell for deg. Herren kjenner deg, og han vet hvordan du vil forstå Ånden. Han vil gi deg kjærlig veiledning som er unik for deg. Så fortsett å lytte og fortsett å øve. ■

TILPASS *ditt* STUDIUM AV EVANGELIET

*Ta en titt på disse tipsene
for å studere evangeliet og
finne svar på dine åndelige
spørsmål.*

Av Bethany Bartholomew

Kirkens tidsskrifter

Hvordan studerer du når du leter etter svar på et åndelig spørsmål eller bare prøver å forstå Skriftene bedre? Jeg mener deg – personlig. Alle har forskjellige studievaner ved skolegang, men noen ganger glemmer vi at vi kan tilpasse vårt studium av evangeliet også. Neste gang du har et åndelig eller doktrinært spørsmål, kan du prøve noen av disse tipsene for å finne ut hva som kan fungere best for deg.



1. LAG NOE

Lag en liste, et diagram eller et kart. (Du finner et eksempel nedenfor.)

Lag et studienett. Skriv ned ord og tanker, og knytt dem så sammen med linjer og bobler for å vise hvordan de er forbundet.

LAG EN LISTE, ET DIAGRAM ELLER ET KART

Noen ganger er det nyttig å organisere tankene dine visuelt når du studerer evangeliet ved å sette dem i en liste, et diagram eller et kart av et eller annet slag. Her er et eksempel på et diagram man kan lage når man studerer Paulus' brev i Det nye testamente. Du kan lage en liste, et diagram eller kart i et hvilket som helst format som hjelper deg mest. Vær kreativ! Finn morsomme måter å organisere ditt studium av evangeliet på.

PAULUS' BREV			
BREV	SAMMEN MED EN LEDSAGER?	SKRIVER FRA...?	HOVEDTEMAER I BREVET
Eksempel: 1 Timoteus	Ikke nevnt	Laodikea (se notat på slutten av 1 Timoteus 6)	Sann lære, Frelseren, bønn, tro og nestekjærlighet, lederegenskaper, frafall, omsorg for de fattige, å holde seg trofast, unngå verdslig rikdom

2. SKRIV

Skriv ned tanker og inntrykk du får i løpet av ditt skriftstudium i en studiedagbok, og gjennomgå disse tankene ofte.

Skriv ned dine tanker og inntrykk etter at du har holdt bønn, selv om tilskyndelsen ikke har direkte tilknytning til emnet du studerer. Se hva Ånden lærer deg over tid.

Noter ned spørsmålene dine i en notatbok, på telefonen eller på en notisblokk ved sengen som en påminnelse og for å hjelpe deg å fortsette å tenke på det du lærer hver dag.



3. LYTT OG DISKUTER

Snakk med mor, far eller en betrodd leder. Finn ut av det sammen. Det kan ta litt tid, men dere vil begge vokse underveis.

Undervis en annen. Bytt på å dele hva dere *vet*. Snakk om det dere har lært av hverandre.

Lytt til Skriftene eller andre kirkehistorier og ressurser høyt.

4. GJØR UNDERSØKELSER

Gransk studiehjelpemidlene i Skriftene og på Internett (se en liste over nyttige kirkeressurser nedenfor).

Søk på LDS.org etter videoer og sanger om det du studerer.

Stud sammenhengene. Gransk historien eller kapitlene rundt temaet eller skriftstedet du studerer.



PÅ LDS.ORG

- Skriftene (scriptures.lds.org)
- Generalkonferansen (conference.lds.org)
- Emner i evangeliet (topics.lds.org)
- Tidsskrifter (liahona.lds.org)
- Kirkens historie (history.lds.org)
- Studiehjelpemidler (scriptures.lds.org)
- Leksjoner og undervisningsressurser (lds.org/go/41754a)
- Kirkens mediebibliotek (lds.org/media-library)
- Hjelp med utfordringer (lds.org/go/41754b)

LA STUDIEHJELPEMIDLENE HJELPE DEG

Det finnes en rekke verdifulle ressurser i Skriftene og på nettet for å hjelpe deg når du studerer viktige emner. Her er en liste over noen av ressursene som er tilgjengelig for deg, og hvor du finner dem:



I SKRIFTENE

- Veiledning til Skriftene
- Kronologisk oversikt over Bibelen (hendelser fra Det gamle og Det nye testamente satt i kronologisk rekkefølge med omtrentlig årstall)
- Harmonisering av evangeliene (historier om Frelseren fra evangeliene etter Matteus, Markus, Lukas og Johannes organisert etter hendelser, steder og omtrentlig årstall)
- Joseph Smiths oversettelse av Bibelen
- Kart og fotografier
- Oversikt over forkortelser



ANDRE RESSURSER PÅ INTERNETT

- Slektshistorie (familysearch.org)
- Mormon Channel (mormonchannel.org)
- Skriftsteder sitert på generalkonferansen (scriptures.byu.edu)
- Kirkens nyhetsredaksjon (mormonnewsroom.org)
- Misjonærarbeid og deling av evangeliet (mormon.org)
- Joseph Smith Papers Project (josephsmithpapers.org)

5. GJØR NOE

Rollespill historier fra Skriftene eller andre ressurser. Hvordan hjelper det å sette deg selv i vedkommendes sko deg å forstå det du studerer bedre? Hvordan ville lignende situasjoner i ditt liv se ut?

Lag en skriftstedkjede som forbin-der svar du finner i Skriftene. (Du finner et eksempel nedenfor.)

LAG EN SKRIFTSTUDIEKJEDE

Noen ganger er det nyttig å notere seg flere skriftsteder som handler om samme emne. Se Veiledning til Skriftene for å finne skriftsteder som handler om emnet du studerer. Deretter kan du bruke fotnoter og sammenhengen til å koble til skriftsteder med mer informasjon om det samme emnet. Skriv neste skriftsted i kjeden i margin i Skriftene ved det forrige skriftstedet og så videre. Du kan også søke etter konferansetaler om et bestemt emne for å hjelpe deg i din granskning (se emnelisten på conference.lds.org). Skriftstudiekjeden om emnet håp er et eksempel.

SKRIFTSTUDIEKJEDE

Skriftsteder om håp:



Taler om håp:

- Biskop Dean M. Davies, "Velsignelsene ved tilbedelse," generalkonferansen i oktober 2016.
- Eldste Paul V. Johnson, "Og døden skal ikke være mer," generalkonferansen i april 2016.
- President Dieter F. Uchtdorf, "Han vil løfte deg på sine skuldre og bære deg hjem," generalkonferansen i april 2016.
- Eldste L. Whitney Clayton, "Velg å tro," generalkonferansen i april 2015.
- President Boyd K. Packer (1924-2015), "Grunnen til vårt håp," generalkonferansen i oktober 2014.
- President Henry B. Eyring, "En uvurderlig arv av håp," generalkonferansen i april 2014. ■





Av eldste
Quentin L. Cook
 i De tolv apostlers
 quorum

HVORDAN DU KAN FINNE SANN FRED

Den himmelske ambisjon blant gode mennesker overalt, har vært og vil alltid være fred i verden. Vi må aldri gi opp dette målet. President Joseph F. Smith (1838-1918) sa imidlertid: “Denne fredens og kjærlighetens ånd kan aldri komme til verden... før menneskeheten vil motta Guds sannhet og Guds budskap... og anerkjenne hans makt og myndighet som er guddommelig.”

Vi håper og ber oppriktig om universell fred, men det er som enkeltpersoner og familier at vi oppnår den fred som er den lovede **belønning for rettskaffenhets**. Denne fred er en gave som loves oss på grunn av Frelserens misjon og sonoffer.

Fred er ikke bare sikkerhet eller mangel på krig, vold, konflikt og strid. Fred kommer av **å vite at Frelseren vet hvem vi er og ved at vi har tro på ham, elsker ham og holder hans bud**, på tross av og særlig midt i livets overveldende prøvelser og tragedier (se L&P 121:7-8).

“Hvor kan jeg finne fred? Hvem kan meg trøste når intet annet sted jeg kan bli hel?” (“Hvor kan jeg finne fred?” *Salmer*, nr. 92). **Svaret er Frelseren**, som er fredens kilde og opphavsmann. Han er “Fredsfyrsten” (Jesaja 9:6).

Å ydmyke oss for Gud, be alltid, omvende oss fra synder, gå ned i dåpens vann med et sønderknust hjerte og en angrende ånd og å bli Jesu Kristi sanne disipler, er dyptgripende eksempler på rettskaffenhets som blir belønnet med varig fred.

Kirken er et fristed hvor Jesu etterfølgere kan finne fred. Noen unge mennesker i verden sier at de er åndelige, men ikke religiøse. Å føle seg åndelig er et godt første skritt. Men det er i Kirken at vi får **samkvem, undervisning og næring ved Guds gode ord**. Ikke minst er det prestedømsmyndighet i Kirken som sørger for **hellige ordinanser og pakter**, og som binder familier



sammen, og kvalifiserer hver av oss til å vende tilbake til Gud Faderen og Jesus Kristus i det celestiale rike. Disse ordinansene gir fred fordi de er pakter inngått med Herren.

Templer er stedet hvor mange av disse hellige ordinansene finner sted, og er også et fredelig fristed fra verden. De som **besøker tempelområdet** eller deltar i åpent hus for templer, føler også denne freden.

Frelseren er kilden til sann fred. Selv med livets prøvelser vil et rettskaffent liv, på grunn av Frelserens forsoning og hans nåde, bli belønnet med fred i sinnet (se Johannes 14:26-27; 16:33). ■

Fra en tale ved generalkonferansen i april 2013.

Glemte bøker, husket vitnesbyrd

Alle stirret på meg. Kunne jeg forsvare Kirken med bare mitt enkle vitnesbyrd?

Av Abegail D. Ferrer

Ett år hadde jeg som mål om å forbedre min åndelige læring. Jeg hadde med meg Kirkens bøker, brosjyrer, håndbøker og Skriftene overalt, også på skolen, ettersom jeg hungret etter Guds ord. Men mine anstrengelser avtok da jeg ble opptatt med å studere til en prøve.

En dag ledet læreren en diskusjon der hun ba alle ikke-katolske elever i rommet om å reise seg. Jeg var den eneste siste-dagers-hellige i klassen. Seks andre elever reiste seg også.

Så ble vi spurt: Hvilken kirke tilhører du? Hvem grunnla den? Hvordan ble kirken din opprettet?

Jeg var den siste til å svare. Jeg ble nervøs da jeg innså at jeg ikke hadde med meg kirkebøkene mine, men jeg prøvde å huske det jeg hadde studert. Jeg kom til å tenke på et bibelvers:

“Sett din lit til Herren av hele ditt hjerte, og stol ikke på din forstand!

Kjenn ham på alle dine veier!
Så skal han gjøre dine stier rette”
(Ordspråkene 3:5-6).

Jeg sto frimodig foran klassen og glemte min frykt. Jeg sa at jeg er medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Jeg fortalte historien om en ung gutt, Joseph Smith, som

så Gud. Jeg hadde en brennende følelse i brystet, og tårene mine rant. Jeg fortalte at Kirken hadde blitt organisert 6. april 1830, og jeg vitnet om at en Guds profet hadde blitt kalt og at prestedømmet hadde blitt gjen-gitt. Jeg vitnet om at jeg visste at alt dette var sant.

De mange timene med studium av evangeliet hadde kommet til nytte. Det hadde hjulpet meg å forsvare min tro og dele evangeliet med andre. Jeg var stolt da fire av mine klassekamerater ble med meg til kirken noen uker senere.

Denne opplevelsen lærte meg hvor viktig et vitnesbyrd er. Først lurte jeg på hvorfor Herren ikke hadde tilskyn-det meg til å ta med bøkene mine den dagen. De ville ha hjulpet meg å gi fullstendige svar på spørsmålene jeg ble stilt. Men så innså jeg at vi ikke trenger å huske alt om Kirken eller være avhengige av henvisninger – vi skulle studere, etterleve og dele evangeliet med andre ved å stole på Den hellige ånd. Jeg hadde kanskje ikke bøkene mine, men jeg hadde mitt vitnesbyrd. ■

Artikkelforfatteren bor i Cagayan på Filippinene.



DE SÅ

HAM

Disse personene så faktisk den oppstandne Frelseren, men du kan også være et vitne om Kristus på din egen måte.

Hvordan tror du det ville være å se den oppstandne Frelseren? Hundrevis av mennesker på Jesu tid behøvde ikke å forestille seg det – de opplevde det. Skriftene forteller om minst et dusin nedtegnede tilfeller i Det nye testamentet, og flere andre i Mormons bok da den oppstandne Herren viste seg for folket. Disse personene var vitne til et av de største miraklene i historien – at Jesus Kristus overvant døden og gjorde det mulig for hver enkelt av oss å leve igjen. Ganske fantastisk, ikke sant?

Nøyaktig hva innebærer det så å være et vitne om Kristus? La oss se litt på noen av disse øyeblikkene i Skriftene og tenke etter hvordan vi, selv om vi ikke har sett ham fysisk, også kan være vitner om Kristus.

Maria Magdalena

Maria Magdalena var det første vitnet. Om morgenen søndagen etter korsfestelsen kom hun til graven sammen med noen andre kvinner for å salve Herrens legeme. Da Maria fant en tom grav, gråt hun. En mann nærmet seg henne bakfra og spurte: "Kvinne, hvorfor gråter du?" Tenk dere hvor overrasket hun ble da hun skjønte at det var Jesus som var oppstått fra de døde. (Se Johannes 20:1-18.)



VIMPEL © ISTOCK/GETTY IMAGES

To disipler på veien til Emmaus

Kleopas og en annen disippel gikk på veien til Emmaus da de fikk selskap av en fremmed. De kjente ikke igjen sin nye følgesvenn, men mens de spiste kveldsmåltidet sammen, brøt den fremmede brød. Da ble øynene deres åpnet, og de skjønnte at de hele tiden hadde gått sammen med Frelseren. "Brant ikke vårt hjerte i oss...?" spurte de hverandre, idet de grunnet på bekeftelsen de hadde følt på at han virkelig hadde vært sammen med dem. (Se Lukas 24:13-34.)



De ti apostlene

De to disiplene som hadde reist til Emmaus sammen med Kristus, vendte tilbake til Jerusalem og fortalte ti av apostlene om det de hadde opplevd. Mens de snakket sammen, viste Frelseren

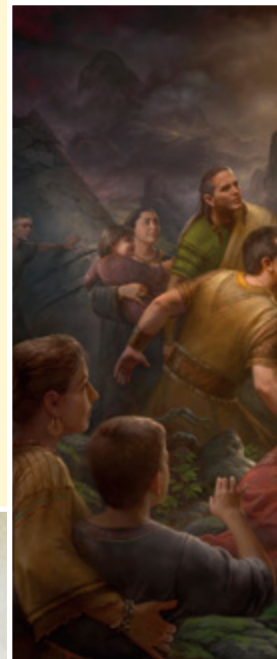
selv seg for dem og sa: "Se mine hender og mine føtter, at det er meg selv! Rør ved meg og se! For en ånd har ikke kjøtt og ben, slik dere ser at jeg har." (Se Lukas 24:36-41, 44-49.)

Apostelen Tomas

Apostelen Tomas var ikke tilstede første gang Frelseren viste seg for de andre apostlene, så han trodde ikke at Kristus var oppstanden. En uke senere viste Kristus seg igjen for apostlene. Denne gangen var Tomas der, og fordi han så Kristus, trodde han at han hadde oppstått. Frelseren advarte Tomas mot bare å tro etter å ha sett: "Fordi du har sett meg, tror du. Salige er de som ikke ser, og likevel tror." (Se Johannes 20:24-29.)



MALERI AV TOMAS: BRIAN CALL



De elleve apostlene ved Tiberias-sjøen

En dag ikke lenge etter oppstandelsen dro noen av apostlene ut for å fiske i Tiberias-sjøen, men hadde ikke mye hell med seg. Neste morgen viste Frelseren seg og rådet dem til å kaste garnet på høyre side av båten. Da de gjorde det, fikk de så mye fisk i garnet at de så vidt klarte å trekke det inn! Etter å ha spist sammen med dem, underviste Frelseren om hvor viktig det er å betjene andre, og sa: "Fø mine får." Apostlene skulle bruke resten av sitt liv til å gjøre nettopp det - undervise folket om Kristus - og i noen tilfeller ofret de livet for Kristi sak. (Se Johannes 21:1-22.)

DEN OPPSTANDNE KRISTUS VED TIBERIAS-SJØEN, AV DAVID LINDSLEY





ENHVRDE AV HOWARD LYON

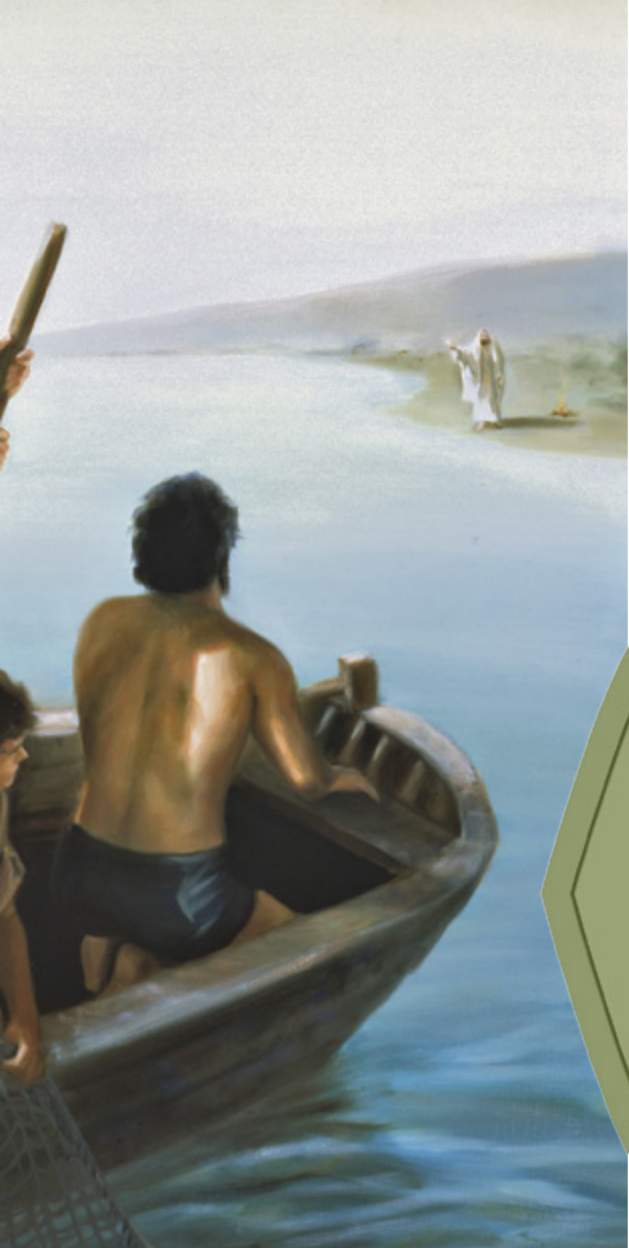
Nephittene i Amerika

Under korsfestelsen ble deler av det amerikanske kontinent herjet av jordskjelv, branner, andre naturkatastrofer og tre dager med mørke for å markere Frelserens død. Senere steg Kristus ned fra himmelen og besøkte en folkemengde på 2500 som var forsamlet i nærheten av templet i Bountiful. Han ba folket komme og kjenne på sårene i hans hender, føtter og side, holdt en preken og velsignet nephittenes barn én etter én. Enda flere strømmet til dagen etter, og Frelseren besøkte og underviste dem. Disiplene opprettet til slutt Kristi kirke, og nephittene fikk et så sterkt vitnesbyrd at de og lamanittene også ble omvendt til Herren. (Se 3 Nephi 11-18; se også 3 Nephi 8-10; 4 Nephi 1.)

Vitner da og nå

Kristus viste seg også for mange andre, blant annet flere kvinner som hadde kommet til graven for å hjelpe Maria Magdalena å salve Kristi legeme, en gruppe på over 500 menn, Jakob og Paulus. (Se Matteus 28:9; Apostlenes gjerninger 9:4-19; 1 Korinterbrev 15:6-7; se også 3 Nephi 19; 26:13.)

Vi vil kanskje ikke få anledning til å se Frelseren slik disse vitnene gjorde, men du kan likevel være et vitne om Kristus. Du kan selv søke Frelseren slik Maria gjorde da hun gikk til graven, ved å lære mer om ham. Eller du kan utøve din tro på ham ved å holde budene og følge profetenes råd. Eller du kan se Frelserens velsignelser i ditt liv, i likhet med de to disiplene som gikk til Emmaus. Denne påsken kan du tenke på hva det vil si å være et vitne om Kristus. Disse menneskene var øyenvitner som faktisk så den oppstandne Kristus – men det er ikke den eneste måten du kan være et vitne om ham på. ■



LÆR AV HAM

“Når du føler Den hellige ånds vitnesbyrd om ham, bekreftet og bekreftet igjen for vår ånd ved mange forskjellige anledninger og situasjoner, når du streber etter å holde oppe hans eksemplars lys i ditt liv dag for dag, og når du bærer vitnesbyrd for andre og hjelper dem å lære av og følge ham, er du et vitne om Jesus Kristus.”

Eldste D. Todd Christofferson i De tolv apostlers quorum, “Bli et vitne om Kristus,” *Liahona*, mars 2008, 63.

VÅR SPALTE

GUD GIR OSS VERKTØY

Min onkel er kunstner, og lager små treskip i glassflasker. Det krever mye tid, konsentrasjon og innsats å lage dem.

En dag så jeg alle verktøyene hans, og la merke til at hvert verktøy ble brukt til en bestemt detalj eller ornamentering på skipet. Når jeg så ham arbeide, ble jeg overrasket over hvordan han brukte verktøyene til å lage disse skipene. Det minte meg om historien om da Nephi bygget et skip (se 1 Nephi 17-18). Han bygget det på Herrens vis, ikke menneskers vis. Gud gir oss verktøy for å bygge våre egne skip på hans vis. Skriftene, tro og kjærlighet til Gud er verktøy som jeg må bruke i mitt eget liv for omhyggelig å bygge mitt eget skip uten sprekker. Jeg lærer hver dag å være en Herrens disippel. ■

María Mercedes G., Monagas, Venezuela



JEG FØLTE MEG ENSOM

Det var en kald vår i Danmark. Jeg hadde akkurat begynt min heltidsmisjon, og vitnesbyrdet mitt vaklet. Jeg hadde bare vært medlem av Kirken i 19 måneder, og var full av usikkerhet med hensyn til å komme til et fremmed land, et språk jeg ikke kunne, og en labyrinth av gater jeg ikke kunne fatte hvordan jeg skulle navigere meg gjennom. Mine bønner som en gang var fylt med takknemlighet, ble snart sure beskyldninger: “Gud, hvorfor har du overlatt meg til meg selv?”

En morgen ba jeg ekstra inderlig. Men istedenfor å spørre

“hvorfor” med sinne i hjertet, ba jeg om et vitnesbyrd om at evangeliet er sant og at min tvil måtte bli undertrykket.

Etter bønnen åpnet jeg Skriftene på et tilfeldig sted. Jeg landet på 5 Mosebok 31:6: “Vær frimodige og sterke! Frykt ikke og vær ikke redd for dem! For Herren din Gud går selv med deg, han skal ikke slippe deg og ikke forlate deg.”

Mitt hjerte svulmet av glede da jeg skjønnte at svaret på min bønn var at Gud hadde vært der hele tiden. Han ventet ganske enkelt på en oppriktig

bønn istedenfor beskyldninger om at han hadde forlatt meg.

Gud vil aldri forlate meg, selv når alt virker håpløst. Vi kan føle hans solskinn ved hjelp av bønn og hans skrifter. ■

Clayton E., Texas, USA

DET ER DIN TUR

Liahona vil gjerne høre om dine erfaringer med og tanker om å etterleve evangeliet. Send artikkelen din til liahona.lds.org, eller på e-post til liahona@ldschurch.org. Husk å oppgi fullt navn, menighet og stav, samt mor eller fars tillatelse.

FREMAD, KRISTI STRIDSMENN

“De menn og kvinner som ønsker seg en plass i det celestiale rike,
vil oppdage at de må kjempe hver dag.”

(Læresetninger fra Kirkens presidenter - Brigham Young [1997], 294.)



“Hvordan kan jeg vite at Gud hører mine bønner?”

Bønn er en stor velsignelse, og vi er lovet at vår himmelske Fader alltid lytter, men vi må ofte anstrenge oss litt for å oppfatte svarene hans.¹

Tenk på dette: Enten så hører Gud deg eller så gjør han det ikke. Hvis han ikke gjør det, så er det selvfølgelig ingen vits i å be. Men hvis han gjør det (og det gjør han!), må vi finne ut hvordan vi *virkelig* kan kommunisere med ham i bønn, oppfatte svar og trofast gå fremover.

Når vi føler at han ikke lytter, trenger vi kanskje å oppleve litt personlig vekst. Du kan gjerne stille deg selv noen spørsmål: Er jeg ren? Er motivene mine verdige? Er jeg villig til å gjøre det han ber meg om?² Hvis svaret på hvert av disse er ja, kan du stole på at “Herren din Gud skal... gi deg svar på dine bønner” (L&p 112:10). Husk at noen ganger kommer svarene på ubestemmelige eller uventede måter.

Hvis du svarer nei på noen av disse spørsmålene, er det aldri for sent! Gjør de nødvendige endringene i livet ditt, slik at du kan ha Ånden med deg. Vær villig til å følge tilskyndelser du mottar.

Og glem ikke at alle mottar svar på forskjellig måte. Be om at Den hellige ånd må lære deg hvordan *du* kan oppfatte svarene. Det er kanskje ikke lett å oppfatte dem i starten, men det er som med alle andre ferdigheter: Øvelse gjør mester. Ha tro og stol på at vår himmelske Fader *alltid* lytter.

NOTER

1. Se Matteus 7:7; Jakobs brev 1:5-6; Alma 33:4-11; Lære og pakter 8:1-2.
2. Se Richard G. Scott, “Slik kan vi oppfatte svar på bønner,” *Lys over Norge*, jan. 1990, 28.



Lytt til Ånden

Prøv å lytte til Den hellige ånd. Folk hører Den hellige ånd på forskjellige måter, så kanskje du lytter

etter en stille hvisken når tilskyndelsen kan komme som en følelse. Jeg vet at Den hellige ånd vil fortelle deg alt du trenger å vite – det gjelder bare å lytte.

Elise G., 13 år, Alberta, Canada

Svar i kirken

Jeg var en gang veldig i tvil om hvorvidt jeg skulle gå på stevne-møte med en som ikke var medlem. En søndag på nadverdsmøtet holdt en søster en tale som syntes å være rettet til meg personlig. I det øyeblikket fikk jeg bekreftelse på at Herren hadde besvart min bønn. Jeg hadde vært forvirret med hensyn til hva jeg skulle gjøre, men så ble jeg trøstet av Den hellige ånd, som fylte mitt hjerte med glede og mot. Gud svarer oss gjennom følelser, tanker, Skriftene og til og med talere i kirken!

Karen V., 19 år, Minas Gerais, Brasil



Husk hvem du er

Jeg vet at Gud hører oss fordi bønn gir meg en følelse av fred, lettelse og kjærlighet i hjertet. Jeg ser at han frir meg

fra mange farer fra dag til dag, og at han beskytter familien min, og jeg

føler meg elsket av ham. Før jeg går til skolen, sier jeg alltid Unge kvinners tema. Det hjelper meg å huske at jeg er en datter av vår himmelske Fader, som elsker meg.

Nicol M., 19 år, Lima, Peru



Et barns bønn

Jeg vet at vår himmelske Fader hører mine bønner på grunn av disse ordene i Primærsangen "Et barns bønn"

(*Barnas sangbok*, 6): "Himmelske Fader, si meg er du der? Hører du bønner, kan du svare barn som ber? Noen har sagt du langt borte er, men jeg føler himlen rundt meg når jeg ber." Når jeg husker denne sangen, vet jeg at han lytter fordi jeg føler Ånden og hans uendelige kjærlighet til meg. Når jeg husker at han elsker meg, føler jeg trøst og vet at han hører mine bønner.

Elaine B., 16 år, North Carolina, USA

Stol på ham

Vår himmelske Fader hører alltid våre bønner, men noen ganger virker det som om han ikke svarer på våre bønner fordi han kanskje ikke svarer oss slik eller når vi ønsker det. Vi må være villige til å underkaste oss hans vilje og ha tro på at han vet hva som er best for oss. Vår himmelske Fader elsker oss og vil alltid prøve å hjelpe oss å lære og vokse når han besvarer våre bønner.

Mosiah M., 17 år, Utah, USA

Be, og dere skal få

I Skriftene lærer vi at Gud alltid vil høre våre bønner og besvare dem hvis vi henvender oss til ham med tro og ærlig hensikt. Vi vil føle bekreftelsen på at han hører oss, en følelse av fred og ro i vårt hjerte. Vi kan også føle at alt vil ordne seg når vi følger Faderens vilje. Hvis vi tviler på at han hører oss, skulle vi søke veiledning i Skriftene og deretter spørre om det vi leser er sant.

Constanza L., 20 år, Bío Bío, Chile

Søk svar

Jeg lurte en gang på om Gud kunne høre mine bønner, og så følte jeg svaret i mitt hjerte. Jeg hørte noen bære vitnesbyrd om bønn, og jeg kunne føle Den hellige ånd. Mitt andre råd er å spørre dine foreldre, din biskop eller andre medlemmer av menigheten. Du kan også be om hjelp med dette emnet!

Joshua S., 13 år, Oregon, USA



IKKE GI OPP

"Vær lydlig, husk de gangene dere har følt Ånden, og be i tro. Svaret vil komme, og dere

vil føle Frelserens kjærlighet og fred. Det kommer kanskje ikke plutselig eller i den form dere ønsker, men svaret vil komme. Gi ikke opp!"

Eldste James B. Martino i De sytti, "Vend deg til ham, og svarene vil komme," *Liahona*, nov. 2015, 59.

Be oppriktig

Etter bønnen kan du lytte til følelsene og hensiktene som kommer til ditt hjerte. En av dem kan være svaret på dine bønner. Når vi ber med ærlig hensikt og et oppriktig hjerte, svarer vår himmelske Fader i forhold til den tro vi har på ham. Han svarer ikke bare for å tilfredsstille vår nysgjerrighet.

Jean-Claude N., 16 år, Kasai-Central, Den demokratiske republikk Kongo

KOMMENDE SPØRSMÅL

"Hvordan kan jeg be mine venner om ikke å snakke uvennlig eller upassende om andre?"

Send ditt svar og, hvis ønskelig, et høyoppløselig foto innen 15. mai 2017, på liahona@lds.org (klikk på "Submit an Article") eller pr. e-post til liahona@ldschurch.org.

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

Svar kan bli redigert på grunn av lengde eller klarhet.

Andrei og det styggge ordet

Av Julie C. Donaldson

Basert på en sann historie

“I’ll try to repent, to do better, to pray”
(Children’s Songbook, 98).

“Du tror du er bedre enn alle andre fordi du ikke banner,” sa Nikolai i friminuttet.

“Det er ikke sant,” sa Andrei.

“Hvorfor vil du ikke si ett banneord, da?”

Bare ett? Du dør ikke av det. Alle andre banner.”

Andrei trakk på skuldrene.

“Jeg vil bare ikke.”

Andrei visste at banning var galt og fikk Den hellige ånd til å trekke seg bort. Andrei ønsket å ha Den hellige ånd med seg. Derfor bannet han ikke.

Andrei var ny på skolen, og så langt var Nikolai den eneste i sin sjetteklasse som ville være venner med ham. Men Nikolai maste på ham hver eneste dag om at han måtte banne. Og for hver dag ble Andrei litt mer lei av å si nei. Dessuten var Andrei redd for at Nikolai ville slutte

å være vennen hans, og da ville han virkelig være ensom.

“Bare si ett banneord,”

sa Nikolai etter skolen. “Så skal jeg ikke mase mer.”

Til slutt var Andrei så lei av å bli plaget at han sa ett banneord – et som var ikke *altfor* stygt.

Nikolai nikket. “Bra, nå er du en av oss.”

Etter dette snakket Nikolais andre venner også med Andrei. De spiste lunsj sammen med ham og spilte fotball sammen med ham i friminuttene. Men å være i Nikolais vennekrets





var som å gå i kvikksand. Jo mer Andrei var sammen med dem, desto mer snakket og oppførte han seg som dem. Og alle bannet. Mye. De lo og fornærmet hverandre. De sa frekke ting om lærerne sine. De ble sinte og var ofte slemme. Sakte, men sikkert begynte Andrei å bli sint oftere og fant flere og flere grunner til å banne.

En kveld mamma og pappa ikke var hjemme, begynte Andrei og hans eldre søster Katya å krangle om hvilket program de skulle se på. Før Andrei fikk tenkt seg om, glapp et banneord ut av munnen hans.

Katya så sjokkert på ham. "Jeg skal si det til mamma."

Andrei løp til rommet sitt og smalt igjen døren. Hva var galt med alle sammen? Hvorfor gjorde de ham sint hele tiden? Da mamma og pappa kom hjem, åpnet Andrei døren sin på gløtt og hørte Katya si: "Mamma, Andrei bannet til meg."

"Hva for noe?" Mamma virket overrasket. "Andrei ville da aldri banne."

Andrei lukket døren og kastet seg på sengen. Han tenkte på hvor annerledes han hadde blitt siden han begynte å banne. Det var lenge siden han hadde følt Den hellige ånd.

Andrei knelte ned ved sengen sin og ba. "Kjære himmelske Fader, jeg er så lei for at jeg har vært slem og sint. Jeg beklager at jeg begynte å banne. Jeg skal ta meg sammen."

Mens Andrei ba, fikk han en varm følelse i hjertet. For første gang siden han begynte å banne, følte han seg virkelig lykkelig. Han visste at Gud elsket ham, og han kunne føle Den hellige ånd. Han følte seg tilgitt, og visste at han kunne forandre seg og bli bedre.

Etter bønningen, sa han sannheten til mamma og ba Katya om unnskyldning. Andrei følte seg bedre etter det. Det føltes godt å omvende seg.

På skolen dagen etter spiste ikke Andrei lunsj sammen med Nikolais venner. I stedet satte han seg ved siden av noen barn han ikke kjente. Det ville ta tid, men Andrei visste at han ville finne venner som var gode og lykkelige og ikke bannet. Akkurat som ham. ■

Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.



UTFORDRING

"Jeg vil bruke min himmelske Faders og Jesu Kristi navn ærbødig. Jeg vil ikke banne eller bruke stygge ord" (Mine evangelienormer).

På den ene siden av et papirark skriver eller tegner du hvordan gode ord får deg til å føle deg. På den andre siden skriver eller tegner du hvordan stygge ord får deg til å føle deg.

Les 3 Mosebok 19:12. Hvorfor er det viktig å bruke navnet på vår himmelske Fader og Jesus Kristus med respekt?

Spør mor eller far eller en leder hvorfor vi skulle bruke pent språk, og hvordan det har vært til velsignelse for dem.

Jeg utfordrer meg selv til å...





Av eldste
David A. Bednar
i De tolv apostlers
quorum

Hvordan kan jeg hjelpe min familie å være sterk?



Fortell din familie at du er glad
i dem og vis det i gjerninger.



Bær ditt vitnesbyrd om ting du vet ved Den
hellige ånd er sanne. Del ditt vitnesbyrd
med dem du er mest glad i.



Vær villig med på familiebønn og skriftstudium
sammen med din familie. Vær aktivt involvert
i familiens hjemmeaften og gjør den morsom.



Vær trofast i å lære, etterleve og elske
Jesu Kristi gjengitte evangelium.



Av Joy D. Jones
Primær
generalpresident

Forbered deg til TEMPLET hver dag

Da jeg var ni år gammel, hadde jeg en fantastisk Primær-lærer som het søster Kohler. Jeg var veldig sjenert, og hun var så mild og behagelig at jeg elsket å være sammen med henne. En dag ga hun oss alle en papirlapp. Vi skrev ned hva vi ønsket å gjøre når vi ble eldre. Jeg skrev: "Gå på universitetet og gifte meg i templet." Jeg teipet lappen min over skapdøren min. Om natten skinte lyset fra gatelykten inn gjennom vinduet mitt. Jeg så opp på papirlappen. Den minnet meg om at jeg ønsket å dra til templet.

Den gangen var det bare 12 templer i verden. Jeg ønsket å dra til dem alle sammen.

Hver gang mor og far planla en ferie, dro vi alltid til templet som familie. Vi bodde i Oregon i USA. Det nærmeste templet var 965 km unna i Cardston i Alberta i Canada. Bilen vår hadde ikke klimaanlegg. Min bror og søster og jeg satt i baksetet. Vi hengte en våt vaskeklut ut av bilvinduet. Så la vi den på nakken for å kjøle oss ned.

Det var spennende da vi endelig så templet. Jeg visste ikke så mye om hva som foregikk der, men mor og far var alltid glade når de kom ut. Jeg visste at templet var veldig viktig. Jeg visste at det var Herrens hus. (Det er meg i den hvite skjorten på bildet.)



Etter at jeg fylte 12 år, fikk jeg anledning til å gjøre tempeldåp i flere templer. Og da jeg møtte min fremtidige ektemann, fant jeg ut at han også elsket templet! Vi giftet oss i Manti Utah tempel.

Du kan forberede deg til templet hver dag. Dra til templet når du kan. Ta på veggene. Da mitt barnebarn Jarret var 11 år gammel, arbeidet han med slektshistorie hver søndag sammen med faren sin. Han fant mange forfedres navn. Nå da han er 12 år hjelper han til med å utføre dåp i templet for disse forfedrene!

Når du er i templet, kan du gå der Jesus går. Det er hans hus. Jeg håper du vil be hver dag om at vår himmelske Fader vil hjelpe deg å forberede deg til å komme inn i templet og føle hans kjærlighet. ■

Star, en skinnende stjerne

Av Jane McBride

Basert på en sann historie

“Det er fint å være sammen med deg i Primær” (Children’s Songbook, 254).

Star nappet henne i klærne. Det følte fortsatt rart å ha på seg kjole i kirken. I den gamle kirken hennes hadde jentene på seg bukser eller shorts på søndag. Men ikke i den nye kirken hennes. Hun og moren hadde nettopp blitt døpt i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige.

Star sukket da hun så seg i speilet. Hun gledet seg til å gå i kirken som offisielt medlem for første gang, men hun var også nervøs. Før hadde hun vært sammen mamma hele tiden i kirken. Men denne gangen skulle hun i Primær.

Star blunket til speilbildet sitt. Hva om hun ikke passet inn? Hva om de andre barna ikke likte henne?

“Star? Er du klar?” ropte mamma.

Star gikk ned trappen. “Ser jeg bra ut?” spurte hun.



Mamma smilte. “Du er nydelig.” Star gjorde en grimase. “Du må si det. Du er moren min.”

“Det har du rett i. Jeg *må* si det. Fordi det er sant.”

Star ga henne et lite smil. Mamma pleide å få henne til å føle seg bedre. Men hun hadde fortsatt sommerfugler i magen. Hva om ingen av de andre barna ville snakke med henne?

Hun hadde venner på skolen, men de var ikke medlem av den nye kirken hennes. Hun skulle ønske at hun i det minste hadde én venn som gikk i kirken sammen med henne.

“Nå kom jeg på noe jeg må gjøre,” sa hun til mamma.

Hun løp opp trappen igjen og knelte ved sengen sin. “Kjære himmelske Fader, kan du hjelpe meg å få venner? Jeg tror at det misjonærene underviste, er sant, men jeg er redd.”

Star fortsatte å knele og lytte. Etter en stund fikk hun en god og fredelig følelse, og hun var ikke så nervøs lenger.

I kirken satt Star og mamma ved siden av en familie med tre små jenter. Foreldrene presenterte seg og begynte å snakke med mamma før møtet begynte. Star hjalp jentene å fargelegge et bilde av Jesus.

Biskop Andrews kom gående mot dem. "Søster Cunningham! Star! Så godt å se deg i dag." Han ga dem begge et varmt smil og et håndtrykk. Star hadde glemt hvor hyggelige alle i kirken var. Kanskje hun ville få en venn tross alt.

Etter nadverdsmøtet gikk Star til Primær. Hun kikket nervøst på de andre barna idet hun satte seg. De snakket med hverandre, og syntes ikke å legge merke til henne. Star ble skuffet. Hun kom til å være alene likevel.

Akkurat da kom en jente på Stars alder inn i rommet. "Hun virker også nervøs," tenkte Star. "Jeg kan gå og snakke med henne."

Star pustet dypt, og gikk så bort til jenta. "Hei, jeg heter Star. Jeg er ny. Vil du sitte ved siden av meg?" Star holdt pusten. Ville jenta ønske å være vennens hennes?

Jenta smilte forsiktig. "Jeg heter Sarah. Jeg er også ny. Familien min har nettopp flyttet hit fra Ontario."

"Mamma og jeg ble døpt for to uker siden," sa Star. "Jeg vet ikke hva jeg skal gjøre."



Sarabs smil ble bredere. "Vi skal finne ut av det sammen."

Star og Sarah satte seg sammen med klassen sin. Noen ganger møtte Stars og Sarabs blikk hverandre, og da smilte Star. Sarah smilte tilbake. Star følte seg rolig og glad. Hun visste at vår himmelske Fader hadde besvart hennes bønn og hjulpet henne å finne en venn.

I klassen ba læreren

Star og Sarah om å presentere seg.

Star reiste seg. "Jeg heter Star Cunningham. Mamma og jeg ble døpt for to uker siden." Hun stoppet opp litt, og begynte å smile da hun så på sin nye venn. "Og dette er min venn Sarah." ■

Artikkelforfatteren bor i Colorado, USA.

TENK ETTER

Hvordan kan du ta imot en som er ny i kirken?

Vær et lys!

Av Elizabeth Pinborough

Vis kjærlighet

Ikke sladre

Tilgi

Støtt

Oppmuntre

Innby

Lytt

Vær en venn

*“Løft deres lys opp så det kan skinne for verden.
Se, jeg er det lys som dere skal løfte opp” (3 Nephi 18:24).*

Vi kan være et lys for andre ved å være en sann venn. Les forslagene nedenfor, og legg til noen av dine egne. Hver gang du skriver et navn på en du ønsker å vise kjærlighet, fargelegger du mer av solen.

1. **Ha kjærlighet for andre:** Du kan gjøre en stor forskjell i livet deres! Kristus har kjærlighet til dem, så prøv å vise dem den kjærligheten.

Hvem: _____

2. **Tilgi:** Hvis noen sårer deg, kan du prøve å se ting fra deres ståsted. Du kan hjelpe dem å bløtgjøre sitt hjerte hvis du tilgir.

Hvem: _____

3. **Oppmuntre:** Gi dine venner komplimenter for deres sterke sider. Se det beste i dem, selv om de trenger å forbedre seg. Når du gjør ditt beste, hjelper det dem også!

Hvem: _____

4. **Lytt til Den hellige ånd:** Dine ord kan endre en dårlig situasjon til en god en. Den hellige ånd kan hjelpe deg å vite hva du skal si og hvordan du kan vise vennlighet.

Hvem: _____

5. **Aldri sladre:** Uvennlige ord kan sære. La tvilen komme andre til gode, og ignorer negative tanker.

Hvem: _____

6. **Støtt vennene dine:** Bare å være tilstede på en venns idrettsarrangement eller skoleforestilling kan hjelpe ham eller henne å føle din kjærlighet.

Hvem: _____

7. **Innby andre til å lære om evangeliet:** Selv om de ikke er enige i det du sier, har du vist at du bryr deg nok til å dele.

Hvem: _____

8. **Bli venner med forskjellige typer mennesker:** Andre har mye godt å gi. Kristus hjalp og elsket alltid alle mennesker uansett.

Hvem: _____

Spred evangeliet

Bruk disse til å fortelle historier fra Kirkens historie!



Samuel Smith



Hyrum Smith



Parley P. Pratt

Etter at Kirken ble organisert, ønsket vår himmelske Fader at alle skulle høre om evangeliet. Den første misjonæren var Joseph Smiths bror Samuel. Hyrum, Joseph eldre bror, underviste også andre om evangeliet. En dag fortalte en mann ved navn Parley P. Pratt Hyrum at han hadde lest i Mormons bok hele dagen. Hyrum underviste ham mer om Kirken, og han ble døpt. Så reiste Parley på misjon! Han ble en leder i Kirken.

Finn flere figurer fra Kirkens historie på liahona.lds.org.



Tenk på Jesus

Av Lindsay Tanner

Basert på en sann historie

Mía var spent. Det var første gang hun var i kirken! Misjonærene fortalte familien hennes om denne kirken. De bestemte seg for å komme.

Mía så seg rundt. Hun så en hvit duk på et bord. Det var noe under den.

“Hva er det under den duken?” spurte Mía en av misjonærene.

Søster Hanson smilte. “Det er nadverden.”

Nadverden. Det var et stort ord. Mía hadde hørt misjonærene fortelle mamma og pappa om den. Men hun var ikke helt sikker på hva det var.

Alle sang en sang. To menn løftet den hvite duken. Det var brett med brød under den! Mía så dem bryte brødet i biter.

Etter sangen holdt en mann en bønn. Andre menn delte ut brødet til alle sammen.



“Brødet hjelper oss å huske Jesu legeme,” hvisket søster García.

Mía tok en brødbit. Hun så for seg at Jesus sto foran henne.

Så var det en bønn til. Mennene gikk rundt med brett med små vannbegre.

“Vannet hjelper oss å huske Jesu blod,” hvisket søster García. “Han døde for oss fordi han elsker oss.”

Mía tok et vannbeger. Hun tenkte på hvor høyt Jesus elsket henne.

Det føltes som om han ga henne en stor klem.

Senere ga søster Hanson Mía et lite bilde av Jesus. “Vi spiser brødet og drikker vannet for å minnes Jesus og lover å følge ham.” Hun smilte. “Hva syntes du om nadverden?”

Mía så på bildet av Jesus. Hun husket den varme følelsen hun hadde hatt. Hun smilte. “Den var flott! Jeg elsker Jesus.” ■

Artikkelforfatteren bor i California, USA.

Jesus ga oss nadverden

Av Kim Webb Reid



Jesus visste at hans tid på jorden nesten var omme. Han samlet sine apostler til det siste måltid. Han ga dem nadverden og ba dem om alltid å minnes ham.



Jesus gikk til en hage for å be. Han følte smerte på grunn av alle synder og triste ting i alle menneskers liv. Så døde han på et kors og ble lagt i en grav.

Om morgenen søndagen etter at Jesus døde, kom det noen kvinner til graven. Steinen foran døren hadde blitt rullet bort, og graven var tom! Hvor var Jesus?



Han levde igjen! Maria Magdalena så Jesus. Han besøkte sine apostler, slik at de skulle bli klare til å undervise i evangeliet etter at han dro tilbake til himmelen.



Når jeg tar nadverden, husker jeg Jesus. Jeg husker at han levde og døde og sto opp for meg så jeg kan leve igjen! ■



Påskeliljer



Vakre hvite påskeliljer kan minne oss om den fantastiske dagen da Jesus sto opp fra de døde. Fem hvite liljer er gjemt på dette bildet. Hver gang du finner en, sier du én ting du har lært om Jesus.





Av eldste Bruce R. McConkie (1915-1985)

i De tolv apostlers quorum

GUDS KRAFT

Tro er kraft, og kraft er prestedømme.

Gud er Gud fordi han er legemliggjørelsen av all tro og all kraft og alt prestedømme. Det liv han lever, kalles evig liv.

Og i den grad vi blir ham lik, i samme grad oppnår vi hans tro, tilegner oss hans kraft og virker i hans prestedømme. Og når vi fullt og helt har blitt ham lik, skal vi også få evig liv.

Tro og prestedømme går hånd i hånd. Tro er kraft, og kraft er prestedømme. Etter at vi har tilegnet oss tro, mottar vi prestedømmet. Ved hjelp av prestedømmet vokser vi i tro inntil vi har all kraft og blir lik vår Herre.

Vår tid her i dødeligheten er ment å være en prøvestand. Mens vi er her, får vi anledning til å utvikle vår tro og å vokse i prestedømskraft...

Det hellige prestedømme gjorde mer for å foredle menneskene på Enoks tid enn på noen annen tid. Den gang ble prestedømmet kalt prestedømmet etter Enoks orden. (Se L&p 76:57.) Det var denne kraft han og hans folk ble tatt opp ved. Og de ble tatt opp fordi de hadde tro og virket i prestedømmets kraft.



Herren gjorde en evig pakt med Enok om at alle de som mottok prestedømmet, ville få kraft ved tro til å styre og herske over alle ring på jorden, overvinne nasjonenes hærer og å stå i herlighet og opphøyelse for Herren.

Melkisedek var en slik, "og hans folk levde i rettferdighet og oppnådde himmelen og lette etter Enoks by" (Joseph Smiths oversettelse, 1 Mosebok 14:34)...

Hva er så læren om prestedømmet? Og hvordan skal vi leve som Herrens tjenere?

Læren er at Gud vår Fader er et herliggjort, fullkomment vesen som har all makt, all kraft og alt herredømme, som kjenner alle ting og er uendelig i alle sine egenskaper, og som lever i familieenheten.

Læren er at vår evige Fader har denne høye herlighet og fullkommenhet og kraft fordi hans tro er fullkommen og hans prestedømme er uten begrensning.

Læren er at prestedømmet er selve navnet på Guds kraft, og hvis vi skal bli lik ham, må vi motta og bruke hans prestedømme eller hans kraft slik han bruker den...

Læren er at vi har kraft, ved tro, til å råde og herske over alle ting både timelige og åndelige, og gjøre mirakler og forbedre liv, og stå i Guds nærvær og være lik ham fordi vi har oppnådd samme grad av tro som han nå har, hans fullkommenhet og hans kraft, eller med andre ord, fyllden av hans prestedømme.

Dette er læren om prestedømmet. Det hverken er eller kan være noe større. Dette er den kraft vi kan oppnå ved tro og rettferdighet...

Det er i sannhet kraft i prestedømmet, en kraft som vi ønsker å tilegne oss for å bruke den, en kraft som vi hengivent ber må hvile på oss og på våre etterkommere i all evighet. ■

Fra en tale på generalkonferansens prestedømsmøte med tittelen "Læren om prestedømmet," Lys over Norge, oktober 1982, 64-69; bruk av store bokstaver standardisert.



**JEG HAR ANDRE FÅR,
AV ELSPETH YOUNG**

Den oppstandne Herre besøkte sine "andre får" (3 Nephi 15:21) på det amerikanske kontinent og andre steder. Nephittene "følte naglegapene i hans hender og i hans føtter, og dette gjorde de, den ene etter den andre, til de alle hadde gått frem og sett med sine øyne og følt med sine hender og visste med sikkerhet og bar vitnesbyrd om at det var han som profetene hadde skrevet om, og som skulle komme" (3 Nephi 11:15).

Også i dette nummeret

FOR UNGE VOKSNE

Forstå din **patriarkalske velsignelse**

Patriarkalske velsignelser forteller oss ikke alt som vil skje i vårt liv, men de gir oss et personlig veikart som kan hjelpe oss å finne veien til den store lykke som vår himmelske Fader har i vente for hver enkelt av oss.



s.44

FOR UNGDOM



s.58

DE SÅ **HAM**

De var øyenvitner til den oppstandne Kristus.
Hvordan vi kan stå som vitner i dag.

FOR BARN

Jesus ga oss nadverden

Vi tar nadverden hver uke.
Men vet barna dine hvorfor?



s.76



NORWEGIAN

JESU KRISTI
KIRKE
AV SISTE DAGERS HELLIGE