

# Liahona

**Een boodschap van  
hoop en verlossing van  
de Heiland, p. 18**

Denk aan de weduwe van  
Nain wanneer u zich in de  
steek gelaten voelt, p.12

Paasmuziek: 'In een stille,  
heil'ge hof', p. 24

Hoe u gemoedsrust krijgt en  
misleiding kunt ontlopen, p. 26



DE  
KERK  
IS HIER

# Reykjavik IJsland





De met sneeuw bedekte berg Esja vormt de achtergrond voor Reykjavik, de kleurrijke hoofdstad van IJsland. Dit eiland biedt op 1.600 kilometer van het Europese vasteland een warm welkom aan haar bewoners. De Vikingen vestigden zich hier als eersten in 874 voor Christus. Reykjavik is het culturele, economische en bestuurscentrum van het land, en tevens een van de schoonste, groenste en veiligste steden ter wereld.

De eerste twee IJslandse dopelingen lieten zich in 1851 in Denemarken dopen. Zij keerden al spoedig naar IJsland terug, en in 1853 werd de eerste gemeente opgericht. Nu wonen er in IJsland bijna 300 leden. Er zijn drie gemeenten, een in Reykjavik, een in Akureyri en een in Selfoss. De dichtstbijzijnde tempel staat in Londen, 1.894 kilometer van Reykjavik vandaan.

Hoewel het aantal leden klein is, blijft de kerk groeien. Ondanks de uitdaging van isolement, de vertaling van kerkmateriaal, lastige weersomstandigheden en culturele obstakels hebben kerkleiders beloofd dat IJsland op zekere dag een baken voor andere landen zal zijn. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) bezocht IJsland en herinnerde de leden eraan dat zij 'een volk zijn met de "kracht en het vermogen" om grootse dingen tot stand te brengen.' (*Wonderful to Have Sweet, Good Land*, *Church News*, 21 september 2002, 10.)

- De IJslandse Zending werd in 1894 gesticht, maar in 1914 kwam er een eind aan het zendingswerk. IJsland werd in 1975 deel van het zendingsgebied Kopenhagen (Denemarken).
- In 1977 wijdde ouderling Joseph B. Wirthlin (1917–2008), destijds lid van het Quorum der Zeventig, IJsland officieel toe aan de verkondiging van het evangelie.
- In 1981 werd het Boek van Mormon in het IJslands uitgegeven; een taal die nergens anders ter wereld gesproken wordt.



Denk in tijden van ontmoeding aan de weduwe van Naïn

Keith J. Wilson

12



Op de verlossing van de Heiland vertrouwen

President Henry B. Eyring

18



De vreugde van bediening

8



Drie lessen over liefde, vreugde en gemoedsrust

Brian K. Ashton

26

# Als u ontmoedigd bent

Het leven kent bergen en dalen. Soms als we door een dal gaan, vragen we ons af wat God toch doet. Waarom laat een liefdevolle Vader dit toe? Die twijfel kan zo hard toeslaan dat we ons afvragen: geeft God wel echt om mij?

In dergelijke situaties hebben de volgende Schriftteksten me echt geholpen:

- **Psalmen 8:4-5:** 'Wat is de sterveling, dat U aan hem denkt [...]? Toch hebt U hem weinig minder gemaakt dan de engelen en hem met eer en glorie gekroond.'
- **Johannes 10:14:** Tijdens zijn leven op aarde beschreef Jezus Zichzelf als 'de goede Herder' en voegde daar aan toe: 'Ik ken de mijnen.'
- **Mozen 1:39:** Dit is een van mijn lievelingsteksten. De Heer openbaarde zijn doeleinden aan de profeet Joseph Smith: 'Want zie, dit is mijn werk en mijn heerlijkheid: de onsterfelijkheid en het eeuwige leven van de mens tot stand te brengen'. Hiermee benadrukte Hij zijn belangstelling voor ieder van ons persoonlijk.
- **Lukas 7:11-16:** Niet alleen leren wij door dit verslag de macht van de Heiland over de dood kennen (goed om daar met Pasen aan herinnerd te worden), maar voor mij is dit de beste illustratie dat Hij ieder van ons kent. De manier waarop Jezus dit wonder voor de weduwe te Naïn verrichtte, was uiterst teder en barmhartig. In mijn artikel op pagina 12 leg ik uit hoe dit verhaal illustreert hoeveel belangstelling en liefde de Heiland voor ieder van ons heeft.

Keith Wilson

Adjunct-hoogleraar, Brigham Young University



- 5 Hij is uit de dood verzezen!** ☪  
 'Dood verwonnen, 't mensdom vrij; Christus stierf voor u en mij!'
- 6 Geloofsportret:** Bob en Lori Thurston – zendingsgebied Phnom Penh (Cambodja) ☪  
 Hun zending was niet wat ze ervan hadden verwacht, maar ze werden wel op onverwachte manieren gezegend.
- 8 Beginselen voor uw bediening:** De vreugde van bediening  
 Een van de grootste bronnen van ware vreugde is het dienen van onze medemens.
- 12 Denk in tijden van ontmoediging aan de weduwe van Naïm**  
*Keith J. Wilson*  
 Net zoals Hij dat voor de weduwe van Naïm heeft gedaan, zal de Heiland ons in tijden van wanhoop bijstaan.
- 18 Op de verlossing van de Heiland vertrouwen**  
*President Henry B. Eyring*  
 De Heer zal ons van onze beproevingen verlossen als we rechtvaardiger worden.
- 24 Muziek: In een stille, heil'ge hof** ☪  
*Tammy Simister Robinson*  
 De Heiland heeft voor ons geleefd en is voor ons gestorven.
- 26 Drie lessen over liefde, vreugde en gemoedsrust**  
*Brian K. Ashton*  
 U kunt gelukkig zijn, wat uw omstandigheden ook mogen zijn.
- 32 Onder heiligen der laatste dagen:** ☪  
 Huwelijksplannen die door een orkaan in het water vallen; wat het sterfelijk leven echt is; een lied dat hoop bracht; een aanvaarde uitnodiging
- 36 Zegeningen van zelfredzaamheid:** De zaken gaan goed ☪  
*Joshua J. Perkey*  
 Een advocaat verliest zijn baan, maar put inspiratie uit de zelfredzaamheids cursussen van de kerk.
- 38 Ons gezin, ons thuis:** Onze zoon is een zoon van onze hemelse Vader ☪  
*Jerlyn Murphy*  
 Hoeveel we ook van onze kinderen houden, God houdt meer van hen.
- 40 Tieners en jonge kinderen onderwijzen:** Met tragedie omgaan ☪  
 Tips om uw kinderen gemoedsrust te geven.

☪ Wegleertjes



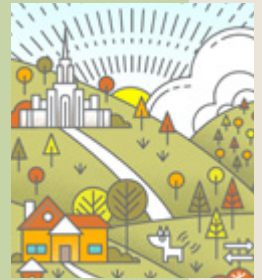
**Op de omslag**  
*De weg naar Emmaüs,*  
 Wendy Keller

## Katernen

### Jongvolwassenen

42

Hoe weten we dat we **Gods plan voor ons volgen**, terwijl er zoveel keuzes te maken zijn en we **ingrijpende beslissingen** moeten nemen? Lees de artikelen over **openbaring ontvangen** die in deze Liahona staan.



### Jongeren

50

Leer hoe je je patriarchale zegen kunt gebruiken, laat je inspireren om **nieuwe paastradities** te beginnen, en **krijg gemoedsrust** voor jezelf en anderen door de artikelen van deze maand te lezen.



### Kinderen

Kom te weten **waarom we Pasen vieren** door te lezen over Jezus Christus, zijn verzoening en opstanding, en wat ze voor ons betekenen.



## DIGITALE THEMA-ARTIKELEN

**Je geestelijke spieren trainen***Aspen Stander*

Om getuigenisatrotie te voorkomen, moeten we voortdurend onze geestelijke spieren oefenen.

**Ben je halfhartig in het evangelie?***Chakell Wardleigh*

Wat is nou het verschil tussen druk in de kerk bezig zijn en actief in het evangelie zijn?

## MEER WETEN

In de app Evangeliebibliotheek en op liahona.lds.org kunt u:

- De huidige uitgave lezen.
- Uitsluitend op het internet beschikbare inhoud ontdekken.
- In voorgaande uitgaven zoeken.
- Uw verhalen en opmerkingen insturen.
- U abonneren of een geschenkabonnement geven.
- Uw studie met digitale hulpmiddelen verbeteren.
- Uw favoriete artikelen en video's delen.
- Artikelen downloaden of afdrukken.
- Naar uw favoriete artikelen luisteren.

## CONTACT MET ONS OPNEMEN

Stuur uw vragen en opmerkingen via e-mail naar [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

Stuur uw geloofsversterkende verhalen in op [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) of verstuur ze per post naar:

*Liahona*, flr. 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT, 84150-0023, VS

**APRIL 2019 JAARGANG 119 NUMMER 4**  
**LIAHONA 18604 120**

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

**Het Eerste Presidium:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

**Het Quorum der Twaalf Apostelen:** M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

**Verantwoordelijk redacteur:** Randy D. Funk

**Adviseurs:** Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopschke, Lynn G. Robbins

**Hoofddirecteur:** Richard I. Heaton

**Directeur kerkelijke tijdschriften:** Allan R. Loyborg

**Zakelijk manager:** Garff Cannon

**Hoofddirecteur:** Adam C. Olson

**Assistent-hoofddirecteur:** Ryan Carr

**Publicatieassistent:** Camila Castrillón

**Redactieteam:** Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

**Leidend artdirector:** J. Scott Knudsen

**Artdirector:** Tadd R. Peterson

**Grafisch team:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hincley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

**Coördinator intellectuele eigendom:** Collette Nebeker Aune

**Productiemanager:** Jane Ann Peters

**Productieteam:** Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrison M. Smith

**Drukvoorbereiding:** Joshua Dennis, Ammon Harris

**Directeur drukwerk:** Steven T. Lewis

**Directeur distributie:** Troy R. Barker

**Vertaling:** Jos Peeters

Kerkelijk vertaalbureau  
Diestseweg 40/4, B-2440 Geel  
E-mail: [peetersjmg@gmail.com](mailto:peetersjmg@gmail.com)

**Distributie:** Corporation of the Presiding Bishop of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints  
Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg, Duitsland

**Jaarabonnement:** Neem voor bestelling van abonnementen of adreswijziging contact op met Customer Service op 00800 2950 2950 (gratis) of +49 6172 492833 (of 34).

E-mail: [orderseu@ldschurch.org](mailto:orderseu@ldschurch.org)

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

Prijs jaarabonnement: 9,20 EURO

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

De *Liahona* (een woord uit het Boek van Mormon dat 'kompas' of 'aanwijzer' betekent) verschijnt in de

volgende talen: Albanees, Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans, Cebuano, Chinees, Chinees (vereenvoudigd), Deens, Duits, Engels, Ests, Fiji, Fins, Frans, Grieks, Hongaars, IJslands, Italiaans, Japans, Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees, Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Tagalog, Tahitiaans, Thai, Tongaans, Tsjechisch, Urdu, Vietnamees en Zweeds. (Frequentie verschilt per taal.)

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America.

**Informatie auteursrechten:** Tenzij anders aangegeven, kan materiaal uit de *Liahona* voor persoonlijk, niet-commercieel gebruik (zoals kerkroepingen) worden gekopieerd. Dit recht kan ieder ogenblik ingetrokken worden. Afbeeldingen mogen niet worden gekopieerd indien die beperking bij de afbeelding vermeld staat. Voor vragen over auteursrechten, neemt u contact op met het Intellectual Property Office, 50 E.

North Temple St., FL 13. Salt Lake City, UT 84150, USA; of e-mail: [cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org).

**For Readers in the United States and Canada:** April 2019 Vol. 119 No. 4. LIAHONA (USPS 311) Dutch (ISSN 1522-9173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431) POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

---

**H**ij is uit de dood  
verrezen!  
Spreid het woord  
met grote vreugd.

*Op de derde dag herrezen;  
dat heel d'aarde zij verheugd.  
Dood verwonnen, 't mensdom vrij;  
Christus stierf voor u en mij.*

*(Hij is uit de dood verrezen!  
Lofzangen, nr. 135.)*

Wanneer u in deze paastijd aan de Heiland denkt, kunt u naar [lds.org/go/4195](https://lds.org/go/4195) gaan. Daar vindt u prachtige kunstwerken en het getuigenis van apostelen over de eigenschappen van de Heiland die zijn verzoening en opstanding mogelijk maakten.



## Bob en Lori Thurston

Waren werkzaam in het zendingsgebied  
Phnom Penh (Cambodja)



*Toen ze voor het eerst samen op zending waren, ontdekten Bob en Lori Thurston dat onze bediening ondanks taalbarrières en cultuurverschillen zinvol kan zijn, omdat we allemaal kinderen van God zijn.*

LESLIE NILSSON, FOTOGRAAF

### Bob:

Op een dag hoorden we muziek schallen en we zagen dat er een tent opgezet was. In Cambodja betekent dat dat er iemand gaat trouwen of dat er iemand is gestorven.

### Lori:

We hoorden dat er net een moeder van vijf of zes kinderen was overleden. Er was geen echtgenoot. De kinderen werden die ochtend wakker en beseften dat hun moeder was overleden.

Een van de dochters huilde en huilde. Met behulp van een tolk zei ze: 'Ik ben de oudste. Kijk eens naar al mijn broertjes en zusjes. Ik weet me geen raad.'

Ik omhelsde haar. Waarom niet? Dit meisje had haar moeder net verloren. Ik sprak in het Engels tegen haar en zei: 'Ik weet dat je me niet begrijpt, maar ik beloof je dat je je moeder terug zult zien. Het komt goed. Je staat er niet alleen voor.'

Door veel van dergelijke ervaringen voelen we ons verbonden met de mensen in Cambodja.

### MEER WETEN

Op [lds.org/go/18](https://lds.org/go/18) staan meer geloofsportretten.





Beginnelsen voor uw bediening

# DE vreugde VAN BEDIENING

Zowel de gever als de ontvanger ervaren vreugde in liefdevolle bediening.

**S**oms lijkt ons zoeken naar geluk in dit leven op rennen op een loopband. We rennen en rennen en hebben alsnog het gevoel dat we nergens komen. Sommigen denken bij de bediening van anderen alleen maar aan meer werk.

Maar onze hemelse Vader wil dat wij vreugde hebben. Hij heeft gezegd: 'De mensen zijn, opdat zij vreugde zullen hebben' (2 Nephi 2:25). En de Heiland leerde dat anderen dienen noodzakelijk is om vreugde in ons leven en dat van anderen te brengen.

## **Wat is vreugde?**

Een definitie van vreugde is 'een gevoel van groot genoegen en geluk.'<sup>1</sup> Hedendaagse profeten hebben verhelderd waar vreugde vandaan komt en hoe we het vinden. 'De vreugde die we voelen heeft weinig te maken met onze levensomstandigheden en alles met waar we ons in het leven op richten', zei president Russell M. Nelson. 'Vreugde komt van en door [Jezus Christus]. Hij is de bron van alle vreugde.'<sup>2</sup>



## Bedienen brengt zegeningen

Toen Lehi van de vrucht van de boom des levens nam, werd zijn ziel 'met een buitengewoon grote vreugde vervuld' (1 Nephi 8:12). Het was zijn grootste verlangen om deze vruchten met zijn dierbaren te delen.

Als we bereid zijn anderen te dienen kunnen zowel wij als zij die vreugde ontvangen. De Heiland leerde zijn discipelen dat de vruchten die we voortbrengen als we ons met Hem verbinden, ons een volheid van vreugde kunnen geven (zie Johannes 15:1–11). Wie het werk van de Heiland doet door anderen te dienen en tot Hem te brengen,

kan grote vreugde ervaren (zie Lukas 15:7; Alma 29:9; Leer en Verbonden 18:16; 50:22). Zelfs bij tegenwerking en lijden kunnen we dergelijke vreugde ondervinden (zie 2 Korinthe 7:4; Kolossenzen 1:11).

De Heiland toonde ons door zijn volmaakte voorbeeld dat dienstbetoon een van de grootste bronnen van ware vreugde in dit sterfelijke leven is. Als we onze broeders en zusters met liefde in ons hart dienen zoals de Heiland dat deed, kunnen we een vreugde ervaren die eenvoudig geluk te boven gaat.

'Als wij [de bediening] met beide handen aangrijpen, [...] zullen wij meer op een Zionsvolk lijken, en onmetelijke

## EEN BRON VAN WARE VREUGDE

De Heiland toonde ons door zijn volmaakte voorbeeld dat dienstbetoon tot ware vreugde in dit sterfelijke leven zal leiden.



vreugde voelen samen met hen die we op onze weg naar discipelschap hebben geholpen’, zei zuster Jean B. Bingham, algemeen ZHV-presidente.<sup>3</sup>

## Hoe kunnen we meer vreugde in de bediening krijgen?

Er zijn veel manieren om dat te doen. Hier zijn enkele ideeën:

- 1. Begrijp het doel van uw bediening.** We kunnen om allerlei redenen bedienen. Uiteindelijk moeten onze inspanningen overeenkomen met Gods doel: ‘de onsterfelijkheid en het eeuwige leven van de mens tot stand te brengen’ (Mozes 1:39). Als we op de uitnodiging van president Russell M. Nelson om anderen op hun verbondspad te steunen ingaan, vinden we vreugde doordat we aan Gods werk deelnemen.<sup>4</sup> (Zie voor meer informatie over het doel van bediening ‘Beginselen voor uw bediening: het doel dat onze bediening verandert, in de *Liahona* van januari 2019.)
- 2. Richt u bij uw bediening op mensen, niet op taken.** President Thomas S. Monson heeft vaak gezegd: ‘Laat een op te lossen probleem nooit belangrijker worden dan een persoon die liefde nodig heeft.’<sup>5</sup> Bij de bediening gaat het om liefde voor mensen, niet om dingen die we moeten

doen. Wanneer we liefhebben zoals de Heiland, zullen we meer vreugde ervaren als gevolg van onze dienst aan anderen.

- 3. Houd uw bediening eenvoudig.** President M. Russell Ballard, waarnemend president van het Quorum der Twaalf Apostelen, zegt: ‘Uit kleine en eenvoudige dingen kunnen grote dingen voortkomen. [...] Onze kleine en eenvoudige goede werken zullen uitmonden in een leven vol liefde voor onze hemelse Vader, toewijding aan het werk van de Heer Jezus Christus, en een gevoel van vreugde en vrede wanneer we elkaar de helpende hand bieden.’<sup>6</sup>
- 4. Vermijd stress in de bediening.** Het is niet uw verantwoordelijkheid om iemands heil te bewerkstelligen. Dat is een

## Stel de vreugde van dienstbetoon niet uit

Soms vinden mensen het moeilijk om hulp te vragen. Dan is het nodig dat wij onze diensten aanbieden. Maar ons opdringen is ook niet de bedoeling. Het is een goed idee om toestemming te vragen voordat we dienen.

Ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum der Twaalf Apostelen vertelde het verhaal van een alleenstaande moeder die waterpokken kreeg. Haar kinderen werden ook ziek. Het normaliter kraakzindelijke huis werd vuil en rommelig. De vuile vaat en de vuile was stapelden zich op.

Op een ogenblik dat ze zich volledig overweldigd voelde, klopten een paar ZHV-zusters op de deur. Ze zeiden niet: ‘Laat het maar weten als je hulp nodig hebt.’ Toen ze de situatie zagen, kwamen ze in actie.

‘Ze ruimden de chaos op, brachten licht in het huis en belden een vriendin, die vervolgens dringende boodschappen ging halen. Toen ze uiteindelijk klaar waren en afscheid namen, was die jonge moeder in tranen – tranen van dankbaarheid en liefde.’<sup>7</sup>

Zowel de gever als de ontvanger hadden een warm gevoel van vreugde.

zaak tussen die persoon en de Heer. Wij dienen van ze te houden en ze te helpen zich tot Christus, hun Heiland, te wenden.

## Bevorder vreugde in uw dagelijks leven

Hoe meer vreugde, gemoedsrust en tevredenheid wij zelf bezitten, hoe meer we die door onze bediening met anderen kunnen delen. Vreugde komt door de Heilige Geest (zie Galaten 5:22 en Leer en Verbonden 11:13). We kunnen erom bidden (zie Leer en Verbonden 136:29) en haar bij ons uitnodigen. Hier zijn enkele ideeën om vreugde in ons dagelijks leven te bevorderen:

1. **Tel uw zegeningen.** Denk over uw leven na en schrijf in uw dagboek waar God u allemaal mee heeft gezegd.<sup>8</sup> Kijk naar al het goede om u heen.<sup>9</sup> Wat belemmert u om vreugde te voelen? Schrijf op hoe u dat kunt oplossen of beter begrijpen. Neem in deze paastijd de tijd om aan een sterkere band met de Heiland te werken (zie Leer en Verbonden 101:36).
2. **Oefen mindfulness.** U kunt makkelijker vreugde voelen op momenten van rustige meditatie.<sup>10</sup> Wat brengt u vreugde? (zie 1 Kronieken 16:15). Periodes zonder media zijn soms nodig om mindfulness te oefenen.<sup>11</sup>
3. **Vermijd vergelijken.** Iemand heeft eens gezegd dat vergelijken de dief van de vreugde is. De apostel Paulus waarschuwde hen die zich '[af]meten naar en vergelijken met zichzelf, zonder het zelf te begrijpen' (2 Korinthe 10:12).
4. **Streef naar persoonlijke openbaring.** De Heiland leert: 'Indien u vraagt, zult u openbaring op openbaring, kennis op kennis ontvangen, opdat u de verborgenheden en de vredige dingen zult kennen – datgene wat vreugde brengt, datgene wat het eeuwige leven brengt' (Leer en Verbonden 42:61).

## Uitnodiging om te handelen

Hoe kunt u door uw bediening de vreugde in uw leven vermeerderen? ■

De beginselen in dit artikel zijn algemeen toepasselijk, maar zijn in de eerste plaats bedoeld om dienende broeders en zusters te helpen bij hun inspanningen om de hun toegewezen personen en gezinnen tot zegen te zijn.

## NOTEN

1. 'Joy', en.oxforddictionaries.com
2. Russell M. Nelson, 'Vreugde en geestelijk overleven', *Liahona*, november 2016, 82.
3. Jean B. Bingham, 'Onze bediening naar het voorbeeld van de Heiland', *Liahona*, mei 2018, 107.
4. Zie Russell M. Nelson, 'Nu we samen verdergaan', *Liahona*, april 2018, 4–7.
5. Thomas S. Monson, 'Vreugde vinden in de reis', *Liahona*, november 2008, 86.
6. M. Russell Ballard, 'Vreugde vinden in liefdevol dienstbetoon', *Liahona*, mei 2011, 49.
7. Dieter F. Uchtdorf, 'Het evangelie met vreugde naleven', *Liahona*, november 2014, 120–123.
8. Zie Henry B. Eyring, 'O bedenkt, bedenkt', *Liahona*, november 2007, 67.
9. Zie Jean B. Bingham, 'Opdat uw blijdschap volkomen zal worden', *Liahona*, november 2017, 87.
10. Zie Dieter F. Uchtdorf, 'De belangrijkste dingen', *Liahona*, november 2010, 21.
11. Zie Gary E. Stevenson, 'Hemelse inspiratie ontvangen', *Liahona*, november 2017, 46.





# Denk in tijden van ontmoediging aan de *weduwe van Naïn*

Vooraf wanneer we ons vergeten of niet gezien voelen, moeten we eraan denken: Jezus kwam de weduwe te hulp, juist toen ze het nodig had, en Hij zal ook naar ons toe komen.

**Keith J. Wilson**

Universitair hoofddocent oude Schriftuur, Brigham Young University

**W**e kunnen in de ups en downs van het leven weleens het gevoel hebben dat God niet erg bij ons dagelijks leven betrokken is. Alles lijkt volgens een vast patroon in een sleur te verlopen. Er verandert maar weinig en soms is het moeilijk te zien in welk opzicht God Zich rechtstreeks met onze omstandigheden heeft bemoeid. Wanneer ik zelf met het gevoel kamp dat mijn leven niets voorstelt, denk ik vaak aan een vrouw in het Nieuwe Testament die wellicht hetzelfde gevoel had. Ze wordt in de Schriften niet bij naam genoemd, maar eenvoudigweg met de naam van haar dorp en haar burgerlijke staat aangeduid.

De vrouw is de weduwe van Naïn en alleen de evangelist Lukas tekent haar verbazingwekkende verhaal op. Zij vertegenwoordigt voor mij de kern van de gepersonaliseerde bediening van de Heiland en van zijn zorg voor de ontmoedigde, gewone mensen in zijn gemeenschap. Uit dit verhaal blijkt duidelijk dat God ons kent en om ons geeft.

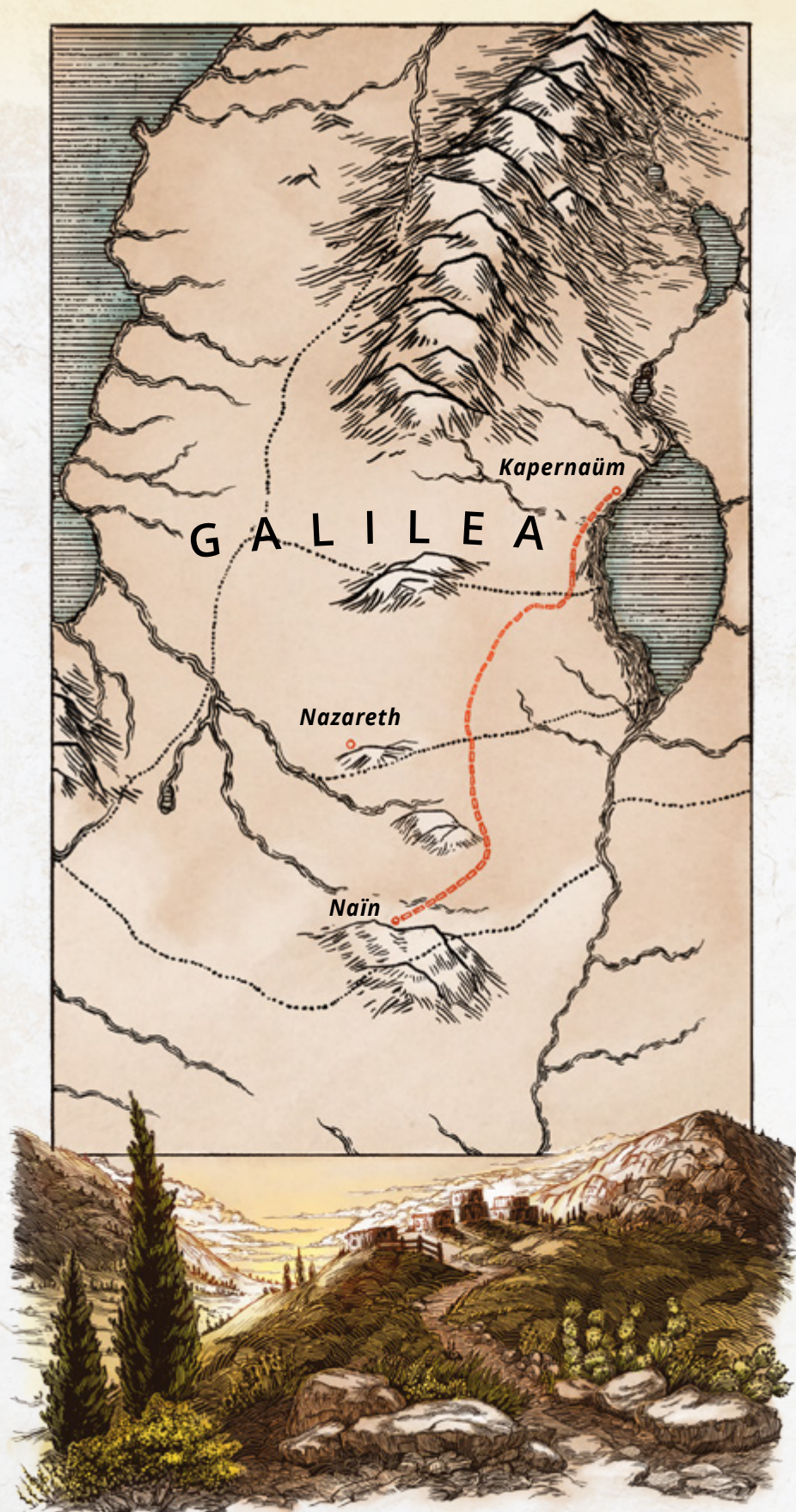
Het wonder in Lukas hoofdstuk 7 valt kort als volgt te beschrijven: Jezus onderschept een rouwstoet en brengt een dode jonge man weer tot leven. Maar er valt veel meer over de omstandigheden te zeggen. Bij alle wonderen, maar in het bijzonder bij dit wonder, is de context cruciaal om deze gebeurtenis op waarde te schatten. Ik heb lesgegeven aan het Brigham Young University Jerusalem Center en zal enkele persoonlijke inzichten met betrekking tot dit wonder noemen.

Nain was in Jezus' tijd een boerendorpje. Het lag tegen de heuvel More, aan de oostkant van de vlakte van Jizreël. Het plaatsje lag niet op een doorgaande route. Er was maar één weg naartoe. In de tijd van Jezus zal deze nederzetting klein en relatief arm zijn geweest, en dat is daarna zo gebleven. Er zijn tijden geweest dat dit dorp maar 34 woningen en 189 inwoners telde.<sup>1</sup> Tegenwoordig wonen er zo'n 1500 mensen.

Lukas tekent aan het begin van het verhaal op dat Jezus de dag ervoor in Kapernaüm was en de slaaf van de hoofdman genezen had (zie Lukas 7:1–10). Dan lezen we dat de Heiland 'de volgende dag' (vers 11; cursivering toegevoegd) naar een stad ging die Nain heette. Een grote groep discipelen ging met Hem mee. Deze volgorde van gebeurtenissen is van groot belang. Kapernaüm ligt aan de noordelijke oever van de zee van Galilea, 183 meter onder de zeespiegel. Nain ligt circa 48 kilometer ten zuidwesten van Kapernaüm op 213 meter boven de zeespiegel. De reis naar Nain vereiste dus een zware voettocht omhoog. Te voet van Kapernaüm naar Nain gaan, zou minstens een of twee dagen in beslag hebben genomen. Onlangs deed een groep jonge studenten aan het BYU Jerusalem Center er tien uur over om deze route op verharde wegen te voet af te leggen. Dit betekent dat Jezus waarschijnlijk heel vroeg op moest staan of zelfs 's nachts door moest lopen om de rouwstoet 'de volgende dag' te onderscheppen.<sup>2</sup>

Toen Christus het dorp na een vermoeiende reis naderde, werd er een jonge man van vermoedelijk in de twintig<sup>3</sup> op een lijikbaar uitgedragen. Lukas vertelt ons dat deze jonge man de enige zoon van een weduwe was. Sommige wetenschappers maken uit de Griekse tekst op dat zij verder geen kinderen had.<sup>4</sup> Een grote groep dorpelingen vergezelde haar bij deze uiterst onfortuinlijke familietragedie.

Een zoon verliezen zou uiteraard voor iedereen tragisch zijn, maar sta eens stil bij de gevolgen voor deze weduwe. Wat zou het voor een







weduwe zonder erfgenaam in het oude Israël in sociaal, geestelijk en financieel opzicht hebben betekend? In de cultuur van het Oude Testament geloofde men dat de vroegtijdige dood van een echtgenoot een teken van Gods oordeel wegens zonde was. Sommigen waren dus van mening dat God deze weduwe strafte. In het boek Ruth jammerde Naomi nadat ze op jonge leeftijd weduwe was geworden dat 'de Heere tegen mij [is] en de Almachtige mij kwaad gedaan heeft' (Ruth 1:21).<sup>5</sup>

Deze weduwe van Nain kreeg niet alleen geestelijke en emotionele pijn te verduren, maar had financieel ook geen enkel perspectief – verhongering lag zelfs op de loer.<sup>6</sup> Na het huwelijk genoot een vrouw financiële bescherming van de familie van haar man. Als hij overleed, kreeg haar zoon met het eerstgeboorterecht de zorg voor haar toebedeeld. Nu de enige zoon van deze weduwe dood was, bleef zij financieel volledig berooid achter. Als haar zoon in de twintig was, was zij waarschijnlijk een vrouw van middelbare leeftijd. Ze woonde in een afgelegen boerendorpje en zat nu geestelijk, sociaal en financieel aan de grond.

Jezus stuitte precies op het moment dat de dorpingen de zoon van deze weduwe op een lijkbaar uitdroegen, op de stoet en was 'met ontferming bewogen over haar' (Lukas 7:13). Lukas drukt het eigenlijk nog heel zacht uit. Jezus had de volkomen hopeloze situatie van deze weduwe op de een of andere manier opgemerkt. Misschien had ze de nacht uitgestrekt op haar





aarden vloer doorgebracht, haar hemelse Vader smekend om te weten waarom. Misschien had ze zich zelfs openlijk afgevraagd waarom Hij haar nog langer op deze aarde liet leven. Of misschien zag ze enorm op tegen de eenzaamheid die haar wachtte. We weten het niet. Maar we weten wel dat de Heiland besloot om direct uit Kapernaüm te vertrekken. Hij zou dan mogelijk de hele nacht hebben moeten wandelen om de rouwstoet te onderscheppen vlak voordat men het lichaam in de grond stopte.

Ja, toen Jezus haar betraande gezicht zag terwijl zij achter de lijkbaar liep, was Hij met grote ontferming voor deze vrouw bewogen – maar het lijkt erop dat zijn ontferming al veel eerder werd opgewekt dan op het moment dat Hij ‘toevallig’ op die rouwstoet stuitte. Hij kwam net op het juiste moment aan om hulp te bieden.

Jezus zei toen tegen de weduwe: ‘Huil niet’ (vers 13). Hij trok Zich niets aan van rituele onreinheid en raakte de baar aan. De dragers ‘stonden stil’. Toen gebod Hij: ‘Jongeman, Ik zeg u, sta op!’

‘En de dode ging overeind zitten en begon te spreken. En [Jezus] gaf hem aan zijn moeder’ (vers 14–15). De menigte

dorpelingen en Jezus’ volgelingen waren uiteraard verbijsterd en hun verdriet sloeg om in pure vreugde. Allen ‘verheerlijkten God en zeiden: Een groot Profet is onder ons opgestaan’ (vers 16). Maar dit wonder ging ook over het redden van één wanhopige ziel. Jezus was zich ervan bewust dat er iets helemaal misging voor deze vrouw – iemand op wie in hun cultuur werd neergekeken. Haar situatie schreeuwde om zijn directe aandacht, ook al moest Hij ver reizen om er precies op het juiste moment te zijn. Hij wist van haar wanhopige situatie en Hij kwam snel. President Thomas S. Monson (1927–2018) sprak onmiskenbaar de waarheid toen hij zei: ‘Als we op een dag op de zogenaamde toevalligheden in ons leven terugkijken, zullen we beseffen dat ze misschien toch niet zo toevallig waren.’<sup>7</sup>

Deze gebeurtenis is weliswaar opbouwend, maar moet voor ons meer dan een mooi Bijbelverhaal worden. Er blijkt zonneklaar uit dat Jezus Zich van deze arme, vergeten en beroorde weduwe bewust was. Vooral wanneer we ons vergeten, niet gezien of onbeduidend voelen, moeten we eraan denken: Jezus kwam de weduwe te hulp toen ze de wanhoop nabij was en Hij zal ook naar ons toe komen. We kunnen van dit voorbeeld van onze Heiland ook leren hoe belangrijk het

is om anderen om ons heen de hand te reiken en tot zegen te zijn. Velen in uw kring zullen van tijd tot tijd ontmoedigd zijn. Als u ze over ‘zuster Nain’ vertelt en uitlegt hoe de Heer van haar ontmoediging en grote persoonlijke crisis op de hoogte was, kan de nacht dag voor hen worden. Denk aan president Spencer W. Kimballs (1895–1985) treffende woorden: ‘God ziet ons en waakt over ons. Maar Hij komt meestal door een ander aan onze behoeften tegemoet.’<sup>8</sup>

Jezus heeft veel wonderen verricht terwijl Hij op aarde was. In mijn ogen zijn er maar weinig zo teder en liefdevol als zijn bediening aan de weduwe van Nain. Daaruit blijkt dat we er voor Hem toe doen en dat Hij ons nooit zal vergeten. Dat moeten we nooit vergeten. ■

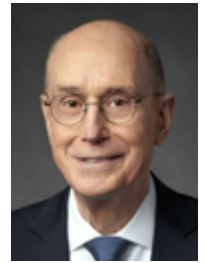
#### NOTEN

1. Zie E. Mills, *Census of Palestine 1931: Population of Villages, Towns, and Administrative Areas* (1932), 75.
2. Zie S. Kent Brown, *The Testimony of Luke* (2015), 364.
3. Zie Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
4. Zie Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
5. De Heer zegt in Jesaja 54:4 tegen de weduwe Israël dat zij ‘niet meer [zal] denken aan de smaad van [haar] weduwschap.’
6. Zie Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
7. Thomas S. Monson, in Joseph B. Wirthlin, ‘Lessen die ik op mijn levensreis heb geleerd’, *Liahona*, mei 2001, 38.
8. *Leringen van kerkpresidenten: Spencer W. Kimball* (2006), 92.



Ga naar [lds.org/go/041917](https://lds.org/go/041917) om de Bijbelvideo ‘De weduwe te Nain’ te bekijken.





**President  
Henry B. Eyring**  
Tweede raadgever  
in het Eerste  
Presidium

# OP DE VERLOSSING VAN DE HEILAND vertrouwen

---

Dankzij de verzoening en opstanding van de Heiland heeft Hij de macht om ons in onze beproevingen te sterken of ons ervan te verlossen.

**V**oor wie onder ons een dierbare verloren hebben, kan het pad vóór hen er droevig en eenzaam uitzien – en dat geldt nog meer voor mensen zonder kennis en getuigenis van de verzoening en opstanding van de Heiland Jezus Christus. U herinnert zich zijn twee twijfelende discipelen op de weg naar Emmaüs wel. De herrezen Heer voegde Zich bij hen en vroeg waarom ze verdrietig waren. Lukas geeft ons het antwoord:

‘En zij zeiden tegen Hem: De dingen met betrekking tot Jezus de Nazarener, Die een Profeet was, machtig in werken en woorden voor God en heel het volk;

‘en hoe onze overpriesters en leiders Hem overgeleverd hebben om Hem ter dood te veroordelen, en Hem gekruisigd hebben.

‘En wij hoopten dat Hij het was Die Israël zou verlossen’ (Lukas 24:19–21).

We putten troost uit onze kennis en ons getuigenis dat Hij het *was* die Israël heeft verlost. Hij *was* het die ‘de banden van de dood heeft verbroken’ (Mosiah 15:23). Hij *was* het die ‘de Eersteling [is] geworden van hen die ontslapen zijn’ (1 Korinthe 15:20). Hij *was* het die tempelverbonden mogelijk heeft gemaakt die ons voor altijd verbinden met ‘de dier’b’re schaar, die ’k mind’ eenmaal, en die mij afwacht daar’.<sup>1</sup>

In deze paastijd wil ik graag een deel van een geestelijke boodschap aanhalen die ik enkele jaren geleden over de macht ter bevrijding van de Heiland heb gebracht. Het voorbereiden en brengen van die boodschap toen heeft mij gesterkt. Ik bid dat het lezen ervan u ook zal sterken.

### **De Heiland kent onze smarten**

Het leven eindigt voor sommigen al vroeg en uiteindelijk voor ons allemaal. We worden allemaal wel beproefd doordat we de dood van een dierbare meemaken.

Ik kwam onlangs een man tegen die ik sinds het overlijden van zijn vrouw niet meer gezien had. We liepen elkaar onverwacht tegen het lijf tijdens een plezierig uitstapje. Hij kwam glimlachend naar me toe. Ik moest denken aan zijn overleden vrouw en vroeg heel voorzichtig: 'Hoe gaat het nu met je?'

De glimlach verdween, zijn ogen werden vochtig en hij zei zachtjes in alle ernst: 'Het gaat wel goed met me. Maar het is erg moeilijk.'

Het *is* ook erg moeilijk, zoals de meesten van u wel weten en wij allemaal eens zullen beseffen. Het moeilijkste van die beproeving is weten hoe



---

*De Heiland had onze  
smarten door de inspiratie  
van de Geest kunnen kennen,  
maar Hij koos ervoor om ze  
persoonlijk te ervaren.*

we moeten omgaan met het verdriet, de eenzaamheid en het verlies die we kunnen voelen, alsof we een deel van onszelf zijn kwijtgeraakt. Verdriet kan als een chronische pijn aanhouden. Sommigen worstelen misschien met gevoelens van boosheid of oneerlijkheid.

Dankzij de verzoening en opstanding van de Heiland heeft Hij de macht om ons tijdens zo'n beproeving te verlossen. Hij heeft al onze smarten leren kennen door wat Hij heeft meegemaakt. Hij had ze door de inspiratie van de Geest kunnen leren kennen, maar Hij koos ervoor om ze persoonlijk te ervaren. Dit is het verslag:

'En zie, Hij wordt geboren uit Maria in Jeruzalem, dat het land van onze voorvaderen is; en zij is een maagd, een kostbaar en uitverkoren vat; en zij zal worden overschaduwed en zwanger worden door de macht van de Heilige Geest, en een zoon baren, ja, namelijk de Zoon van God.

'En Hij zal uitgaan en pijnen en benauwingen en allerlei verzoeking doorstaan; en wel opdat het woord wordt vervuld dat zegt dat Hij de pijnen en ziekten van zijn volk op Zich zal nemen.

'En Hij zal de dood op Zich nemen, om de banden van de dood, die zijn volk binden, los te maken; en Hij zal hun zwakheden op Zich nemen, opdat zijn binnenste met barmhartigheid zal worden vervuld, naar het vlees, opdat Hij naar het vlees zal weten hoe zijn volk te hulp te komen naargelang hun zwakheden' (Alma 7:10–12).

Goede mensen om u heen zullen uw verdriet na het overlijden van een dierbare proberen te begrijpen. Ze zijn zelf misschien ook verdrietig. De Heiland begrijpt en voelt niet alleen verdriet, maar voelt ook *uw* persoonlijke verdriet dat u alleen voelt. En Hij kent u door en door. Hij kent uw hart.

### **Nodig de Heilige Geest uit**

De Heiland kan weten wat u zoal kunt doen wat het beste voor u is, wanneer u de Heilige

Geest uitnodigt om u te troosten en te zegenen. Hij weet waar u het beste kunt beginnen. Soms is dat bidden. Soms is dat iemand anders troost bieden. Ik ken een weduwe met een slopende ziekte die geïnspireerd werd om bij een andere weduwe op bezoek te gaan. Ik was er niet bij, maar ik weet zeker dat de Heer een trouwe discipel inspireerde om naar een ander uit te reiken, zodat ze beiden geholpen werden.

Er zijn veel manieren waarop de Heiland rouwende mensen te hulp kan komen, afgestemd op hun behoeften. Maar u kunt er zeker van zijn dat Hij het kan en zal doen op de wijze die het beste is voor hen die rouwen en voor de mensen om hen heen. Wanneer God mensen van hun verdriet verlost, is het altijd zo dat ze zich nederig als een kind voor Hem voelen. Uit het leven van Job spreekt een geweldig voorbeeld van de kracht van trouwe nederigheid (zie Job 1:20–22). Wat ook altijd een rol speelt, net als bij Job, is een vast geloof in de kracht van de opstanding van de Heiland (zie Job 19:26).

We zullen allemaal uit de dood opstaan, ook uw dierbaren die sterven. Het weerzien met hen zal niet etherisch zijn, maar met een lichaam dat nooit zal sterven, ouder zal worden of ziekte zal ondergaan.

Toen de Heiland na zijn opstanding aan zijn apostelen verscheen, stelde Hij niet alleen hen gerust in hun verdriet, maar ook ons allemaal die ooit met verdriet te maken zullen krijgen. Hij stelde hen en ons als volgt gerust:

'Vrede zij u. [...]

'Zie Mijn handen en Mijn voeten, want Ik ben het Zelf. Raak Mij aan en zie, want een geest heeft geen vlees en beenderen, zoals u ziet dat Ik heb (Lukas 24:36, 39).

De Heer kan ons inspireren om de macht ter bevrijding van ons verdriet aan te grijpen op de manier die het beste bij ons past. We kunnen besluiten om anderen voor de Heer te dienen. We kunnen getuigen van de Heiland, van zijn evangelie, van de herstelling van zijn kerk en van zijn opstanding. We kunnen zijn geboden onderhouden.

Door al die keuzes nodigen we de Heilige Geest uit. De Heilige Geest kan ons naar onze behoefte troosten. En door de inspiratie van de Geest kunnen we een getuigenis krijgen van de opstanding en de heerlijke hereniging duidelijk voor ons zien. Ik heb die troost gevoeld bij de grafsteen

van iemand die ik gekend heb – iemand die ik in de toekomst eens in mijn armen kan houden, dat weet ik zeker. Die kennis nam niet alleen mijn smart weg, maar vervulde me ook met blijde verwachting.

Was die kleine blijven leven, dan zou ze verlossing in andere beproevingen nodig hebben gehad. Ze zou beproefd zijn om God trouw te blijven tijdens de lichamelijke en geestelijke moeilijkheden die iedereen meemaakt. Ook al is het lichaam prachtig geschapen, het blijvend laten functioneren is een uitdaging en een beproeving voor ons allemaal. Iedereen krijgt met ziekte en de gevolgen van ouderdom te maken.

#### **'Wees nederig'**

De macht ter bevrijding uit onze beproevingen werkt. Ze werkt op dezelfde wijze als de bevrijding uit de beproeving die zich bij de

---

*U kunt er zeker van  
zijn dat de Heiland hen  
die rouwen en de mensen  
om hen heen, kan en zal  
bijstaan op de wijze die  
het beste voor hen is.*

dood van een dierbare aandient. Die bevrijding houdt niet altijd in dat het leven van een dierbare wordt gespaard, net zo min als de verlossing uit andere beproevingen altijd betekent dat ze weggenomen worden. De Heer zorgt soms pas voor verlichting wanneer we keuzes maken waardoor de kracht van de verzoening in ons leven werkzaam wordt. Dat doet Hij niet uit onverschilligheid, maar uit liefde voor ons.

Thomas B. Marsh, toenmalig president van het Quorum der Twaalf Apostelen, kreeg een richtlijn om de macht van de Heer ter bevrijding





uit tegenspoed te ontvangen. Hij kampte met moeilijke beproevingen en de Heer wist dat er nog meer zouden volgen. Hier is de raad die hij kreeg. Ik neem die ter harte en bied hem u ook aan: ‘Wees nederig; en de Heer, uw God, zal u aan de hand leiden en u antwoord geven op uw gebeden’ (Leer en Verbonden 112:10).

De Heer wil ons altijd bevrijden door ons rechtschapener te laten worden. Dat vereist bekeering. En dat vergt nederigheid. Dus de weg naar bevrijding vereist altijd nederigheid zodat de Heer ons kan leiden waarheen Hij wil, door onze problemen heen en verder naar onze heiliging.

Beproevingen kunnen tot wrok of ontmoediging leiden. De nederigheid die u en ik nodig hebben zodat de Heer ons aan de hand kan leiden, komt uit geloof voort. Het komt uit het geloof voort dat God echt leeft, dat Hij ons liefheeft en dat wat Hij wil – hoe moeilijk soms ook – altijd het beste voor ons zal zijn.

De Heiland heeft ons die nederigheid getoond. U hebt gelezen hoe Hij in de hof van Gethsémané bad, terwijl Hij ten behoeve van ons een beproeving onderging die wij niet kunnen bevatten of doorstaan, en die ik niet eens kan beschrijven. U kent zijn gebed vast wel: ‘Vader, als U wilt, neem deze drinkbeker van Mij weg; maar laat niet Mijn wil, maar de Uwe geschieden’ (Lukas 22:42).

Hij kende en vertrouwde zijn hemelse Vader, de grote Elohim. Hij wist dat zijn Vader almachtig en oneindig liefdevol was. De geliefde Zoon vroeg met nederige woorden – zoals die van een kind – of de macht ter bevrijding Hem kon bijstaan.

### Put moed en troost

De Vader heeft de Zoon niet bevrijd door de beproeving weg te nemen. Omwille van ons deed Hij dat niet. Hij liet de Heiland de zending volbrengen waarvoor Hij gekomen was. Toch kunnen we voor altijd moed en troost putten uit onze kennis van de hulp die de Vader wel bood:

‘En aan Hem verscheen een engel uit de hemel, die Hem versterkte.

‘En Hij kwam in zware zielenstrijd en bad des te vuriger. En Zijn zweet werd als grote druppels bloed, die op de aarde neervielen.

‘En toen Hij van het gebed opgestaan was, kwam Hij bij Zijn discipelen en vond hen slapend van droefheid.

‘En Hij zei tegen hen: Hoe kunt u slapen! Sta op, en bid dat u niet in verzoeking komt’ (Lukas 22:43–46).

De Heiland bad om bevrijding. Wat Hij ontving, was geen uitweg uit de beproeving maar voldoende troost om er met glans doorheen te komen.

*Jezus Christus heeft de prijs betaald voor  
al onze zonden en die van alle kinderen  
van onze hemelse Vader, zodat wij van de  
dood en de zonde verlost kunnen worden.*

Zijn gebod aan zijn discipelen, die zelf ook beproefd werden, is een richtsnoer voor ons. We kunnen besluiten om dat te volgen. We kunnen besluiten om op te staan en met groot geloof en in nederigheid te bidden. En we kunnen gehoor geven aan het aanvullende gebod in het boek Markus: ‘Sta op, laten wij gaan’ (Markus 14:42).

Dit is goed advies om de lichamelijke en geestelijke beproevingen van het leven te doorstaan. U zult Gods hulp nodig hebben nadat u alles gedaan hebt wat u zelf kunt. Sta dus op en ga, maar vraag Hem zo vroeg mogelijk om hulp; vraag niet pas om bevrijding als de crisis zich aandient.

Ik getuig plechtig dat God de Vader leeft en van ons houdt. Dat weet ik. Zijn plan van geluk is volmaakt en het *is* een plan van geluk. Jezus Christus is opgestaan, evenals wij zullen opstaan. Hij heeft geleden zodat Hij ons in al onze beproevingen te hulp kan komen. Hij heeft de prijs betaald voor al onze zonden en die van alle kinderen van onze hemelse Vader, zodat wij van de dood en zonde verlost kunnen worden.

Ik weet dat in de kerk van Jezus Christus de Heilige Geest ons kan komen troosten en zuiveren als wij de Meester volgen. Ik bid dat u zijn troost en hulp op uw moeilijke momenten zult ontvangen, bij alle beproevingen in uw leven. ■

*Naar de toespraak ‘The Power of Deliverance’, gehouden op 15 januari 2008 tijdens een devotional aan de Brigham Young University.*

### NOOT

1. ‘Leid, vriend’lijk Licht’, *Lofzangen*, nr. 66.



J. KIRK RICHARDS. GETHSEMANÉ (DETAIL); OLJIFAKKEN; GETTY IMAGES

# In een stille, heil'ge hof

Thoughtfully ♩ = 60-68

Tekst naar: Tammy Simister Robinson  
Muziek: Tammy Simister Robinson

1. In een stil - le, heil' - ge hof, daar hebt U mij vrij - ge - kocht.  
2. Uw ge - schon - den li - chaam is 't zin - ne - beeld van uw ge - nâ.  
3. Met de be - ker aan mijn mond weet ik hoe U werd ge - wond.

In Geth - sé - ma - né wel - eer pleit - te U voor mij, o Heer.  
Daar uw pijn voor al - len zij, Hei - land, stierf U ook voor mij.  
't Brood ge - bro - ken neem ik aan; 'k zal als uw ge - tui - ge staan.

Pleit - te U voor mij, o Heer. Neem 't ge - bro - ken har - te mijn,  
Hei - land, stierf U ook voor mij. Neem 't ge - bro - ken har - te mijn,  
'k Zal als uw ge - tui - ge staan. Neem 't ge - bro - ken har - te mijn,

laat uw wil de mij - ne zijn. In Geth - sé - ma - né wel - eer  
laat uw wil de mij - ne zijn. Daar uw pijn voor al - len zij,  
laat uw wil de mij - ne zijn. Nooit meer lij - den hoeft U nu.

pleit - te U voor mij, o Heer. Pleit - te U voor mij, o Heer.  
Hei - land, stierf U ook voor mij. Hei - land, stierf U ook voor mij.  
Heel mijn le - ven wijd ik U. Heel mijn le - ven wijd ik U.

© 2003 by Tammy Simister Robinson. All rights reserved.

Het maken van kopieën voor incidenteel, niet-commercieel gebruik thuis of in de kerk is toegestaan.

Deze mededeling moet op elke kopie verschijnen.



**Brian K. Ashton**

Tweede raadgever  
in het algemeen  
zondagsschoolpresidium

# Drie lessen over liefde, vreugde en gemoedsrust

---

Volg deze drie stappen om veel in uw leven te veranderen, en om de vruchten van de Geest te ervaren.

**T**ijdens mijn studie dacht ik vaak over mijn toekomst na. Toen ik die toekomst eenmaal bereikt had – toen ik was afgestudeerd – heb ik drie belangrijke lessen geleerd die mijn leven hebben veranderd. Ik wil u vertellen wat die lessen waren, in de hoop dat u er niet zo lang over doet als ik. U kunt er meer vreugde door ervaren, en uiteindelijk verhoging bij uw hemelse Vader bereiken.

## **1. Zoek naar geluk, gemoedsrust en de Heilige Geest**

Mijn vrouw Melinda en ik hebben elkaar tijdens mijn tweede jaar aan de universiteit ontmoet. Dat was ongeveer een half jaar na mijn zending. Ik wist meteen dat Melinda de vrouw was met wie ik wilde trouwen. Melinda dacht er echter niet zo over. Pas vijf jaar later kreeg ze het antwoord op haar gebeden dat het 'oké' was om met mij te trouwen.

Die vijf jaren waren erg moeilijk voor mij. Ik wist wie mijn vrouw moest worden, en de Geest bleef mij maar aansporen, maar het lukte mij niet om mijn doel te bereiken.



---

*Ongeacht uw  
omstandigheden  
kunt u liefde,  
vreugde en  
gemoedsrust  
vinden als u de  
kleine dingen  
doet en op  
het offer van  
Jezus Christus  
vertrouwt.*

Kort nadat ik mijn diploma had behaald, besloot Melinda op zending te gaan. Ik ben er zeker van dat ze dat onder andere deed om bij mij uit de buurt te zijn. Terwijl ze op zending was, voelde ik mij vaak ellendig, doordat ik alleen maar dacht aan wat ik niet had. Toch bleef ik dagelijks de Schriften bestuderen en bidden. Ik was actief in de kerk en deed wat ik kon om de Heilige Geest bij mij te hebben.

Op een bitterkoude zondagochtend reed ik naar de kerk in Minneapolis (Minnesota, VS). Ik dacht: Eigenlijk zou ik me ellendig moeten voelen. Niets gaat zoals ik het zou willen. Maar ik voel me niet ellendig. Ik ben ongelooflijk gelukkig!

Hoe kon ik zo gelukkig zijn terwijl ik een moeilijke periode doormaakte?

Het antwoord staat in Galaten 5:22: ‘De vrucht van de Geest is [...]: liefde, blijdschap, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid, zelfbeheersing.’

Omdat ik deed wat ik moest doen om de Geest bij mij te hebben, voelde ik Gods liefde. Ik voelde vreugde en gemoedsrust. Ik kon langdurige beproevingen doormaken en toch gelukkig zijn.

Een groot huis, dure auto’s, modieuze kleding, een succesvolle carrière en andere dingen die ons volgens de wereld gelukkig maken, leiden niet tot liefde, vreugde en gemoedsrust in ons leven, ons gezin en ons huwelijk. Het is zelfs zo dat liefde, vreugde en gemoedsrust van de Geest komen, en dus volledig losstaan van onze materiële omstandigheden.

Denk alstublieft niet dat ik bedoel dat we altijd gelukkig zullen zijn, of dat onze materiële

omstandigheden nooit van invloed zijn op ons geluk. Integendeel, als we nooit het bittere ervaren, kunnen we het zoete niet kennen (zie Leer en Verbonden 29:39; zie ook Mozes 6:55).

Af en toe moeten we worstelen. Bovendien kunnen bepaalde lichamelijke en emotionele toestanden voor veel leed zorgen, en het ons moeilijk maken om de Geest te voelen. Maar als we ernaar streven de Geest bij ons te hebben en op God vertrouwen, kunnen we over het algemeen gelukkig zijn.

Ik getuig dat ik uit ervaring weet dat dit waar is. Sedert de ervaring die ik had toen

Melinda op zending was, heb ik gemerkt dat ik meestal gelukkig ben als ik de dingen doe die de Geest uitnodigen, zoals ervoor kiezen om te geloven en aanvaarden dat alles loopt zoals God dat wil (zie Jakob 3:2).<sup>1</sup>

## **2. Neem geen genoegen met namaak**

Satan voorziet in namaakopties als alternatief voor alles wat God doet, met de bedoeling ons te verwarren en misleiden. Satans misleiding ten spijt, leert de Heiland ons dat ‘een zieke boom [geen] goede vruchten [kan] voortbrengen’ (3 Nephi 14:18). Omdat Satan een ‘zieke boom’ is, kan hij ons geen ‘liefde, blijdschap, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid [en] zelfbeheersing’ (Galaten 5:22) laten voelen. Satan wil ons liever ongelukkig maken (zie 2 Nephi 2:27).

En wat doet Satan dan? Hij probeert ons te misleiden.

Een vriendin van mij, een van de uitverkorenen, werd misleid. Ze ging op zending en was een uitstekend zendeling. Toen ze weer thuiskwam, nam ze zich voor om alle kleine dingen te doen die ervoor hadden gezorgd dat ze op zending de Geest bij zich had en werd gesterkt. En dat deed ze ook een tijdje.

Maar toen zag ze dat haar vrienden, van wie er veel op zending waren geweest, wel op zondag naar de kerk kwamen, maar er verder een wereldse levensstijl op na hielden. Ze leken gelukkig. Ze deden ‘leuke’ dingen. En

---

*Satan  
voorziet in  
namaakopties  
als alternatief  
voor alles  
wat God  
doet, met de  
bedoeling ons  
te verwarren  
en misleiden.  
De Heiland  
leert ons dat  
'een zieke boom  
[geen] goede  
vruchten [kan]  
voortbrengen'*

(3 Nephi 14:18).

hun levensstijl leek hun minder moeite te kosten dan de hare.

Gaandeweg liet ze de kleine dingen die haar op zending geestelijke kracht hadden verschaft, vallen. Ze had nog een getuigenis maar ze vertelde mij later dat ze tot het volgende besluit was gekomen: 'Zolang ik op zondag maar naar de kerk ging, was alles in orde. Toen was ik op de juiste weg.' Toch gaf ze toe dat ze 'geestelijk inactief' was.<sup>2</sup> Als gevolg van haar wereldse levensstijl nam ze de ene slechte beslissing na de andere, en al gauw werd ze zwanger.

Uiteindelijk begonnen haar slechte keuzes zich te wreken. Ze was niet gelukkig en dat wist ze. Gelukkig zag mijn vriendin in dat ze was misleid, en bekeerde ze zich.

Haar verhaal bewijst dat zelfs de sterksten kunnen worden misleid. Bovendien leren we uit haar verhaal dat we ons voortdurend tegen misleiding moeten wapenen. Daarin slagen we als we de kleine dingen doen die de Geest uitnodigen.

Ik ben blij dat ik kan zeggen dat mijn vriendin vandaag gelukkig is, dat ze ernaar streeft de geboden te onderhouden, en dat ze lichamenlijk en geestelijk actief in het evangelie is.

Satan probeert ons op veel verschillende manieren te misleiden. Ik noem er een paar.

Satan probeert ons zover te krijgen dat we materiële dingen belangrijker vinden dan geestelijke dingen. We weten dat onze prioriteiten niet goed liggen als we onszelf te vaak horen zeggen: 'Ik heb het nu te druk of ik ben te moe om \_\_\_\_\_.' Vul zelf maar in: naar de tempel te gaan, te dienen, de Schriften te bestuderen

en erover na te denken, mijn roeping te vervullen, of zelfs te bidden.

Een van de oorzaken waardoor we het zo druk hebben, is de moeite die Satan doet om ons af te leiden. Hij gebruikt de smartphone in onze hand, de radio in onze auto, de televisie in ons huis en een hele reeks anderen dingen om ons haast voortdurend bezig te houden. Daardoor lijkt het alsof we het drukker hebben dan eigenlijk het geval is.

Daardoor denken we ook steeds minder na. Satan doet veel moeite om ons af te leiden, omdat hij weet dat nadenken, in het bijzonder over de Schriften, tot meer bekering en openbaring leidt.

Een andere manier waarop Satan ons misleidt, is door ons te laten denken dat onze uitwendige daden belangrijker zijn dan onze innerlijke houding. Als we geestelijke dingen niet met de juiste houding doen, voelen we de vreugde van het evangelie niet. Daardoor wordt het een zware opgave om de geboden te onderhouden. Satan weet dat als hij ons

zover kan krijgen, de kans groot is dat we niet meer gaan doen wat we zouden moeten doen.

Satan wil ons ook laten geloven dat we vreugde en geluk ervaren als ons leven gemakkelijk is, of als we de hele tijd plezier maken. Dat is niet zo. De waarheid is dat we geen vreugde of geluk zullen kennen zonder daarvoor iets te overwinnen (zie 2 Nephi 2:11, 23).

De laatste misleiding van Satan die ik wil aanhalen, is zijn poging om ons ervan te overtuigen dat goddeloosheid, met al haar aardse geneugten, werkelijk geluk betekent. Satan weet dat bepaalde gevoelens of emoties, althans tijdelijk, (1) ons kunnen voorkomen als vruchten van de Geest,



(2) ons verlangen naar die vruchten kunnen verhullen, of (3) aanvaardbare alternatieven kunnen lijken.

Zo kan Satan ons verleiden om onze lusten te bevredigen in plaats van naar liefde te zoeken. Hij kan ons verlokken met sensatie in plaats van blijvende vreugde. Hij wil ons liever afleiden dan ons gemoedsrust schenken. Hij wil dat we zelfingenomen, gretig en politiek correct zijn, in plaats van onbaatzuchtig, voortdurend gehoorzaam en geestelijk ingesteld. Hij kan ons zo verleiden dat we in de war raken, en daardoor gaan denken dat we gelukkig kunnen worden door de geboden te overtreden.

### 3. Doe de kleine dingen

Het zijn meestal de kleine dingen die de Geest uitnodigen, die ervoor zorgen dat we niet worden misleid, en die ons uiteindelijk de kracht geven om de geboden te onderhouden en het eeuwige leven te verkrijgen. De Heiland heeft dit beginsel onderwezen aan de ouderlingen van de kerk in Kirtland (Ohio): ‘Welnu, word niet moe goed te doen, want u legt het fundament van een groot werk. En uit het kleine komt het grote voort’ (Leer en Verbonden 64:33).

Waarom zijn de kleine dingen zo belangrijk? In het volgende vers legde de Heiland uit dat ‘de Heer het hart en een gewillige geest [verlangt]’ (Leer en Verbonden 64:34). Waarom brengt de Heiland het doen van kleine dingen in verband met het hart en een gewillige geest? Omdat we door voortdurend de kleine dingen te doen ons hart en verstand aan God onderwerpen, en daardoor worden we gereinigd en geheiligd (zie Helaman 3:35).

Die reiniging en heiliging verandert stukje bij beetje onze aard, zodat we steeds meer op de Heiland gaan lijken. Daardoor worden we ook ontvankelijker voor de ingevingen van de Heilige Geest, zodat we minder misleid.

In mijn laatste jaar aan de middelbare school gaf mijn vader mij thuis seminarieles. Dat jaar was het Boek van Mormon aan de beurt, en dus besloot mijn vader dat we het samen zouden lezen, één vers tegelijk, en bespreken wat we hadden geleerd. Bij het lezen stelde mijn vader vragen die mij lieten nadenken over wat we lazen, en legde hij uit wat ik niet begreep. Ik weet nog goed dat we over de Heiland lazen. Ik voelde dat Hij de Nephieten werkelijk had bezocht en dat ik dankzij zijn verzoening werkelijk vergeving van mijn zonden kon krijgen.

Tijdens die uren met mijn vader begon mijn kennis van de Schriften vorm te krijgen. Ik voelde iets terwijl we lazen. En meer nog: mijn verlangens, drijfveren en daden veranderden. Ik wilde een beter mens worden. Ik begon te beseffen op welke manieren ik was misleid. Ik bekeerde mij vaker. Tegen het einde van mijn eerste jaar aan de universiteit las ik elke dag in de Schriften.

In die periode vroeg president Ezra Taft Benson (1899–1994) de leden van de kerk om dagelijks in het Boek van Mormon te lezen en toe te passen wat ze hadden geleerd.<sup>3</sup> Daarom las ik altijd iets in het Boek van Mormon, naast wat ik al aan het lezen was.

Op zending heb ik geleerd hoe ik de Schriften echt kon bestuderen en mij eraan vergasten. Wanneer ik las, voelde ik niet alleen de Heilige Geest, maar ik begon ook vreugde te voelen als ik in de





---

*Als u zich  
dagelijks aan  
de Schriften,  
en in het  
bijzonder  
het Boek van  
Mormon,  
vergast, beloof  
ik dat u de  
Geest bij u zult  
hebben.*

Schriften op zoek ging naar antwoorden voor mijn problemen en die van mijn onderzoekers.

Na mijn zending bleef ik mij dagelijks aan de Schriften vergasten. Doordat ik met die gewoonte de Heilige Geest uitnodigde, gaf Hij mij leiding zodat ik mijn tijd efficiënter kon besteden. Daardoor haalde ik betere resultaten op school, en later ook op mijn werk. Goede beslissingen nemen werd makkelijker. Ik bad meer en vervulde mijn roepingen met meer ijver. Mijn problemen verdwenen niet doordat ik mij dagelijks aan de Schriften vergastte, maar mijn leven was makkelijker.

In augustus 2005 spoorde president Gordon B. Hinckley (1910–2008) ons aan om het Boek van Mormon vóór het einde van het jaar uit te lezen of te herlezen.<sup>4</sup> Aangezien ik elke dag in het Boek van Mormon las, zat ik al in Ether of Moroni. Twee weken later had ik het uit, en ik vond dat ik daarmee gehoor had gegeven aan het verzoek van president Hinckley.

Maar toen kwam onze trouwe huisonderwijzer op bezoek. Hij vroeg hoever ik met de uitnodiging van president Hinckley was.

Ik zei dat ik geluk had dat ik aan het Boek van Mormon was begonnen voordat president Hinckley dat had gevraagd. En toen verkondigde ik trots dat ik had gedaan wat hij had gevraagd.

Gelukkig was mijn huisonderwijzer een andere mening toegedaan. Hij wees mij vriendelijk terecht, en de Geest fluisterde mij in dat hij gelijk had.

Van toen af aan moest ik twee hoofdstukken per dag lezen om het boek uit te krijgen. Zodra ik meer in het Boek van Mormon ging lezen,

merkte ik dat ik nog meer kracht ontving. Ik had meer vreugde. Ik zag dingen duidelijker. Ik bekeerde mij nog vaker. Ik wilde anderen bedienen en redden. Ik was minder vatbaar voor de misleidingen en verleidingen van Satan. Ik had de Heiland inniger lief.

In november werd ik als bisschop van onze wijk geroepen. Doordat ik had gedaan wat president Hinckley had gevraagd, was ik beter op die roeping voorbereid. Sindsdien heb ik gemerkt dat ik meer behoefte heb aan Schriftstudie, en vooral in het Boek

van Mormon, als ik het op het werk of in de kerk drukker heb.

U kunt diezelfde zegeningen en kracht ervaren, als ook u zich dagelijks aan de Schriften vergast. Als u zich dagelijks aan de Schriften, en in het bijzonder het Boek van Mormon, vergast, beloof ik dat u de Geest bij u zult hebben, dat u moeiteloos dagelijks zult bidden, dat u zich vaker zult bekeren, en dat het makkelijker zal zijn om elke week naar de kerk te gaan en van het avondmaal te nemen.

Ik getuig dat u ongeacht uw omstandigheden liefde, vrede, gemoedsrust en geluk zult vinden, als u de kleine dingen doet en op de Heer vertrouwt. Ik getuig eveneens dat dit mogelijk wordt gemaakt door het offer van Jezus Christus. Alle goede dingen komen dankzij Hem (zie Moroni 7:22, 24). ■

*Naar de toespraak 'Happiness, Deceit, and Small Things', op 5 december 2017 gehouden tijdens een devotionaal aan de Brigham Young University.*

#### NOTEN

1. Als we standvastig in het geloof in Christus zijn, kunnen we ons ongeacht onze omstandigheden aan Gods liefde vergasten.
2. Gespreksnotities en afschrift in het bezit van de auteur.
3. Zie Ezra Taft Benson, 'Een heilige

taak', *De Ster*, juni 1986, 73–74; zie ook 'Het Boek van Mormon – de hoeksteen van onze godsdienst', *De Ster*, januari 1987, 3–5.

4. Zie Gordon B. Hinckley, 'Boodschap van het Eerste Presidium: Een krachtig en waar getuigenis', *Liahona*, augustus 2005, 2–6.

## Zelfs een orkaan hield ons niet tegen

**K**ort na mijn zending kreeg ik een Kuitnodiging voor een dansavond. In de loop van de avond raakte ik mijn telefoon kwijt. Een jongeman bood aan om te helpen zoeken. We raakten aan de praat. We kwamen erachter dat we allebei op zending waren geweest, en dat we veel ideeën en doelen met elkaar gemeen hadden.

Onze relatie werd steeds dieper, en we besloten ons te verloven. We droomden ervan om in de Washington D.C.-tempel aan elkaar te worden verzegeld, voordat de tempel in maart 2018 voor renovatiewerkzaamheden zou sluiten. Maar zodra we die beslissing hadden genomen, werden we op de proef gesteld. Eerst raakte ik mijn baan kwijt. Ik kon niet meer voor onze reis naar de tempel sparen. Toen werd er voorspeld dat een orkaan vlak voor onze trouwdatum Puerto Rico zou bereiken.

Orkaan Maria trok een spoor van vernieling over ons mooie eiland. Winkels waren gesloten. De elektriciteit viel uit.

Het werd erg moeilijk om aan water, voedsel en andere basisbehoeften te komen. Alles wat we voor onze receptie wilden gebruiken, was weg. We moesten onze receptie annuleren, en het leek erop dat onze bruiloft helemaal niet kon doorgaan. Het luchtvaartverkeer van en naar Puerto Rico was beperkt, en niemand wist wanneer alles weer normaal zou zijn. Ik raakte ontmoedigd. Twijfel en verwarring sloegen toe.

Op een avond besprak ik de situatie met mijn verloofde. Het was niet zeker of we onze bestemming zouden kunnen bereiken. We hadden geen trouwreceptie en geen bruidskleding, maar de Geest bevestigde dat we ons vertrouwen in de Heer moesten stellen. Het belangrijkste was onze verzegeling in de tempel. We baden om hulp tot onze hemelse Vader.

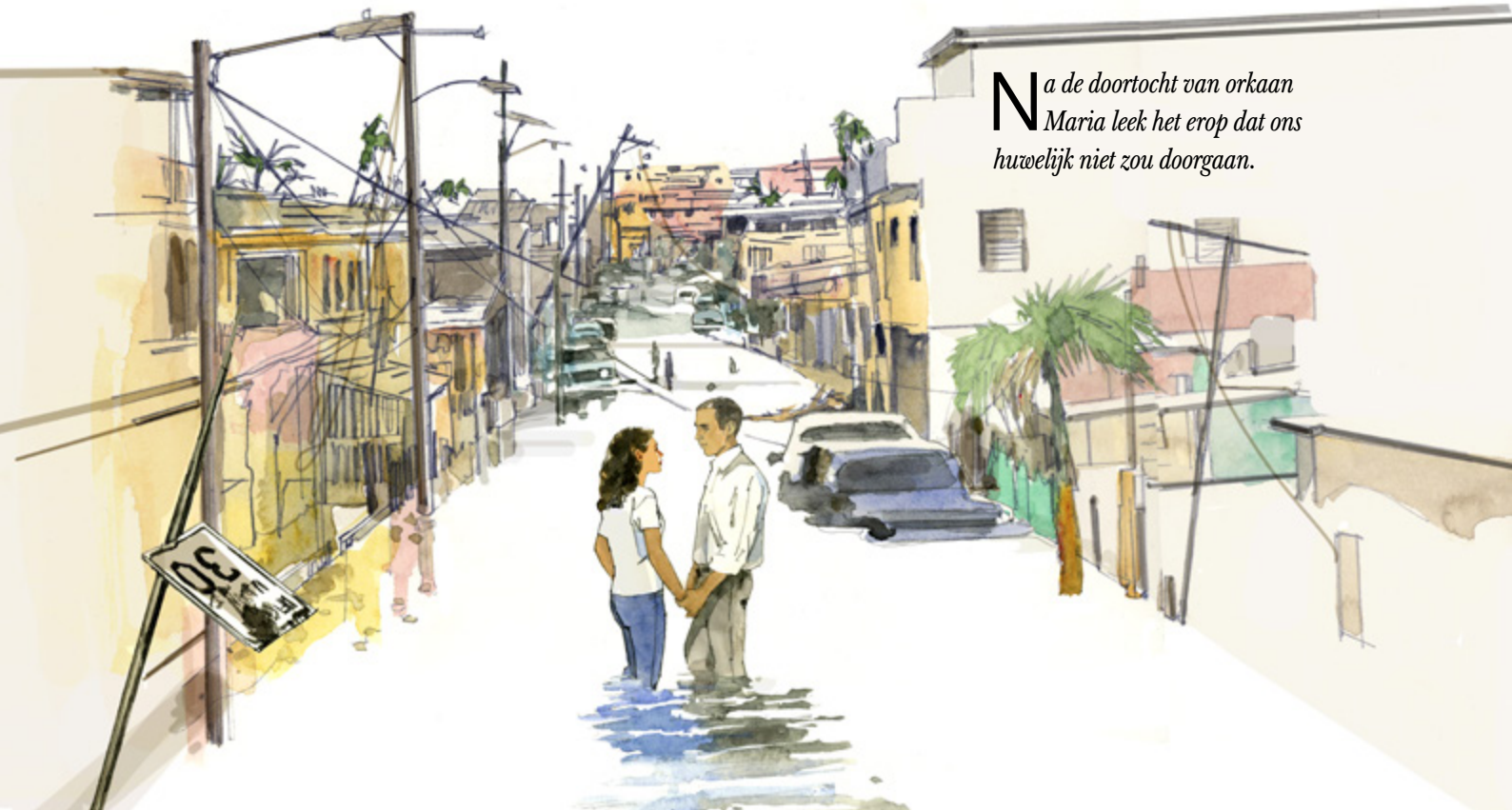
Zodra er weer vliegtuigen vanuit Puerto Rico vertrokken, moesten we opnieuw reisplannen maken en een datum voor onze verzegeling

vastleggen. Na de orkaan waren alle vormen van communicatie wekenlang afgesneden, maar de mobiele telefoon van een vriendin werkte nog. We mochten hem gebruiken om de tempel te contacteren. We slaagden erin om alles te regelen zodat we toch aan elkaar konden worden verzegeld! Een paar weken voordat we vertrokken, kregen we schoenen en kleren van familieleden en vrienden. Zij hielpen ons met alles wat we voor ons huwelijk nodig hadden.

Toen we eindelijk de tempel binnengingen, lieten we al onze kopzorgen achter. We hielden elkaars hand vast en gingen samen de toekomst tegemoet. Ik kan oprecht zeggen dat ik de leidende hand van de Heer heb gevoeld. Hij verzekerde ons dat alles in orde zou komen, als we maar op Hem vertrouwden. Intussen zijn we gezegend met een prachtige zoon, en is ons gezin voor alle eeuwigheid verzegeld. ■

**Koraima Santiago de Jesus, San Juan (Puerto Rico)**

*Na de doortocht van orkaan Maria leek het erop dat ons huwelijk niet zou doorgaan.*





## 'Dit is het!'

Op een winteravond kwam ik laat thuis nadat ik als bisschop veel gesprekken had gevoerd. Ik was doodmoe. Ik had al wekenlang stress op mijn werk, en met mijn gezins- en kerktaken werd het uiterste van mij gevergd.

Die avond moest ik mijn auto repareren zodat ik de volgende ochtend naar mijn werk kon gaan. Toen ik mijn overall aantrok, veranderde mijn rol van bisschop in automonteur. Ik lag op de koude garagevloer onder de auto en ging aan het werk. Waarom moest ik uitgeput en in de kou nog aan de slag, terwijl ik de hele dag al zo hard had gewerkt? Ik had geen geduld meer en begon jammerlijk tot mijn hemelse Vader te bidden.

'Kunt U me misschien een beetje helpen?' vroeg ik. 'Ik probeer mijn best te doen om een goede vader, echtgenoot en bisschop te zijn en de geboden te onderhouden. Zou het niet beter zijn als ik wat kon uitrusten? Help me hier alstublieft mee zodat ik naar bed kan gaan.'

Plotseling kwamen er duidelijk drie woorden in mijn gedachten: 'Dit is het!' 'Wat?' reageerde ik.

Opnieuw die woorden: 'Dit is het!'

Mijn verstand en hart werden met begrip gevuld toen ik voor de derde keer die woorden hoorde: 'Dit is het!' Deze woorden waren een boodschap aan mijn geest. 'Het' was het aardse leven, en ik maakte een groeimoment mee zodat ik kon worden wat mijn hemelse Vader voor ogen heeft. Het leek wel of de Geest tegen me zei: 'Had je gedacht dat dit aardse leven probleemloos zou verlopen?' Toen ik van die koude betonnen vloer opstond, was ik niet dezelfde meer.

Afhankelijk van onze reactie kunnen beproevingen als gaven van een liefdevolle Vader in de hemel worden beschouwd. Hij stelt ons in staat om beproevingen te ondergaan zodat we ons tot Hem zullen richten. Als we dat doen, worden we met leerervaringen en geestelijke groei gezegend.

De drie woorden die op die koude avond op de betonnen vloer van mijn garage in mijn gedachten kwamen, zijn me al ruim 35 jaar tot zegen. Ik probeer in te zien dat beproevingen nuttig zijn. Beproevingen zijn voor mij kansen om iets te leren wat ik op geen enkele andere manier kan leren. ■

**Richard J. Anderson, Utah (VS)**

*Ik werkte aan mijn auto toen ik een duidelijke boodschap in mijn gedachten hoorde.*

# Toen mijn vader zong

Ik was vier en een halve maand op zending in Honolulu (Hawaï, VS) toen ik een epileptische aanval kreeg. De diagnose luidde dat ik epileptie had. De daaropvolgende maanden moest ik vaak naar het ziekenhuis. Ik kreeg allerlei onderzoeken en medicijnen met akelige bijwerkingen.

Tot op dat moment had ik me volledig op het zendingswerk geconcentreerd en geen last van heimwee gehad. Maar vanaf het moment van mijn aanval deed mijn hart zeer. Ik miste mijn ouders en voelde me eenzaam, hoewel ik door geweldige, zorgzame mensen werd omringd. Ik wilde niet naar huis, ik wilde gemoedsrust.

Met toestemming van mijn zendingspresident sprak ik aan de telefoon met mijn ouders over mijn medicijnen. Mijn vader, van wie net een levenslange

droom in vervulling was gegaan om in het Tabernacle Choir at Temple Square te zingen, beloofde dat hij gedurende de algemene conferentie, die de volgende dag zou beginnen, voor mij de ziel uit het lijf zou zingen.

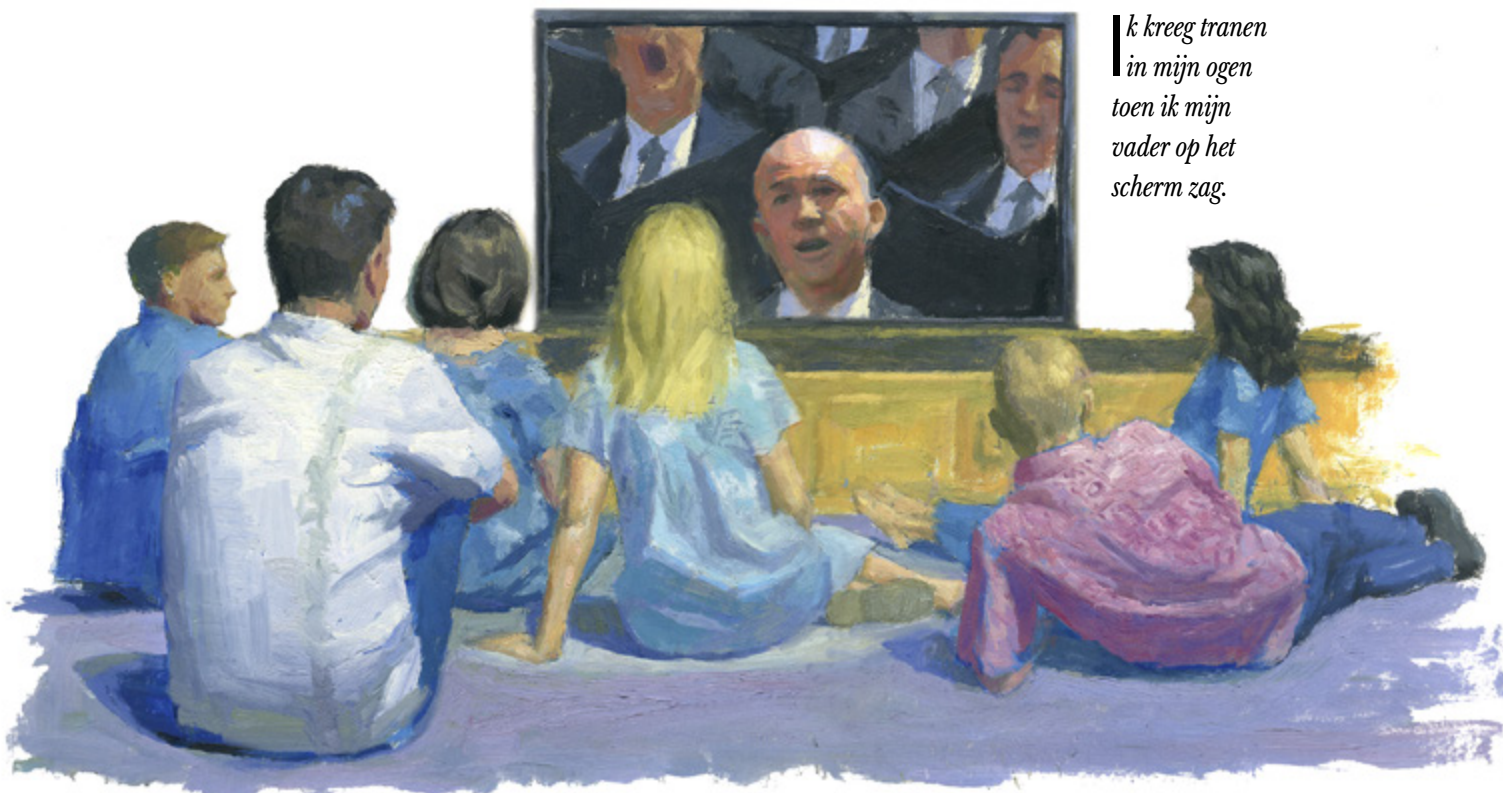
De volgende ochtend bad ik vurig om de gemoedsrust die ik zo hard nodig had. Ik had tijdens eerdere algemene conferenties antwoord op specifieke vragen ontvangen, en ik vertrouwde erop dat ik opnieuw hulp zou krijgen. Toen de conferentie begon, zong het koor 'Dierb're kind'ren, God is met u' (*Lofzangen*, nr. 61). Binnen een minuut zag ik mijn vader op het scherm. De camera zoomde vrij lang op zijn gezicht in.

Ik kreeg tranen in mijn ogen toen ik een enorm gevoel van gemoedsrust ontving. Ik wist dat God mij liefhad.

Hij wist precies wat ik die dag nodig had – een eenvoudige geruststelling dat Hij nabij was en om me gaf. Ik voelde Gods liefde, en in het verlengde daarvan de liefde van familieleden, mijn collega's en mijn zendingspresident. Ik voelde me niet meer belast, maar ik zag een kans om dichter bij de Heer te komen.

Mijn gezondheidsproblemen verdwenen niet. Ik moest toch eerder van mijn zending naar huis, maar ik wist dat God bij me was en dat Hij me liefhad. Die geruststelling is me in veel beproevingen bijgebleven en heeft me op de donkerste momenten hoop gegeven. Anderen noemen het misschien toeval, maar ik weet dat het in mijn tijd van nood een klein wonder was dat ik mijn vader zag zingen. ■

**Maria Oka (Californië, VS)**



Ik kreeg tranen in mijn ogen toen ik mijn vader op het scherm zag.

## Een uitnodiging voor Ricardo

Als er een activiteit van de kerk is, nodig ik altijd tien mensen uit die geen lid van de kerk zijn. Dat doe ik al jaren. Ik maak uitnodigingen, doe ze in een witte envelop en bid dat de Geest me zal leiden. Dan deel ik de uitnodigingen uit. Het gebeurt niet vaak dat ze alle tien komen, maar zelfs als er maar één persoon komt, vind ik dat een succes.

Enkele jaren geleden had ik tien uitnodigingen voor een haardvuuravond voor echtparen gemaakt. Ik gaf er negen aan collega's op mijn werk. Ik wist niet aan wie ik die laatste moest geven. Enkele minuten later liep Ricardo, een vertegenwoordiger, langs mijn bureau. Ik kreeg het gevoel dat ik hem een uitnodiging moest geven, hoewel hij een uitnodiging van een andere collega voor een bezoek aan diens kerk had afgeslagen. Ik had niet gedacht dat Ricardo interesse zou hebben.

Maar toen Ricardo weer langs mijn bureau liep, kreeg ik hetzelfde gevoel. Hij liep echter zo snel voorbij dat ik niet de kans kreeg om met hem te praten. Ik bad dat Ricardo nog een keer zou langslopen, zodat ik hem de uitnodiging kon geven.

Toen ik gebeden had, kwam Ricardo terug om me iets te vragen. Daarna zei ik: 'Ricardo, bij mij in de kerk hebben we een activiteit voor echtparen. We wisselen ervaringen uit en bespreken hoe we elke dag gelukkig kunnen leven. Daarna gaan we dansen. Als ik je uitnodig, kom je dan?'

'Natuurlijk!' zei Ricardo, maar zijn antwoord overtuigde me niet.



*Ik gaf negen uitnodigingen aan collega's op mijn werk en had er nog één over. Ik wist niet aan wie ik die laatste moest geven.*

Ik heb in ieder geval mijn best gedaan, dacht ik.

Mijn vrouw en ik waren wat eerder naar de activiteit gegaan om mensen te begroeten. Plotseling zag ik Ricardo en zijn vrouw Regina. Ik stelde ze aan mijn vrouw en de andere aanwezigen voor. Het leek erop dat Ricardo en Regina de hele avond plezier hadden. Ik was verbaasd toen ze zeiden dat ze zondag naar de kerk zouden komen om meer te weten te komen.

Ricardo, Regina en hun twee kinderen leerden zeker meer.

Uiteindelijk werden ze lid van de kerk. Later zijn ze in de tempel aan elkaar verzegeld. Ricardo vertelde me een keer dat zijn vrouw en hij over een echtscheiding hadden gesproken, maar dat de Heer hem toen naar mijn kantoor had geleid.

Ik heb God gevraagd mij te vergeven dat ik dacht dat Ricardo mijn uitnodiging zou afslaan. Ik heb geleerd dat het belangrijk is om iedereen uit te nodigen. Je weet maar nooit wie de uitnodiging zal accepteren. ■

**Martin Apolo Cordova (Paraná, Brazilië)**

# De zaken gaan goed

Joshua J. Perkey  
kerktijdschriften

Door wat hij in zijn zelfredzaamheidsgroep leerde, ging er voor Teddy Reyes een nieuwe deur open toen een andere deur werd gesloten.

**H**et is vier uur 's morgens in Santo Domingo (Dominicaanse Republiek), en Teddy Reyes is al aan het werk. Hij heeft vandaag veel te doen om zijn bloeiende bedrijf in stand te houden. Eerst snijdt hij tomaten en brood. Dan maakt hij zijn speciale saus.

Om zes uur komen twee medewerkers hem helpen en gaat alles veel sneller. Om acht uur hebben ze driehonderd broodjes klaargemaakt, apart verpakt en in tassen gestopt. Er komen nog zes medewerkers, en de hele groep gaat op pad om de broodjes te verkopen.

Rond negen uur zijn bijna alle broodjes verkocht. Teddy heeft er drie of vier bewaard om aan zijn team te geven.

De zaken gaan goed voor Teddy. Maar het is niet altijd makkelijk geweest. De afgelopen vijf jaar heeft hij geen vast werk in zijn eigen beroep kunnen vinden – hij is advocaat.

Hoe heeft Teddy de overstap van juridisch advies naar de verkoop van broodjes gemaakt? Dat heeft natuurlijk heel wat inspanning gekost, maar ook de zorgvuldige toepassing van de beginselen die hij in de zelfredzaamheidsgroep van de kerk heeft geleerd.



## Geen werk meer

Vijf jaar geleden liep alles op rolletjes voor Teddy. Hij had een goede baan als advocaat, hij was pas getrouwd en hij had zijn vrouw gedoopt. 'Maar toen kwamen de beproevingen,' zegt hij, 'en raakte ik mijn baan kwijt.'

Vier jaar lang kon hij geen vast werk vinden. 'Er was wel veel werk, maar niemand wilde me ervoor betalen. Ik probeerde allerlei baantjes, maar niets wilde lukken.'

Zijn vrouw, Stephany, had een goede baan, maar haar salaris was niet voldoende om alle rekeningen te betalen. En toen kregen ze een kind. Daar waren ze dolblij mee, maar hun financiën werden steeds krappert. Ze raakten hun huis kwijt, moesten hun auto verkopen en gebruikten al hun spaargeld. Uiteindelijk verhuisden ze naar een huisje van de moeder van Stephany.

Maar Teddy gaf niet op. Al snel kreeg hij een onverwachte kans.

## De kracht van zelfredzaamheid

Na jarenlang tobben wist Teddy dat het tijd voor een verandering was.

'Ik besloot de zelfredzaamheidscurssussen van de kerk te volgen', zegt hij. 'Ik had er wel over gehoord, maar ik dacht altijd dat ze mij niets te bieden hadden. Ik veronderstelde dat ze bedoeld waren om te leren bepaalde dingen zelf te doen. Maar de lessen waren geweldig.'

Eerst sloot Teddy zich aan bij de groep Persoonlijke financiën beheren.

Toen sloot hij zich aan bij de groep Mijn bedrijf beginnen en uitbreiden. In die groep deed Teddy veel zakelijke kennis op. Maar hij ontwikkelde zich ook geestelijk.

'Door die cursussen veranderde alles', zegt hij. 'Ik besloot alles te doen wat mij werd geleerd. En mijn financiën veranderden onmiddellijk. Ik begon een volledige tiende te betalen, dagelijks te bidden, de Schriften te bestuderen en mijn geloof te oefenen. En alles veranderde. Ik ging sparen en de sabbat heiligen. Ik werd door elk beginsel gezegend.'

In de groep Mijn bedrijf beginnen en uitbreiden leerde Teddy hoe je kunt ontdekken aan welke producten klanten in de regio iets kunnen hebben. Toen hij zich afvroeg waar mensen naar op zoek waren, kreeg hij inspiratie. In zijn regio waren mensen gek op verse broodjes. Maar ze wilden ook graag dat ze op bestelling werden gemaakt en bezorgd.

'Veel restaurants hebben een speciale saus waardoor hun voedsel uitblinkt', zegt Teddy. 'Daarom heb ik mijn eigen saus ontwikkeld!'

## Zijn bedrijf uitbreiden

Toen hij met zijn bedrijf begon, maakte Teddy dertig broodjes.

'Een half uur later was ik weer thuis', zegt hij. 'Mijn vrouw maakte zich zorgen toen ze me op de bank zag zitten. Ze vroeg waarom ik al thuis was. Moest

ik mijn broodjes niet verkopen? Maar ik had ze allemaal al verkocht!'

De daaropvolgende weken nam Teddy contact op met plaatselijke bedrijven en scholen. Er was veel vraag naar zijn broodjes. Zijn bedrijf begon te groeien. Hij leerde al snel hoe je verse groente moest verzorgen en bewaren. Hij weet ook precies hoe lang zijn speciale saus houdbaar is. Elke avond bestelt hij brood en haalt dat op. Op zaterdag koopt hij afgeprijsde groente. Dat is goedkoper en houdbaar tot maandag.

Al snel kreeg hij bestellingen voor bepaalde broodjes, en zelfs grote hoeveelheden voor speciale gelegenheden. Hij had hulp nodig en nam enkele mensen aan.

Door de positieve relatie met plaatselijke scholen en bedrijven bouwde Teddy een trouw klantenbestand op. Binnen vier maanden had hij acht medewerkers en verkocht hij driehonderd broodjes per dag, vijf dagen per week. Zijn verkopers zijn zo goed dat ze zelfs in de zomer uitverkopen, als de scholen zijn gesloten. Teddy is van plan nog verder uit te breiden.

Omdat hij de zelfredzaamheidscurssussen had gevolgd, had hij de inspiratie voor zijn broodjesbedrijf gekregen. Hij zegt: 'Door de begeleiding van de kerk en de zegeningen die ik heb ontvangen, heb ik een sterker getuigenis van de kerk en van Jezus Christus gekregen.' ■



## Onze zoon is een zoon van onze hemelse Vader

Jerlyn Murphy

**O**nze lieve zoon Hayden was helemaal blauw toen hij geboren werd. Hij ademde niet en vocht voor zijn leven. Hij hield niet. En hij bewoog niet.

Toen de artsen en verpleegkundigen door de verloskamer renden, wist ik dat er iets helemaal mis was. Mijn man en mijn vader gaven Hayden snel een priesterschapszegen. Toen werd hij haastig naar de intensive care gebracht. Al snel was de diagnose bekend: een zeldzame hartstoornis. Binnen enkele dagen onderging hij verscheidene hartoperaties.

Door de wonderbaarlijke kracht van priesterschapszegens, vasten en bidden, overleefde hij tegen alle verwachtingen in. We waren zo blij dat we met onze zoon naar huis konden gaan en aan ons nieuwe leven konden beginnen.

Hayden bracht zoveel vreugde in ons leven. We koesterden hem en hadden hem lief. Maar na verloop van tijd begon ik me zorgen te maken omdat hij zich niet naar verwachting ontwikkelde. Hoewel de specialisten ons ervan verzekerden dat hij de achterstand uiteindelijk wel zou inhalen, bleef ik die onrustige gevoelens houden naast de hele worsteling om voor hem te zorgen.

Mijn man en ik lasen veel over de ziekte die Hayden had. We deden alles wat we van de artsen moesten doen. Maar er was geen vooruitgang waar te nemen.

Ik was moe en raakte gefrustreerd. Ik smeekte mijn Vader in de hemel of Hij me naar iemand kon leiden die Hayden kon helpen. Maar zonder



resultaat. Haydens toestand verslechterde. Hij begon toevallen te krijgen. We waren bang. We dachten dat we hem zouden verliezen.

Laat op een avond was ik op zoek naar antwoorden. Ik schreef Hayden een brief. Daarin vertelde ik hem hoeveel ik van hem hield en hoe hard ik mijn best deed om zijn leven wat gemakkelijker te maken. Ik beloofde hem dat ik de rest van mijn leven mijn uiterste best zou doen om hem de nodige hulp te geven.

Ik werd even door frustratie en onzekerheid overmand. Ik knielde neer en vroeg mijn Vader in de hemel: 'Waarom?' Ik dacht dat Hij Hayden naar mij had gestuurd omdat Hij wist dat ik nooit de moed zou opgeven om mijn zoon te helpen. Waarom kon ik dan geen antwoorden vinden? Waarom leidde elke arts en elke nieuwe behandeling weer naar een obstakel? Hield onze hemelse Vader dan niet van Hayden?

Ik zal dat moment nooit vergeten. Ik werd plotseling overstelpt door een gevoel van liefde. Het waren niet mijn woorden die in mijn gedachten kwamen: 'Jerlyn, denk je dat jij meer van hem houdt dan Ik?'

Ik verstijfde. Het leek wel of de tijd even stilstond. De tranen stroomden over mijn wangen. Niet uit frustratie, zoals voorheen, maar uit hoop, begrip en liefde.

Vanaf dat moment veranderde alles. Mijn hart verzachtte. Mijn vragen veranderden. Ik begrijp

nu dat mijn Vader in de hemel met volmaakte liefde om Hayden geeft. Hayden was hier in een lichaam gekomen dat voor zijn behoeften en mogelijkheden gepast was, om te groeien en te leren. Hij heeft zijn eigen unieke vaardigheden en moeilijkheden, net als wij. Ik heb geleerd dat kinderen met een handicap dierbare en geliefde kinderen van onze hemelse Vader zijn. Zij hebben een belangrijke zending op aarde te vervullen.

Mijn man en ik krijgen voortdurend antwoorden en zegeningen. Maar die krijgen we op de tijd van de Heer, niet op onze tijd. We zijn naar de juiste boeken, therapieën, scholen en leerkrachten geleid zodat Hayden succes in zijn aardse leven kan hebben. We proberen de weg te vinden die onze Vader in de hemel voor Hayden heeft bereid, in plaats van de weg die wij in gedachten hadden. Wij doen ons uiterste best om Hayden te helpen, zodat hij zijn goddelijk potentieel kan bereiken en het leven kan leiden dat onze hemelse Vader voor ogen heeft. Ons begrip van het plan van onze hemelse Vader is nu veel duidelijker omdat we begrijpen dat Hayden eerst Zijn zoon was, voordat hij onze zoon was. ■  
*De auteur woont in Arizona (VS).*

---

Het waren niet mijn woorden die in mijn gedachten kwamen: 'Denk je dat jij meer van hem houdt dan Ik?'



#### HET LICHAAM: EEN KOSTBARE GAVE

'Om redenen die voor ons niet duidelijk zijn, worden sommige mensen met een lichamelijke beperking geboren. Bepaalde lichaamsdelen zijn niet in orde. Regulerende organen zijn misschien uit balans. We zijn allemaal onderhevig aan ziekte en dood. Een stoffelijk lichaam is echter een bijzondere gave. Zonder dat lichaam kunnen we geen volheid van vreugde ontvangen.

'Er is geen volmaakt lichaam nodig om een goddelijke bestemming te bereiken. In feite worden soms de lieflijkste geesten in breekbare omhulsels geboren. Mensen met fysieke problemen ontwikkelen juist daardoor vaak grote geestelijke kracht. Zij hebben recht op alle zegeningen die God voor zijn trouwe en gehoorzame kinderen in petto heeft.'

President Russell M. Nelson, 'We Are Children of God', *Ensign*, november 1998, 86-87.

# Met tragedie omgaan

Vroeger of later krijgen kinderen met tragedie te maken, dicht bij huis of verder weg. Maar 'zelfs als de wereld om u heen in beroering is, kunt u de zegen van innerlijke vrede ervaren.'<sup>1</sup> Hieronder staan enkele dingen die u kunt doen om ervoor te zorgen dat kinderen die vrede kunnen voelen.



## Stabiliteit

Als er iets ernstigs gebeurt, kunnen kinderen het gevoel krijgen dat hun wereld uit balans is. Wees een voorbeeld van standvastigheid voor hen. Praat rustig en zelfverzekerd over de kwestie. Probeer zoveel mogelijk de gebruikelijke routine te bewaren. Doe uw best om de gezinsavond, Schriftstudie, gebed en andere gewoonten in stand te houden. Na verloop van tijd kunnen kinderen leren dat ook als hun wereld op zijn kop ligt, het evangelie perspectief biedt en het leven verder gaat.

## Respect

Toon respect voor de emoties van kinderen. Luister naar kinderen en erken hun gevoelens. Laat merken dat u hun zorgen serieus neemt. Geef ze zo nodig de ruimte, maar laat ze weten dat u beschikbaar bent als ze willen praten. Beantwoord hun vragen op een manier die bij hun leeftijd past. Laat uw kinderen weten dat ze altijd met u over hun angsten en zorgen kunnen praten.



## Advies

Uw kinderen vragen misschien: 'Waarom staat God toe dat er nare dingen gebeuren?' Leg uit dat goede en slechte tijden bij het leven horen en deel van Gods eeuwige plan uitmaken. Hij geeft iedereen de vrijheid om zelf beslissingen te nemen. Soms nemen mensen verkeerde beslissingen, met de nodige gevolgen. Soms gebeurt er iets ergs waar niemand iets aan kan doen, maar wat nu eenmaal bij het leven hoort. Maar onze hemelse Vader staat altijd voor ons klaar. Met zijn hulp kunnen we leren en groeien, zelfs van pijnlijke ervaringen. We kunnen ons tot Hem wenden en gemoedsrust vinden.

## Zelfbeschikking

Toon kinderen dat zij de mogelijkheid hebben om iets te betekenen door ze te laten helpen. Ze kunnen bijvoorbeeld donaties inzamelen voor slachtoffers van een ramp, een zieke of gewonde vriend in het ziekenhuis bezoeken, iemand opbeuren van wie een familielid is overleden, of bidden voor mensen die problemen hebben. We kunnen niet alles oplossen, maar we hebben het vermogen om veel goeds tot stand te brengen. En we werken 'aan vrede telkens wanneer [we] het leed van een ander verlicht[en].'<sup>2</sup>



## Troost

Herinner uw kinderen eraan dat God ze liefheeft en dat u van ze houdt. Doe geen valse beloften dat er nooit iets slechts zal gebeuren. Verzeker ze ervan dat ze veilig zijn en dat u uw uiterste best zult doen om ze te beschermen. Stel ze gerust dat onze hemelse Vader ze bij alle beproevingen in het leven zal helpen.

Als u door beproeving wordt ontmoedigd, weet dan dat het goede uiteindelijk het kwade zal overwinnen. President Thomas S. Monson (1927–2018) heeft gezegd: 'Wij voeren oorlog tegen de zonde, [...] maar we mogen niet wanhopen.' 'Het is een oorlog die we kunnen en zullen winnen. Onze Vader in de hemel heeft ons daartoe de middelen in handen gegeven. Hij staat aan het roer. Wij hebben niets te vrezen.'<sup>3</sup> ■

## NOTEN

1. 'Peace', Gospel Topics, topics.lds.org.
2. 'Peace', Gospel Topics.
3. Thomas S. Monson, 'Terugkijken en vooruitgaan', *Liahona*, mei 2008, 90.

## VOOR KINDEREN

In *Vriend* van deze maand:

- 'Ik zal hem terugzien' (pagina V20)
- 'Troostkaartjes' (pagina V21)

Ga voor meer leermiddelen naar [lessonhelps.lds.org](http://lessonhelps.lds.org) en klik daar op 'Lesson Helps by Topic' [hulp bij lessen op onderwerp].



## VOOR TIENERS

In deze uitgave:

- 'Voor onszelf en anderen vrede in roerige tijden vinden' (pagina 52–53).

Voor meer materiaal gaat u naar [youth.lds.org](http://youth.lds.org).



## Leidt God mij?

**O**ns leven zit vol met gewichtige keuzes: voor welke carrière kies je, met wie ga je trouwen, waar ga je studeren enzovoort. Ook zijn er de dagelijkse overwegingen: onze tijd optimaal gebruiken, de leerproberen te begrijpen, en gemoedsrust bij beproeving vinden. Al met al is **persoonlijke openbaring een levensbehoefte**. Maar soms weet je niet goed hoe je die moet ontvangen of moet herkennen als je die krijgt. Als we de antwoorden niet krijgen of herkennen, kunnen we ons afvragen: 'Was dat de Geest of gewoon mijn eigen gedachte?' 'Waarom voelde ik me gedreven om dat te doen en lukte het niet?' 'Waarom heb ik het gevoel dat God mijn gebeden niet verhoort?'

Gelukkig vertelt Erin in 'Beslissingen nemen: keuzevrijheid versus openbaring' (pagina 44) hoe ze persoonlijke openbaring kreeg toen ze een besluit met grote gevolgen moest nemen. Hoewel **God ons wil leiden**, wil Hij ons ook leren om met onze keuzevrijheid goede keuzes te doen.

Een ander essentieel aspect van openbaring ontvangen en herkennen, is dat je leert hoe de Heilige Geest tot jou persoonlijk spreekt. Dat kan voor iedereen anders zijn. Op pagina 48 **vertellen jongvolwassenen hoe zij openbaring ontvangen**.

In een digitaal thema-artikel legt Aspen uit dat je voor persoonlijke openbaring 'Je geestelijke spieren trainen' moet.

De toekomst kan intimiderend, zelfs beangstigend lijken. Dat geldt zeker voor jongvolwassenen. Maar als ik bedenk hoe **God mij heeft geleid** in het verleden, geeft me dat de moed om door te gaan en actie te ondernemen, in het vertrouwen dat **Hij mij de leiding zal geven die ik nodig heb**.

Vriendelijke groeten,

Katie Sue Embley



## HET BESTE ADVIES ...

*Jongvolwassenen vertellen wat het beste advies was dat ze ooit over persoonlijke openbaring hebben gekregen:*

'Mijn FSY-counselor zei me eens: "Als je een relatie met God probeert op te bouwen, bedenk dan dat Hij de letterlijke Vader van je geest is. Hoe sterker je relatie met Hem is, hoe meer je gaat begrijpen en hoe meer je geleid zal worden.' Dat heeft een gigantisch verschil in mijn gebeden gemaakt.'

- **Grant Goolsby, Californië (VS)**

'Onze ringpatriarch laat iedereen één zinnetje uit het hoofd leren: "Om openbaring te ontvangen, moet je openbaring lezen." Dat heeft mij bij het lezen van de Schriften enorm geholpen.'

- **Shellby Tippetts, Missouri (VS)**

'Neem de tijd om te overpeinen. Het was door het overpeinen van Jakobus 1:5 dat Joseph Smith besloot iets te doen. Soms wil onze hemelse Vader dat we in gebed en studie investeren voordat Hij ons antwoorden geeft. Op die manier leren we het meeste.'

- **Natasha Herbst, Utah (VS)**

'Luister met je hart, niet je oren.'

- **Sai Tua, American Samoa**

*Wat is het beste advies dat jij ooit over bekering hebt gekregen? Stuur je antwoord uiterlijk 30 april 2019 naar [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org).*

## OVER DE SCHRIJVERS IN HET KATERN VOOR JONGVOLWASSENEN

**Erin Rider** is advocaat en co-host van een podcast. Ze heeft net haar eerste halve marathon gelopen. Haar vrije tijd besteedt ze graag aan lezen, hiken, wakeboarden en tijd met familie en vrienden doorbrengen.



**Aspen Stander** is schrijfster en redactrice in Utah (VS). Ze houdt van hiken, reizen, lezen en pianospelen.



**Katie Sue Embley** vindt dat er heel veel mooie mensen op de wereld zijn, die allemaal een verhaal te vertellen hebben. Ze studeert journalistiek en Spaans, met het doel goed nieuws op #sharegoodness te delen.



## IN DIT KATERN

**44** Beslissingen nemen: keuzevrijheid versus openbaring  
Erin Rider

**48** Gepersonaliseerde openbaring



Je kunt deze artikelen (en meer) hier vinden:

- Op [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org)
- In **Wekelijkse content voor JOVO's** (onder 'Jongvolwassenen' in de Evangeliebibliotheek)
- Op [facebook.com/liahona](https://www.facebook.com/liahona)

## UITSLUITEND DIGITAAL

Je geestelijke spieren trainen  
Aspen Stander

## VERTEL JE VERHAAL

Heb je een geweldig verhaal te vertellen? Of wil je artikelen over bepaalde onderwerpen zien? Dan horen we graag van je! Mail je artikelen of je suggesties naar [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org).



Als het om grote beslissingen gaat, in hoeverre moet God ons dan zeggen wat we moeten doen?

# Beslissingen nemen: keuzevrijheid versus openbaring

Erin Rider

**E**lke dag nemen we veel beslissingen. Sommige zijn vrij alledaags, zoals: 'Wat ga ik aandoen?' 'Wat ga ik bij de lunch eten?' 'Moet ik de auto inruilen, of houdt mijn oude het nog wel even vol?' Maar om de zoveel tijd staan we voor een gewichtig besluit: 'Zal ik mijn studie weer oppakken?' 'Moet ik deze baan aan-nemen?' 'Moet ik naar een andere stad verhuizen?' 'Moet ik een huis kopen?' 'Zal ik met deze persoon uitgaan?' 'Zal ik met deze persoon trouwen?' enzovoort.

Als we voor zwaarwegende beslissin-gen staan, doen we meestal wat langer over onze keus, en dat is terecht. We vol-gen dan het advies aan Oliver Cowdery in Leer en Verbonden 9:8-9, waar de Heer zegt:

'Maar zie, Ik zeg u dat u het in uw gedachten moet uitvorsen; daarna moet u Mij vragen of het juist is, en indien het juist is, zal Ik uw boezem in u doen branden; bijgevolg zult u voelen dat het juist is.

'Maar indien het niet juist is, zult u zulke gevoelens niet hebben, maar zult u een verdoving van gedachten hebben die u hetgeen verkeerd is zal doen vergeten.'

Hoewel dat zeker goede raad is, kijken we bij belangrijke beslissingen soms te veel naar het stuk waar God ons zegt wat goed is, en niet genoeg naar het stuk waar Hij ons zegt dat we het zelf moeten uitvorsen. Soms vallen we in afwachting van Gods bevestiging helemaal stil en laten zo ongelooflijke kansen voorbij-schieten. Misschien weten we wel dat we onze keuzevrijheid moeten gebruiken, maar zijn we doodsbang dat we een beslissing nemen die ons wegvoert van ons vastgestelde 'plan' en gaan we den-ken dat alles wat geen branden in onze boezem of stem uit de hemel is, betekent dat onze beslissing fout is. Voor velen van ons leidt deze onderhuidse spanning tus-sen keuzevrijheid en persoonlijke open-baring tot een belangrijke vraag: welke rol speelt God in onze besluitvorming?

## Gods rol in onze besluitvorming

Misschien kunnen we deze vraag het beste beantwoorden aan de hand van het verhaal van de broer van Jared. Dit verhaal bevat een interessant groeipa-troon dat illustreert hoe God van ons verwacht dat wij zelf beslissingen nemen.



Als de talen bij de toren van Babel verward zijn, vraagt Jared zijn broer om de Heer te vragen of zij het land moeten verlaten en zo ja, waar ze heen moeten (zie Ether 1:36–43). De broer van Jared vraagt het en de Heer leidt hen naar de kust. Onderweg spreekt de Heer hen vanuit een wolk toe en leidt Hij elke stap van hun reis. Uiteindelijk bereiken ze de kust, waar ze vier jaar blijven.

Aan het eind van die vier jaar draagt God de broer van Jared op om boten te bouwen en zich klaar te maken om de oceaan over te steken. Als de broer van Jared beseft dat er geen lucht in de boten komt, volgt hij het inmiddels bekende patroon en vraagt God wat hij moet doen. Zoals verwacht antwoordt de Heer met gedetailleerde instructies om aan de boven- en onderkant van de boten gaten te maken. Let op het patroon van openbaring tot nu toe: God geeft hun een plan, ze vragen hoe ze het plan moeten uitvoeren, en God antwoordt met gedetailleerde en afdoende antwoorden.

Maar als hij gaten in de boot heeft gemaakt, beseft de broer van Jared dat de boten geen licht hebben. Weer vraagt hij aan God wat hij moet doen. Maar in plaats van te antwoorden, vraagt God dit keer: 'Wat wilt u dat Ik doe, zodat u licht in uw vaartuigen zult hebben?' (Ether 2:23). Dus waar Hij eerst gedetailleerde instructies gaf, wacht de Heer nu tot de broer van Jared zelf een besluit neemt.

Een dergelijk antwoord van de Heer is misschien het moeilijkst te verteren als we proberen een beslissing te nemen. Ons wordt geleerd om te bidden en op

een antwoord te wachten, dus als we geen reactie krijgen, is het niet vreemd dat we ons zorgen gaan maken. Vaak vragen we ons af of het uitblijven van een duidelijk antwoord een 'verdoving van gedachten' is, die laat weten dat onze keus fout is. Andere keren vragen we ons af of het betekent dat we niet goed genoeg leven om het antwoord te horen, of dat we niet met een 'eerlijke bedoeling' vragen (zie Moroni 10:4). Maar er is nog een derde mogelijkheid waar we niet altijd aan denken. Soms, zoals bij de broer van Jared, wacht God tot *wij zelf* een besluit nemen.

### Een besluit nemen

Laatst kwam ik in een situatie waardoor ik mijn beeld van keuzevrijheid en persoonlijke openbaring moest herzien. Ik was bijna klaar met de hogeschool, kon in verschillende steden aan de slag maar kon niet besluiten welke baan ik moest

kiezen. Net als de broer van Jared had ik veel momenten gehad waarin ik over een belangrijke beslissing had gebeden en God met een behoorlijk duidelijke reactie had geantwoord. Afgaand op die eerdere ervaringen begon ik te bidden en God te vragen om mij te helpen besluiten welke baan ik moest kiezen. Ik deed ook mijn deel door zoveel mogelijk over elke baan te weten te komen en met veel mensen te overleggen. Maar hoe ik ook bad of vastte, de hemel bleef stil en ik kreeg geen antwoord.

De deadline voor een besluit naderde en ik raakte in paniek. Dit moest toch de soort beslissing zijn die de Heer belangrijk vond. Waarom antwoordde Hij dan niet? Misschien vond Hij het dan niet belangrijk welke baan ik koos, maar toch zeker wel naar welke stad ik verhuisde omdat dit ongetwijfeld een grote impact op mijn leven zou hebben. De Heer had mijn beslissingen in het verleden altijd

belangrijk gevonden, dus waarom deze dan niet?

Maar hoe hard ik ook mijn best deed, het antwoord bleef uit. Ik vroeg me af of ik zo van God verwijderd was geraakt dat ik zijn antwoord niet meer kon horen. Ik vroeg me ook af of ik niets hoorde omdat ik onbewust het antwoord niet *wilde* horen. Uiteindelijk, de dag voor de deadline, wist ik dat ik moest kiezen, dus ging ik op mijn eigen inzicht af en nam een besluit. Die avond bad ik gewoon of Hij me wilde zeggen of mijn antwoord fout was. Nog steeds kwam er geen antwoord, dus hakte ik de knoop door en nam de baan aan.

Een paar maanden later vroeg ik me nog steeds af of ik de juiste beslissing had genomen, dus vroeg ik om geruststelling in een priesterschapzegen. In de zegen werd mij gezegd dat ik geen antwoord op mijn gebed kreeg omdat de Heer alle opties prima vond. Deze zegen





bevestigde een advies dat mijn zendingspresident mij eerder had gegeven. Hij zei dat het vaak niet echt uitmaakt wat we kiezen. God wil dat we leren om op eigen benen te staan en zelf ons leven te leiden. Mijn zendingspresident herinnerde me er ook aan dat God, als onze hemelse Vader, ons niet straft of beloftes intrekt als we oprecht proberen erachter te komen wat we moeten doen.

De broer van Jared had waarschijnlijk nog genoeg andere oplossingen voor de verlichting van de boot kunnen aandragen die de Heer allemaal goed had gevonden. Het doel van de ervaring was niet alleen het geloof van de broer van Jared versterken, maar ook hem leren zelf te beslissen.

### **Keuzevrijheid gebruiken**

Vanuit een eeuwig perspectief is het gebruik van keuzevrijheid een onmisbaar aspect van persoonlijke groei. Als we die

keuzevrijheid niet gebruiken, leren we ook niet de soort beslissingen nemen waardoor we ons volledige potentieel ontplooien. Net als al het andere in het evangelie komt vooruitgang 'regel op regel, voorschrift op voorschrift' (2 Nephi 28:30). God wil ons als zijn volk voorbereiden maar niet alles voorkauwen. Hij verwacht dat wij onze keuzevrijheid gebruiken om ons leven zo goed mogelijk te leiden.

Zodra we de wisselwerking tussen keuzevrijheid en openbaring ontdekken, gaan we ware geestelijke groei ervaren. Dat gebeurde met de broer van Jared. Toen hij erover had nagedacht, smolt hij 16 stenen uit een rots en vroeg hij God ze aan te raken om ze licht te laten geven (zie Ether 3:1–5). Dit keer, toen God antwoordde, veranderde alles. Nu hoorde de broer van Jared Gods stem niet uit een wolk, maar zag hij de Heer. En niet alleen verscheen Hij persoonlijk aan hem, maar Hij toonde de broer van Jared

ongelooflijke visioenen van de wereld en van alles wat nog zou gebeuren (zie Ether 3:6–26). Misschien was de broer van Jared geestelijk niet klaar geweest om dat visioen te ontvangen, als hij niet eerst de groei had doorgemaakt die uit zijn eigen beslissingsproces voortvloeide.

Bij onze keuzes moeten we zeker de raad van Alma opvolgen om bij alles de Heer te raadplegen (zie Alma 37:37). Als de Heer wil dat we een specifieke beslissing nemen, zal Hij ons dat laten weten en voorkomen dat we de verkeerde kant opgaan. Maar we moeten ook bereid zijn om te gaan staan en in geloof een stap vooruit te zetten, of we nu een antwoord krijgen of niet. Zolang we ons aan onze verbonden houden en het evangelie van Jezus Christus trouw blijven, mogen we vertrouwen op onze oprechte keuzes en gerust zijn dat de Heer blij is dat we ons best doen. ■

*De auteur woont in Utah (VS).*



Hoe onderscheid je inspiratie van je eigen gedachten?

# GEPERSONALISEERDE openbaring

**W**e leven in een wereld boordevol kansen. We hebben de vrijheid om onze carrière, opleiding, partner, woonplaats en nog veel meer te kiezen. Dat is met recht een zegen van onze generatie. Maar aan de andere kant is het lastiger om keuzes te doen omdat het moeilijk is om beslissingen te nemen als er zoveel paden en kansen zijn die naar goede dingen leiden. Hoe kiezen we het goede als zoveel mogelijkheden goed zijn? Als je je verloren en verward voelt in deze storm van beslissingen, weet dan dat onze hemelse Vader je wil leiden. Als je zijn stem volgt, kun je het juiste pad kiezen en de antwoorden krijgen die je zoekt. Herken hoe Hij tot je spreekt, vertrouw Hem, volg de profeet, wees geduldig, wees optimistischer, en heb geloof, dan word je uiteindelijk de juiste kant opgeleid.

– *Vira Vashchenko, Kiev (Oekraïne)*

**M**ijn hele leven heb ik gezien hoe de Heer me leidt. Ik beseft dat ik alles wat ik heb bereikt aan Hem en zijn leiding te danken heb. Zelfs op de momenten dat het lijkt alsof ik er alleen voor sta, laat Hij mij uiteindelijk weten en voelen dat Hij al die momenten bij me is geweest. Daarom heb ik besloten om altijd in geloof door te blijven lopen, zelfs als het voelt alsof ik dat alleen moet doen. Het pad dat ik moet volgen is lang niet altijd duidelijk voor mij, en ik zie ook niet altijd wat me in de toekomst wacht, maar ik neem altijd stappen in geloof. Als ik dat doe, ga ik het licht zien en herken ik Gods hand in mijn leven. Ik weet dat onze hemelse Vader en zijn Zoon, Jezus Christus, van ons houden. Ze willen ons leiden, maar Zij verwachten ook dat we ons geloof in Hen stellen en iets doen met de ingevingen die we van de Geest krijgen.

– *Indhira Mejia, Dominicaanse Republiek*





**V**olgens mij is een van de geweldigste technieken die we moeten leren beheersen het herkennen van de stille fluisteringen van de Heilige Geest. Met dagelijkse Schriftstudie ben ik het stapje bij beetje beter gaan beheersen. Ik heb altijd geloofd dat wie ijverig zoekt zal vinden; en dat de verborgenheden van God ons door de macht van de Heilige Geest zullen worden ontvouwd (zie 1 Nephi 10:19). Met andere woorden, als ik de Geest wil herkennen, moet ik mezelf niet laten afdwalen naar nutteloze gedachten of de alledaagse zorgen van het leven, maar juist het werk induiken en mezelf vergeten. Dan zal ik de Geest beter kunnen herkennen, want dan ben ik er klaar voor! Net zoals een schip niet makkelijk door een storm heen komt, kunnen wij de Geest niet horen als we afdrijven door de zorgen van het leven waar we geen invloed op hebben.

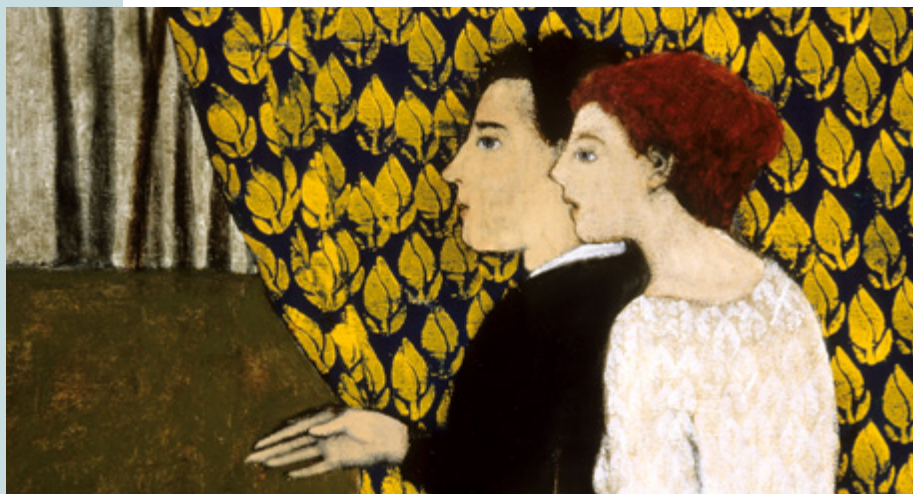
– *Emmanuel Borngreat Dogbey, Accra (Ghana)*

**N**aarmate ik ouder werd, moest ik de taal van de Geest gaan leren. De Geest spreekt tot mij door simpele gedachten. Ik moest wel oefenen en wennen, maar meestal komt de Geest tot mij op stille momenten, bijvoorbeeld in de auto op weg naar mijn werk. Ik weet dat het niet mijn eigen gedachten zijn omdat de Geest er vaak inspringt terwijl ik niet eens over dat onderwerp aan het denken ben.

– *Clarissa Mae Taylor, Utah (VS)*

**I**n ons kleine gezin herkennen we de Geest door de gemoedsrust die we voelen, vooral mijn man en ik samen. Als het onze eigen gedachten zijn, zijn we nooit helemaal overtuigd dat het goed is. Er is altijd een onderliggende twijfel of angst. Maar als het openbaring is, voelen we altijd rust, zelfs als we proberen te rationaliseren en het allemaal op het eerste gezicht niet zo logisch lijkt. Als we er gehoor aan geven en volhouden, zien we hoe alles op zijn plaats valt en het uiteindelijk lukt. Dan kijken we elkaar aan en zeggen: 'Aha, nu snappen we het!'

– *Maryana Wright, Utah (VS)*



Hoewel we persoonlijke openbaring allemaal op verschillende manieren ontvangen, staat één ding zonder twijfel vast: God spreekt vaak met ons. We hoeven alleen maar bereidwillig moeite te doen om zijn stem beter te herkennen en horen. Zoals president Russell M. Nelson ons aanraadt: 'Bid in de naam van Jezus Christus over uw zorgen, angsten, zwakheden, ja, de diepste verlangens van uw hart. Luister dan. Noteer de plannen die in uw gedachten komen. Noteer uw gevoelens en doe wat u ingegeven wordt. Als u dat proces dag in dag uit, maand in maand uit en jaar in jaar uit herhaalt, zult u "in het beginsel openbaring groeien"' ('Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', *Liahona*, mei 2018 95). ■



## IN DIT KATERN



- 52** In moeilijke tijden gemoedsrust vinden  
Alex Hugie en Aspen Stander
- 54** Het leven is een marathon  
Sally Johnson Odekirk
- 60** Vraag en antwoord:  
Wat heb ik aan mijn patriarchale zegen als ik beslissingen moet nemen?
- 62** Probeer eens wat nieuwe paastradities  
David Dickson
- 64** Nog een gedachte:  
De beste uiting van Gods liefde  
President M. Russell Ballard

## Toen ik aan

mijn laatste vier jaren middelbaar onderwijs begon, had ik één groot probleem: ik vond elk nieuw onderwerp moeilijk te begrijpen. Op een avond bad ik mijn hemelse Vader om me te helpen zodat ik dit probleem kon begrijpen en oplossen. Ik had geloof en begon alles beter te begrijpen. Sindsdien heb ik gebed en geloof op mijn actielijst gehouden – niet alleen op school, maar waar ik ook heenga.

Ik vond het leven op een school voor alleen jongens best moeilijk omdat de leerlingen zoveel verdorven dingen deden. Als ze weer eens zoiets deden, dacht ik aan de raad van mijn ouders: 'Doe niets om de Heilige Geest te verdrijven.' Ik ben mijn moeder dankbaar, want zij herinnerde mij er altijd aan om naar de Heilige Geest te luisteren. Als we het goede doen, zegent God ons.

**Nyame S.,** (16), Ghana



Soms wordt ons leven op zijn kop gezet. Je maakt je misschien zorgen over je familie, je gezondheid, problemen op school of allerlei onrustbarende wereldgebeurtenissen. Hoe kunnen we in deze roerige wereld gemoedsrust vinden? Of je nu geen gemoedsrust kunt vinden door gebeurtenissen die je niet onder controle hebt, of door dingen waar je wél wat aan kunt doen, hier volgen wat ideetjes om je te helpen in Jezus Christus gemoedsrust te krijgen.

#### 4 MANIEREN OM ZELF GEMOEDSRUST TE VINDEN

##### 1. Denk aan de eeuwigheid

Soms is het moeilijk om rustig te blijven als je je alleen op actuele zorgen concentreert. Maar als je het grotere plaatje voor ogen houdt, namelijk Gods plan van geluk, kun je tot rust komen als je beseft dat wat er nu pijn of verdriet doet, niet eeuwig duurt. De tempel kan ons ook helpen om ons op de eeuwigheid te concentreren. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) heeft gezegd: 'in de tempel] zult u een vrede ervaren die u nergens anders vindt.'<sup>1</sup>

##### 2. Laat los wat je niet kunt veranderen

Als je onrustig wordt van iets waar je zelf niets aan kunt veranderen, kun je makkelijk wanhopig raken of boos worden. Maar je hebt er niets aan om je druk te maken over dingen die je niet kunt veranderen. Richt je liever op de Heiland om innerlijke rust te vinden, zelfs als je leven niet makkelijk is. Hij heeft beloofd om je de Trooster – de Heilige Geest – te sturen (zie Johannes 14:26–27).

##### 3. Anderen vergeven

Een van de moeilijkste dingen om te doen is je negatieve gevoelens tegenover mensen die je verkeerd behandeld hebben, te laten varen. Maar ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'We ontvangen de vreugde van vergeving als we bereid zijn die vreugde vrijelijk aan anderen te bieden. [...] Dan zal de Geest van de Heer onze ziel vervullen met de vreugde die bij goddelijke gewetensrust hoort (zie Mosiah 4:2–3).'<sup>2</sup> Als we ons op de Heiland richten, dan kunnen we onze emotionele lasten makkelijker van ons afzetten en innerlijke rust vinden.

##### 4. Bekeer je en vertrouw op Christus

Wat er verder ook in je leven gebeurt, als je de last van zonde draagt, zal dat je altijd van je gemoedsrust beroven. Soms hebben we onze bisschop nodig voor een volledige bekering. Maar we moeten ons allemaal geregeld bekeren en door de verzoening van Jezus Christus gereinigd worden van alles wat ons ervan weerhoudt om meer op Hem te gaan lijken.

In moeilijke tijden

# GEMOEDSRUST VINDEN



# RUST

Alex Hugie en Aspen Stander  
Kerktijdschriften

*Acht manieren waarop  
je jezelf en anderen kunt  
helpen om gemoedsrust  
te vinden.*

## 4 MANIEREN OM ANDEREN TE HELPEN MET HET VINDEN VAN GEMOEDSRUST

### 1. Vertel ze over het evangelie van Jezus Christus

We kunnen niet alleen zelf rust vinden door ons op de Heiland te richten, maar we kunnen anderen er ook op wijzen dat Hij de 'grondlegger van de vrede' (Mosiah 15:18) is. Je kunt een Schrifttekst of een uitspraak uit een conferentietoespraak aanhalen waaruit jij wat over Jezus Christus te weten kwam.

### 2. Wees een vredestichter

Help je vrienden, broers en zussen om ruzies bij te leggen. Net als de Anti-Nephi-Lehieten in het boek Alma, kunnen we de strijdbijl begraven – of andere wapens, zoals roddelen, wraak zoeken of zelfzuchtig zijn – en ze verwisselen voor vredesmiddelen: vriendelijke woorden, gehoorzaamheid aan Gods geboden, en vergeving voor anderen (zie Alma 24:19).

### 3. Luister aandachtig

Soms moet iemand die het moeilijk heeft, openhartig met iemand over zijn gedachten en gevoelens praten, zodat hij het niet allemaal op hoeft te kroppen. We hoeven hun problemen niet op te lossen, maar kunnen in elk geval naar hun zorgen luisteren en emotionele steun, christelijke liefde en begrip bieden.

### 4. Mensen in je wijk en je omgeving bedienen

Je kunt vrijwilligerswerk doen in een opvangcentrum voor daklozen, leeftijdgenoten bijles geven, of iets lekkers brengen aan mensen die pas in je buurt zijn komen wonen. Help andere mensen om gemoedsrust uit kleine dingen te putten. Een vaste slaap- en eetplek hebben, een betrouwbare mentor hebben, of de verzekering dat iemand om je geeft, kan iemand veel goed doen.

Jezus Christus heeft hun die moeite hebben om innerlijke vrede te vinden deze troost gegeven: 'Vrede laat Ik u, Mijn vrede geef Ik u; niet zoals de wereld die geeft, geef Ik die u. Laat uw hart niet in beroering raken en niet bevreesd worden' (Johannes 14:27). Als we onszelf en anderen dichter tot Jezus Christus brengen, kunnen we gemoedsrust vinden, zelfs als het leven erg moeilijk wordt. ■

#### NOTEN

1. Gordon B. Hinckley, in 'Verheug u in de zegeningen van de tempel', *Liahona*, december 2002, 33.
2. Dieter F. Uchtdorf, 'Het punt van veilige terugkeer', *Liahona*, mei 2007, 101.



HET LEVEN IS EEN **M**





# ARATHON

*Deze jonge heiligen der laatste dagen wonen in deze tijd waar de apostel Paulus in de tijd van het Nieuwe Testament een poos woonde. En zij leven naar zijn woorden.*

**Sally Johnson Odekirk**  
kerktijdschriften

**E**nkele maanden geleden ging een seminarieklas naar de Griekse heuvel Areopagus, vlakbij Athene, waar de apostel Paulus eens een krachtige rede heeft gehouden (zie Handelingen 17:22–34). De cursisten bespraken de uitwerking van het seminarie op hun leven, inclusief de leringen van Paulus.

‘Doordat we in Griekenland wonen, komt het Nieuwe Testament voor ons tot leven’, zegt Alexis H. (18). ‘Mijn vader gaat graag naar verschillende ruïnes van gebouwen waar Paulus heeft onderwezen, en leest dan een Schrifttekst voor of vertelt ons wat daar gebeurd is.’

Net zoals Paulus in zijn tijd voor moeilijke situaties stond, hebben jongeren in Griekenland met sociale, politieke en economische kwesties te kampen. Er worden in Griekenland niet zoveel jongerenconferenties en jongevrouwenkampen gehouden, en het kan moeilijk zijn om het seminarie bij te wonen. Ondanks deze en andere moeilijke problemen, volgen jongeren in Griekenland de aansporing van Paulus ‘dat u vaststaat in één geest, en dat u samen eensgezind strijdt door het geloof in het Evangelie’ (Filippenzen 1:27).

In Griekenland wonen, betekent voor deze jonge leden dat ze van warm weer, mooie stranden, eten en dansen genieten. Ze genieten ook erg van hun samenkomsten. Samen naar het seminarie en naar activiteiten in hun gemeentes gaan, heeft hun geloof en vriendschapsbanden versterkt.



*'Ik heb geleerd dat het evangelie overal hetzelfde is. Doordat ik overzee heb gewoond, heb ik geleerd om me op de waarheid van het evangelie te concentreren en de Geest te voelen in plaats van me door cultuur te laten afleiden.'* – Bryana W. (15)



*'Ik heb het woord "onthoud" op mijn spiegel geschreven om alles wat er dit jaar is gebeurd te onthouden: FSY, jongevrouwenkamp, seminarie. Het helpt me om te onthouden waar ik vandaan ben gekomen.'* – Marie H. (17)



*'Ik weet dat ik, als ik naar het seminarie ga, tevreden kan zijn door te weten dat ik doe wat ik moet doen, en dat alles in orde komt.'* – Lizzie T. (17)



*Loukia C. (15) gaf in het jongevrouwenkamp voor het eerst haar getuigenis en is later gedoopt.*



*De seminariegroep voor de kerk in Athene.*

## Seminarie op de Areopagus

Toen er in Griekenland enkele jaren geleden voor het eerst seminarie werd gehouden, waren er maar vijf cursisten. De cursisten komen drie ochtenden per week bijeen, sommige via een videoconferentie. Ze hebben ook op woensdagmiddag een seminariebijeenkomst, gevolgd door een activiteit. Ze hebben een betere onderlinge band gekregen en zijn een licht voor hun vrienden, die hun voorbeeld zien. Als hun vrienden vragen stellen, nemen de jongeren ze mee naar het seminarie en naar de wekelijkse activiteitenavond.

Een van de jongemannen, Pavlos K. (15), zegt: 'Naar het seminarie gaan, is een goede manier om de dag te beginnen, en het helpt me om sterk te blijven. Daardoor denk ik eraan om een voorbeeld voor anderen te zijn. En het helpt me om aan het begin van de dag aan Jezus Christus te denken.'

Nu de jongeren sterker en eensgezinder worden, krijgen ze steeds meer zegeningen en kansen. In 2017 werden ze bijvoorbeeld gezegend met een kans om een grote regionale jeugdconferentie, Voor de kracht van de jeugd (FSY), bij te wonen. De jongevrouwen namen

aan het allereerste Griekse jongevrouwenkamp deel. Daardoor zijn ze als groep dichter tot elkaar gekomen. En twee jongevrouwen zijn lid van de kerk geworden.

## Internationale FSY-conferentie

De conferentie in Duitsland bracht jonge heiligen der laatste dagen uit heel Europa bij elkaar. Jongeren uit Griekenland en Cyprus legden een paar duizend kilometers af, en de conferentie maakte grote indruk op ze. Maximos A. (14) zegt: 'Wat me van FSY het meest zal bijblijven, is dat we ons getuigenis gaven. Iedereen voelde de Geest, en het inspireerde mij om mijn eigen getuigenis verder te ontwikkelen.'

'Eerst zouden er maar vier jongeren gaan,' voegt Loukia C. (15) toe, 'maar uiteindelijk gingen er 15 – een record voor Griekenland – inclusief 3 vrienden van buiten de kerk.'

'Het was echt fijn om ergens te zijn waar je het evangelie met elkaar gemeen hebt, en waar je niet een buitenbeentje bent. We waren allemaal samen, en we voelden dezelfde Geest. Dat helpt me.'

'Mijn vader is geen lid en wilde me niet naar FSY laten gaan of me toestemming geven om

me te laten dopen', zegt Jesiana (16). 'Maar toen vastte de gemeente voor me, en mijn oma sprak er met mijn vader over. Daarna zei hij dat ik er naartoe mocht!'

Op FSY maakte ze veel dingen voor het eerst mee, zoals 'deelnemen aan lessen en activiteiten, en mijn getuigenis geven', waardoor ze 'ging begrijpen hoe het is om de Heilige Geest echt te voelen'. 'Ik had de Geest nog nooit zo gevoeld, en ik was erg blij en opgewonden. Ik gaf voor het eerst mijn getuigenis.'

De jongeren werden niet alleen geestelijk gevoed, maar konden zich op de conferentie ook ontspannen en plezier maken. Haig T. (14) ging vanuit Cyprus naar de conferentie. 'Ik leerde om sociaal te zijn, ware vriendschappen te sluiten en plezier te hebben, zelfs op moeilijke momenten.'

### Jongevrouwenkamp

Het jongevrouwenkamp had een soortgelijk effect. Twaalf jongevrouwen gingen met hun leiders naar de plek waar in de oudheid de slag bij Marathon had plaatsgevonden. Ze brachten drie dagen samen door, en leerden om voor kracht en bemoediging op elkaar te vertrouwen.

'Toen ik 12 jaar was,' zegt Loukia, 'ging ik voor het eerst naar de kerk en was ik erg blij. Maar toen merkte ik dat ik de enige in mijn leeftijdsgroep was. Nu is het twee jaar later en hebben we zo veel jongevrouwen dat we voor het eerst



*'Mijn favoriete onderdelen van FSY waren sporten en dansen, en de groepsbijeenkomsten, zoals ochtenddevotionals en evaluaties. Ik ben er behulpzamer en geduldiger door geworden, en ben de Schriften meer gaan waarderen.'*

– Haig T. (14)



Onderweg naar FSY in de Duitse stad Stuttgart.



Op de FSY-conferentie het woord 'ask' [vragen] uit Jakobus 1:5 spellen.

‘[Staat] vast [...] in één geest, [...] samen eensgezind.’

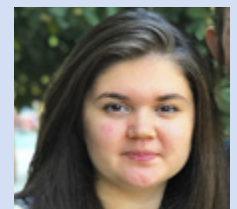
Filippenzen 1:27



Irimi S. treedt op bij FSY.



*'Bij FSY begonnen we een groep te worden, en dat sterkte ons. Dat had weer zijn uitwerking op het jongerenprogramma in Griekenland, want nu kennen we elkaar veel beter.'* – Alexis H. (18)



*'Op het toneel zingen bij FSY was een van de moedigste dingen die ik ooit heb gedaan, en een van de fijnste momenten die ik ooit heb meegemaakt. Op dat moment leerde ik hoe belangrijk wij in deze prachtige wereld zijn.'*

– Irimi S. (17)



*'Op het jongevrouwenkamp leerde ik dat het leven als een marathon is. Mijn geloof groeide erdoor, want ik wist dat we op het goede pad door moeten gaan, net alsof we een marathon lopen. Daardoor groeit mijn getuigenis, blijf ik geloof oefenen, en blijf ik op het goede pad.'* - Winifred K. (14)

# 'Het leven is een marathon, geen sprint.'

Thema jongevrouwenkamp



*Jongevrouwen in Marathon (Griekenland).*



*'We zijn allemaal uniek, net zoals de kiezelstenen op het strand allemaal uniek zijn.'* - Bryana W.



*'We kregen door het kijken naar de zonsopgang een rustige, fijne geest.'* - Lizzie T.

een jongevrouwenkamp hebben gehad.' Toen ze samen waren, besepte ze 'wat het betekent om heilige der laatste dagen te zijn. Als we het evangelie naleven, worden we door licht omringd.'

FSY en het jongevrouwenkamp hielpen Bryana W. (15) om los te komen en met anderen te praten. 'Mijn familie verhuist vaak, en omdat ik verlegen ben, vond ik het moeilijk om een band met andere mensen te krijgen', zegt ze. 'Maar omdat ik een band met onze groep op FSY kreeg, heb ik wat echt goede vrienden gekregen. Tijdens de getuigenisbijeenkomst vertelden we over onze gevoelens, en ik besepte dat anderen zich net zo voelden als ik.'

Marie H. (17) herinnert zich het kamphema: 'Het leven is een marathon, geen sprint.' De jongevrouwen en hun leidsters bespraken het belang van volhouden en de wedren uitlopen, zegt ze. 'Dat herinnerde me eraan dat ik kan volhouden, tempo houden, en dat ik me kan blijven concentreren tot aan de finish. Dan kan ik doen wat mijn hemelse Vader van mij verwacht.'

Een van de hoogtepunten van het kamp was op de laatste ochtend: een stranddevotional bij zonsopgang. Lizzie T. (17): 'We namen onze Schriften mee, hadden de devotional, en zagen de zon opkomen. We voelden allemaal Gods liefde. Het was een geweldig slot van de tijd die we met elkaar hadden doorgebracht.'

## Onbevreesd de toekomst tegemoetzien

'Ik leerde van FSY en het jongevrouwenkamp veel over het evangelie en wat ik daar aan kan hebben', zegt Irini S. (17). 'Ik heb er veel vrienden bij gekregen en heb geleerd hoe belangrijk het is om mijn gedachten en gevoelens onder woorden te brengen. Ik heb heel sterk de invloed van de Heilige Geest en de liefde van onze Heiland, Jezus Christus, gevoeld.'



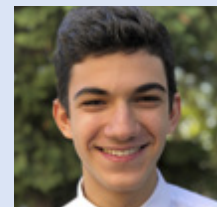
Jongevrouwenkamp 2017, het allereerste in Griekenland

Ze zegt dat haar vertrouwen groter is geworden door met andere jongeren uit de kerk om te gaan. 'Vóór FSY zag ik niet in welke goede en mooie dingen God voor ons heeft gemaakt, en de plannen die Hij nog voor ons heeft.'

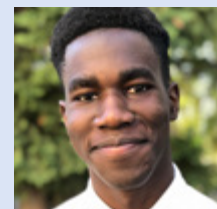
'We moeten ons niet laten beïnvloeden door mensen of dingen om ons heen die ons kunnen

afleiden van het naleven van het evangelie', zegt Manasseh A. (17). 'Het evangelie is overal hetzelfde en we moeten altijd op het goede pad blijven.'

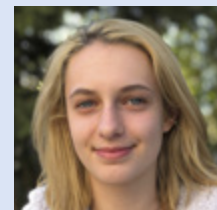
En of dat nu in Griekenland of ergens anders in de wereld is, we kunnen eensgezind zijn als we dat pad samen bewandelen. ■



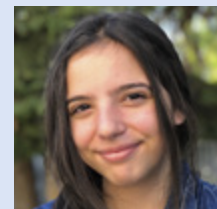
*'Ik vond het echt fijn om te zien hoe het is om onder jongeren met hetzelfde geloof te zijn. Ik had het gevoel dat we allemaal een bijzondere band hadden, die verder ging dan alleen elkaars naam weten.'* – Pavlos K. (15)



*'Ik ben blij dat ik andere jongeren kon ontmoeten die elke dag hetzelfde meemaken als ik.'* – Joshua K. (17)



*'FSY en het jongevrouwenkamp geven je hetzelfde gevoel, waar je in de wereld ook heengaat. Ik vond het kleine jongevrouwenkamp fijn omdat het makkelijker was om contact met elkaar te krijgen.'* – Olivia H. (15)



*'Ik ben geen lid van de kerk, maar ik kom als dat kan elke week. Ik vind het fantastisch waar de jongevrouwen voor staan.'* – Irene C. (14)

## DE KERK IN GRIEKENLAND



Begin twintigste eeuw stuurde Rigas Pofantis, een drukker uit Athene, een verzoek om informatie aan de leiding van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen. De president van de Turkse zending onderwees Pofantis, die zich in 1905 liet dopen.



De kerk groeide in Griekenland tot de jaren vijftig maar weinig. Maar toen stichtten Grieks-Amerikaanse kerkleden in Salt Lake City (Utah, VS) de Hellenic Latter-day Saint Society om hun erfgoed en de banden met hun thuisland in stand te houden.



De kerkleiding richtte in 1965 in Athene een kleine gemeente op, die in 1967 werd geherorganiseerd. In juli 1990 werd het zendingsgebied Athene (Griekenland) gevestigd, en in mei 1999 werd de bouw van het eerste kerkgebouw in Griekenland voltooid.



Athene (Griekenland), kerkgebouw in Halandri



Ledental: 802  
Kerkunits: 3

# ‘Wat heb ik aan mijn patriarchale zegen als ik beslissingen moet nemen?’

*‘Een patriarchale zegen is een openbaring aan de ontvanger [...] tot bescherming, inspiratie en motivatie, zodat activiteit en rechtschapenheid het gevolg zijn. ‘In zo’n patriarchale zegen staan hoofdstukken uit uw boek met eeuwige mogelijkheden. [...] ‘[...] Hij is als een liahona om u de weg te wijzen naar uw hemelse thuis.’*

Zie president Thomas S. Monson (1927–2018), ‘Uw patriarchale zegen: een lichtende liahona’, *De Ster*, januari 1987, 62–63.



## Onze persoonlijke liahona

Onze hemelse Vader helpt ons met patriarchale zegens om onze voorsterfelijke, sterfelijke en eeuwige identiteit te weten te komen. Weten we die drie bijzondere dingen over onszelf, dan helpt ons dat om Gods plan voor ons te volgen. We weten wie we zijn, waarom we hier zijn en waar we naartoe kunnen. Zoals de Liahona werkte volgens het geloof en de ijver van Nephi en zijn familie om de aanwijzingen erop te volgen (zie 1 Nephi 16:28), kunnen ook wij getrouw en ijverig zijn in het volgen van onze eigen liahona en de aanwijzingen daarvan, die ons de weg naar ons eeuwige potentieel wijzen.

*Ouderling Utai (20), zendingsgebied Salta (Argentinië)*



## Eeuwig perspectief

Wanneer ik geen idee heb wat voor beslissing ik moet nemen, lees ik mijn patriarchale zegen en denk na over de goddelijke openbaring die erin staat. En dan is het makkelijk om een beslissing te nemen. Niet alleen helpt het me om mijn aardse leven te doorstaan en de beloofde zegeningen te oogsten, maar het herinnert me er bovendien aan dat ik het waardig moet zijn om eens naar het koninkrijk van de Heer te gaan. Het helpt me voortdurend om in geloof toe te nemen, op de wil van de Heer te vertrouwen en met een eeuwig perspectief te leven.

*Abegail F. (18), Cagayan Valley (Filipijnen)*



### Hemelse raad

Mijn patriarchale zegen geeft me raad van mijn hemelse Vader. Als ik die raad opvolg, weet ik dat ik openbaring krijg voor

de beslissingen die ik moet nemen. Hij beantwoordt sommige vragen al voordat ik ze stel.

*Cami H. (16), Utah (VS)*

### Luister naar de Geest

Als je uit bent op troost en leiding, of je wilt antwoord op een brandende vraag, dan kun je er oprecht over bidden, en bij het lezen van je patriarchale zegen met een eerlijke bedoeling naar de Geest luisteren. De Schriften onderzoeken, helpt ook. Ik geloof dat als je dit vol geloof doet, de Heer je op zijn tijd en op de beste manier antwoord zal geven.

*Kezia B. (15), Hawaiï (VS)*

### Beloofde zegeningen

Patriarchale zegens vertellen ons waar God ons mee wil zegenen. Hij geeft ons waarschuwingen en legt uit hoe we meer op Hem kunnen gaan lijken. Als we weten wat onze hemelse Vader voor ons in petto heeft, en hoe we het kunnen krijgen, zullen we de juiste keuzes doen en zo leven dat we het ontvangen.

*Hunter H. (18), Utah (VS)*

*De antwoorden gelden als leidraad en niet als officiële uitspraak over de leerstellingen van de kerk.*



## Moet ik me als jongevrouw meer op een opleiding en een loopbaan richten, of me voorbereiden om echtgenote en moeder te worden?

We weten dat ‘het gezin [...] centraal [staat] in het plan van de Schepper’ en dat ‘de taak van de moeder op de eerste plaats de zorg voor de kinderen is’.<sup>1</sup> En we weten ook dat zowel mannen als vrouwen om allerlei redenen van profeten het advies hebben gekregen om een opleiding te volgen.<sup>2</sup> Daarnaast weten we dat veel vrouwen een loopbaan moeten of willen opbouwen.

President Dallin H. Oaks, eerste raadgever in het Eerste Presidium, heeft gezegd dat het voor vrouwen niet een keus is tussen gezin of opleiding en loopbaan. ‘De keuze draait om timing’, zegt hij. ‘En wij streven er daarbij naar om de inspiratie van de Heer te ontvangen en de leringen van zijn dienstknechten te volgen.’<sup>3</sup>

Maak plannen voor een opleiding, en maak plannen om een gezin te stichten. Je kunt ook plannen maken voor een loopbaan. Richt je bij al dat plannen maken op het plan van je hemelse Vader, en streef ernaar om zijn wil te doen.

#### NOTEN

1. ‘Het gezin: een proclamatie aan de wereld’ <https://www.lds.org/study/manual/the-family-a-proclamation-to-the-world/the-family-a-proclamation-to-the-world?lang=nld>.
2. Zie *Voor de kracht van de jeugd* (2011), 9.
3. Dallin H. Oaks, Face-to-facegesprek met ouderling Oaks en ouderling Ballard (wereldwijd evenement voor jonge alleenstaanden, 19 november 2017), [broadcasts.lds.org](https://www.broadcasts.lds.org).

Op [lds.org/go/41961](https://www.lds.org/go/41961) vertelt een jongvolwassene dat ze niet zeker wist of ze zich op een loopbaan of een gezin moest concentreren. Kijk maar eens wat president Russell M. Nelson tegen haar zei.

### Wat vind jij?

‘Wat zeg je als je vrienden beweren dat dingen als het eerste visioen niet bestaan?’

Stuur je antwoord, eventueel vergezeld van een foto met hoge resolutie, vóór donderdag 15 mei 2019 in op [liahona.lds.org](https://www.liahona.lds.org) (klik op ‘Submit an Article or Feedback’). Of e-mail je antwoord en je foto naar [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org). Vermeld alsjeblieft je volledige naam en de naam van je wijk en je ring (of gemeente en district).

De redactie kan reacties inkorten of duidelijker formuleren.

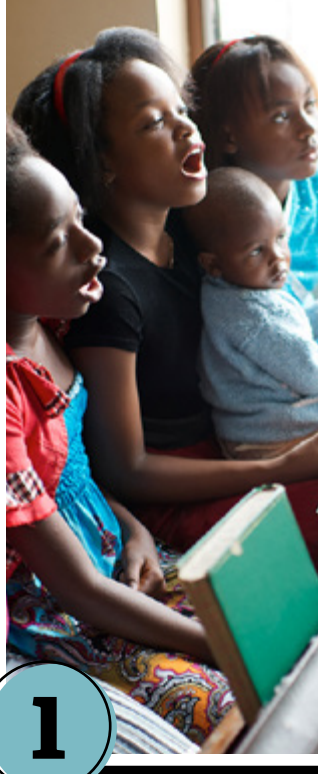


**David Dickson**  
Kerktijdschriften

**M**eestal is Kerstmis de feestdag die de meeste aandacht krijgt. Maar zonder de gebeurtenissen die we met Pasen gedenken, zou Kerstmis niet bestaan.

President Gordon B. Hinckley (1910–2008) heeft eens gezegd: 'We zouden geen Kerstmis hebben als er geen Pasen was geweest. Het kindje Jezus van Bethlehem zou slechts een baby zijn geweest zonder de verlossende Christus van Gethsémané en Golgotha, en het triomfale feit van de opstanding.'<sup>1</sup>

Hier volgen enkele tradities die u aan uw jaarlijkse viering toe kunt voegen.



**1**

### Zing paasliedjes

Als we even de liedjes over rendieren en kabouters vergeeten, gaan kerstliedjes allemaal over Jezus Christus. Pasen is een prima tijd voor muziek over de Heiland, en die kunt u ook voor de voordeur van uw bureu zingen.

Ideeën nodig? Kijk eens bij 'Onderwerpen' in het zangboek; zie 'Pasen' of 'Verzoening'. Elk lied dat over Jezus Christus gaat, is geschikt om met Pasen te zingen.



**2**

### Vergeef iemand

Hoe vaak bent u dankbaar geweest voor de gave van bekeering? Pasen biedt een kans om eens wat dieper na te denken over de vraag hoe we anderen in diezelfde geest vergiffenis bieden.

Jezus heeft gezegd: 'Daarom zeg Ik u, dat u elkaar dient te vergeven [...].

'Ik, de Heer, zal vergeven wie Ik vergeven wil, maar van u wordt het vereist alle mensen te vergeven' (Leer en Verbonden 64:9–10).

Beantwoord deze vraag: tegen wie koestert u een wrok? Bid dat u die persoon zult kunnen vergeven, en laat de Heiland u helpen om die pijnlijke gevoelens te laten verdwijnen.



**3**

### Zet een openluchtspel, toneelstuk of andere voorstelling op touw

Organiseer een paasvoorstelling. Dat kan bijvoorbeeld een Schriftlezing voor de gezinsavond of een buurtsamenzang zijn.

# Probeer eens wat **nieuwe paastradities**





4

### Bezoek het graf van een dierbare

Vanwege Jezus Christus is de dood zijn prikkel kwijt (zie 1 Korinthe 15:55). Bezoek het graf van een dierbare om aan dit geweldige nieuws te denken.

Lees bij die bezoeken eventueel wat liëvelingsteksten over de opstanding voor. Enkele (van vele) *Schriftteksten die hiervoor in aanmerking komen, zijn* 1 Korinthe 15:20–22; Alma 11:42–44; en Leer en Verbonden 88:14–16.



5

### Wees een beetje beter

Met Pasen denken we aan de gebeurtenissen in Gethsemané en aan het kruis, de opstanding uit de dood van de Heiland op de derde dag, en zijn bediening van 40 dagen voorafgaand aan zijn hemelvaart.

Tevens aan de verschijning en bediening van Jezus Christus aan de Nephieten kort na zijn hemelvaart (zie 3 Nephi 11–28). Zo valt er heel wat te vieren!

Dus waarom breidt u uw paastijd niet uit? Laat uw ziel zich langer in de wonderen van Pasen verheugen. Doe een bewuste poging om de 40 dagen na Pasen meer zoals

Christus te zijn. Deze uitnodiging van president Russell M. Nelson kan u daarbij inspireren: '[Ruim] elke week tijd in [...] om *alles* te bestuderen wat Jezus in het Oude Testament gezegd en gedaan heeft. Hij is immers de Jehova van het Oude Testament. Bestudeer zijn wetten in het Nieuwe Testament, want Hij is immers de Christus. Bestudeer zijn leer in het Boek van Mormon. Er is immers geen andere Schriftuur waarin zijn zending en bediening duidelijker geopenbaard worden. En bestudeer zijn woorden in de Leer en Verbonden, want Hij blijft zijn volk in deze bedeling onderrichten.'<sup>2</sup>

### Er wachten nieuwe tradities op u

Ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'We vinden de belangrijkste dag in de geschiedenis door terug te grijpen naar die avond bijna tweeduizend jaar geleden in de hof van Gethsémané. Daar was Jezus Christus in een intens gebed neergeknield en bood Hij Zichzelf als losprijs voor onze zonden aan.'<sup>3</sup>

Het is de moeite waard om de belangrijkste gebeurtenissen in de geschiedenis jaarlijks te overpeinzen. Tradities helpen ons daarmee, of dat nu de voorstellen op deze lijst zijn of tradities die u zelf uitkiest.

Welke gaat u dit jaar toevoegen? ■

#### NOTEN

1. Gordon B. Hinckley, 'Het wonderlijke en ware verhaal van Kerstmis', *Liahona*, december 2000, 5.
2. Russell M. Nelson, 'Profeten, leiderschap en goddelijke wetten' (wereldwijde devotionaal voor jongvolwassenen, 8 januari 2017), [broadcasts.lds.org](http://broadcasts.lds.org).
3. Dieter F. Uchtdorf, 'Zie de Mens!', *Liahona*, mei 2018, 108.

*Besteed dit jaar met Pasen wat meer tijd aan het gedenken van de grootste gave die ooit is gegeven.*

# De beste uiting van Gods liefde

**President M. Russell Ballard**

Waarnemend president van het Quorum der Twaalf Apostelen

---

**G**od uit zijn liefde door ons de leiding te geven die we nodig hebben om vooruitgang te maken en ons potentieel te verwezenlijken. Hij die ons het beste kent, die ons potentieel en onze eeuwige mogelijkheden kent, heeft ons goddelijke leiding en geboden gegeven in zijn handboeken: de heilige Schriften. Als we die instructies begrijpen en opvolgen, krijgt ons leven zin en betekenis. Dan leren we dat onze Schepper ons liefheeft en dat Hij wil dat we gelukkig zijn. Hij gaf blijk van zijn goddelijke liefde voor ons door het onvergelijkelijke offer van zijn eniggeboren Zoon, Jezus Christus.

‘Want zo lief heeft God de wereld gehad, dat Hij Zijn eniggeboren Zoon gegeven heeft, opdat ieder die in Hem gelooft, niet verloren gaat, maar eeuwig leven heeft.

‘Want God heeft zijn Zoon niet in de wereld gezonden, opdat Hij de wereld zou veroordelen, maar opdat de wereld door Hem behouden zou worden’ (Johannes 3:16-17).

Jezus werd in de sterfelijkheid geboren. Hij leidde een volmaakt leven en gaf daarmee het pad aan dat wij moeten volgen. Hij leerde zijn discipelen: ‘Ik ben het Licht der wereld; wie Mij volgt, zal beslist niet in de duisternis wandelen, maar zal het licht van het leven hebben’ (Johannes 8:12).

We kunnen al een beetje doorgronden hoezeer Christus ons liefheeft als we bedenken dat Hij bereid was om voor onze zonden verzoening te brengen en pijn te lijden, ‘welk lijden [Hem], ja, God, de grootste van allen, van pijn deed sidderen en uit iedere porie bloeden, en naar lichaam en geest deed lijden’ (Leer en Verbonden 19:18).

Laten we dit jaar met Pasen God vooral danken voor de verzoening en opstanding van zijn geliefde Zoon, Jezus Christus. Want in Hem en door Hem kan deze tijdelijke, sterfelijke toestand een permanent, volmaakt bestaan worden, wat ons onuitsprekelijke vreugde zal brengen.

Als we een natuurwonder zien, vangen we een glimp op van zijn goddelijke macht en zijn liefde voor ons. Maar het grootste wonder staat ons nog te wachten. Dat vindt plaats als wij door zijn macht uit de dood en het graf opstaan in een nieuwe wereld die niet voorbij zal gaan – waar wij, als we ervoor in aanmerking komen, voor eeuwig en altijd bij Hem en onze Vader in de hemel zullen zijn. ■

*Naar een toespraak gehouden tijdens de algemene aprilconferentie van 1988.*

Hij werkte begin jaren vijftig voor de zaak van zijn vader, die **auto's** verkocht. Hij was daar de **verkoper met de beste resultaten.**



Geboren op 8 oktober 1928 in **Salt Lake City (Utah, VS).**



Hij studeerde aan de **University of Utah.**

President

# M. RUSSELL BALLARD



Hij vervulde een voltijdzending in **Engeland.**



Van 1974 tot 1977 was hij **president** van het zendingsgebied Toronto (Canada).



Zijn vrouw, Barbara Bowen, ontmoette hij op de **'Hello Day Dance'** van de University of Utah.



Op 28 augustus 1951 trad hij in de Salt Laketempel met **Barbara Bowen** in het huwelijk.



**Grootvader:** ouderling Melvin J. Ballard van het Quorum der Twaalf Apostelen



**Grootvader:** ouderling Hyrum Mack Smith van het Quorum der Twaalf Apostelen



Werd op 6 oktober 1985 als lid van het **Quorum der Twaalf Apostelen** gesteund.



Na de oktoberconferentie van 1980 schreef hij meer dan **600 brieven** om leden die met hun getuigenis worstelden te bemoedigen.



Heeft **7** kinderen, **43** kleinkinderen, **91** achterkleinkinderen.

Heeft een geconserveerd **Oreokoekje** op zijn bureau ter herinnering aan een jongen die net een lange reis naar een vluchtelingenkamp achter de rug had, een pakje koekjes kreeg en het eerste koekje aan hem aanbood.

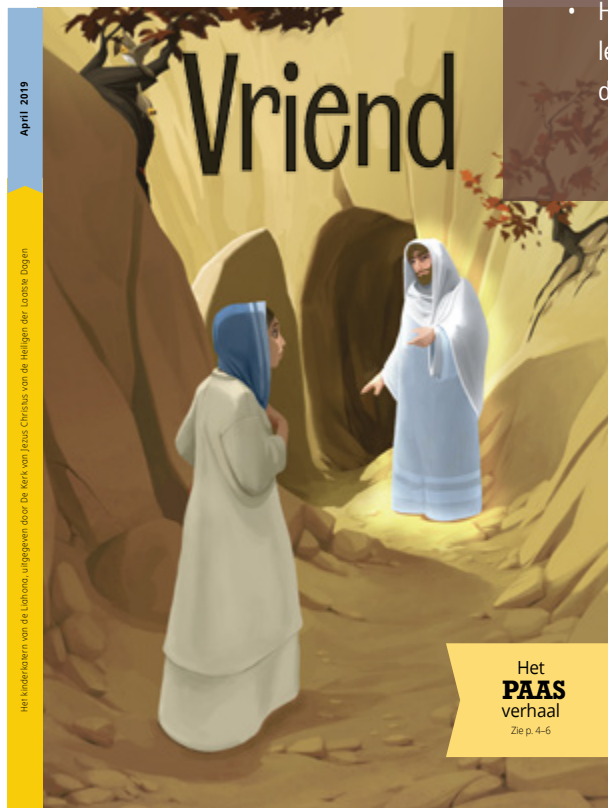


Op 14 januari 2018 als **waarnemend president** van het Quorum der Twaalf Apostelen aangesteld.

## MEER PAGINA'S VOOR KINDEREN

Geef de nieuwe *Vriend* een goede bestemming. Als u geen kinderen thuis hebt, kunt u:

- De *Vriend* aan een gezin geven dat geen *Liahona* heeft.
- Hem aan een vriend of buur geven.
- Hem aan een jeugdwerk-leidster of leerkracht doorgeven.



JONGVOLWASSENEN  
HULP NODIG BIJ  
BELANGRIJKE  
BESLISSINGEN?

42

JONGEREN  
GEMOEDSRUST VOOR  
JEZELF EN ANDEREN  
VINDEN

52

PASEN  
NIEUWE TRADITIES

62

DE KERK VAN  
JEZUS CHRISTUS  
VAN DE HEILIGEN  
DER LAATSTE DAGEN



# Vriend



Het  
**PAAS**  
verhaal

Zie p. V4-V6



President  
Russell M. Nelson

# Gods grote GAVE

Op zekere dag zagen zuster Nelson en ik tropische vissen in een aquarium. Grote en kleine felgekleurde vissen met uiteenlopende vormen zwommen heen en weer. Ik vroeg een medewerkster in de buurt: 'Wie geeft die prachtige vissen te eten?'

Ze antwoordde: 'Dat doe ik.'

Ik vroeg haar vervolgens: 'Hebben de vissen u daar ooit voor bedankt?'

Ze antwoordde: 'Nog niet!'

Sommige mensen zijn als die vissen. Ze zijn zich niet bewust van God en zijn goedheid voor hen. Het zou veel beter zijn als iedereen Gods liefde zag en ze hun dankbaarheid aan Hem zouden uiten.

## Dankbaar voor Jezus Christus

God heeft zijn Zoon, Jezus Christus, gestuurd om ons te helpen. Dat heeft Hij uit zijn grote liefde voor ons gedaan.

Jezus is gekomen om ons te **verlossen**.

Vanwege zijn **verzoening** kunnen we na de dood herrijzen.

Vanwege zijn verzoening kunnen wij terugkeren bij onze hemelse Vader om eeuwig bij Hem te wonen.

Jezus legde uit:

'Ik ben de Opstanding en het Leven; wie in Mij gelooft, zal leven, ook al was hij gestorven, en ieder die leeft en in Mij gelooft, zal niet sterven in eeuwigheid'  
(Johannes 11:25–26).

Dat is de wonderbaarlijke boodschap van Pasen! ●

*Uit: 'God zij dank',  
Liahona, mei 2012, 77–80.*



### verlossen:

voor onze zonden betalen zodat wij bij God kunnen terugkeren

### verzoening:

toen Jezus voor onze zonden in de Hof van Gethsémané leed en aan het kruis op Golgotha stierf

## Jezus is mijn Heiland

Jezus verrees op paasochtend uit de dood. Lees de zinnen om te ontdekken wat Hij voor ons gedaan heeft. Kleur iedere keer nadat je een zin hebt gelezen een zonnestraal in. Kleur daarna de rest van de tekening.

Jezus Christus heeft in de hof van Gethsémani en aan het kruis voor ons geleden.

Jezus is gestorven en uit de dood opgestaan om ons van de dood te redden.

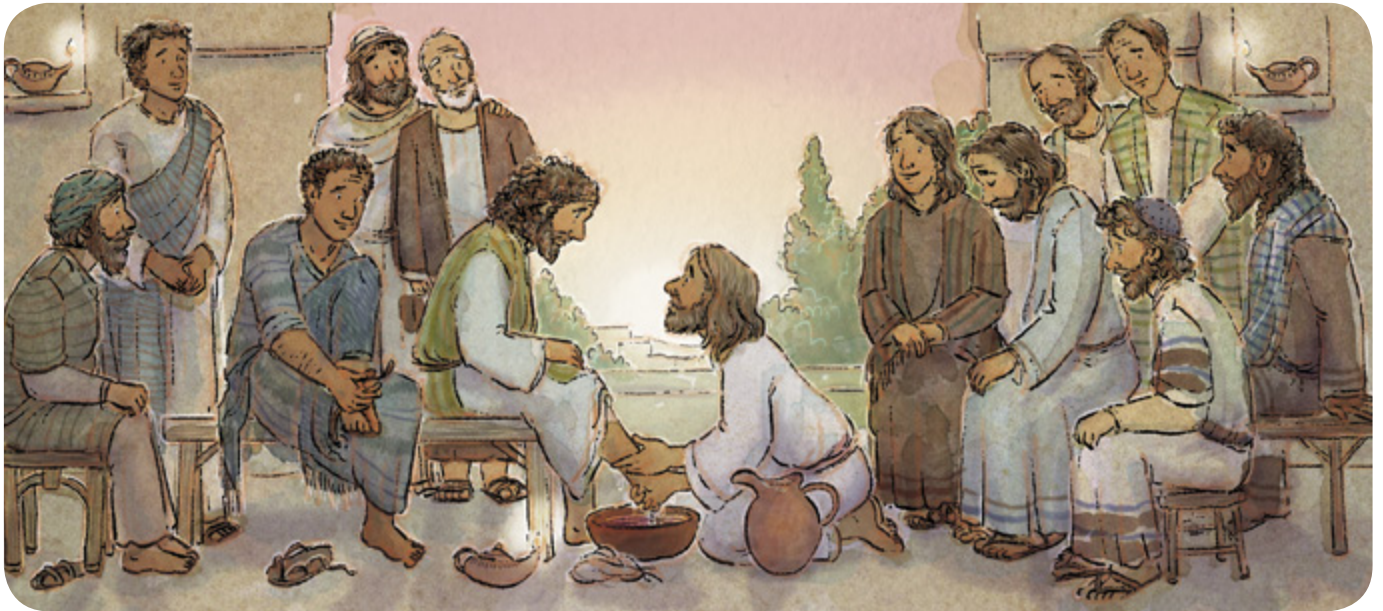
Jezus heeft ons het avondmaal gegeven om Hem inachtig te zijn.

Jezus heeft ons geleerd om andere mensen te vergeven.

Jezus heeft ons laten zien hoe we vriendelijk kunnen zijn.

Dankzij Jezus zullen wij na onze dood allemaal opstaan.

# Het paasverhaal



Jezus hield van zijn vrienden. Hij waste hun voeten. Daarna gaf Hij ze het avondmaal. Hij zei dat ze aan Hem moesten denken. Hij zei dat ze elkaar lief moesten hebben.



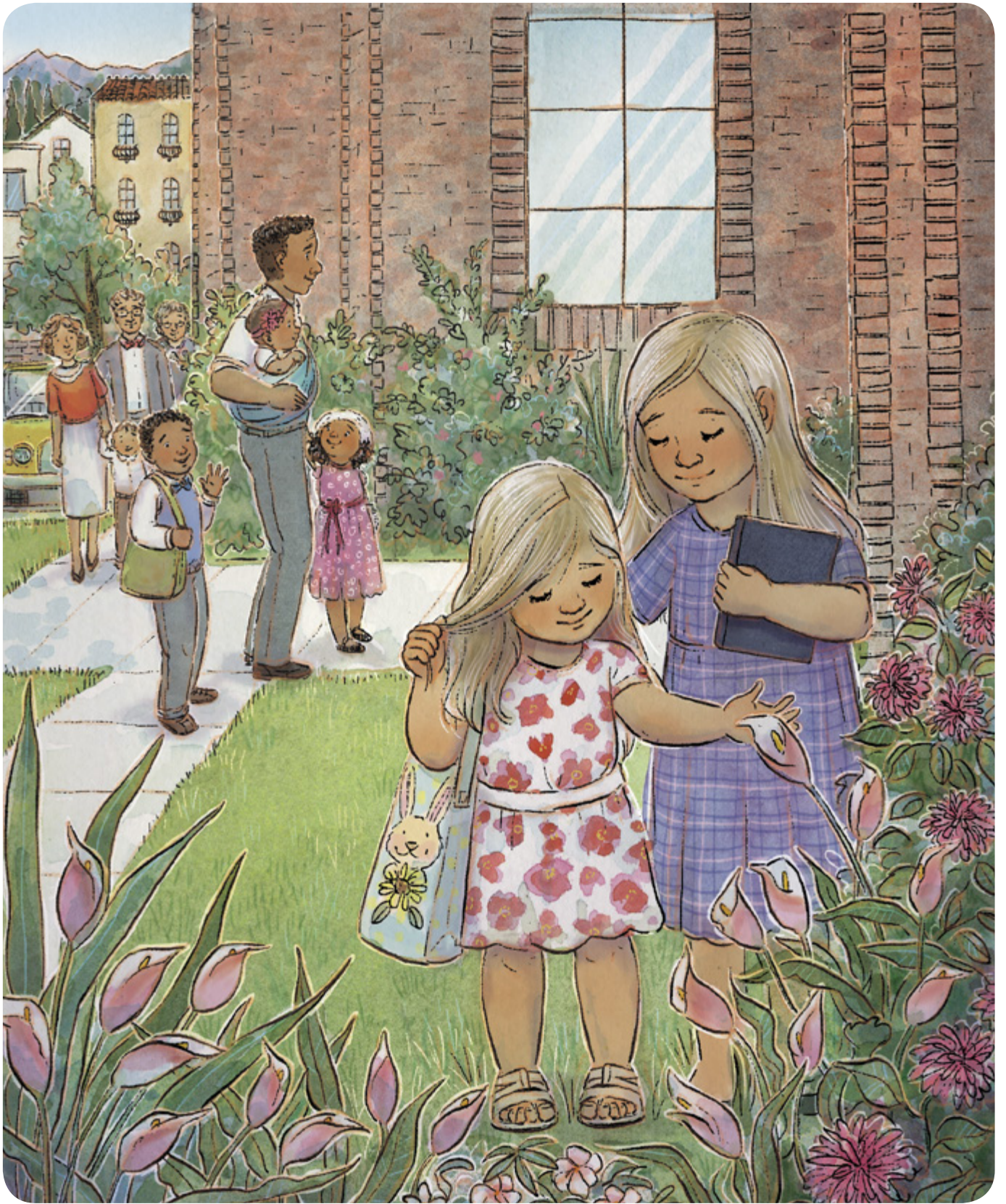
Later ging Jezus naar een tuin. Hij bad voor ons allemaal. Hij voelde de pijn van onze ziektes. Hij voelde de pijn van onze zonden.



Boze mensen namen Jezus mee. Zij deden Hem pijn. Hij stierf voor ons aan het kruis. Zijn vrienden legden zijn lichaam in een graf.



Drie dagen later kwamen zijn vrienden terug. Het graf was leeg! Engelen vertelden hun: 'Hij is opgewekt.' Jezus leefde weer! Dankzij Jezus zullen wij na onze dood allemaal opnieuw leven.



Jezus houdt van mij. Ik kan Pasen bijzonder  
maken door aan Hem te denken. ●

*Lees in Mattheüs 28 over de paasochtend.*

# Ik ben terug bij Hem

Blij ♩ = 90-96

Muziek: Sally DeFord

F C Dm B<sup>b</sup> C F

1. De Her - der heeft zijn lam' - ren lief, en zijn ze af - ge - dwaald, dan  
2. De Hei - land heeft zijn klein - tjes lief, ja, meer nog dan ik dacht, want  
3. De Hei - land wijst de weg voor mij; Hij wil dat ik goed leef. En

C<sup>7</sup> Am Dm Gm C<sup>7</sup>

zoekt Hij als geen an - der: Hij roept elk lam bij naam. Zij  
ga ik weg, dan zoekt Hij, bij dag en in de nacht. Ik  
als ik toch zou dwa - len, ik weet dat Hij 't ver - geeft. Dus

F Dm Gm C<sup>7</sup> A A<sup>7</sup> Dm

luis - t'ren of de Her - der roept, en zijn be - ken - de stem ver -  
luis - ter of de Hei - land roept; ik ga naar Hem, en Hij ver -  
keer ik mij van zon - de af en luis - ter naar zijn stem. Hij

B<sup>b</sup> C<sup>7</sup> F Dm B<sup>b</sup> C<sup>7</sup> F

wel komt ze heel lief - de - vol. Ze zijn te - rug bij Hem.  
wel - komt mij heel lief - de - vol. Hem weer - zien maakt mij blij.  
geeft mij blij - schap in mijn hart. Ik ben te - rug bij Hem.

© 2019 by Sally DeFord. All rights reserved.

Het maken van kopieën voor incidenteel, niet-commercieel gebruik thuis of in de kerk is toegestaan.

Deze mededeling moet op elke kopie verschijnen.

## Jane McBride

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

*'Opdat u het goede doet' (2 Korinthe 13:7).*

**L**et even op je broertje', zei mama. 'Je papa en ik gaan Leen zieke helpen.'

Terwijl ik de vloer van ons huisje aan het vegen was, keek ik op en knikte. Mama was de ZHV-presidente en ze ging vaak zusters van onze wijk bezoeken.

'Dankjewel Arlyn', zei mama en kuste me op het hoofd. 'John is aan het slapen. En op het aanrecht staat brooddeeg te rijzen. Blijf daar alsjeblieft af.'

Ik keek vanuit de deuropening hoe zij en papa in de auto onze stoffige zandweg uitreden. Ik was zo trots dat mama me vertrouwde.

Bij het vegen van de keuken stopte ik om naar het brooddeeg te kijken. Ik kon nauwelijks wachten tot mama het vanavond zou bakken. Gewoonlijk aten we het verse brood met zelfgemaakte jam. Maar die was al drie maanden op.

Jam! De gedachte gaf me trek in iets zoets. Ik keek naar de pot suiker, helemaal bovenaan op de plank. Ik wist dat mama die bewaarde om meer jam te maken.

Maar hoe langer ik over de suiker nadacht, hoe meer honger ik kreeg. Tenslotte zette ik een stoel naast het aanrecht en reikte omhoog. Mijn vingers raakten de pot suiker maar net. Ik trok de pot dichtertot de rand van de plank...

En toen viel de pot ineens van de plank! Ik probeerde hem nog te vangen, maar hij viel met een luide plof middenin het brooddeeg. Suiker stroomde over het brood, het aanrecht en op de vloer.

'O nee!' riep ik. Dat wekte mijn broertje. Hij begon te huilen. *Ik* voelde de tranen ook opkomen. Wat zou mama van deze rotzooi zeggen?

# Zoete eerlijkheid





Nadat ik John gekalmeerd had, deed ik mijn best om de suiker op te ruimen. Ik trok de pot uit het deeg en waste hem af. Ik veegde de suiker op het aanrecht en de vloer op. Maar ik kon niets doen aan de suiker in het deeg.

Ik overwoog de pot terug op de plank te zetten. Misschien zou mama niet merken dat hij leeg was. Maar ik wist dat dat verkeerd zou zijn. Dus zette ik de pot op tafel en wachtte tot mama en papa thuishkwamen.

Zodra ze thuishkwamen, zag mama de suikerpot.

Ik haalde diep adem. 'Ik wilde alleen maar een beetje suiker. Maar ik stootte de pot van de plank. Ik heb geprobeerd het op te ruimen, maar ik kon het niet uit het brooddeeg halen.' Ik ratelde de woorden af terwijl ik naar de grond bleef kijken.

Mama was eventjes stil.

'Het spijt me zo', fluisterde ik.

Mama zuchtte. 'Ik denk dat het brood vanavond heerlijk zoet zal zijn', zei ze. Ik keek op. Ze glimlachte flauwtjes. 'Dankjewel dat je ons verteld hebt wat er gebeurd is.'

Toen we die avond van het suikerbrood aten, spraken mama, papa en ik over eerlijkheid.

'We maken allemaal veel fouten', zei papa. 'Maar als we eerlijk zijn en ons proberen te bekeren, zijn onze hemelse Vader en Jezus blij. We zullen altijd voor eerlijkheid gezegend worden, ook als het in het begin moeilijker lijkt.'

Ik vond het nog steeds jammer dat ik de suiker had laten vallen. Ik wist dat we dit jaar door mijn fout waarschijnlijk niet zoveel jam zouden hebben. Maar ik was blij dat ik de waarheid had verteld. Dat was zo heerlijk, daar kon suiker nooit aan tippen. ●

*De auteur woont in Colorado (VS).*



'Het naleven van goddelijke geboden brengt altijd zegeningen met zich mee! Het overtreden van goddelijke geboden brengt altijd verlies van zegeningen met zich mee!'

**President Russell M. Nelson, 'Toon uw geloof',  
Liahona, mei 2014, 30.**

# Ouderling Bednar bezoekt India

Ouderling David A. Bednar is samen met zijn vrouw, Susan Bednar, naar India gereisd om zijn getuigenis van Jezus Christus aan de leden van de kerk te geven. India is een van de grootste landen ter wereld. En daar komt spoedig een tempel!



Ouderling en zuster Bednar hebben de stad Rajamahendravaram bezocht. Er was nog nooit een apostel geweest.



Kinderen mochten ouderling Bednar de hand schudden.



Op een bijeenkomst in de stad Haiderabad mocht dit meisje ouderling Bednar een vraag stellen.



'Hoe meer ik de wereld rondreis en hoe meer landen ik bezoek, des te meer ik gezegend word omdat ik mensen ontmoet waar ik van kan leren. Daarbij wordt het mij steeds duidelijker dat alle mensen in de wereld eigenlijk hetzelfde zijn.'



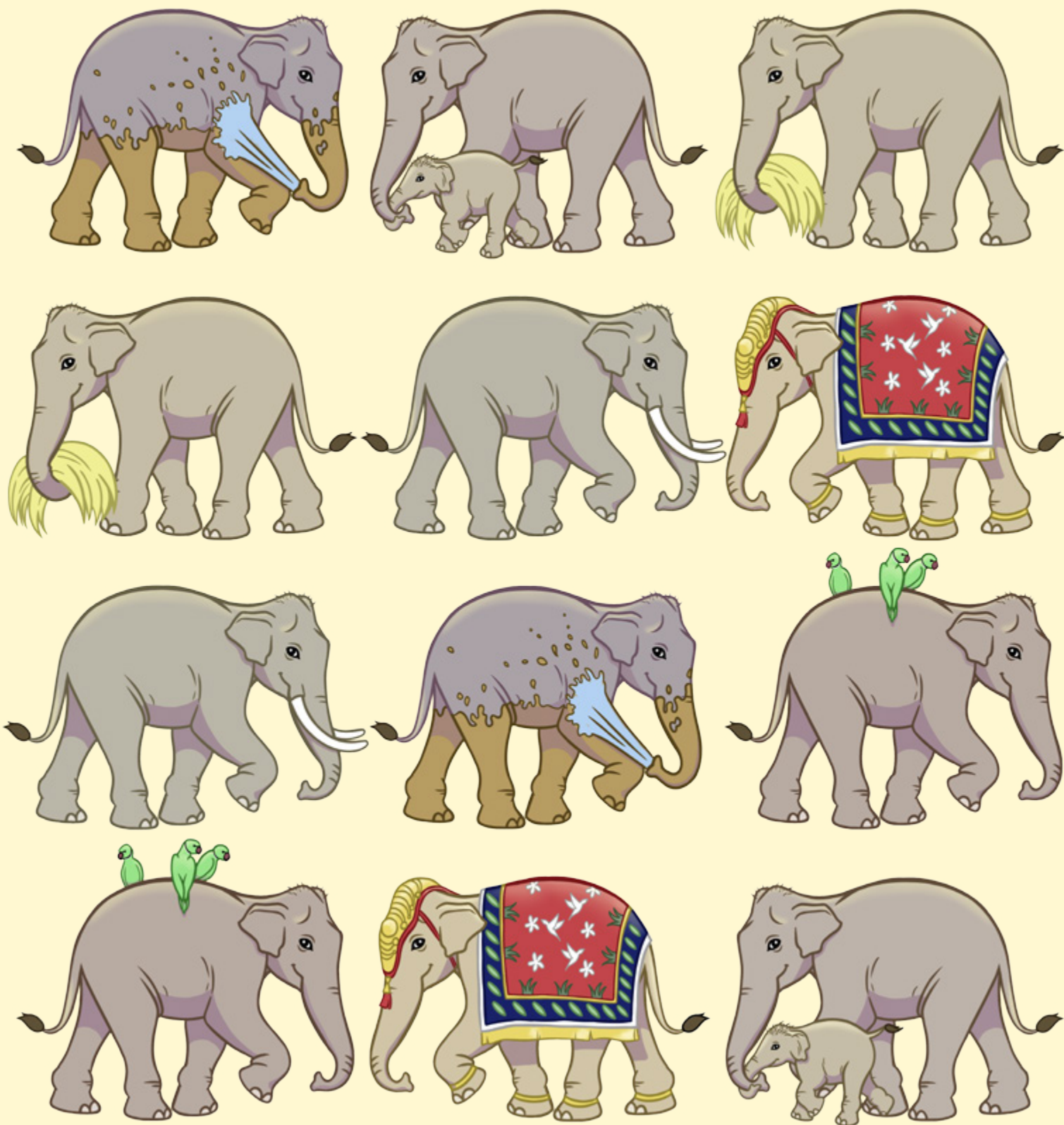
Iedereen was blij het getuigenis van een apostel van God te horen.

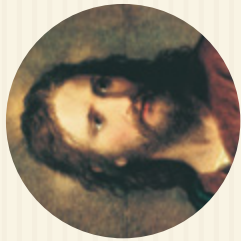


## ZOEK DE OLIFANTEN DIE BIJ ELKAAR HOREN

Er zijn ongeveer dertigduizend olifanten in India. Hoeveel paren kun jij hieronder vinden?

Onze hemelse Vader en Jezus Christus hebben de dieren geschapen. Wat zijn jouw lievelingsdieren?





# Onze PROFETIEN en APOSTELIEN

Jezus Christus leidt De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen door profeten en apostelen. Lees hieronder over hen. Knip dan de afbeeldingen op pagina V23 uit en plak ze met plakband op de juiste plek in het overzicht. Plak het plakband aan de bovenkant van elke foto, zodat je die kan optillen om de weerjes eronder te lezen!

- Zijn eerste baantje was schoonmaker in een radioreparatiebedrijf
- Werd advocaat, en rechter bij het hooggerechtshof van Utah
- Was president van de Brigham Young University



- Was hartchirurg
- Heeft meerdere talen, waaronder Mandarijn, geleerd
- Heeft tien kinderen: negen dochters en één zoon



- Speelde op de middelbare school basketbal
- Leerde van zijn vader natuurkunde met het schoolbord van de familie
- Was president van Ricks College, nu BYU-Idaho



## President Dallin H. Oaks

Eerste raadgever in het Eerste Presidium

- Had op de universiteit de bijnaam 'de bisschop' vanwege zijn hoge normen
- Was autodealer
- Was zending in Engeland en later zendingspresident in Toronto (Canada)



## President M. Russell Ballard

Waarnemend president van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Was in Engeland zendingscollega van ouderling Cook
- Werkte voor de kerkelijke onderwijsinstellingen
- Was president van de BYU



## Ouderling Jeffrey R. Holland

van het Quorum der Twaalf Apostelen

## President Russell M. Nelson

17e president van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen

- Was als kind tweemaal een vluchteling
- Was gezagvoerder bij een luchtvaartmaatschappij
- Gaat graag skiën met zijn kinderen en kleinkinderen



## Dieter F. Uchtdorf

van het Quorum der Twaalf Apostelen

## President Henry B. Eyring

Tweede raadgever in het Eerste Presidium

- Was op de middelbare school quarterback van het footballteam
- Doopte zijn vader na zijn zending in Duitsland
- Was president van Ricks College toen het BYU-Idaho werd



## Ouderling David A. Bednar

van het Quorum der Twaalf Apostelen



- Kreeg een getuigenis nadat hij met zijn oudere broer de Schriften had bestudeerd en erover had gebeden
- Ontmoette zijn toekomstige echtgenote op een talentenshow aan het begin van de middelbare school
- Was kerkleider in de Filipijnen en Oceanië



### Ouderling Quentin L. Cook

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Bakte als jongen brood voor zijn gezinsleden
- Nam als tiener deel aan de openluchtvoorstelling op de heuvel Cumorah in New York
- Heeft vóór zijn roeping tot apostel als advocaat gewerkt



### Ouderling D. Todd Christofferson

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Was zending en later zendingspresident in Japan
- Richtte een onderneming op die fitnessstoestellen maakte en verkocht
- Was werkzaam als bisschop van de hele kerk



### Ouderling Gary E. Stevenson

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Zijn tweede voornaam, Gunnar, betekent 'dappere soldaat'
- Migreerde op elfjarige leeftijd met zijn familie van Zweden naar Utah
- Was werkzaam als hartspecialist



### Ouderling Dale G. Renlund

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Groeide op een melkveehouderij in Idaho (VS) op
- Was zending en later zendingspresident in Frankrijk
- Spreekt Frans, Portugees, Spaans, en Engels



### Ouderling Neil L. Andersen

van het Quorum der Twaalf Apostelen

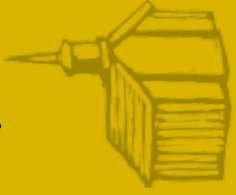
- Houdt van dieren, ook pinguïns
- Ontmoet graag mensen in elk land
- Zijn familiegeschiedenis gaat terug naar Eerste Draak Gong, geboren in 837



### Ouderling Gerrit W. Gong

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Was zendingspresident in New York City (VS)
- Zijn motto is 'Mensen zijn het belangrijkste'
- Wijdde het eerste kerkgebouw van de kerk in Tsjechoï in



### Ouderling Ronald A. Rasband

van het Quorum der Twaalf Apostelen

- Komt uit Brazilië en diende er als zending. Was later zendingspresident in Portugal
- Leerde als jongetje samen met zijn familie over de kerk
- Begon zich op zijn twaalfde voor te bereiden op zijn zending



### Ouderling Ulisses Soares

van het Quorum der Twaalf Apostelen

Controleer je antwoorden op [ids.org/prophets-and-apostles](https://ids.org/prophets-and-apostles).



# De VERDWENEN JAS

**Sheila Kindred**

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

*'Ik, de Heer, zal vergeven wie Ik vergeven wil, maar van u wordt het vereist alle mensen te vergeven'*  
(Leer en Verbonden 64:10).

'Mama, mijn jas is verdwenen!' riep Brad. De kerk was afgelopen en het was tijd om naar huis te gaan, maar Brad kon zijn jas niet aan de kapstok vinden.

'Ben je zeker dat je hem hier hebt gehangen?' vroeg mama.

'Ja. Hij was hier.' Brads jas was fel blauw en rood. Je kon hem niet missen.

'Misschien is hij verplaatst. Laten we in de rest van het gebouw kijken', zei papa.

Mama, papa en Brad gingen ieder in andere ruimtes kijken. Ze keken in de doos met gevonden voorwerpen, in de kapel, in het lokaal waar Brad de zondagsschool volgde, in het jeugdwerklokaal en bij alle kapstokken. Ze controleerden zelfs de toiletten, maar ze konden de jas niet vinden.

'Waarschijnlijk heeft iemand hem per vergissing meegenomen. Ik weet zeker dat ze, als ze dat doorhebben, hem volgende week terugbrengen', zei papa.

'Je kunt ondertussen je oude jas dragen', zei mama.

Brad fronste zijn wenkbrauwen. Hij vond zijn oude jas maar niets. Die was dun, verbleekt en te klein. Hij vond het geweldig dat hij er met zijn nieuwe rood-en-blauwe jas als een superheld uitzag.



‘Waarschijnlijk heeft iemand gezien hoe cool mijn jas was en hem gestolen’, dacht Brad. Hoe kan dat in de kerk gebeuren? Je zou toch denken dat iedereen daar eerlijk was. Brad zou de dief er niet mee laten wegkomen. Hij had een plannetje. De volgende zondag zou hij goed opletten wie zijn jas droeg. Dan zou hij de jas uit zijn handen trekken en roepen ‘Houd de dief!’ Dat ze de jas ooit hadden weggenomen zou ze zuur opbreken.

Brad kon op zondag amper wachten om zijn plan uit te voeren. Maar de daaropvolgende zondag was het te warm voor jassen en de zondag daarop ook.

De zondag daarna keek Brad in het jeugdwerk alle jongens wantrouwend aan. Hij vroeg zich af wie zijn jas had gestolen. Was het die lange jongen? Of was het misschien een meisje geweest? Hij had het gevoel dat hij niemand kon vertrouwen. Brad vond dat een naar gevoel.

Na de kerkdiensten haastte Brad zich door het gebouw en bekeek hij de gezinnen die hun jassen aantrokken. Maar zijn jas was nergens te bekennen. Hij ging zelf terug naar de doos gevonden voorwerpen ... maar geen jas. Waar zou hij toch zijn?

Op weg naar huis bedacht Brad een nieuwe strategie. Hij zou gaan bidden. Hij wist dat zijn hemelse Vader verloren zaken kon vinden. Die avond bad Brad: ‘Hemelse Vader, vertel me alstublieft wie mijn jas heeft meegenomen. Ik wil hem graag terug hebben.’

Brad wachtte tot de naam of het gezicht van de dief in zijn gedachten zou opkomen. Maar in plaats daarvan begon hij over zijn vriend Carl na te denken. Brad en Carl zaten meestal naast elkaar in de jeugdwerkklass. Ze maakten grapjes en lachten vaak samen. Maar Carl was al enkele weken niet naar de kerk geweest. Brad miste hem.

Wat als *Carl* zijn jas had gestolen? Misschien was Carl bang om naar de kerk te komen omdat hij dacht dat Brad zijn vriend niet meer zou zijn. Brad wilde dat Carl weer naar de kerk kwam. Als Carl zijn jas had meegenomen, besloot Brad, zou hij niet tegen hem tekeergaan. Hij zou Carl vergiffenis schenken.

Brad klom in bed en voelde zich al beter.

De volgende zondag was Carl er niet tijdens het jeugdwerk, maar er was wel een nieuw jongetje. Hij droeg een rood-en-blauw gestreepte stropdas.

‘Coole das’, zei Brad en nam naast de jongen plaats. ‘Je lijkt nu wel een superheld.’

De jongen glimlachte.

Brad glimlachte ook. Hij was niet meer op zoek naar dieven. Hij was op zoek naar vrienden. ●

*De auteur woont in Iowa (VS).*

# Groetjes uit Estland!



Wij zijn Margo en Paolo. Dit jaar reizen we de wereld rond om meer te weten te komen over kinderen van God. Ga je met ons mee naar Estland!?



Dit is Tallinn, de hoofdstad van Estland. Ze bestaat al meer dan achthonderd jaar! Estland heeft veel wilde natuur, zoals bossen en moerassen. Estland is zelfs voor meer dan de helft bedekt door bossen. Veel mensen in Estland brengen graag tijd in de natuur door.

Zo zeg je 'hallo' in het Ests:

Tere!

En dit is de naam van de kerk:

Viimse Aja Pühade Jeesuse Kristuse Kirik.

Estland ligt in het noorden van Europa. Het heeft meer dan tweeduizend eilanden. Er wonen ongeveer 1,3 miljoen mensen in Estland.





Wat eten we vanavond in Estland? Misschien varkensvlees of ingemaakte vis met aardappelen, kool, zure room, en zwart brood. Dat wordt een broodje sprout genoemd.



De kerk in Estland is klein maar krachtig. Er zijn ongeveer duizend kerkleden. De dichtstbijzijnde tempel staat in Helsinki (Finland).



Vind je zingen in het jeugdwerk leuk? Om de vijf jaar komen de Esten op een groot festival bijeen om hun land met zang en dans te vieren.

**Kom je uit Estland?  
Schrijf ons! We willen graag iets van je horen.**

Leuk dat je Estland met ons hebt verkend. Tot de volgende keer!



### **Ontmoet twee Estse zusters!**



Op een avond toen ik wilde gaan slapen, was mijn knuffel verdwenen. Ik zocht ernaar, maar kon hem niet vinden. Ik bad. Toen vond ik mijn teddybeer en had ik fijne dromen.

**Bianka J. (7)**



Onze familie dient anderen graag. Daardoor voelen we de Heilige Geest beter. Hij geeft ons een warm gevoel van vrede. Mijn zusjes en ik maken geschenken voor anderen omdat we willen dat ze zich geliefd voelen.

**Piibe J. (10)**

# Me als NIEUW voelen



## Jessica Larsen

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

### Estland

‘Ik heb een verrassing’, zei *Ema* (mama) toen ze Rasmus van school ophaalde. Ze gingen samen door de smalle straten met kleurrijke gebouwen.

‘We eten vanavond *Rosolje*?’ raadde Rasmus vol hoop. Ze hadden het de week daarvoor gegeten voor zijn zevende verjaardag. Maar hij had altijd ruimte voor meer van de typisch Estse biet-en-aardappelsalade met ingemaakte haring!

*Ema* schudde glimlachend haar hoofd. ‘Ik heb deze ochtend twee jongevrouwen in de bus ontmoet. Zendingen. Ze komen vanavond langs om over hun kerk te vertellen.’

Rasmus keek nieuwsgierig op. Hij had nog nooit zendingen ontmoet.

Hij was in zijn slaapkamer met zijn brandweerwagen aan het spelen toen de zendingen binnenkwamen.

‘Tere! Tere! Hallo!’, was hun groet aan *Ema* bij het binnenkomen. Ze deden hun zware laarzen uit en schoten de sloffen aan die *Ema* voor bezoekers had klaarstaan. *Ema* bracht ze naar de oranje zitbank. Maar Rasmus bleef bij de deuropening hangen.

De langere vrouw merkte hem op en glimlachte. Op haar zwarte naamplaatje stond *Õde Craig* (Zuster Craig). ‘Je moeder heeft ons verteld dat je onlangs jarig was’, zei ze. ‘We hebben iets voor je meegebracht.’ Ze reikte hem een kaartje aan. Rasmus bekeek het aandachtig.

Het was een plaat van een man. Hij droeg een wit kleed en zijn hand was uitgestrekt.

‘Weet jij wie dat is?’, vroeg *Õde Craig*.

Rasmus kende de naam van deze man niet. Het was de eerste keer dat hij die afbeelding zag. Maar de man zag er aardig en machtig uit. ‘Ik denk dat hij een koning is!’, riep Rasmus uit.

Beide zendelingen glimlachten. 'Ja, dat is Hij. Hij is de Koning der koningen. Zijn naam is Jezus Christus.' Òde Craig haalde een boek met een blauwe kافت tevoorschijn. 'En dit is een boek waaruit je over Hem kan leren, het *Mormoni Raamat*. Het Boek van Mormon.'

*Emma* en Rasmus begonnen elke dag in het Boek van Mormon te lezen vóór hij naar school vertrok. Op school maakte Rasmus natuurwandelingen met zijn klas en deed hij daarna een middagdutje. *Emma* en hij hadden na school vaak een afspraak met de zendelingen. Ze bespraken met de zendelingen wat ze in het Boek van Mormon gelezen hadden. Soms gaf *Emma* iedereen *kringel*, gevlochten kaneelbrood, te eten. In het weekend gingen *Emma* en hij vaak fietsen of op het strand picknicken. Soms maakten ze lange wandelingen door het bos of langs hun lievelingsrivier.

Tijdens zo'n boswandeling vertelde *Emma* hem dat ze zich wilde laten dopen. Rasmus glimlachte. De zendelingen hadden *Emma* gevraagd te bidden of ze zich moest laten dopen of niet. Blijkbaar had ze haar antwoord ontvangen!

'En ik weet exact waar ik me ga laten dopen', zei ze glimlachend. 'Raad eens.'

Rasmus dacht aan de les die de zendelingen over de doop hadden gegeven. Ze hadden een afbeelding getoond van Jezus en Johannes de Doper in een rivier. ...

'De rivier!', riep hij uit. 'Onze lievelingsrivier.'



Een week later stond Rasmus samen met de zendelingen en enkele mensen van de kerk aan de oever van de rivier. *Emma* was klaar voor haar doop. Ze ging helemaal onder het water, net zoals Jezus. Ze kwam glimlachend weer boven. Rasmus wilde dit moment nooit vergeten: het blauwe water, de wilde witte bloemen in het groene gras, en de glimlach van zijn moeder.

'Hoe voelde het om gedoopt te worden?', vroeg hij haar nadien toen iedereen de koekjes zat te eten die de zendelingen hadden meegebracht.

'Geweldig', vertelde ze hem. 'Ik wilde voor altijd in de rivier blijven. Ik voel me als nieuw.' Ze gaf hem een dikke knuffel.

'Voor mijn volgende verjaardag wil ik net zoals Jezus en jou gedoopt worden', zei hij tegen haar. 'Ik wil me ook als nieuw voelen.' ●

*De auteur woont in Texas (VS).*





**Reyna I. Aburto**

Tweede raadgeefster  
in het algemeen  
ZHV-presidium

# Ik zal hem terugzien



**I**k ben in Nicaragua opgegroeid. Toen ik klein was, deed ik alles samen met mijn oudere broer. We gingen samen naar school. We gingen samen naar de winkel. We beleefden allerlei avonturen in onze achtertuin. We waren gelukkig.

Toen ik negen was, gebeurde er iets heel verdrietigs. Mijn broer kwam om bij een aardbeving. In het begin kon ik niet bevatten dat hij er niet meer was. Ik beeldde me dan in dat hij op onze voordeur zou kloppen. Hij zou ons dan vertellen dat hij gewoon eventjes weg was geweest. Ik staarde dan naar de deur terwijl ik wenste dat het zou gebeuren. Ik wilde hem zo graag weerzien.

Na verloop van tijd werd het wat makkelijker. Ik miste mijn broer nog wel, maar ik kon me opnieuw gelukkig voelen.

Toen was ik nog geen lid van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen. Maar toen ik opgroeide, leerde ik de kerk kennen en liet ik mij dopen. Op een dag was ik de afwas aan het doen. Dat was rond Pasen. Ik was over de opstanding aan het nadenken en dacht aan mijn broer.



Ineens borrelde er een gevoel in mij op. Ik herinnerde me de dagdroom die ik over mijn broer had gehad. Ik besepte dat die helemaal niet zo gek was. De Heilige Geest had me die gegeven om me te troosten en leiden. Op zeker dag zal mijn broer opgewekt worden. En zal ik hem echt weerzien.

Als iemand die je liefhebt, overlijdt, is het normaal dat je ze mist en verdrietig bent. Praat wanneer je er klaar voor bent met je familie of een volwassene. Vertel je hemelse Vader in een gebed hoe je je voelt. Hij kan je weer gemoedsrust laten voelen.

Vergeet nooit dat Jezus Christus van je houdt. In de paastijd herdenken we dat Hij Zich opofferde. Dankzij Hem zullen we allemaal verrijzen en voor eeuwig met onze familie samenzijn. ●



## Troostkaartjes

Knip deze kaartjes uit. Je kunt ze dubbelvouwen of ze als bladwijzer gebruiken.  
Bewaar ze in je Schriften of op een andere plaats waar je ze ziet als je verdrietig, eenzaam of bang bent.



'Ik zal u niet als wezen  
achterlaten; Ik kom  
weer naar u toe.'

Johannes 14:18



'En God zal alle  
tranen van hun  
ogen afwissen.'

Openbaring 21:4



'Wees welgemoed  
en vrees niet, want  
Ik, de Heer, ben met  
u en zal u bijstaan.'

Leer en Verbonden 68:6



# Plaatjes en praatjes

Ik kijk graag naar de tempel.

**Rebecca C. (9), Aragua (Venezuela)**



We stapten een keer in onze auto, maar die wilde niet starten. We keken de motor na, maar er gebeurde niets. Toen kreeg ik het gevoel dat ik moest bidden. Een paar minuten later startte de auto wel. Ik ben zo blij dat onze hemelse Vader ons altijd wil helpen.

**Brooklyn B. (9), Quetzaltenango Guatemala**



Twee jaar geleden kwam er een nieuwe jongen in onze klas. Hij was onvriendelijk tegen anderen. Iedereen kreeg een hekel aan hem en werd onvriendelijk tegen hem. Daar werd hij verdrietig van, dus deed ik niet mee met wat de anderen deden. Verschillende van mijn vriendjes zagen dat en volgden mijn voorbeeld. Ik geloof dat ik gelukkiger en veiliger ben, als ik doe wat God van me verlangt. Ik geloof dat ik vriendjes zal krijgen die me graag mogen zoals ik ben, als ik moedig ben en zeg wat ik denk.

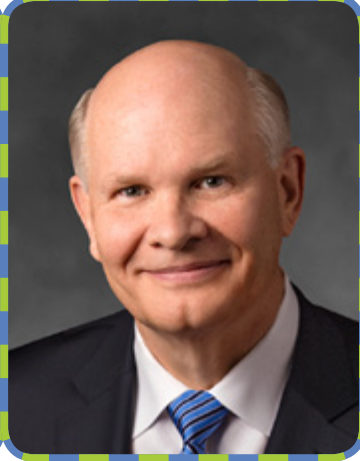
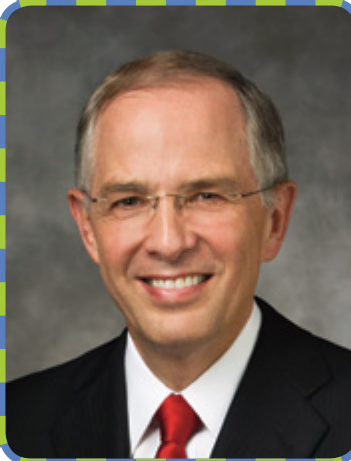
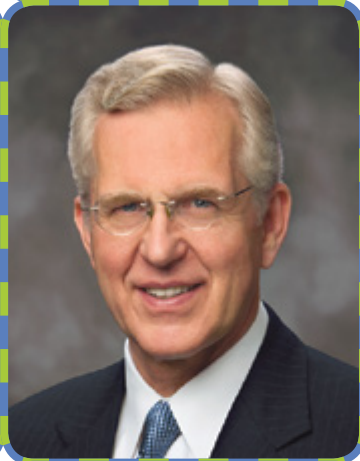
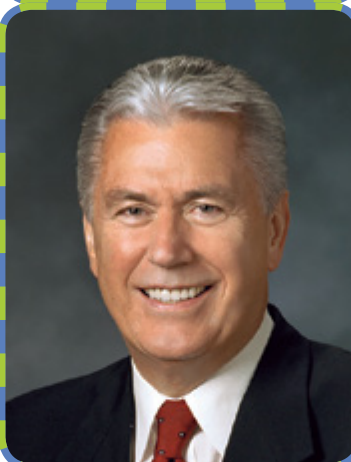
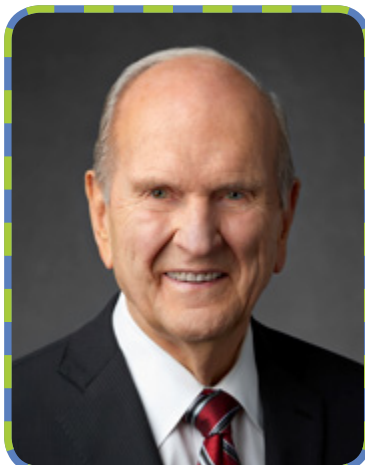
**Vestina K. (11), Vilnius (Litouwen)**



Ik speel graag voetbal met jongere kinderen en leer ze nieuwe vaardigheden aan. Dat is een manier waarop ik graag dien.

**Sasha K. (11), Moskou (Rusland)**

Gebruik deze foto's  
om het overzicht  
op pagina V12-V13  
aan te vullen.



# Beste ouders

Deze maand bevat de *Vriend* verhalen en activiteiten om uw gezin Pasen te helpen vieren. We hopen dat uw gezin deze hele maand met plezier aan Pasen denkt.

- 'Gods grote gave' (V2) – Een paasboodschap van president Russell M. Nelson
- 'Jezus is mijn Heiland' (V3) – Een kleuractiviteit over de verzoening en opstanding van Jezus
- 'Het paasverhaal' (V4–V6) – Een geïllustreerd verhaal uit de Schriften
- 'Ik ben terug bij Hem' (V7) – Een prachtig nieuw liedje over bekering
- 'Me als nieuw voelen' (V18) – Een verhaal over een jongen uit Estland die over Jezus leert
- 'Ik zal hem terugzien' (V20) – Zuster Reyna I. Aburto getuigt over de opstanding

Laat ons alstublieft weten hoe uw gezin deze verhalen en activiteiten heeft gebruikt.

Wij wensen u een gezegend Pasen!  
de *Vriend*

## New Friend

50 E. North Temple Street,  
Room 2393  
Salt Lake City, UT 84105 USA  
[liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org)



**Vind de verstopte Liahona!**

## INHOUD

- V2** Van het Eerste Presidium: Gods grote gave
- V4** Verhalen uit de Schriften: Het paasverhaal
- V7** Muziek: Ik ben terug bij Hem
- V8** Zoete eerlijkheid
- V10** Apostelen reizen over de hele wereld: Ouderling Bednar bezoekt India
- V12** Onze profeten en apostelen
- V14** De verdwenen jas
- V16** Groetjes uit Estland!
- V18** Me als nieuw voelen
- V20** Ik zal hem terugzien
- V22** Plaatjes en praatjes
- V23** Foto's van de profeten en apostelen