

JESU KRISTI KIRKE AV SISTE DAGERS HELLIGE • APRIL 2019

Liahona

**Freiserens
budskap om håp og
befrielse, side 18**

Når du føler deg glemt, husk
enken i Nain, side 12

Påskemusikk: "I en hellig,
stille lund", side 24

Hvordan finne fred og unngå
bedrag, side 26



KIRKEN
ER HER

Reykjavik på **Island**





Med det snødekte fjellet Esja i bakgrunnen, byr Reykjavik, Islands fargerike hovedstad, velkommen til en øynasjon som ligger mer enn 1 600 km fra det europeiske fastlandet. Reykjavik, som først ble kolonisert av vikingene i år 874 e.Kr., er hjertet av Islands kulturelle, økonomiske og statlige aktivitet, samt en av de reneste, grønneste og tryggeste byene i verden.

De to første islendingene ble døpt i Danmark i 1851. De vendte snart tilbake til Island, og i 1853 ble den første grenen organisert. I dag er det nesten 300 medlemmer på Island og tre grener, i Reykjavik, Akureyri og Sellfoss. Det nærmeste tempelet ligger i London i England, 1 894 kilometer fra Reykjavik.

Selv om antall medlemmer er lavt, fortsetter Kirken å vokse. Til tross for utfordringer med isolasjon, oversettelse av Kirkens materiell, ugunstig vær og kulturelle barrierer, har Kirkens ledere lovet at Island en dag vil være et fyrtårn for andre land. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) besøkte Island og minnet medlemmene om at de er "mennesker med styrke og kraft og kapasitet" til å utrette store ting" ("Wonderful to Have Sweet, Good Land", *Church News*, 21. sep. 2002, 10).

- Den islandske misjon ble organisert i 1894, men proselyttingen ble avvirket i 1914. Island ble en del av Danmark København misjon i 1975.
- I 1977 innviet eldste Joseph B. Wirthlin (1917–2008), daværende medlem av De tolv apostlers quorum, offisielt Island for evangeliets forkynnelse.
- I 1981 ble Mormons bok utgitt på islandsk – et språk som ikke snakkes noe annet sted i verden.



I tider med motløshet,
husk enken i Nain
Keith J. Wilson

12



Stol på Frelserens
befrielse
President Henry B. Eyring

18



Gjør
omsorgstje-
neste til en
glede
8



Tre lærdommer om
kjærighet, glede og fred
Brian K. Ashton

26

Når du er motløs

Livet har sine oppturer og nedture. Noen ganger når vi er nedstemt, lurer vi på hva Gud gjør – hvorfor lar en kjærlig Far dette skje? Dette dilemmaet kan ende med at vi spør: “Bryr Gud seg i det hele tatt om meg personlig?”

I slike situasjoner har jeg funnet disse skriftstedene nyttige:

- **Salmene 8:5-6:** “Hva er da et menneske at du kommer ham i hu ... Du gjorde ham lite ringere enn Gud, med ære og herlighet kronet du ham.”
- **Johannes 10:14:** I løpet av sitt liv her på jorden beskrev Jesus seg selv som “den gode hyrde” og la til: “Jeg kjenner mine.”
- **Moses 1:39:** Dette er et av mine favorittvers, hvor Herren åpenbarte sin hensikt for profeten Joseph Smith: “For se, dette er min gjerning og min herlighet – å tilveiebringe mennesket uødélighet og evig liv” – og slik understreket han sin interesse for oss som enkeltpersoner.
- **Lukas 7:11-16:** Ikke bare underviser denne beretningen oss om Frelserens makt over døden – en betimelig påminnelse i disse påsketider – men for meg er den det beste eksempel på hans inderlige oppmerksomhet på oss personlig. Av alle Jesu mirakler er det få som er så gripende og medfølende som hans tjenestegjerning for enken i Nain. Slik jeg forklarer i min artikkel (se side 12), viser denne beretningen Frelserens interesse for og kjærighet til hver enkelt av oss.

Keith Wilson

Førsteamanuensis, Brigham Young University



- 5 Han er oppstått!** ☺
 "Døden tapte, vi er fri, Kristus kunne seier gi."
- 6 Eksempler på tro:** Bob og Lori Thurston –
 Kambodsja Phnom Penh misjon ☺
 Misjonen ble ikke som forventet, men den velsignet dem også på
 uventede måter.
- 8 Prinsipper for omsorgstjeneste:** Gjør omsorgstjeneste til en glede
 En av de største kildene til sann glede finnes i tjeneste.
- 12 I tider med motløshet, husk enken i Nain**
 Av *Keith J. Wilson*
 Akkurat slik han gjorde for enken i Nain, vil Frelseren komme til oss
 når vi mest trenger det.
- 18 Stol på Frelserens befrielse**
 Av *president Henry B. Eyring*
 Herren vil lede oss til befrielse fra våre prøvelser etterhvert som vi blir
 mer rettskafne.
- 24 Musikk:** I en hellig, stille lund ☺
 Av *Tammy Simister Robinson*
 Frelseren levde og døde for oss.
- 26 Tre lærdommer om kjærlighet, glede og fred**
 Av *Brian K. Ashton*
 Du kan finne lykke uavhengig av dine omstendigheter.
- 32 Sagt av siste-dagers-hellige** ☺
 En orkan ødelegger bryllupsplaner, hva jordelivet egentlig er, en sang
 som ga håp, en invitasjon det ble takket ja til.
- 36 Velsignelser ved selvhjulpenhet:** Virksomheten blomstrer ☺
 Av *Joshua J. Perkey*
 En advokat mister jobben, men finner inspirasjon i Kirkens
 selvhjulpenhetskurs.
- 38 Vårt hjem, vår familie:** Sønnen vår er vår himmelske Faders sønn ☺
 Av *Jerlyn Murphy*
 Uansett hvor høyt vi elsker våre barn, elsker Gud dem høyere.
- 40 Undervisning av tenåringer og yngre barn:** Hvordan takle en tragedie ☺
 Tips for å hjelpe dine barn å føle fred.

☺ Kjøpp lesning



Omslagssiden
Road to Emmaus,
 [Veien til Emmaus] av
 Wendy Keller.

Deler

Unge voksne

42

Med alle de valgene vi står overfor og de **livsendrende avgjørelsene** vi tar, hvordan kan vi vite at vi **følger Guds plan** for oss? Les denne månedens artikler om **å motta åpenbaring.**



Ungdom

50

Lær hvordan du bruker din patriarkalske velsignelse, bli inspirert til å starte **nye påsketradisjoner**, og **finn fred** for deg selv og andre når du leser denne måneds artikler.



Barn

Lær mer om **hvorfor vi feirer påske** ved å lese om Jesus Kristus, hans forsoning og oppstandelse, og hva det betyr for oss.



UTVALGTE ARTIKLER SOM BARE FINNES DIGITALT



Tren dine åndelige muskler

Av Aspen Stander

For å unngå at vårt vitnesbyrd skal svekkes, må vi hele tiden bygge våre åndelige muskler.



Etterlever du evangeliet halvhjertet?

Av Chakell Wardleigh

Hva er egentlig forskjellen på å ha det travelt i Kirken og å være aktiv i evangeliet?

FINN MER

I Gospel Library-appen og på liahona.lds.org kan du:

- Finne nyeste nummer.
- Finne innhold som bare er tilgjengelig digitalt.
- Søke i tidligere numre.
- Sende inn dine historier og tilbakemeldinger.
- Abonnere eller gi et gaveabonnement.
- Forbedre ditt studium med digitale verktøy.
- Dele favorittartikler og -videoer.
- Laste ned eller skrive ut artikler.
- Lytte til dine favorittartikler.

KONTAKT OSS

Send spørsmål og tilbakemelding til liahona@ldschurch.org.

Send inn dine trosfremmende historier på liahona.lds.org eller i posten til: *Liahona*, flr. 23

50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

APRIL 2019, ÅRGANG 83, NR. 4 LIAHONA 18604 170

Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Helliges internasjonale tidsskrift

Det første presidentskap: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

De tolv apostlers quorum: 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

Redaktør: Randy D. Funk

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

Administrerende direktør: Richard I. Heaton

Direktør for Kirkens tidsskrifter: Allan R. Loyborg

Økonomiansvarlig: Garff Cannon

Redaksjonssjef: Adam C. Olson

Assisterende redaksjonssjef: Ryan Carr

Produksjonsassistent: Camila Castrillon

Tekst og redigering: 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 Odekirke, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Kunstnerisk ansvarlig: J. Scott Knudsen

Bilredaktør: Tadd R. Peterson

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

Koordinator for opphavsrett: Collette Nebeker Aune

Produksjonssjef: Jane Ann Peters

Produksjon: Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marissa M. Smith

Forhåndstrykk: Joshua Dennis, Ammon Harris

Trykkerisjef: Steven T. Lewis

Distribusjonssjef: Troy R. Barker

Oversettelse: Kirkens oversettelseskontor

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

Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring vennligst kontakt kundeservice
Telefon: +46 (0) 8500 655 20
E-post: rcstockholm@ldschurch.org
Internett: store.lds.org
Abonnementspris pr. år: NOK 87 (inkl. mva. og porto)

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

Liahonas lokalredaksjon:
Redaksjonens adresse:

Joanna Bjerga
Haraldskroken 31
4041 Hafrsfjord
Tlf: 41021116
E-post: jobjerga@gmail.com
Nyhetsredaktør: Joanna Bjerga

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

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Trykt i USA.

Informasjon om opphavsrett:

Med mindre annet er angitt, kan enkeltpersoner kopiere materiale fra *Liahona* til eget personlig, ikke-kommersielt bruk (herunder kall i Kirken). Denne rettighet kan til enhver tid tilbakekalles. Visuelt materiell må ikke kopieres hvis det er angitt restriksjoner i teksten under illustrasjonen. Spørsmål om opphavsrett rettes til Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St.,

FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada: April 2019 Vol. 83 No. 4. LIAHONA (USPS 311-480) Norwegian (ISSN 1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., 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 (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.lds.org. (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.

Jesus Kristus er oppstanden,
bring det ut med glede stor.
Bare han og ingen annen
kunne slette dødens spor.
Døden tapte, vi er fri,
Kristus kunne seier gi.

(“Jesus Kristus er oppstanden”
Salmer, nr. 115.)

Når du minnes Frelseren denne påsken, kan du gå inn på lds.org/go/4195 for å se vakker kunst og vitnesbyrd fra apostlene om Frelserens egenskaper som gjorde hans forsoning og oppstandelse mulig.



Bob og Lori Thurston

Virket i Kambodsja Phnom Penh misjon



På sin første misjon sammen lærte Bob og Lori Thurston at meningsfylt tjeneste kan finne sted til tross for språkbarrierer og kulturelle forskjeller fordi vi alle er Guds barn.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

Bob:

En dag hørte vi høy musikk, og vi la merke til at det ble satt opp et telt. I Kambodsja betyr det enten at noen skal gifte seg eller at noen er død.

Lori:

Vi fant ut at en mor til fem eller seks barn nettopp hadde gått bort. Det var ingen ektemann i nærheten. Barna våknet bare og skjønnte at moren deres var død.

En datter bare hikstet. Gjennom en oversetter sa hun: "Jeg er den eldste. Jeg har alle disse søsknene. Jeg vet ikke hva jeg skal gjøre."

Jeg bare løftet henne opp i armene mine. Hvordan kunne jeg la være? Denne jenta hadde nettopp mistet moren sin. Jeg snakket til henne på engelsk og sa: "Jeg vet at du ikke forstår meg, men jeg lover at du vil få se moren din igjen. Det kommer til å ordne seg. Du kommer ikke til å bli overlatt til deg selv."

Så mange opplevelser som dette har gitt oss en spesiell tilknytning til menneskene i Kambodsja.

FINN UT MER

Du kan finne flere eksempler på tro på lds.org/go/18.



Prinsipper for omsorgstjeneste

GJØR

OMSORGSTJENESTE

TIL EN glede

Å utføre tjeneste med kjærlighet gir glede til både giveren og mottageren.

Noen ganger kan vår søken etter lykke i dette liv virke som å løpe på en tredemølle. Vi løper og løper og føler fortsatt at vi ikke har kommet noe sted. For noen synes tanken på å tjene andre bare som mer å gjøre.

Men vår himmelske Fader vil at vi skal oppleve glede, og har sagt at “mennesket er til for å kunne ha glede” (2 Nephi 2:25). Frelseren forkynte at omsorgstjeneste for andre er en viktig del av å bringe glede inn i vårt eget og andres liv.

Hva er glede?

Glede er definert som “en følelse av stor tilfredsstillelse og lykke”.¹ Profeter i de siste dager har forklart hvor glede kommer fra og hvordan den kan oppnås. “Gleden vi føler, har lite å gjøre med omstendighetene i vårt liv, og alt å gjøre med hva vi fokuserer på,” sa president Russell M. Nelson. “... Glede kommer fra og på grunn av [Jesus Kristus]. Han er kilden til all glede.”²



Omsorgstjeneste gir glede

Da Lehi spiste av frukten på livets tre, ble hans sjel fylt “med overmåte stor glede” (1 Nephi 8:12). Hans første ønske var å dele denne frukten med dem han var glad i.

Vår villighet til å tjene andre kan gi den slags glede til oss selv og til dem. Frelseren lærte sine disipler at frukten vi frembringer når vi er knyttet til ham, bidrar til å gi oss en fylde av glede (se Johannes 15:1–11). Å gjøre hans arbeid ved å tjene og forsøke å bringe andre til ham kan være en gledesfylt opplevelse (se Lukas 15:7; Alma 29:9; Lære og pakter 18:16; 50:22). Vi kan oppleve denne gleden selv i

møte med motgang og lidelse (se 2 Korinterbrev 7:4; Kolosserne 1:11).

Frelseren viste oss det fullkomne eksemplet på at en av de største kildene til sann glede i jordelivet finnes i tjeneste. Når vi hjelper våre brødre og søstre slik Frelseren gjorde, med kjærlighet i vårt hjerte, kan vi oppleve en glede som overgår vanlig lykke.

“Når vi tar imot [omsorgstjeneste] med et villig hjerte, vil [vi] bli ... mer likt et Sions folk og vil føle større glede sammen med dem som vi har hjulpet langs disippelens vei,” sa søster Jean B. Bingham, Hjelpeforeningens generalpresident.³

EN KILDE TIL SANN GLEDE

Frelseren viste oss det fullkomne eksemplet på at vi kan finne sann glede i jordelivet ved tjeneste.



Hvordan kan vi gjøre omsorgstjeneste mer gledesfylt?

Det er mange måter å gjøre vår omsorgstjeneste mer gledesfylt på. Her er noen forslag:

- 1. Forstå din hensikt med å utføre omsorgstjeneste.** Det er mange grunner til å utføre omsorgstjeneste. Vår innsats skulle være i samsvar med Guds hensikt om “å tilveiebringe mennesket udødelighet og evig liv” (Moses 1:39). Når vi tar imot president Russell M. Nelsons oppfordring om å hjelpe andre videre langs paktens vei, kan vi finne glede i å delta i Guds verk.⁴ (Les mer om hensikten med omsorgstjeneste i “Prinsipper for omsorgstjeneste: Hensikten som vil forandre vår omsorgstjeneste”, i januar-nummeret 2019 av *Liahona*.)
- 2. La omsorgstjenesten handle om personer, ikke oppgaver.** President Thomas S. Monson ga oss ofte følgende påminnelse: “La aldri et problem som må løses, bli viktigere enn en person som trenger å bli vist kjærlighet.”⁵ Omsorgstjeneste handler om å være glad i mennesker, ikke om ting som må gjøres. Når vi lærer å vise kjærlighet slik Frelseren gjorde, blir vi mer åpne for gleden som kommer av å tjene andre.

- 3. Gjør omsorgstjeneste enkelt.** President M. Russell Ballard, fungerende president for De tolv apostlers quorum, sier: “Store ting tilveiebringes ved små og enkle midler ... Våre små og enkle velgjerninger og vår tjeneste [vil] til sammen bli et liv fylt av kjærlighet til vår himmelske Fader, hengivenhet til vår Herre Jesu Kristi verk og en følelse av fred og glede hver gang vi gjør noe for en annen.”⁶
- 4. Fjern stresset fra omsorgstjenesten.** Det er ikke ditt ansvar å utarbeide en annens frelse. Det er mellom den enkelte og Herren. Vårt ansvar er å være glad i dem og hjelpe dem å vende seg til Jesus Kristus, som er deres Frelser.

Ikke utsett gleden ved tjeneste

Noen ganger kvier folk seg for å be om nødvendig hjelp, så det å tilby vår tjeneste kan være akkurat det de trenger. Men det er ingen løsning å tvinge oss på andre heller. Det er lurt å be om tillatelse før du utfører omsorgstjeneste.

Eldste Dieter F. Uchtdorf i De tolv apostlers quorum fortalte om en alenemor som fikk vannkopper – og så ble barna hennes også syke. Det vanligvis plettfriske huset ble rotete og skittent. Oppvask og klesvask hopet seg opp.

Akkurat da hun følte seg fullstendig overveldet, banket noen Hjelpeforenings-søstre på døren. De sa ikke: “Si ifra om det er noe vi kan hjelpe med.” Da de så situasjonen, skred de til verket.

“De ryddet opp i kaoset, ga hjemmet lys og klarhet, og ba en venn komme med noen sårt tiltrengte dagligvarer. Da de endelig fullførte arbeidet og tok farvel, forlot de en ung mor med tårer i øynene – tårer av takknemlighet og kjærlighet.”⁷

Både giverne og mottageren følte varmen av glede.

Rendyrk gleden i livet

Jo mer glede, fred og tilfredshet vi kan rendyrke i vårt liv, desto mer vil vi kunne dele med andre i vår omsorgstjeneste. Glede kommer ved Den hellige ånd (se Galaterne 5:22 og Lære og pakter 11:13). Det er noe vi kan be om (se Lære og pakter 136:29) og invitere inn i vårt liv. Her er noen forslag til å skape glede i vårt eget liv:

- 1. Tell dine velsignelser.** Når du gransker ditt liv, kan du skrive i dagboken om det Gud har velsignet deg med.⁸ Legg merke til alt det gode rundt deg.⁹ Vær oppmerksom på hva som kanskje hindrer deg i å føle glede, og skriv ned mulige løsninger eller hvordan du kan forstå dem bedre. Ta deg tid nå i påsken til å søke en sterkere tilknytning til Frelseren (se Lære og pakter 101:36).
- 2. Øv opp din oppmerksomhet.** Glede kan lettere komme til deg i stunder med stille meditasjon.¹⁰ Lytt nøye til det som gir deg glede (se 1 Krønikebok 16:15). Tid borte fra medier kan være nødvendig for å øve opp din oppmerksomhet.¹¹
- 3. Unngå sammenligning.** Det har blitt sagt at sammenligning er gledens tyv. Paulus advarte og sa at “når [noen] bruker seg selv som målestokk og sammenligner seg med seg selv, mangler de forstand” (2 Korinterbrev 10:12).
- 4. Søk personlig åpenbaring.** Frelseren sa: “Hvis du ber, skal du motta åpenbaring på åpenbaring, kunnskap på kunnskap, så du kan kjenne mysteriene og det som gir fred, det som bringer glede, det som bringer evig liv” (Lære og pakter 42:61).

Oppfordring til å handle

Hvordan kan du øke gleden du finner i livet ved hjelp av omsorgstjeneste? ■

Prinsippene i denne artikkelen kan anvendes i vår daglige omgang med andre, men de er ment å hjelpe brødre og søstre i arbeidet med å velsigne de enkeltpersoner og familier de er tildelt.

NOTER

1. “Joy”, en.oxforddictionaries.com
2. Russell M. Nelson, “Glede og åndelig overlevelse”, *Liahona*, nov. 2016, 82.
3. Jean B. Bingham, “Omsorgstjeneste på Frelserens måte”, *Liahona*, mai 2018, 107.
4. Se Russell M. Nelson, “Når vi samlet går fremad”, *Liahona*, april 2018, 4–7.
5. Thomas S. Monson, “Gled deg over reisen”, *Liahona*, nov. 2008, 86.
6. M. Russell Ballard, “Finn glede i kjærlig tjeneste”, *Liahona*, mai 2011, 49.
7. Se Dieter F. Uchtdorf, “Gledesfylt etterlevelse av evangeliet”, *Liahona*, nov. 2014, 120–123.
8. Se Henry B. Eyring: “Husk, husk”, *Liahona*, nov. 2007, 67.
9. Se Jean B. Bingham, “Så din glede kan bli fullkommen”, *Liahona*, nov. 2017, 87.
10. Se Dieter F. Uchtdorf, “Det som betyr mest”, *Liahona*, nov. 2010, 21.
11. Se Gary E. Stevenson, “Åndelig formørkelse”, *Liahona*, nov. 2017, 46.





I tider med motløshet, husk

enken i Nain

Særlig når vi føler oss glemt eller oversett, må vi huske at Jesus kom til enkens unnsetning akkurat da hun trengte det, og det vil han gjøre med oss også.

Av Keith J. Wilson

Førsteamanuensis i oldtidsskrifter, Brigham Young University

I livets oppturer og nedturer kan vi noen ganger føle at Gud ikke er særlig aktiv i vårt daglige liv. Våre mønstre virker ganske kjedelige og ensformige. Det er ikke mye som forandrer seg, og det er noen ganger vanskelig å finne ett område hvor Gud har grepet direkte inn i våre omstendigheter. Når jeg blir grepet av disse følelsene av ubetydelighet i mitt eget liv, tenker jeg ofte på en kvinne i Det nye testamente som kan ha følt det slik. Hun er ikke nevnt i Skriftene, men er bare kjent ved navnet på landsbyen og sin sivilstand.

Kvinnen er enken i Nain, og bare evangelisten Lukas nedtegner hennes forbløffende historie. Hun representerer kjernen i Jesu Kristi personlige tjenestegjering og hvordan han strakte seg ut til de motløse, almennelige menneskene i sitt samfunn. Denne beretningen avklarer ettertrykkelig spørsmålet om hvorvidt Gud kjenner oss og bryr seg om oss.

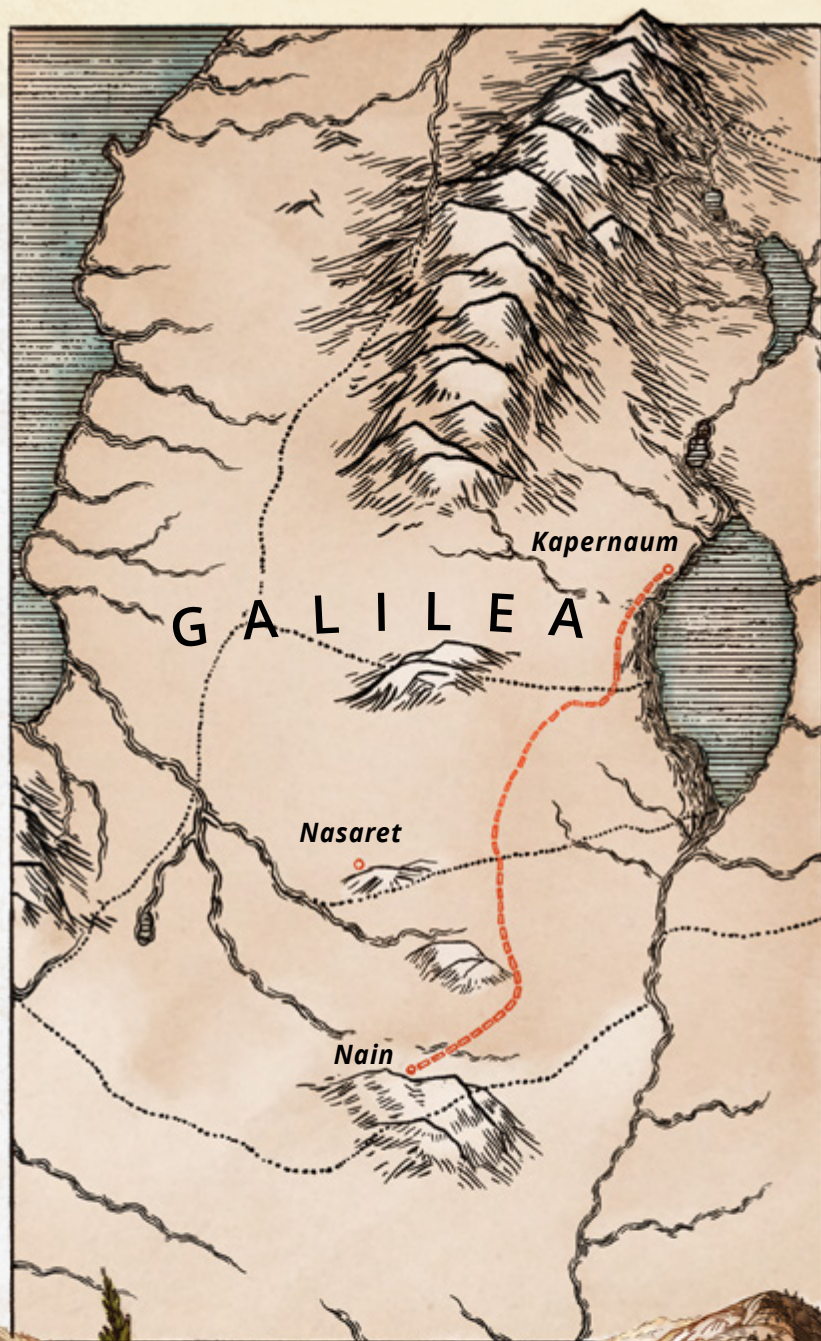
Et kort sammendrag av mirakelet fra Lukas kapittel 7 skildrer Jesus som stopper et begravelsefølge, og på mirakuløst vis bringer en død ung mann til live igjen. Det er imidlertid mye mer å forstå om situasjonen. Som med alle mirakler, men spesielt med dette, er sammenhengen avgjørende for å forstå denne hendelsen. Etter å ha undervist ved Brigham Young Universitys Jerusalem-senter, har jeg personlig innsikt å dele med deg om dette mirakelet.

Nain var en liten jordbrukslandsby på Jesu tid. Den lå ved foten av fjellet Moreh, som avgrenset østsiden av Jisreeldalen. Selve byen lå utenfor allfarvei. Adkomsten til den var begrenset til én vei. Denne bosettingen må ha vært liten og relativt fattig på Jesu tid, og det har den også vært siden. Til tider i sin historie har denne byen omfattet så få som 34 boliger og bare 189 innbyggere.¹ I dag har den cirka 1500 innbyggere.

Lukas begynner sin beretning med å nevne at Jesus var i Kapernaum dagen før, og hadde helbredet høvedsmannens tjener (se Lukas 7:1–10). Så leser vi at “*dagen etter*” (vers 11; uthevelse tilføyd) gikk Frelseren inn i en by som het Nain i følge med en stor gruppe disipler. Denne rekkefølgen er svært viktig. Kapernaum ligger ved den nordlige bredden av Genesaretsjøen, 183 meter under havnivå. Nain ligger cirka 48 km sørvest for Kapernaum og 213 meter over havet, så veien til Nain innebar en krevende stigning. Å gå fra Kapernaum til Nain må ha tatt minst en eller to dager. Det tok nylig en gruppe unge studenter ved BYUs Jerusalem-senter 10 timer å gå denne ruten på fast veidekke. Dette betyr at Jesus trolig måtte stå opp svært tidlig eller muligens til og med gå hele natten for å kunne møte begravelserfølget “*dagen etter*”.²

Da Kristus nærmet seg byen etter en svært anstrengende reise, ble en ung mann som trolig var i 20-årene,³ båret ut på en begravelsebære. Lukas forteller oss at denne unge mannen var en enkes eneste sønn, og noen forskere tolker den greske teksten dithen at hun ikke hadde noen andre barn.⁴ En stor gruppe landsbyboere fulgte henne i denne svært ulykksalige familietragedien.

En sønn som dør, ville være en tragedie for noen og enhver, men overvei følgene for denne enken. Hva ville det ha betydd sosialt, åndelig og økonomisk å være enke uten en arving i





oldtidens Israel? I Det gamle testaments kultur trodde man at når en mann døde før han ble gammel, var det et tegn på Guds straffedommer for synd. Dermed trodde noen at Gud straffet denne overlevende enken. I Ruts bok, da Naomi ble enke i ung alder, beklaget hun seg og sa: “Herren har vitnet mot meg, og Den Allmektige har latt det gå meg ille” (Rut 1:21).⁵

Ikke bare var det åndelig og følelsesmessig smerte, men denne enken i Nain sto også overfor økonomisk ruin og til og med hungersnød.⁶ Ved ekteskap ble en kvinne tildelt sin manns familie for økonomisk beskyttelse. Hvis han døde, ble omsorgen for henne delegert til sønnen med førstefødselsretten. Nå som denne enkens førstefødte og eneste sønn var død, hadde hun ikke noe økonomisk sikkerhetsnett. Hvis sønnen var i 20-årene, var hun sannsynligvis en middelaldrende kvinne som bodde i en liten, bortgjemt gårdbrukerby, og var nå åndelig, sosialt og økonomisk nødlidende.

Akkurat i det lille tidsrommet da landsbyboerne bar denne kvinnens sønn ut for å begrave ham, møtte Jesus følget og fikk “medynk med henne” (Lukas 7:13). Dette kan ha vært Lukas’ største underdrivelse. Jesus følte på en eller annen måte denne enkens fullstendig fortvilte situasjon. Kanskje hadde hun ligget på





jordgulvet sitt hele natten og tryglet sin himmelske Fader om å få vite hvorfor. Kanskje hadde hun til og med spurt ham rett ut hvorfor det var nødvendig for henne å leve på jorden lenger. Eller kanskje hun var livredd for ensomheten som ventet henne. Det vet vi ikke. Vi vet imidlertid at Frelseren valgte å forlate Kapernaum umiddelbart, noe som kan ha betydning at han måtte gå hele natten for å rekke begravelsefølget rett før de la kroppen i jorden.

Ja, da han så hennes tårevåte ansikt der hun gikk bak følget, følte Jesus stor medlidenhet med denne kvinnen – men det ser ut til at hans medlidenhet kom av følelser han fikk lenge før han bare “tilfeldigvis” møtte dette begravelsefølget. Han ankom akkurat da hun trengte det som mest.

Jesus sa da til enken: “Gråt ikke” (vers 13). Uten frykt for rituell urenhet, “rørte [han] ved båren”, og følget “stanset”. Så befalte han: “Unge mann, jeg sier deg: Stå opp!

Da satte den døde seg opp og begynte å tale, og [Jesus] gav ham til hans mor” (vers 14–15). Landsbyboerne og Jesu

tilhengere ble naturligvis fylt av ærefrykt da deres felles sorg gikk over i ren glede. Alle “priste Gud og sa: En stor profet er oppreist iblant oss” (vers 16). Men dette mirakelet handlet også om å redde en fortvilet sjel. Jesus var klar over at noe var svært galt for denne kvinnen – en som ble sett ned på i deres kultur. Situasjonen hennes skrek etter hans umiddelbare oppmerksomhet, selv om han måtte reise langt for å være der i nøyaktig riktig øyeblikk. Han visste om hennes fortvilede situasjon, og han kom raskt. President Thomas S. Monson (1927–2018) uttalte en ubestridelig sannhet da han sa: “Når vi en dag ser tilbake på tilsynelatende tilfeldigheter i livet, vil vi innse at de kanskje ikke var så tilfeldige likevel.”⁷

Så oppløftende som denne hendelsen enn er, må den bli mye mer enn en fin bibelhistorie for oss. Den bekrefter utvetydig at Jesus visste om denne fattige, glemte og nødlidende enken. Særlig når vi føler oss glemte, oversett eller ubetydelige, må vi huske at Jesus kom til enkens unnsetning akkurat da hun trengte det som mest, og det vil han også gjøre for oss. En annen lærdom vi kan få av Frelserens eksempel er

hvor viktig det er å strekke oss ut for å velsigne andre rundt oss. Mange i din omgangskrets vil være motløse fra tid til annen. Hvis du kan fortelle dem om “søster Nain” og at Herren visste alt om hennes motløshet og store personlige krise, kan det forandre natt til dag. Husk president Spencer W. Kimballs (1895–1985) gripende uttalelse: “Gud ser oss virkelig og våker over oss. Men det er vanligvis gjennom et annet menneske han dekker våre behov.”⁸

Av alle Jesu mirakler i løpet av hans tid på jorden, er det for meg få som er like gripende og medfølende som hans tjeneste for enken i Nain. Det minner oss om at vi er betydningsfulle for ham og at han aldri vil glemme oss. Vi må ikke glemme det. ■

NOTER

1. Se E. Mills, *Census of Palestine 1931: Population of Villages, Towns, and Administrative Areas* (1932), 75.
2. Se S. Kent Brown, *The Testimony of Luke* (2015), 364.
3. Se Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
4. Se Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
5. I Jesaja 54:4 forteller Herren enken Israel: “Din enkestands vanære skal du ikke mer komme i hu.”
6. Se Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
7. Thomas S. Monson, i Joseph B. Wirthlin, “Hva vi lærer på livets reise”, *Liahona*, mai 2001, 38.
8. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Spencer W. Kimball* (2006), 84.



For å se bibelvideoen “Widow of Nain” [Enken i Nain] kan du gå inn på [lds.org/go/041917](https://www.lds.org/go/041917).





Av president
Henry B. Eyring
Annenrådgiver
i Det første
presidentskap

STOL PÅ FRELSERENS befrielse

Frelserens forsoning og oppstandelse gir ham makt til å styrke oss i våre prøvelser eller befri oss fra dem.

For de av oss som har mistet noen av våre kjære, kan veien fremover være trist og ensom – og det i enda større grad for dem som mangler kunnskap og vitnesbyrd om Frelseren Jesu Kristi forsoning og oppstandelse. Dere husker sikkert hans to tvilende disipler på veien til Emmaus. Den oppstandne Herre kom til dem og spurte hvorfor de var lei seg. Lukas gir oss svaret:

“De sa til ham: Det med Jesus fra Nasaret, en mann som var en profet, mektig i gjerning og ord for Gud og hele folket –

og hvordan våre yppersteprester og rådsherrer overgav ham til dødsdom og korsfestet ham.

Men vi håpet at han var den som skulle forløse Israel” (Lukas 24:19–21).

Vi finner trøst i vår kunnskap og vårt vitnesbyrd om at det *var* han som forløste Israel. Det *var* han som “[brøt] dødens bånd” (Mosiah 15:23). Det *var* han som ble “førstegrøden av dem som er sovnet inn” (1 Korinterbrev 15:20). Det *var* han som muliggjorde tempelpakter som for evig knytter oss til dem vi “har elsket før, men tapt en tid”.¹

I disse påsketider vil jeg dele en del av en tale jeg holdt for noen år siden om Frelserens kraft til befrielse. Den styrket meg da jeg forberedte og holdt den. Jeg ber om at den vil styrke deg når du leser den.

Frelseren kjenner våre sorger

Livet avsluttes før tiden for noen, og til slutt for oss alle. Vi blir alle satt på prøve når noen vi er glad i, dør.

Her om dagen møtte jeg en mann som jeg ikke hadde sett siden hans hustru døde. Det var et tilfeldig møte i en hyggelig sosial

sammenheng under en høytid. Han smilte da han kom bort til meg. Ettersom jeg husket hans hustrus død, uttrykte jeg den vanlige hilsenen svært omhyggelig: “Hvordan går det med deg?”

Smilet forsvant, han fikk tårer i øynene og sa rolig og med stort alvor: “Jeg har det bra. Men det er veldig vanskelig.”

Det *er* veldig vanskelig, som de fleste av dere har lært og vi alle en gang vil vite. Den vanskeligste delen av denne prøven er å vite hva vi skal gjøre med sorgen, ensomheten og tapet som vi kan føle som om en del av oss har blitt borte. Sorg kan vedvare som en



*Frelseren kunne ha
kjent våre sorger ved Åndens
inspirasjon, men valgte i
stedet å kjenne dem ved
egen erfaring.*

kronisk smerte. Og noen kan føle sinne eller urettferdighet.

Frelserens forsoning og oppstandelse gjør ham i stand til å befri oss i slike prøvelser. Ved egen erfaring ble han kjent med alle våre sorger. Han kunne ha kjent dem ved Åndens inspirasjon, men han valgte i stedet å kjenne dem ved egen erfaring. Dette er beretningen:

“Og se, han skal bli født av Maria ved Jerusalem, våre forfedres land. Og hun er en jomfru, et dyrebart og utvalgt redskap, som skal overskygges og bli med barn ved Den Hellige Ånds kraft. Og hun skal føde en sønn, ja, Guds Sønn.

Og han skal gå ut, ha smerter og lidelser og fristelser av alle slag, og dette for at det ord kunne bli oppfylt som sier at han vil påta seg sitt folks smerter og sykdommer.

Og han vil påta seg døden, så han kan løse dødens bånd som binder hans folk. Og han vil påta seg deres skrøpeligheter, så hans indre kan fylles med barmhjertighet i kjødet, så han i kjødet kan vite hvordan han skal hjelpe sitt folk i forhold til deres skrøpeligheter” (Alma 7:10–12).

Gode mennesker rundt deg vil prøve å forstå din sorg når en av dine nærmeste har gått bort. De kan til og med føle sorg selv. Ikke bare forstår og føler Frelseren sorg, men føler også *din* personlige sorg som bare du føler. Og han kjenner deg fullkomment. Han kjenner ditt hjerte.

Innby Den hellige ånd

Frelseren kan vite hvilke av de mange tingene du kan gjøre, som vil være best for deg når du innbyr Den hellige ånd til å trøste og velsigne deg. Han vil vite hvor det er best for deg å begynne. Noen ganger vil det være å be. Noen ganger vil det være å gå og trøste en annen. Jeg vet om en enke med en svekkende sykdom, som ble inspirert til å besøke en annen enke. Jeg var

ikke der, men jeg er sikker på at Herren inspirerte en trofast disippel til å strekke seg ut til en annen, og slik kunne han hjelpe dem begge.

Det er mange måter Frelseren kan hjelpe dem som sørger, spesielt tilpasset den enkelte. Men du kan være sikker på at han kan og vil gjøre det på den måten som er best for dem som sørger, og for menneskene rundt dem. Én konstant når Gud befri mennesker fra sorg, er at de føler barnlig ydmykhet for ham. Et godt eksempel på trofast ydmykhet kommer fra Jobs liv (se Job 1:20–22). En annen konstant, som Job også hadde, er vedvarende tro på kraften i Frelserens oppstandelse (se Job 19:26).

Vi vil alle gjenoppstå, også dine nærmeste som dør. Vår gjenforening med dem vil ikke være oversanselig, men med legemer som aldri vil dø, eldes eller bli syke.

Da Frelseren viste seg for sine apostler etter oppstandelsen, beroliget han ikke bare dem i deres sorg, men også alle oss som noensinne skulle komme til å sørge. Han beroliget dem og oss på denne måten:

“Fred være med dere! ...

Se mine hender og mine føtter, at det er meg selv! Rør ved meg og se! For en ånd har ikke kjøtt og ben, slik dere ser at jeg har (Lukas 24:36, 39).

Herren kan inspirere oss til å strekke oss etter kraft til befrielse fra vår sorg på den måten som egner seg best for oss. Vi kan velge å tjene andre for Herren. Vi kan vitne om Frelseren, om hans evangelium, om gjenopprettelsen av hans kirke og om hans oppstandelse. Vi kan holde hans bud.

Alle disse valgene innbyr Den hellige ånd. Det er Den hellige ånd som kan trøste oss på den måten som er tilpasset vårt behov. Og ved Åndens inspirasjon kan vi få et vitnesbyrd om oppstandelsen og et klart blikk på den herlige gjenforeningen som venter oss. Jeg følte denne trøsten da jeg så ned på gravstenen til en jeg kjente – en jeg vet jeg en gang i fremtiden kan holde i armene mine. Denne vissheten befridde meg ikke bare fra sorgen, men fylte meg også med glad forventning.

Hadde denne lille personen levet opp, ville hun hatt behov for befrielse under andre prøvelser. Hun ville ha blitt satt på prøve for å se om hun ville holde seg trofast mot Gud gjennom de fysiske og åndelige utfordringene som kommer til alle. Selv om kroppen er et fantastisk skaperverk, er det å holde den i funksjon en utfordring som setter oss alle på prøve. Alle må kjempe seg gjennom sykdom og aldringens virkninger.

“Vær du ydmyk”

Kraft til befrielse fra våre prøvelser finnes. Den fungerer på samme måte som befrielse fra prøvelsen som kommer når en av våre nærmeste dør. Akkurat slik denne befrielsen ikke alltid er at våre kjæres liv blir spart, er kanskje heller ikke befrielsen fra andre prøvelser å fjerne dem. Herren vil kanskje ikke gi lindring før vi

*Du kan være sikker
på at Frelseren kan og vil
hjelp dem som sørger på
den måten som er best for
dem, og for menneskene
rundt dem.*

utvikler tro til å ta valg som vil få forsoningens kraft til å virke i vårt liv. Han krever ikke dette av likegyldighet, men av kjærlighet til oss.

En rettesnor for å motta Herrens kraft til befrielse fra motstand i livet ble gitt til Thomas B. Marsh, som da var president for De tolv apostlers quorum. Han opplevde vanskelige prøvelser, og Herren visste at han ville få flere. Her var rådet til ham som jeg vil følge selv og tilbyr deg: “Vær du ydmyk, og Herren din Gud skal lede deg ved



hånden og gi deg svar på dine bønner” (Lære og pakter 112:10).

Herren ønsker alltid å lede oss til befrielse ved at vi blir mer rettferdige. Det krever omvendelse. Og dét krever ydmykhet. Så veien til befrielse krever alltid ydmykhet for at Herren skal være i stand til å lede oss ved hånden dit han ønsker å lede oss, gjennom våre vanskeligheter og videre til helliggjørelse.

Prøvelser kan forårsake bitterhet eller motløshet. Den ydmykhet du og jeg trenger for at Herren skal kunne lede oss ved hånden, kommer ved tro. Den kommer ved tro på at Gud virkelig lever, at han elsker oss, og at det han ønsker – vanskelig som det enn måtte være – alltid vil være det beste for oss.

Frelseren viste oss denne ydmykheten. Du har lest om hvordan han ba i Getsemane mens han gjennomgikk en prøvelse på våre vegne som er større enn vi har evne til å forstå eller utholde, og til og med større enn jeg kan beskrive. Du husker bønnen hans: “Far, om du vil, så la denne kalk gå meg forbi! Men la ikke min vilje skje, bare din” (Lukas 22:42).

Han kjente og stolte på sin himmelske Fader, den store Elohim. Han visste at hans Fader var allmektig og uendelig god. Den elskede Sønn ba med ydmyke ord – i likhet med et lite barns ord – om at befrielsens kraft måtte hjelpe ham.

Fatt mot og trøst

Faderen befridde ikke Sønnen ved å fjerne prøvelsen. For vår skyld gjorde han ikke det, men han lot Frelseren fullføre oppgaven han kom for å utføre. Likevel kan vi alltid fatte mot og trøst ved kunnskapen om hjelpen som Faderen ga:

“Da viste en engel fra himmelen seg for ham og styrket ham.

Og han kom i dødsangst og bad enda mer inntrengende, og svetten hans ble som bloddråper som falt ned på jorden.

Så stod han opp fra bønnen og kom til sine disipler. Og han fant dem sovende av bedrøvelse.

Han sa til dem: Hvorfor sover dere? Stå opp og be om at dere ikke må komme i fristelse!” (Lukas 22:43–46).

Frelseren ba om befrielse. Det han fikk, var ikke en utvei fra prøvelsen, men lindring nok til å gjennomgå den på strålende vis.

Jesus Kristus betalte prisen for alle våre synder og alle vår himmelske Faders barns synder, slik at vi kunne bli befridd fra død og synd.

Hans befaling til disiplene, som selv ble satt på prøve, er en rettesnor for oss. Vi kan bestemme oss for å følge den. Vi kan bestemme oss for å reise oss og be i stor tro og ydmykhet. Og vi kan følge befalingen som er lagt til i Markus-evangeliet: “Stå opp, la oss gå” (Markus 14:42).

Du har nå fått råd for å bestå livets fysiske og åndelige prøvelser. Du vil trenge Guds hjelp etter at du har gjort alt du kan selv. Så reis deg og gå, men få hans hjelp så tidlig som mulig, ikke vent på en krise før du ber om befrielse.

Jeg bærer høytidelig vitnesbyrd om at Gud Faderen lever og elsker oss. Jeg vet det. Hans plan for lykke er fullkommen, og den er en plan for lykke. Jesus Kristus sto opp fra de døde, slik også vi vil gjøre. Han led slik at han kunne hjelpe oss i alle våre prøvelser. Han betalte prisen for alle våre synder og alle vår himmelske Faders barns synder, slik at vi kunne bli befridd fra død og synd.

Jeg vet at i Jesu Kristi Kirke kan Den hellige ånd komme for å trøste og rense oss når vi følger Mesteren. Måtte du motta hans trøst og hjelp i dine vanskelige stunder, gjennom alle ditt livs prøvelser og vanskeligheter. ■

Fra talen “The Power of Deliverance” [Makt til befrielse], som ble holdt ved Brigham Young University 15. januar 2008.

NOTER

1. “Led, milde lys”, *Salmer*, nr. 77.



DETAILI FRA GETSEMANE (GETSEMANE) AV J. KIRK RICHARDS; OLIVENGRENER FRA GETTY IMAGES

I en hellig, stille lund

Tankefullt ♩ = 60-68

Tekst og musikk: Tammy Simister Robinson

1. I en hel - lig, stil - le lund, jeg ble kjøpt i den - ne stund.
2. Fra din tro - ne kom du ned, og på kor - set dø - den led.
3. Ny - ter stil - le vann og brød, min - ne om ditt blod og kjød.

Svet - tet blod, men ang - ret ei, Frel - ser, du ba ømt for meg,
Vil - lig so - net for en - hver, du, min bror, min Frel - ser kjær,
Du har vist meg frel - sens vei, jeg vil vit - ne nå for deg,

Frel - ser, du ba ømt for meg. Hjer - tet mitt jeg gir til deg,
du, min bror, min Frel - ser kjær. Hjer - tet mitt jeg gir til deg,
jeg vil vit - ne nå for deg. Hjer - tet mitt jeg gir til deg,

hjelp meg all - tid gå din vei. Svet - tet blod, men ang - ret ei,
hjelp meg all - tid gå din vei. Vil - lig so - net for en - hver,
hjelp meg nå å gå din vei. Død og smer - te sei - ret ei,

Frel - ser, du ba ømt for meg, Frel - ser, du ba ømt for meg.
du, min bror, min Frel - ser kjær, du, min bror, min Frel - ser kjær.
Frel - ser, jeg vil føl - ge deg! Frel - ser, jeg vil føl - ge deg!

© 2003 Tammy Simister Robinson. All rights reserved.

Sangen kan kopieres til leilighetsvis, ikke-kommersiell bruk i hjem eller kirke.

Denne notis må komme med på alle kopier.



Av Brian K. Ashton
Annenrådgiver i
Søndagsskolens
generalpresidentskap

Tre lærdommer om kjærlighet, glede og fred

Å følge disse tre trinnene kan gjøre stor forskjell i livet ditt og hjelpe deg å føle Åndens frukter.

Som student tenkte jeg mye på fremtiden. Da jeg kom til fremtiden – med andre ord livet etter endt utdanning – lærte jeg tre viktige lærdommer som gjorde stor forskjell i livet mitt. Jeg ønsker å dele disse lærdommene med deg i håp om at du ikke bruker like lang tid som jeg på å lære dem. De kan hjelpe deg å finne større glede i livet – og til slutt motta opphøyelse sammen med din himmelske Fader.

1. Søk lykke, fred og Den hellige ånd

Jeg møtte min hustru Melinda i løpet av mitt andre år på universitetet, ca. seks måneder etter at jeg kom hjem fra misjon. Jeg visste umiddelbart at jeg ønsket å gifte meg med Melinda. Melinda hadde imidlertid ikke den samme opplevelsen. Det var ikke før fem år senere at hun endelig fikk et svar om at det ville være "OK" å gifte seg med meg.



*Når du gjør
de små tingene
og stoler på
Jesu Kristi
offer, kan du
finne kjærlighet,
glede og
fred, uansett
omstendigheter.*

I løpet av disse fem årene fikk jeg en av de vanskeligste prøvelsene jeg har opplevd. Jeg visste hvem jeg skulle gifte meg med, og Ånden oppmuntret meg, men jeg syntes ikke å kunne nå dette målet.

Kort tid etter at jeg ble uteksaminert, bestemte Melinda seg for å reise på misjon – og jeg er overbevist om at det delvis var for å komme vekk fra meg. Det var tider mens hun var på misjon da jeg var ulykkelig fordi jeg fokuserte på det jeg ikke hadde. Jeg studerte imidlertid Skriftene og ba hver dag, utførte tjeneste i Kirken og gjorde mitt beste for å gjøre de tingene som bragte Den hellige ånd inn i mitt liv.

En tidlig og svært kald søndagsmorgen i Minneapolis i Minnesota, mens jeg kjørte til et møte i Kirken, tenkte jeg: “Jeg burde være virkelig ulykkelig akkurat nå. Ingenting ser ut til å gå slik jeg vil. Men jeg er ikke ulykkelig. Jeg føler meg utrolig lykkelig!”

Hvordan kunne jeg være lykkelig når jeg gjennomgikk det som for meg var en vanskelig prøve?

Svaret finnes i Galaterne 5:22–23: “Åndens frukt er kjærlighet, glede, fred, langmodighet, mildhet, godhet, trofasthet, saktmodighet, avholdenhet.”

Fordi jeg gjorde de tingene som førte Ånden inn i livet mitt, følte jeg Guds kjærlighet. Jeg følte glede og fred. Jeg kunne lide lenge og likevel være lykkelig.

Å ha kjærlighet, glede og fred i vårt liv, vår familie og vårt ekteskap kommer ikke av å ha et stort hus, fine biler, de nyeste klærne, en vellykket karriere eller noe av det andre som verden sier bringer lykke. Fordi følelser som kjærlighet, glede og fred kommer fra Ånden, trenger de faktisk ikke å være forbundet med våre timelige omstendigheter i det hele tatt.

Vær oppmerksom på at jeg ikke sier at vi alltid vil være lykkelige, eller at våre timelige omstendigheter aldri påvirker vår lykke. Det er faktisk slik at hvis vi ikke smaker det bitre, kan vi ikke kjenne det søte (se Lære og pakter 29:39; se også Moses 6:55).

Vi må streve noen ganger. Videre kan noen fysiske og følelsesmessige forhold påføre oss stor lidelse og gjøre det svært vanskelig for oss å føle Ånden. Men hvis vi gjør vårt beste for å ha Ånden i vårt liv og stoler på Gud, kan vi generelt være lykkelige.

Jeg vitner av personlig erfaring om at dette er sant. Siden min opplevelse mens Melinda var på misjon, har jeg lagt merke til at hvis jeg gjør det som bringer Ånden inn i mitt liv, herunder å velge å tro og akseptere at ting vil ordne seg slik Gud har til hensikt, er jeg vanligvis lykkelig (se Jakobs bok 3:2).¹

2. Ikke fall for etterligningene

Satan tilbyr falske alternativer til alt Gud gjør, i et forsøk på å forvirre og bedra oss. Til tross for Satans forsøk på å overbevise oss om noe annet, lærer Frelseren oss at “et dårlig tre [ikke kan] bære god frukt” (3 Nephi 14:18). Fordi Satan er et dårlig tre, kan han ikke få oss til å føle “kjærlighet, glede, fred, langmodighet, mildhet, godhet, trofasthet, saktmodighet [og] avholdenhet” (Galaterne 5:22–23). Satan vil i stedet gjøre oss ulykkelige (se 2 Nephi 2:27).

Så hva gjør Satan? Han prøver å bedra oss.

*Satan tilbyr
falske alternativer*

til alt Gud

gjør, i et

forsøk på

å forvirre

og bedra oss.

Frelseren lærer

oss at et dårlig

tre [ikke kan]

bære god frukt”

(3 Nephi 14:18).

En venn av meg, en av de utvalgte, ble bedratt. Min venn reiste på misjon og var en fremragende misjonær. Da hun kom hjem fra misjonen, hadde hun tenkt å gjøre alle de små tingene som hadde ført Ånden inn i livet hennes og hadde styrket henne på misjonen. Og en stund gjorde hun det.

Hun så imidlertid venner, hvorav mange var hjemvendte misjonærer, komme til kirken hver søndag, men leve slik verden lever resten av uken. De virket lykkelige. De gjorde “morsomme” ting. Og livsstilen deres syntes ikke å kreve like mye arbeid som hennes gjorde.

Sakte, men sikkert sluttet hun å gjøre de små tingene som hadde gitt henne åndelig styrke på misjonen. Hun hadde fortsatt et vitnesbyrd, men hun fortalte meg at hun hadde konkludert: “Om jeg bare deltok på Kirkens møter, var det i orden med meg – jeg var på rett spor.” Likevel sa hun: “Åndelig var jeg inaktiv.”² Mens hun levde slik verden lever, førte ett dårlig valg til det neste, og hun ble snart gravid.

De dårlige valgene hennes innhentet henne til slutt. Hun var ikke lykkelig, og hun visste det. Heldigvis innså min venn at hun hadde blitt ført bak lyset, og hun omvendte seg.

Historien hennes understreker at selv de beste av oss kan bli bedratt. Videre viser historien hennes at vi hele tiden må være på vakt mot bedrag. Det gjør vi ved å gjøre de små tingene som bringer Ånden inn i vårt liv.

Jeg er glad for å kunne si at vennen min i dag er lykkelig, gjør sitt beste for å holde

budene og er fysisk og åndelig aktiv i evangeliet.

Satans bedrag kommer på mange måter. Jeg skal bare nevne noen.

Satan prøver å overtale oss til å prioritere timelige ting fremfor åndelige ting. Vi kan vite at våre prioriteringer er malplassert ved å legge merke til hvor ofte vi sier: “Jeg er altfor opptatt eller sliten akkurat nå til å _____.”

Sett inn det som mangler: gå i tempelet, gjøre omsorgstjeneste, studere og grunne på Skriftene, utføre mitt kall eller til og med holde mine bønner.

Én grunn til at vi har det så travelt, er at Satan arbeider hardt for å distrahere oss. Han bruker smarttelefonen i hånden vår, radioen i bilen, TV-ene i hjemmet vårt og utallige andre ting for å holde oss distraheret nesten hele tiden. Som følge av dette føler vi oss mer opptatt enn vi egentlig er.

Et annet resultat av denne distraksjonen er at vi grunner stadig mindre. Satan arbeider for å distrahere oss fordi han vet at når vi grunner, særlig på Skriftene, fører det til sterkere omvendelse og mer åpenbaring.

Et annet av Satans bedrag kommer ved tanken at våre ytre handlinger er viktigere enn vår indre motivasjon. Når vi mangler den rette motivasjonen for å gjøre åndelige ting, kan vi ikke oppleve gleden ved evangeliet. Som følge av dette begynner det å holde budene å føles som et slit, og Satan vet at hvis han kan få oss til å føle det slik, er vi tilbøyelige til å slutte å gjøre det vi vet vi burde gjøre.

Satan lurer oss også til å tro at glede og lykke kommer av å ha et enkelt liv eller bare å ha det moro hele tiden. Slik er det ikke. Sannheten er at det ikke finnes noen glede eller lykke uten noe å overvinne (se 2 Nephi 2:11, 23).



Det siste av Satans bedrag som jeg vil nevne, er at han prøver å overbevise oss om at ugudelighet, med dens midlertidige gleder, egentlig er lykke. Satan vet at bestemte følelser, i hvert fall i øyeblikket, kan (1) få oss til å tro at vi føler Åndens frukter, (2) maskere vårt ønske om disse fruktene, eller (3) føles som akseptable erstatninger.

Satan kan for eksempel friste oss til å søke begjær istedenfor kjærlighet. Han kan lokke oss med spenning istedenfor varig glede. Han prøver å distrahere oss istedenfor å gi oss fred. Han vil at vi skal være selvgode, ivrige og politisk korrekte istedenfor uselviske, konsekvent lydige og åndelig fokusert på en hensiktsmessig måte. Hans fristelser kan gjøre oss forvirret, noe som i sin tur kan få oss til å tro at det å bryte budene vil bringe lykke.

3. Gjør de små ting

Det er vanligvis små ting som bringer Ånden inn i vårt liv, hindrer oss i å bli bedratt og til slutt hjelper oss å få styrke til å holde budene og oppnå evig liv. Frelseren underviste dette prinsippet til Kirkens eldster i Kirtland i Ohio: "Derfor, bli ikke trette av å gjøre godt, for dere legger grunnvollen til et stort verk, og ut av små ting kommer det som er stort" (L&P 64:33).

Hvorfor er de små tingene så viktige? I neste vers forklarte Frelseren at "Herren krever hjertet og et villig sinn" (Lære og pakter 64:34). Hvorfor forbandt Frelseren det å gjøre små ting

med hjertet og et villig sinn? Fordi vi ved konsekvent å gjøre de små tingene, gir vårt hjerte og sinn til Gud, som renses og helliggjør oss (se Helaman 3:35).

Denne renselsen og helliggjørelsen endrer vår natur, litt etter hvert, slik at vi blir mer og mer lik Frelseren. Dette får oss også til å være mer mottagelige for Den hellige ånds tilskyndelser, noe som gjør oss mindre tilbøyelige til å bli bedratt.

I mitt siste år på videregående skole underviste min far meg i Seminar hjemme. Fordi emnet det året var Mormons bok, bestemte far at vi skulle lese den sammen, vers for vers, og snakke om det vi lærte. Mens vi leste, stilte pappa meg spørsmål som fikk meg til å tenke på det vi leste, og han forklarte ting jeg ikke forsto. Jeg husker fortsatt at jeg lærte om Frelseren og følte at han virkelig besøkte nephittene, og at jeg virkelig kunne bli tilgitt for mine synder på grunn av hans forsoning.

Jeg kan spore mitt grunnlag i Skriftene til disse øktene som far og jeg hadde sammen. Jeg følte noe når vi leste. Og kanskje enda viktigere var det at mine ønsker, motiver og handlinger endret seg. Jeg ønsket å bli bedre. Jeg begynte å se hvor jeg ble bedratt. Jeg omvendte meg oftere. På slutten av mitt første år på universitetet studerte jeg Skriftene hver dag.

Omtrent på denne tiden ba president Ezra Taft Benson (1899–1994) Kirkens medlemmer om å lese Mormons bok daglig og anvende det



*Jeg lover at
hvis du vil
nyte Skriftene
daglig, særlig
Mormons bok,
vil du innby
Ånden i
livet ditt.*

de lærte.³ Så, i tillegg til alt annet jeg leste, leste jeg i det minste noe fra Mormons bok.

På min misjon lærte jeg virkelig å studere og nyte Skriftene. Ikke bare følte jeg Den hellige ånd mens jeg leste, men jeg begynte å føle glede mens jeg gransket Skriftene for å finne svar på mine og mine undersøkeres problemer.

Etter misjonen fortsatte jeg å nyte Skriftene daglig. Fordi denne praksisen inviterte Den hellige ånd inn i mitt liv, mottok jeg hans veiledning for å hjelpe meg å bruke tiden mer effektivt. Som følge av dette gjorde jeg det bedre på skolen og senere i arbeidet mitt. Det ble lettere å ta gode avgjørelser. Jeg ba mer og var mer flittig til å utføre mine kall. Å nyte Skriftene daglig løste ikke alle mine problemer, men livet var lettere.

I august 2005 ga president Gordon B. Hinckley (1910–2008) en utfordring om å lese eller lese om igjen Mormons bok før årsskiftet.⁴ Fordi jeg leste i Mormons bok hver dag likevel, var jeg allerede i Ether eller Moroni. Derfor, etter å ha avsluttet den en uke eller to senere, konkluderte jeg med at jeg hadde fullført president Hinckleys utfordring.

Men da kom en trofast hjemmelærer på besøk til familien vår. Han spurte hvordan jeg lå an med president Hinckleys oppfordring.

Jeg fortalte ham at jeg var så heldig å ha begynt på Mormons bok før president Hinckleys utfordring. Så, med en viss selvgodhet, kunngjorde jeg at jeg hadde fullført oppgaven.

Heldigvis hadde min hjemmelærer et annet syn på saken. Da han forsiktig korrigerste meg, hvisket Ånden at min hjemmelærer hadde rett.

Nå måtte jeg lese to kapitler om dagen for å bli ferdig igjen innen årets slutt.

Da jeg leste enda mer i Mormons bok, la jeg merke til at enda mer kraft kom

inn i livet mitt. Jeg hadde mer glede. Jeg så ting tydeligere. Jeg omvendte meg enda oftere. Jeg ønsket å hjelpe og redde andre. Jeg var mindre utsatt for Satans bedrag og fristelser. Jeg elsket Frelseren mer.

I november det året ble jeg kalt som biskop i menigheten vår. Å fullføre president Hinckleys utfordring forberedte meg til det kallet. Siden da har jeg lagt merke til at jo travlere jeg blir enten på jobb eller i kirken, desto mer trenger jeg å studere Skriftene, særlig Mormons bok.

Du kan få de samme velsignelsene og den samme kraften i livet ditt hvis du også vil nyte Skriftene daglig. Jeg lover at hvis du vil nyte Skriftene daglig, særlig Mormons bok, vil du innby Ånden i livet ditt, og det vil bli naturlig for deg å be daglig, omvende deg oftere og finne det lettere å gå i kirken og delta i nadverden hver uke.

Jeg vitner om at når du gjør de små tingene og stoler på Herren, kan du finne kjærlighet, glede, fred og lykke, uavhengig av dine omstendigheter. Jeg vitner også om at dette er mulig på grunn av Jesu Kristi offer. Alle gode ting kommer på grunn av ham (se Moroni 7:22, 24). ■

Fra talen "Happiness, Deceit, and Small Things", som ble holdt under en andakt ved Brigham Young University 5. desember 2017.

NOTER

1. Når vi er faste i troen på Kristus, kan vi nyte Guds kjærlighet, uansett omstendigheter.
2. Intervjunotater og transkripsjon i forfatterens besittelse.
3. Se Ezra Taft Benson, "Et hellig ansvar", *Lys over Norge*, nr. 6 1986, 79;

se også "Mormons bok – sluttstenen i vår religion", *Lys over Norge*, jan. 1987, 3.

4. Se Gordon B. Hinckley, "Budskap fra Det første presidentskap: Et levende og sant vitnesbyrd", *Liahona*, aug. 2005, 4.

Ikke engang en orkan kunne stoppe oss

Kort tid etter at jeg kom hjem fra Misjon, ble jeg invitert til en dans. På dansen forla jeg telefonen min, og en ung mann tilbød seg å hjelpe meg å finne den. Mens vi snakket sammen, oppdaget vi at vi begge var hjemvendte misjonærer og delte mange oppfatninger og mål.

Forholdet vårt fortsatte å utvikle seg, og vi ble forlovet. Vi drømte om å bli beseglet i Washington D.C. tempel før det stengte for oppussing i mars 2018. Men etter å ha tatt denne beslutningen ble vi satt på prøve. Først mistet jeg jobben og hadde ingen mulighet til å spare penger til vår reise til tempelet. Deretter lå en orkan an til å treffe Puerto Rico like før bryllupsdagen.

Da orkanen Maria slo inn, ødela den vår vakre øy. Butikker ble stengt.

Vi mistet strømmen, og vann, mat og andre grunnleggende ting ble vanskelig å finne. Vi mistet alt vi hadde planlagt å bruke til mottagelsen. Vi måtte avlyse mottagelsen, og det så ut til at vi også måtte avlyse bryllupet. Det var vanskelig å reise inn og ut av Puerto Rico, og ingen visste hvor lenge det ville vare. Jeg begynte å bli motløs, og jeg var full av tvil og forvirring.

En kveld snakket min forlovede og jeg om situasjonen. Reisen var usikker, og vi ville ikke ha noen mottagelse eller bryllupsklær, men Ånden bekreftet at vi måtte stole på Herren. Det viktigste var å bli beseglet i tempelet. Vi ba vår himmelske Fader om hjelp.

Da flyvningene ut av Puerto Rico ble gjenopptatt, måtte vi legge nye planer og flytte beseglingsdatoen. Vi

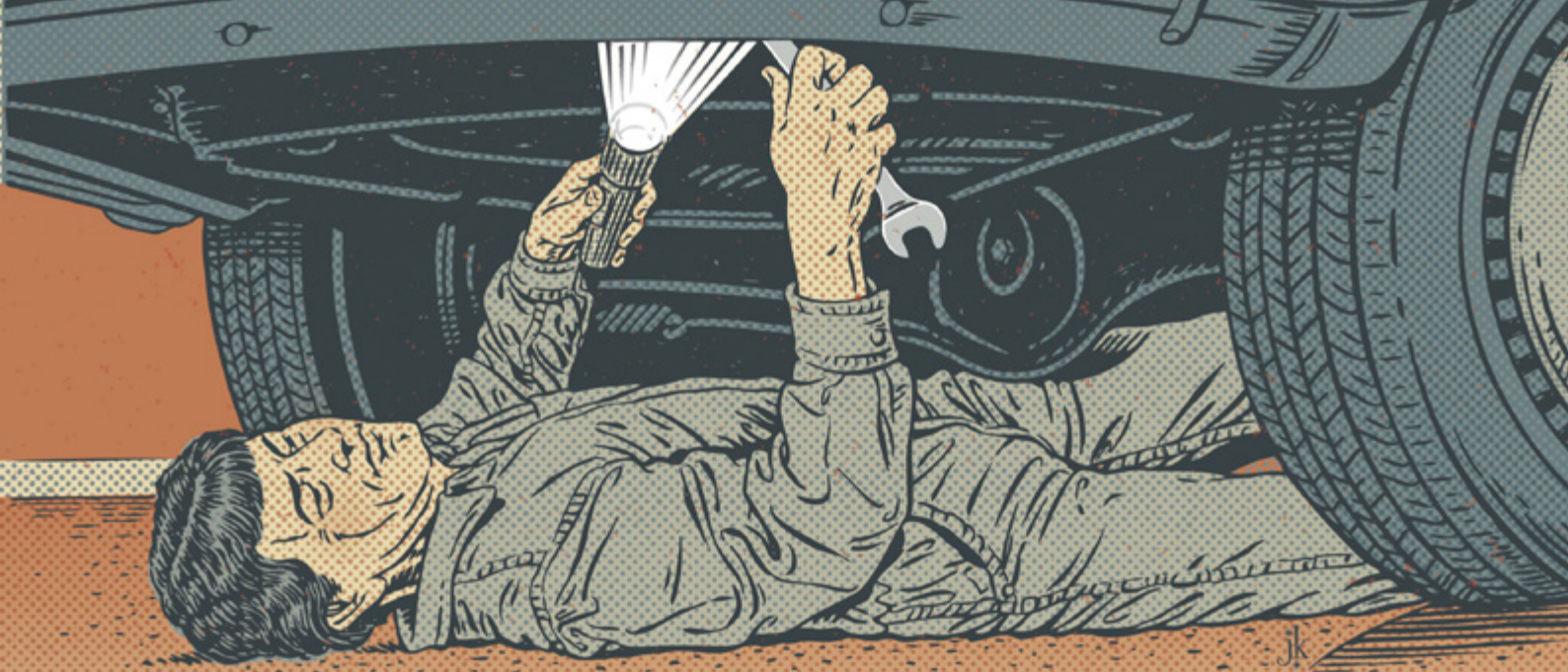
var uten kommunikasjon i flere uker etter orkanen, men en venns mobiltelefon virket. Hun lot oss bruke den til å kontakte tempelet. Vi klarte å omorganisere alt slik at vi fortsatt kunne bli beseglet! Noen uker før reisen ga familiemedlemmer og venner oss sko og klær og hjalp oss å skaffe mange ting til bryllupet.

Da vi endelig kom inn i tempelet, la vi alle våre bekymringer bak oss. Vi holdt hverandre i hånden på vei mot vår fremtid sammen. Jeg kan virkelig si at jeg følte Herrens hånd veilede og forsikre oss om at så lenge vi stolte på ham, ville alt ordne seg. I dag er vi velsignet med en vakker sønn, og vi er en familie som er beseglet for all evighet. ■

Koraima Santiago de Jesus, San Juan i Puerto Rico

Etter orkanen Maria så det ut til at vi måtte avlyse bryllupet.





“Her er det!”

Jeg kom hjem sent en vinterkveld etter å ha gjennomført mange intervjuer som biskop. Jeg var utslitt. Arbeidet hadde vært stressende i flere uker, og ansvarsoppgaver i familien og Kirken gjorde at jeg følte at jeg hadde tøyd grensene og var på bristepunktet.

Den kvelden måtte jeg reparere bilen slik at jeg kunne komme meg på jobb neste morgen. Da jeg tok på meg kjeledressen, byttet jeg rolle fra biskop til mekaniker. Jeg lå på det kalde garasjergulvet under bilen og begynte å arbeide. Hvorfor måtte jeg være iskald, utmattet og slite og streve etter at jeg allerede hadde arbeidet så hardt den dagen? Jeg mistet tålmodigheten og innledet en klagende og tryglende bønn til min himmelske Fader.

“Er det mulig at du kan hjelpe meg litt?” sa jeg. “Jeg gjør mitt beste for å være en god far, ektemann og biskop

og å etterleve budene. Ville jeg ikke kunne gjøre det bedre hvis jeg kunne få litt hvile? Vær så snill å hjelpe meg å få dette gjort slik at jeg kan legge meg og sove.”

Plutselig kom tre klare og tydelige ord rett til mitt sinn: “Her er det!”

“Hva?” svarte jeg.

Ordene kom igjen: “Her er det!”

Forståelsen begynte å fylle mitt sinn og hjerte da ordene kom for tredje gang: “Her er det!” Disse ordene førte et budskap til min ånd. “Det” var jordelivet, og jeg opplevde et øyeblikk med vekst som hadde til hensikt å hjelpe meg å bli det vår himmelske Fader ønsker at jeg skal bli. Det var som om Ånden sa til meg: “Forventer du at denne jordiske reisen ikke skal medføre vanskeligheter?” Da jeg reiste meg fra det iskalde betonggulvet, var jeg ikke den samme.

*Jeg arbeidet på bilen
da et tydelig budskap
kom rett til mitt sinn.*

Avhengig av hvordan vi reagerer på dem, kan prøvelser betraktes som gaver fra en kjærlig Fader i himmelen. Han gir oss anledning til å takle prøvelser slik at vi kan lære å vende oss til ham. Når vi gjør det, blir vi velsignet med lærdom og åndelig vekst.

De tre ordene som kom til meg denne kalde kvelden på betonggulvet i garasjen min, har velsignet meg i mer enn 35 år. Jeg prøver hardt å sørge for at ingen prøvelse er bortkastet. Jeg ser på prøvelser som muligheter til å lære ting jeg kanskje aldri ville ha lært på noen annen måte. ■

Richard J. Anderson, Utah i USA

Jeg så pappa synge

Jeg hadde vært på misjon i Honolulu på Hawaii i bare fire og en halv måned da jeg fikk et alvorlig anfall og senere ble diagnostisert med epilepsi. De følgende månedene bar preg av sykehusbesøk, utallige prøver og en ny medisin med frustrerende bivirkninger.

Inntil da hadde jeg vært så fokusert på misjonærarbeidet at jeg ikke hadde opplevd noe særlig hjemlengsel, men etter anfallet var den smertefull. Jeg savnet foreldrene mine og følte meg alene selv om jeg var omgitt av fantastiske, omsorgsfulle mennesker. Jeg ønsket ikke å dra hjem, men jeg ønsket å føle fred.

Med misjonspresidentens tillatelse snakket jeg med mor og far på telefonen om medisineren min. Far, som

nettopp hadde fått oppfylt sin livslange drøm om å bli med i Tabernakelkoret på Temple Square, forsikret meg om at han ville synge av all styrke for meg på generalkonferansen, som begynte dagen etter.

Neste morgen ba jeg inderlig om den freden jeg så sårt trengte. Jeg hadde fått svar på konkrete spørsmål under generalkonferansen før, og jeg stolte på at jeg kunne motta veiledning igjen. Da konferansen åpnet, sang koret "Kjære barn, din Gud er nær deg" (*Salmer*, nr. 49). I løpet av det første minuttet så jeg far på TV-skjermen. Kameraet zoomet inn på ansiktet hans en god stund.

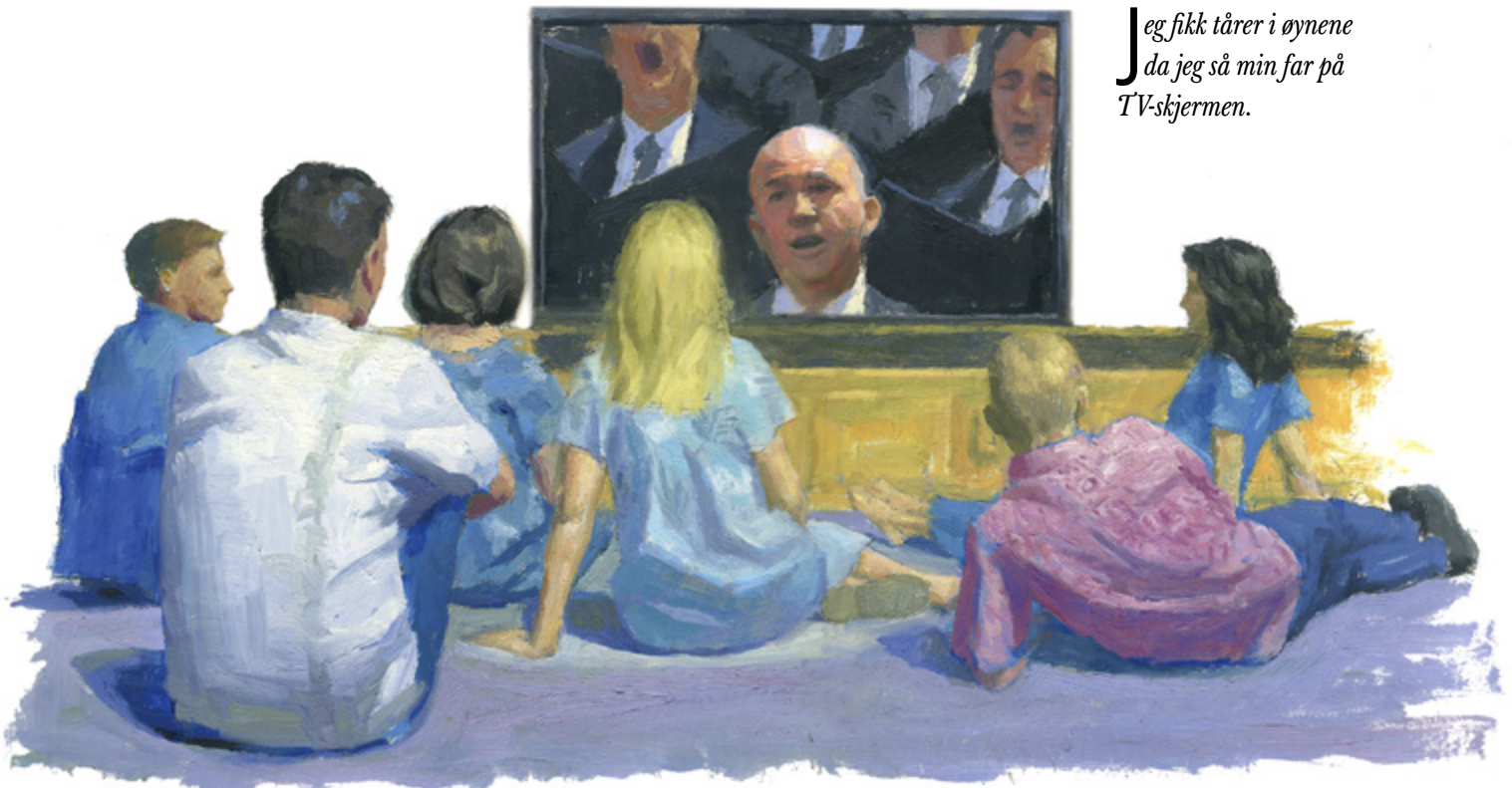
Jeg fikk tårer i øynene da en enorm følelse av fred omsluttet meg. Jeg visste at Gud var glad i meg. Han visste

nøyaktig hva jeg trengte den dagen – en enkel forsikring om at han var nær og var oppmerksom på meg. Jeg følte Guds kjærlighet, og også min families, mine ledsageres og misjonspresidentens kjærlighet. Istedenfor å føle meg nedtyntet, så jeg nå en anledning til å komme nærmere Herren.

Mine helseutfordringer forsvant ikke. Jeg måtte forlate misjonen før tiden tross alt, men jeg visste at Gud var der og at han var glad i meg. Denne vissheten har fulgt meg gjennom mye hjertesorg siden det, og har gitt meg håp i mine mørkeste timer. Andre kan kalle det en tilfeldighet, men jeg vet at det å få se far synge om Guds kjærlighet var et lite mirakel i nødens stund. ■

Maria Oka, California i USA

Jeg fikk tårer i øynene da jeg så min far på TV-skjermen.



En invitasjon til Ricardo

Når jeg hører om en kirkeaktivitet, inviterer jeg alltid ti personer som ikke er medlem av Kirken. Jeg har gjort dette i mange år. Jeg lager invitasjoner og legger hver av dem i en hvit konvolutt og ber om at Ånden må veilede meg. Så deler jeg ut invitasjonene. Det hender sjelden at alle ti kommer, men selv om bare én kommer, føler jeg det som en seier.

For mange år siden laget jeg ti invitasjoner til en temakveld for ektepar. Jeg delte ut ni til personer på jobben og hadde én igjen. Jeg visste ikke hvem jeg skulle gi den til. Noen minutter senere kom Ricardo, en selger, forbi kontorpulten min. Jeg følte meg tilskyndet til å invitere ham, selv om han hadde takket nei til en invitasjon fra en kollega om å delta på et arrangement i hans kirke. Jeg trodde ikke Ricardo ville være interessert.

Men da Ricardo gikk forbi pulten min igjen på vei ut, følte jeg tilskyndelsen igjen. Han gikk imidlertid så fort at jeg ikke fikk mulighet til å snakke med ham. Jeg ba om at Ricardo måtte komme tilbake hvis jeg skulle gi ham invitasjonen.

Da jeg var ferdig med å be, kom Ricardo tilbake og stilte meg et spørsmål. Etterpå sa jeg: "Ricardo, kirken min har en aktivitet for ektepar. Vi skal utveksle erfaringer om hvordan vi kan leve lykkelig hver dag. Etterpå blir det dans. Kommer du hvis jeg inviterer deg?"



Jeg delte ut ni invitasjoner på jobben og hadde én igjen. Jeg visste ikke hvem jeg skulle gi den til.

"Selvfølgelig!" sa Ricardo, men svaret hans overbeviste meg ikke.

"Jeg har iallfall gjort mitt," tenkte jeg.

Min hustru og jeg ankom aktiviteten tidlig for å ønske folk velkommen når de kom. Plutselig så jeg Ricardo og hans hustru Regina. Jeg presenterte dem for min hustru og de andre deltagerne. Det så ut til at Ricardo og Regina koste seg hele kvelden. Jeg ble overrasket da de sa at de ville komme til kirken på søndag for å lære mer.

Ricardo, Regina, og deres to barn lærte mer. De ble til slutt medlem av Kirken. Senere ble de beseglet i tempelet. Ricardo fortalte meg at han og hans hustru en gang hadde snakket om skilsmisse, men så ledet Herren Ricardo til kontoret mitt.

Jeg har siden bedt Gud om tilgivelse fordi jeg trodde at Ricardo ikke ville ta imot invitasjonen min. Jeg har lært at det er viktig å invitere alle. Du vet aldri hvem som vil takke ja. ■

Martin Apolo Cordova, Paraná i Brasil

Virksomheten blomstrer

Av Joshua J. Perkey

Kirkens tidsskrifter

Takket være det han lærte på selvhjulpenhetskurset, åpnet det seg snart en dør for Teddy Reyes da én ble stengt.

Klokken er 04.00 i Santo Domingo i Den dominikanske republikk, og Teddy Reyes er allerede oppe og arbeider. Han har mye å gjøre i dag for å opprettholde sin blomstrende virksomhet. Han begynner å skjære tomater og brød. Deretter lager han sin spesielle saus.

Klokken 06.00 kommer to ansatte for å hjelpe ham, og forberedelsene går mye fortere. Ved åttetiden har de laget 300 smørbrød, pakket dem hver for seg i plastfolie og lagt dem i poser. Ytterligere seks ansatte dukker opp, og alle sammen går ut for å selge.

Innen klokken 09.00 har alle unntatt noen få smørbrød – tre eller fire som Teddy har spart til teamet sitt – blitt solgt.

Virksomheten går bra for Teddy. Men det har ikke alltid vært lett. De siste fem årene har han faktisk ikke vært i stand til å finne fast arbeid i sitt valgte yrke – som advokat.

Hvordan klarte så Teddy overgangen fra å veilede klienter til å selge smørbrød? Det krevde selvfølgelig mye hardt arbeid, men det krevde



også omhyggelig anvendelse av prinsippene han lærte på kurs som ble tilbudt gjennom Kirkens selvhjulpenhetsinitiativ.

Å miste jobben

For fem år siden så Teddys liv fantastisk ut. Han hadde en god jobb som advokat, han hadde nylig giftet seg, og han hadde døpt sin hustru. “Men vi fikk noen utfordringer,” sier han, “og jeg mistet jobben.”

De neste fire årene strevde Teddy med å finne arbeid. “Det var mye arbeid jeg kunne gjøre, men ingen ønsket å betale meg. Jeg prøvde å starte forskjellige jobber på egenhånd, men det fungerte ikke.”

Hans hustru Stephany hadde en god jobb, men hennes lønn alene kunne ikke dekke regningene. Snart fikk parets barn. De ble henrykt, men økonomien ble strammere. De mistet huset, måtte selge bilen og brukte opp alle sparepengene. Til slutt måtte de flytte inn i et lite hus eid av Stephanys mor.

Men Teddy ga ikke opp. Snart bød det seg en uventet mulighet.

Kraften i selvhjulpenhet

Etter å ha strevd i mange år, visste Teddy at det var på tide med en forandring.

“Jeg bestemte meg for å ta Kirkens selvhjulpenhetskurs,” sier han. “Jeg hadde hørt om dem, men trodde alltid at de ikke var noe for meg. Jeg trodde

bare de handlet om å gjøre ting på egenhånd. Kursene var fantastiske.”

Først begynte Teddy i en gruppe for personlig økonomi. Deretter ble han med i gruppen Starte og utvikle eget firma. Gruppemøtene hjalp Teddy med sin forretningskunnskap, men hjalp ham også å utvikle seg åndelig.

“Å ta disse kursene forandret alt,” sier han. “Jeg bestemte meg for å gjøre alt de lærte meg. Og økonomien min endret seg umiddelbart. Jeg begynte å betale full tiende, be daglig, studere Skriftene og utøve tro. Og ting forandret seg – jeg begynte å spare penger og å holde sabbaten hellig. Hvert prinsipp velsignet meg.”

I sin gruppe for å starte og utvikle eget foretak, lærte Teddy hvordan han kunne finne frem til et potensielt produkt som kunder der han bor kan ha nytte av. Da han evaluerte hva folk var på utkikk etter, begynte inspirasjonen å strømme. I hans område likte folk ferske smørbrød, men de likte også å få dem spesialbestilt – og levert.

“Mange restauranter har en spesiell saus som får maten deres til å skille seg ut,” sier Teddy. “Så jeg utviklet min egen spesielle saus til smørbrød!”

Virksomheten vokser

Den dagen han startet foretaket, laget Teddy 30 smørbrød.

“En halv time senere var jeg hjemme igjen,” sier han. “Min hustru ble bekymret da hun fant meg på sofaen. Hun

spurte hva jeg gjorde hjemme allerede – skulle jeg ikke selge smørbrød? Jeg hadde allerede solgt alle sammen!”

De neste ukene kontaktet Teddy lokale bedrifter og skoler. Mange ønsket gjerne å kjøpe smørbrødene hans, og virksomheten begynte å vokse. Han lærte snart å ta vare på ferske grønnsaker slik at de holder seg. Han vet også nøyaktig hvor lenge den spesielle sausen hans vil holde. Han bestiller og henter brød hver kveld. Han kjøper grønnsaker til nedsatt pris på lørdager. De koster mindre, men vil fortsatt være gode på mandag.

Snart fikk han bestillinger på bestemte typer smørbrød, og til og med i store antall til spesielle anledninger. Han trengte hjelp og begynte å ansette folk.

Ved å utvikle et godt forhold til lokale skoler og virksomheter, skapte Teddy en aktiv og stabil kundekrets. Etter fire måneder hadde han åtte ansatte og solgte 300 smørbrød om dagen, fem dager i uken. Salgsteamet hans var så effektivt at de solgte alle smørbrødene også om sommeren når skolene var stengt. Nå er Teddy klar til å utvide igjen.

Fordi han tok selvhjulpenhetskursene, ble han inspirert med ideen om smørbrødforetaket. “På grunn av denne veiledningen fra Kirken og velsignelsen jeg har mottatt,” sier han, “har jeg et veldig sterkt vitnesbyrd om Kirken og Jesus Kristus.” ■



Sønnen vår er vår himmelske Faders sønn

Av Jerlyn Murphy

Vår skjønne, lille sønn Hayden var blå da han kom til verden. Han pustet ikke og kjempet for å overleve. Det var ingen gråt. Det var ingen bevegelse.

Da legene og sykepleierne løp rundt i sykehusrommet, visste jeg at noe var fryktelig galt. Min mann og min far ga raskt Hayden en prestedømsvelsignelse, og Hayden ble hastet av sted til intensivavdelingen. Han ble snart diagnostisert med en sjelden hjertefeil. I løpet av noen dager gjennomgikk han flere hjerteoperasjoner.

Ved den mirakuløse kraften i prestedømsvelsignelser, faste og bønn, overvant Hayden alle odds og overlevde. Vi var overlykkelige over å kunne ta sønnen vår med oss hjem og ta fatt på vårt nye liv sammen.

Hayden ga oss umåtelig mye glede. Vi elsket og beundret ham. Men etterhvert som tiden gikk, begynte jeg å bekymre meg for at han ikke utviklet seg som forventet. Selv om spesialister forsikret oss om at han til slutt ville ta igjen det tapte, fortsatte de nagende bekymringene mens jeg kjempet for å hjelpe min sønn.

Min mann og jeg studerte for å lære alt vi kunne om Haydens sykdom. Vi gjorde alt legene ba oss om å gjøre. Men utviklingen kom ikke.

Jeg ble sliten og frustrert. Jeg tryglet min himmelske Fader om å hjelpe meg å finne noen som kunne hjelpe Hayden, men hjelpen kom ikke. Haydens

tilstand forverret seg. Han begynte å få anfall. Vi var redde. Vi trodde vi skulle miste ham.

En kveld var jeg oppe sent og lette etter svar. Jeg skrev et brev til Hayden. Jeg fortalte ham hvor høyt jeg elsket ham og hvor hardt jeg prøvde å gjøre livet hans lettere. Jeg lovet å vie resten av mitt liv til å prøve å skaffe ham den hjelpen han trengte.

Frustrasjonen og usikkerhet overvældet meg. Jeg knelte ned og spurte min Fader i himmelen: "Hvorfor?" Jeg trodde han hadde sendt Hayden til meg fordi han visste at jeg aldri ville gi opp å prøve å hjelpe sønnen min. Så hvorfor kunne jeg ikke finne svar? Hvorfor førte hver ny lege og hver ny behandling til nok en hindring? Elsket ikke vår himmelske Fader Hayden?

Jeg vil aldri glemme det øyeblikket. En overveldende følelse av kjærlighet grep meg plutselig. Ord som ikke var mine egne, kom til mitt sinn: "Jerlyn, tror du at du er mer glad i ham enn det jeg er?"

Jeg stivnet til. Tiden sto stille. Tårene strømmet nedover ansiktet mitt – ikke av frustrasjon som før, men av håp, forståelse og kjærlighet.

I dette ene øyeblikket forandret alt seg. Jeg ble mildere stemt. Spørsmålene mine forandret seg. Jeg forstår nå at min himmelske Fader

elsker Hayden med fullkommen kjærlighet. Hayden ble sendt hit i en kropp som er tilpasset hans behov og muligheter til vekst og læring. Han har sine egne unike evner og utfordringer, slik vi alle har. Jeg har lært at funksjonshemmede barn er dyrebare og elskede barn av vår himmelske Fader som har en spesiell oppgave her på jorden.

Min ektemann og jeg mottar hele tiden svar og velsignelser, men de kommer ifølge Herrens tidsplan, ikke vår egen. Vi har blitt ledet til de riktige bøkene, behandlingene, skolene og lærerne for å hjelpe Hayden å lykkes i jordelivet. Vi prøver å finne den veien vår himmelske Fader har gitt Hayden istedenfor den veien vi ønsket at han skulle gå. Vi gjør alt vi kan for å hjelpe Hayden å nå sitt guddommelige potensial og leve det livet hans himmelske Fader har tilrettelagt for ham. Vår forståelse av vår himmelske Faders plan har vært så mye klarere nå som vi forstår at Hayden var hans før han var vår. ■

Artikkelforfatteren bor i Arizona i USA.

Ord som ikke var mine egne, kom til mitt sinn: "Tror du at du er mer glad i ham enn det jeg er?"



KROPPEN: EN UVURDERLIG GAVE

"Av årsaker som vi vanligvis ikke kjenner, blir enkelte mennesker født med fysiske begrensninger. Bestemte

kroppsdeler kan være unormale. Funksjonssystemer kan være i ubalanse. Og alle kropp er underlagt sykdom og død. Men likevel er et fysisk legeme en uvurderlig gave. Uten det kan vi ikke motta en fylde av glede.

Et fullkomment legeme er ikke nødvendig for å oppnå en fremtid hos Gud. Noen av de beste ånder befinner seg faktisk i skrøpelige legemer. Stor åndelig styrke utvikles ofte av dem som har fysiske utfordringer nettopp fordi de blir utfordret. Slike mennesker er berettiget til alle velsignelser som Gud har i vente for sine trofaste og lydige barn."

President Russell M. Nelson, "Vi er Guds barn", *Liahona*, jan. 1999, 101–103.

Hvordan takle en tragedie

Før eller senere vil barn oppleve tragedier, enten det er nær hjemmet eller langt unna. Men “selv når verden er i opprør overalt rundt oss, kan vi bli velsignet med indre fred”.¹ Her er noe du kan gjøre for å hjelpe barn til å føle denne freden.



Stabilitet

Når det skjer noe tragisk, kan barn føle at deres verden er ute av balanse. Vær et eksempel på standhaftighet for dem. Snakk rolig og frimodig om saken. Oppretthold i størst mulig grad en rutine. Gjør alt dere kan for å holde familiens hjemmeaften, studere Skriftene, be og følge andre vaner som familie. Med tiden kan barna lære at selv når deres verden blir rystet, gir evangeliet perspektiv, og livet fortsetter.

Respekt

Vis respekt for barnas følelser. Lytt til barna, og ha forståelse for det de føler. Vis dem at du tar bekymringene deres på alvor. La dem være i fred hvis de trenger det, men la dem få vite at du er tilgjengelig når de er klare til å snakke. Svar ærlig på spørsmål på en alderstilpasset måte etterhvert som de oppstår. La barna vite at de alltid kan snakke med deg om sin frykt og sine bekymringer.



Veiledning

Dine barn kan spørre: “Hvorfor lar Gud vonde ting skje?” Forklar at både gode og dårlige tider er en del av livet og en del av Guds evige plan. Han lar hver enkelt ta sine egne valg, og noen ganger tar folk dårlige valg som forårsaker lidelse. Andre ganger er tragedier ingens feil, men bare en del av naturens gang. Uansett er vår himmelske Fader der for oss. Med hans hjelp kan vi lære og vokse, også av smertefulle opplevelser. Vi kan vende oss til ham for å finne fred.

Myndiggjøring

Vis barna at de har evnen til å utgjøre en forskjell ved å vise dem hvordan de kan hjelpe. De kan for eksempel hjelpe til med å samle inn bidrag til katastrofeofre, besøke en syk eller skadet venn på sykehuset, oppmuntre noen som har mistet noen i familien, eller be for dem som sliter. Vi kan ikke ordne alt, men vi har evnen til å gjøre mye godt, og “vi arbeider for fred når vi bidrar til å lindre en annens lidelse”.²



Trøst

Minn barna om at Gud er glad i dem og at du er glad i dem. Ikke gi falske løfter om at ingenting vondt noensinne vil skje med dem, men forsikre dem om at de er trygge akkurat nå, og at du vil gjøre alt du kan for å beskytte dem. Forsikre dem om at vår himmelske Fader vil hjelpe dem å komme gjennom enhver prøvelse de kommer ut for.

Når du blir nedstemt på grunn av motgang, må du huske at det gode til syvende og sist vil seire over det onde. “Vi fører krig mot synd, ... men vi behøver ikke å fortvile,” sa president Thomas S. Monson (1927–2018). “Det er en krig vi kan og vil vinne. Vår Fader i himmelen har gitt oss redskapene vi trenger for å gjøre det. Han står ved roret. Vi har ingenting å frykte.”³ ■

NOTER

1. “Peace”, Gospel Topics, topics.lds.org.
2. “Peace”, Gospel Topics.
3. Thomas S. Monson, “Lær av fortiden og gå fremover”, *Liahona*, mai 2008, 90.

FOR BARN

I *Vennen* denne måneden:

- “Jeg vil se ham igjen” (side V20)
- “Trøstekort” (side V21)

Andre ressurser finnes på lessonhelps.lds.org og klikke på “Lesson Helps by Topic” [kun på engelsk].



FOR TENÅRINGER

I dette nummeret:

- “Du kan finne fred for deg selv og andre i vanskelige tider” (side 52–53).

Andre ressurser finnes på youth.lds.org.



Veileder Gud meg?

Levet er fullt av store valg: hvilken karrierevei vi skal ta, hvem vi skal gifte oss med, hvor vi skal studere osv. Livet er også fylt med daglige bekymringer: hvordan vi best bruker vår tid, hvordan vi kan forstå læren og hvordan vi kan finne fred midt i prøvelser. I alt dette **trenger vi personlig åpenbaring**. Men noen ganger kan det være vanskelig å vite hvordan vi mottar den og hvordan vi kan gjenkjenne den når vi gjør det. Når vi ikke får eller gjenkjenner svar, kan vi kanskje lure: "Var det Ånden eller bare min idé?" "Hvorfor følte jeg meg inspirert til å gjøre det, bare for å mislykkes?" "Hvorfor føler jeg at Gud ikke besvarer mine bønner?"

I "Å ta avgjørelser: Handlefrihet og åpenbaring" (side 44) forteller Erin sin historie om personlig åpenbaring da hun måtte ta en livsendrende avgjørelse. Samtidig som **Gud ønsker å veilede oss**, ønsker han også å hjelpe oss å lære å stole på vår handlefrihet for å ta gode valg.

Å lære hvordan Den hellige ånd taler til deg personlig, er en annen viktig del av å motta og gjenkjenne åpenbaring. Det kan være forskjellig for hver enkelt av oss. På side 48 forteller mange **unge voksne hvordan de mottar åpenbaring**.

I en artikkel som bare finnes digitalt, forklarer Aspen at personlig åpenbaring krever at du "trener dine åndelige muskler".

Å tenke på fremtiden kan være overveldende og til og med skremmende. Spesielt som ung voksen. Men når jeg tenker på hvordan **Gud har veiledet meg** tidligere, gir det meg mot til å gå videre og handle, idet jeg stoler på at **han vil fortsette å gi meg den veiledningen jeg trenger** underveis.

Vennlig hilsen

Katie Sue Embley



BESTE RÅD ...

Unge voksne deler de beste rådene de noensinne har fått om å motta personlig åpenbaring:

"Min EFY-rådgiver sa en gang til meg: 'Utvikle ditt forhold til Gud som din bokstavelige åndefar. Jo sterkere ditt forhold til ham er, desto mer vil du forstå og bli veiledet.' Dette har hatt stor innflytelse på mine bønner."

- **Grant Goolsby, California i USA**

"Stavspatriarken ber alle lære seg én enkelt setning utenat: 'For å motta åpenbaring, må du lese åpenbaring.' Det har hjulpet meg så mye når jeg har lest i Skriftene."

- **Shellby Tippets, Missouri i USA**

"Ta deg tid til å grunne. Joseph Smith grunnet på Jakobs brev 1:5 før han bestemte seg for å handle. Noen ganger ønsker vår himmelske Fader at vi skal investere i bønn og studium før han gir oss svar. Vi lærer mest på den måten."

- **Natasha Herbst, Utah i USA**

"Lytt med hjertet, ikke med ørene."

- **Sai Tua, Amerikansk Samoa**

Hva er det beste rådet du noensinne har fått om omvendelse? Send oss svaret ditt på liahona.lds.org innen 30. april 2019.

OM DE UNGE VOKSNE FORFATTERNE

Erin Rider er advokat og en av vertene for en podkast. Hun løp nettopp sitt første halvmaraton. I fritiden liker hun å lese, gå på fotturer, stå på wakeboard og å tilbringe tid med familie og venner.



Aspen Stander er forfatter og redaktør, og er fra Utah i USA. Hun liker å gå på fottur, reise, lese og spille piano.



Katie Sue Embley synes verden er full av vakre mennesker med historier som burde deles. Hun studerer journalistikk og spansk, med et mål om å #sharegoodness [#DelGodhet].



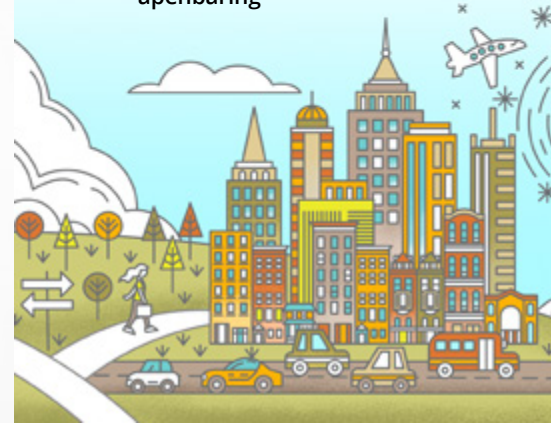
FORTELL DIN HISTORIE

Har du en fantastisk historie å dele? Eller vil du se artikler om bestemte emner? I så fall ønsker vi å høre fra deg! Du kan sende inn artikler eller tilbakemeldinger på liahona.lds.org.

I DENNE DELEN

44 Å ta avgjørelser: Handlefrihet og åpenbaring
Av Erin Rider

48 Tilpasset personlig åpenbaring



Finn disse artiklene og mer:

- På liahona.lds.org
- I **UV-ukentlig** (under "Unge voksne" i Gospel Library)
- På [facebook.com/liahona](https://www.facebook.com/liahona)

BARE DIGITALT

Tren dine åndelige muskler
Av Aspen Stander



I hvilken grad trenger vi å stole på at Gud forteller oss hva vi skal gjøre når vi skal ta store avgjørelser?

Ta avgjørelser: Handlefrihet og åpenbaring

Av Erin Rider

Hver dag står vi alle overfor mange avgjørelser. Noen er mer trivielle, som: "Hva skal jeg ha på meg?" "Hva skal jeg spise til lunsj?" "Er det på tide å kjøpe ny bil, eller kan jeg beholde den gamle litt til?" Men nå og da står vi overfor en stor avgjørelse – "Skal jeg begynne å studere igjen?" "Skal jeg takke ja til denne jobben?" "Skal jeg flytte til en annen by?" "Skal jeg kjøpe hus?" "Skal jeg gå ut med denne personen?" "Skal jeg gifte meg med denne personen?" og så videre.

Når vi står overfor store avgjørelser, pleier vi – med rette – å bruke litt lenger tid på å ta et valg. Vi følger rådene som ble gitt til Oliver Cowdery i Lære og pakter 9:8–9, hvor Herren sier:

"Men se, jeg sier deg at du må tenke det ut i ditt sinn, så må du adspørre meg om det er riktig, og hvis det er riktig, vil jeg forårsake en brennende følelse i ditt bryst, derfor skal du føle at det er riktig.

Men hvis det ikke er riktig, skal du ikke ha slike følelser, men dine tanker skal sløves så du skal glemme det som er galt."

Selv om dette så absolutt er gode råd, hender det noen ganger når vi skal ta store beslutninger at vi stoler litt for mye på den delen der Gud forteller oss hva som er riktig, og ikke nok på den delen der han ber oss om å tenke det ut i vårt sinn. Vi blir så fastlåst i å vente på at Gud skal bekrefte våre avgjørelser at vi lar fantastiske muligheter gå oss forbi. Vi kan til og med forstå hvilken rolle handlefrihet spiller, men vi er livredde for å ta en avgjørelse som kan bringe oss ut av kurs i forhold til vår forhåndsbestemte "plan", og ender med å anta at alt annet enn en brennende følelse i brystet eller en røst fra himmelen betyr at avgjørelsen vår er feil. For mange av oss fører denne uuttalte spenningen mellom handlefrihet og personlig åpenbaring til et viktig spørsmål: Hva er Guds rolle i å hjelpe oss å ta avgjørelser?

Guds rolle i vår beslutningsprosess

Dette spørsmålet belyses kanskje best i beretningen om Jareds bror. Det



er et interessant vekstmønster i denne historien som lærer oss om hvordan Gud forventer at vi skal ta avgjørelser. Etter at språkene ble forvirret ved Babels tårn, ba Jared sin bror spørre Herren om de skulle forlate landet, og i så fall hvor de skulle dra (se Ether 1:36–43). Jareds bror spør, og Herren fører dem til kysten. På reisen taler Herren til dem i en sky og leder hvert skritt på reisen. Til slutt kommer de til kysten, der de oppholder seg i fire år.

På slutten av de fire årene ber Gud Jareds bror bygge båter og gjøre seg klar til å krysse havet. Når Jareds bror innser at skipene ikke vil ha noen luft, følger han det samme kjente mønsteret med å gå til Gud og spørre hva han skal gjøre. Som forventet, svarer Herren med å gi ham detaljerte instruksjoner for å lage huller på toppen og i bunnen av båtene. Legg merke til åpenbaringsmønsteret så langt: Gud gir dem en plan, de stiller spørsmål om hvordan de skal gjennomføre planen, og Gud svarer med detaljerte og endelige svar.

Men når han har laget huller i båtene, innser Jareds bror at båtene ikke vil ha noe lys. Han spør igjen Gud hva han skal gjøre. Istedenfor å svare spør imidlertid Gud: "Hva vil du jeg skal gjøre så dere kan få lys i båtene deres?" (Ether 2:23). Istedenfor å gi detaljerte instruksjoner slik han hadde gjort før, venter Herren denne gangen på at Jareds bror skal finne ut hva han skal gjøre.

Denne typen svar fra Herren er kanskje de vanskeligste å forstå når vi prøver

å ta en avgjørelse. Vi lærer å be og vente på et svar, så vi blir naturligvis bekymret når vi ikke hører noe svar. Vi lurer ofte på om mangelen på et klart svar er det samme som at tankene våre "sløves", noe som tyder på at valget vårt er galt. Andre ganger lurer vi på om det betyr at vi ikke er rettfærdige nok til å høre svaret, eller om vi ikke spør med "ærlig hensikt" (se Moroni 10:4). Men det er et tredje alternativ som vi noen ganger ikke tar i betraktning – kanskje Gud, akkurat som med Jareds bror, venter på at vi skal ta vår egen avgjørelse.

Ta en avgjørelse

Jeg opplevde nylig en situasjon som utfordret mitt syn på handlefrihet og personlig åpenbaring. Da jeg nærmet meg slutten av mine studier, hadde jeg fått noen jobbtillbud i forskjellige byer,

og klarte ikke å bestemme meg for hvilken jeg skulle ta. I likhet med Jareds bror hadde jeg opplevd mange øyeblikk hvor jeg hadde bedt angående en stor avgjørelse, og Gud hadde gitt et ganske definitivt svar. På bakgrunn av disse tidligere erfaringene begynte jeg å be Gud hjelpe meg å bestemme meg for hvilken jobb jeg skulle ta. Jeg gjorde også min del ved å lære om hver jobbmulighet og rådføre meg med mange. Men uansett hvor mye jeg ba eller fastet, var og ble himmelen taus, og jeg fikk ikke noe svar.

Fristen for å ta en beslutning nærmet seg, og jeg begynte å få panikk. Dette måtte da være den typen avgjørelse Herren bryr seg om, så hvorfor svarte han ikke? Kanskje han ikke brydde seg om hvilken jobb jeg valgte, men han måtte da bry seg om hvilken by jeg flyttet til, siden

det utvilsomt ville få innvirkning på livet mitt. Herren hadde alltid brydd seg om mine avgjørelser før, så hvorfor brydde han seg ikke om denne også?

Men uansett hvor hardt jeg prøvde, kom det ikke noe svar. Jeg begynte å lure på om jeg hadde drevet så langt bort fra Gud at jeg ikke kunne høre svaret hans. Jeg lurte også på om jeg ikke kunne høre fordi jeg ubevisst ikke ville høre svaret. Endelig, dagen før fristen, visste jeg at jeg måtte ta et valg, så jeg brukte min dømmekraft og tok en avgjørelse. Den kvelden ba jeg ganske enkelt og spurte om han ville fortelle meg om svaret mitt var galt. Fortsatt kom det ikke noe svar, så jeg tok jobben.

Flere måneder senere var jeg fremdeles usikker på avgjørelsen, så jeg ba om en prestedømsvelsignelse for å få en bekreftelse. I velsignelsen fikk jeg vite



at jeg ikke fikk svar på bønnen min fordi Herren var fornøyd med en hvilken som helst avgjørelse jeg tok. Denne velsignelsen understreket råd jeg tidligere hadde fått av min misjonspresident, som fortalte meg at det ofte ikke spiller noen rolle hvilken avgjørelse vi tar. Gud vil at vi skal lære å stå på egne ben og finne ut hvordan vi vil leve livet. Misjonspresidenten minnet meg også om at Gud, som vår himmelske Fader, ikke vil straffe oss og fjerne lovede muligheter hvis vi oppriktig prøver å finne ut hva vi skal gjøre.

Jareds bror kunne sannsynligvis ha foreslått nesten en hvilken som helst løsning for å lyse opp båtene, og det ville ha vært i orden for Herren. Poenget med opplevelsen var ikke bare at Jareds bror skulle styrke sin tro, men også lære å ta en avgjørelse.

Utøv handlefrihet

I et evig perspektiv er det å utøve handlefrihet en nødvendig del av personlig vekst. Uten det kan vi ikke ta den slags avgjørelser som vil hjelpe oss å oppnå vårt fulle potensial. Vekst, som alt annet i evangeliet, kommer "linje på linje og bud på bud" (2 Nephi 28:30). Gud vil at vi skal være et forberedt folk, ikke et lammet folk, og han forventer at vi bruker vår handlefrihet til å leve vårt liv så godt vi kan.

Når vi lærer å finne balansen mellom handlefrihet og åpenbaring, kan vi oppleve sann åndelig vekst. Det var det som skjedde med Jareds bror. Etter å ha tenkt igjennom det, arbeidet han med å smelte 16 steiner ut av et fjell og ba Gud om å berøre dem og få dem til å gløde (se Ether 3:1–5). Da Gud svarte denne gangen, forandret alt seg. Istedenfor å høre Guds røst i en sky, så faktisk Jared Herren,

som ikke bare viste seg personlig, men også viste Jareds bror fantastiske syner om verden og alt som skulle komme (se Ether 3:6–26). Det er mulig at Jareds bror ikke ville ha vært åndelig forberedt på å motta dette synet hvis han ikke først hadde opplevd den personlige veksten som kom av å ta sin egen avgjørelse.

Når vi tar avgjørelser, skulle vi helt klart følge Almas råd: "Søk råd hos Herren i alt du foretar deg" (Alma 37:37). Når Herren trenger at vi tar en bestemt avgjørelse, vil han fortelle oss det og hindre oss i å komme på villspor. Men vi må også være forberedt på å reise oss og gå videre i tro, enten et svar kommer eller ikke. Så lenge vi holder våre pakter og er trofaste mot Jesu Kristi evangelium, kan vi ha tillit til våre gode avgjørelser og fred med at Herren er fornøyd med vår innsats. ■

Artikkelforfatteren bor i Utah i USA.



Hvordan vet du forskjell på åpenbaring og dine egne tanker?

TILPASSET

personlig åpenbaring

Vi lever i en verden med mange muligheter. Vi har frihet til å velge vår egen karriere, skole, ektefelle, hvor vi vil bo og så mye mer. Det er virkelig en velsignelse i vår generasjon. Men på den annen side gjør det alle disse valgene vanskeligere fordi det er krevende å ta avgjørelser når det er så mange veier og muligheter som vil føre til gode ting. Hvordan velger vi det rette når det er så mange muligheter som er gode? Når du føler deg hjelpeløs og forvirret i denne stormen av avgjørelser, skal du vite at vår himmelske Fader ønsker å veilede deg. Du kan velge rett vei og få svarene du søker hvis du følger hans røst. Forstå hvordan han taler til deg, stol på ham, følg profeten, vær tålmodig, vær mer optimistisk og ha tro, og til slutt vil du bli ledet i riktig retning.

– *Vira Vashchenko, Kiev i Ukraina*

Gjennom hele mitt liv har jeg sett hvordan Herren har veiledet meg, og jeg skjønner at alt jeg har oppnådd, er takket være ham og hans veiledning. Selv i øyeblikkene da jeg tror at jeg vandrer alene, lar han meg til slutt vite og føle at han alltid har vært der sammen med meg. Derfor har jeg bestemt meg for alltid å gå videre i tro, også når jeg føler at jeg er alene. For meg er ikke den veien jeg skal gå, alltid like tydelig, og jeg kan ikke alltid se hva som venter meg i fremtiden, men jeg tar alltid skritt i tro, og så begynner jeg å se lyset og gjenkjenne Guds hånd i mitt liv. Jeg vet at vår himmelske Fader og hans Sønn Jesus Kristus elsker oss og at de er villige til å lede oss, men de forventer også at vi skal sette vår lit til dem og handle når vi mottar tilskyndelser fra Ånden.

– *Indhira Mejia, Den dominikanske republikk*





Jeg tror en av de mest fantastiske teknikkene vi må mestre, er evnen til å gjenkjenne Den hellige ånds milde hvisken. Flittig skriftstudium har drevet meg videre til å mestre den. Jeg har alltid trodd at den som søker flittig, vil finne, og Guds mysterier vil bli utfoldet for ham ved Den hellige ånds kraft (se 1 Nephi 10:19). Med andre ord, hvis jeg vil gjenkjenne Ånden, kan jeg ikke la meg bli ledet til unyttige tanker eller livets daglige bekymringer, men i stedet må jeg fordype meg i arbeidet og glemme meg selv. Da vil jeg være bedre i stand til å gjenkjenne Ånden fordi jeg er klar for det! På samme måte som det ikke er lett for et skip å komme gjennom en storm, kan vi ikke høre Ånden hvis vi blir revet med av livets bekymringer som er utenfor vår kontroll.

– *Emmanuel Borngreat Dogbey, Accra i Ghana*

Etterhvert som jeg har blitt eldre, har jeg måttet lære Åndens språk. Ånden taler til meg gjennom enkle tanker. Det har krevet litt øvelse å venne meg til det, men Ånden kommer vanligvis til meg på stille steder, som når jeg kjører til jobben. Jeg vet at det ikke er mine tanker fordi Ånden ofte bryter inn når jeg ikke engang tenker på det emnet.

– *Clarissa Mae Taylor, Utah i USA*

I vår lille familie gjenkjenner vi Ånden på grunn av freden vi føler, spesielt min mann og jeg sammen som ektepar. Når det er våre egne tanker, føler vi oss aldri sikre på at det er det rette – det er alltid en underliggende tvil eller frykt. Men når det er åpenbaring, føler vi alltid fred, selv om vi forsøker å rasjonalisere det bort og ting ikke ser ut til å gi noe særlig mening i begynnelsen. Når vi følger den og kommer oss igjennom, ser vi alltid ting falle på plass og at alt ordner seg. Det er da vi ser på hverandre og sier: "Å, nå skjønner jeg!"

– *Maryana Wright, Utah i USA*



Selv om vi alle kan motta personlig åpenbaring på forskjellige måter, er én ting utvilsomt sant: Gud taler ofte til oss. Vi må bare være villige til å gjøre en innsats for å øke vår evne til å gjenkjenne og høre hans røst. President Russell M. Nelson har gitt følgende råd: "Be i Jesu Kristi navn angående dine bekymringer, din frykt, dine svakheter – ja, ditt hjertes lengsler. Og så må du lytte! Skriv ned de tanker som kommer til ditt sinn. Skriv ned dine følelser, og følg opp med å gjøre det du blir tilskyndet til å gjøre. Når du gjentar denne prosessen dag etter dag, måned etter måned, år etter år, vil du 'vokse inn i åpenbaringens prinsipp'" ("Åpenbaring for Kirken, åpenbaring for vårt liv", *Liahona*, mai 2018, 95). ■



I DENNE DELEN



Da jeg begynte

på videregående skole, var det én ting jeg strevde med: Når et nytt emne ble presentert, hadde jeg vanskelig for å forstå det. En kveld ba jeg vår himmelske Fader hjelpe meg å forstå og overvinne denne utfordringen. Jeg hadde tro, og jeg kunne forstå bedre. Siden den gang har bønn og tro vært på min gjøremålsliste på skolen og hvor enn jeg er.

Å være på en gutteskole er utfordrende på grunn av noen av de umoralske tingene elevene gjør. Når det skjer, kommer mine foreldres ord til meg: "Ikke gjør noe som vil drive Den hellige ånd bort." Jeg er takknemlig for mor, som alltid minner meg på å lytte til Den hellige ånd. Når vi gjør det rette, velsigner Gud oss.

Nyame S., 16 år, Ghana

- 52 **Finn fred for deg selv og andre i vanskelige tider**
Av Alex Hugie og Aspen Stander
- 54 **Livet er et maratonløp**
Av Sally Johnson Odekirk
- 60 **Spørsmål og svar: Hvordan kan min patriarkalske velsignelse hjelpe meg å ta avgjørelser?**
- 62 **Prøv noen nye påsketradisjoner**
Av David Dickson
- 64 **Siste ord: Det største uttrykk for Guds kjærlighet**
Av president M. Russell Ballard



Noen ganger kan livet endevende oss. Du kan være bekymret for familieanliggender, helseproblemer, problemer på skolen eller en rekke urovekkende hendelser i verden i dag. Hvordan kan vi finne personlig fred i en urolig verden? Enten din mangel på fred kommer av hendelser utenfor din kontroll eller av ting du kan påvirke og forandre, finner du her noen forslag som kan hjelpe deg å finne indre fred ved hjelp av Jesus Kristus.

4 MÅTER Å FINNE FRED FOR DEG SELV

1. Fokuser på det som er evig

Det er vanskelig å føle fred når du bare fokuserer på kortsiktige bekymringer. Men hvis du fokuserer på det store bildet, Guds plan for lykke, kan du finne fred i vissheten om at det som gjør vondt akkurat nå, ikke vil vare evig. For eksempel hjelper tempelet oss å fokusere på evigheten. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sa at i tempelet "vil du føle en fred som du ikke finner noe annet sted".¹

2. Gi slipp på det du ikke kan kontrollere

Når noe utenfor din kontroll forstyrrer din fred, er det fristende å bli fortvilet eller sint. Men det hjelper ikke å dvele ved ting du ikke kan endre. I stedet kan du prøve å komme nærmere Frelseren for å finne indre fred, også når livet gir deg dårlige kort. Han har lovet å sende deg Trøsteren, Den hellige ånd (se Johannes 14:26–27).

3. Tilgi andre

Det vanskeligste å gi slipp på, er ofte negativiteten du føler når noen gjør urett mot deg. Men eldste Dieter F. Uchtdorf i De tolv apostlers quorum har sagt: "Vi vil føle gleden ved å få tilgivelse selv når vi er villige til å gi andre den samme glede ... Det vil føre til at Herrens ånd vil fylle vår sjel med den glede som ledsager den guddommelige fred i samvittigheten (se Mosiah 4:2–3)."² Å vende deg til Frelseren kan hjelpe deg å være fri for følelsesmessige byrder og bli fylt med fred.

4. Omvend deg og stol på Kristus

Uansett hva annet som går bra i livet ditt, vil det å bære på syndens byrde alltid berøve deg for fred. Noen ganger trenger vi biskopens hjelp til å omvende oss fullstendig. Men vi må alle omvende oss regelmessig og, ved hjelp av Jesu Kristi forsoning, bli rene for alt som hindrer oss i å bli mer lik ham.

FINN FRED





for deg selv og andre i vanskelige tider

Av Alex Hugie og Aspen Stander
Kirkens tidsskrifter

*Her er åtte måter å hjelpe
deg selv og andre å føle fred
når livet blir vanskelig.*



4 MÅTER Å HJELPE ANDRE Å FINNE FRED PÅ

1. Del Jesu Kristi evangelium med andre

Akkurat slik vi selv kan finne fred ved å fokusere på Frelseren, kan vi vise andre veien til ham "som oppretter fred" (Mosiah 15:18). Du kan for eksempel prøve å dele et skriftsted eller et sitat fra en generalkonferanse som har hjulpet deg å lære mer om Jesus Kristus.

2. Vær en fredsstifter

Hjelp dine venner eller søsken å løse konflikter. I likhet med anti-nephi-lehittene i Almas bok, kan vi begrave våre stridsvåpen – våpen som å sladre, søke hevn eller være egoistiske – og i stedet bytte dem ut med fredens redskaper: å snakke vennlig, adlyde Guds bud og tilgi andre (se Alma 24:19).

3. Vær god til å lytte

Noen ganger trenger de som strever, å snakke åpent om sine tanker og følelser istedenfor å holde dem inne. Vi trenger ikke å løse problemene for dem, men vi kan bare lytte til deres bekymringer, gi støtte og vise Kristus-lignende kjærlighet og forståelse.

4. Utfør tjeneste for andre i din menighet og ditt lokalsamfunn

Du kan utføre frivillig tjeneste ved et senter for hjemløse, være hjelpelærer eller gi noe godt til en ny familie i nabolaget. Hjelp folk til å finne fred i de små tingene. Å ha et fast sted å spise og sove, en pålitelig veileder, eller en viss trygghet om at noen bryr seg, kan bety mye.

Jesus uttalte disse ordene til trøst for alle som sliter med å finne fred: "Fred etterlater jeg dere, min fred gir jeg dere. Ikke som verden gir, gir jeg dere. La ikke deres hjerte forferdes, frykt ikke!" (Johannes 14:27). Hvis vi bringer oss selv og andre nærmere Jesus Kristus, kan vi finne fred også når livet blir vanskelig. ■

NOTER

1. Gordon B. Hinckley, i "Fryd dere over templets velsignelser", *Liahona*, des. 2002, 33.
2. Dieter F. Uchtdorf, "Punktet for trygg retur", *Liahona*, mai 2007, 101.



LIVET ER ET **MARA**



TONLØP

Disse unge siste-dagers-hellige bor i dag der apostelen Paulus oppholdt seg på nytestamentlig tid. Og de lever etter hans ord.

Av Sally Johnson Odekirk

Kirkens tidsskrifter

For noen måneder siden møttes en Seminar-klasse på Areopagos nær Athen i Hellas, hvor apostelen Paulus en gang holdt en mektig preken (se Apostlenes gjerninger 17:22–34). Elevene snakket om den innflytelse Seminar har i deres liv, herunder Paulus' læresetninger.

“Å bo i Hellas gjør Det nye testamente levende,” sier Alexis H., 18 år. “Min far liker å dra til forskjellige ruiner der Paulus underviste, og pleier å dele et skriftsted eller fortelle oss en historie om hvor hendelsen fant sted.”

Akkurat slik Paulus møtte utfordringer på sin tid, står ungdommene i Hellas også overfor sosiale, politiske og økonomiske problemer. Ungdomskonferanser og Unge kvinners leir er sjeldne begivenheter i Hellas, og til og med det å delta i Seminar kan være vanskelig. Til tross for disse og andre utfordringer, følger ungdom i Hellas Paulus' oppfordring om å “[stå] fast i én Ånd, og med én sjel [kjempe] for troen på evangeliet” (Filipperne 1:27).

Siden de bor i Hellas, kan disse unge medlemmene nyte varmt vær, strender, mat og dans. De liker også å komme sammen. Når de møtes til Seminar- og grensaktiviteter, har de blitt sterkere i tro og vennskap.

Seminar på Areopagos

Da Seminar begynte i Hellas for noen år siden, var det bare fem elever. De møtes tre morgener i uken, og noen slutter seg til dem via



"Jeg har lært at evangeliet er det samme overalt. Etter å ha bodd utenlands, har jeg lært å fokusere på evangeliets sannheter og å føle Ånden istedenfor å la meg distrahere av kulturen."

- Bryana W., 15



"Jeg skrev ordet husk på speilet mitt for å huske alt som har skjedd i år: FSY, Unge kvinners leir, Seminar. Det hjelper meg å huske hvor jeg kommer fra."

- Marie H., 17



"Jeg vet at når jeg går på Seminar, kan jeg føle meg tilfreds med å vite at jeg gjør det jeg trenger å gjøre, og jeg vet at alt vil ordne seg."

- Lizzie T., 17



Loukia C., 15, bar sitt vitnesbyrd for første gang på Unge kvinners leir og ble senere døpt.



Seminargruppen foran møtehuset i Athen.

Internett-videokonferanse. De møtes også på onsdag ettermiddag til Seminar, etterfulgt av en aktivitet. De har kommet hverandre nær og blitt et lys for vennene sine, som legger merke til deres eksempel. Når vennene stiller spørsmål, tar ungdommene dem med på Seminar- og GUF-aktiviteter.

Én ung mann, Pavlos K., 15, sier: "Å gå på Seminar er en god måte å starte dagen på, og det hjelper meg å holde meg sterk. Det får meg til å tenke på at jeg må være et eksempel for andre. Det hjelper å begynne dagen med å tenke på Jesus Kristus."

Etterhvert som ungdommene vokser i styrke og enhet, kommer velsignelser og muligheter. I 2017 ble de for eksempel velsignet med å få delta på Til styrke for ungdom (FSY), en stor regional ungdomskonferanse. De unge kvinnene deltok også på den første Unge kvinners leir i Hellas. Som følge av dette har de blitt enda mer sammensveiset som gruppe, og to unge kvinner har blitt medlem av Kirken.

Internasjonal FSY-konferanse

Konferansen, som fant sted i Tyskland, samlet unge siste-dagers-hellige fra hele Europa. Ungdom fra Hellas og Kypros reiste hundrevis av kilometer for å være der, og konferanseopplevelsen gjorde sterkt inntrykk på dem. For Maximos A., 14, "var det mest minneverdige på FSY da vi delte våre vitnesbyrd. Alle følte Ånden, og det inspirerte meg til å utvikle mitt eget vitnesbyrd."

"Først var det bare fire ungdommer som skulle dra," tilføyer Loukia C., 15, "men til slutt var vi 15 som deltok – en rekord for Hellas – og blant dem 3 venner utenfor Kirken."

"Det var så hyggelig å være sammen et sted hvor man deler det samme evangeliet, og man ikke er den som er annerledes. Vi var sammen, og vi følte den samme Ånden. Disse tingene hjelper meg."

"Min far er ikke medlem og ville ikke la meg dra til FSY eller bli døpt," sier Jesiana, 16. "Men så fastet grenens medlemmer for meg, og

bestemor snakket med far. Da sa han at jeg kunne dra!”

På FSY opplevde hun mye nytt, og “det å delta i leksjonene og aktivitetene og bære mitt vitnesbyrd hjalp meg å forstå hvordan det egentlig er å føle Den hellige ånd. Jeg hadde aldri følt Ånden slik før, og jeg var så glad og opprømt. Jeg bar vitnesbyrd for første gang.”

I tillegg til å få åndelig næring, kunne ungdommene slappe av og ha det moro sammen på konferansen. Haig T., 14, kom til konferansen fra Kypros. “Jeg lærte å være mer sosial, å ha ekte vennskap, og å ha det gøy, også i vanskelige tider.”

Unge kvinners leir

Unge kvinners leir hadde en lignende virkning. Tolv unge kvinner møttes sammen med sine ledere i nærheten av den gamle slagmarken Marathon. De tilbragte tre dager sammen, og lærte å søke styrke og oppmuntring hos hverandre.

“Da jeg var 12,” sier Loukia, “gikk jeg i kirken for første gang og var så glad, men så skjønnte jeg at jeg var den eneste på min alder. Nå, to år senere, har vi så mange unge kvinner at vi kunne ha Unge kvinners leir for første gang.” Da de møttes, sier hun, “forsto jeg hva det vil si å være en siste-dagers-hellig. Når vi etterlever evangeliet, blir vi omgitt av et lys.”



“Det jeg likte aller best på FSY, var sport, dans og gruppemøtene, som var morgenandakter og gjennomgang. Det hjalp meg til å være mer hjelpsom og tålmodig og sette større pris på Skriftene.”
– Haig T., 14



På vei til FSY i Stuttgart i Tyskland.



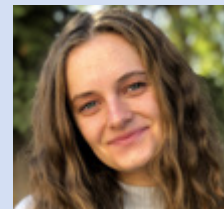
På FSY-konferansen, staver ordet “be” fra Jakobs brev 1:5.

“[Stå] fast i én Ånd, og med én sjel.”

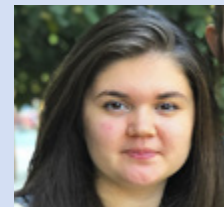
Filipperne 1:27



Irini S. opptrer på FSY.



“På FSY begynte vi å bli en gruppe, og det styrket oss. Det bidro til å forme og påvirke ungdomsprogrammet i Hellas fordi vi nå kjenner hverandre mye bedre.” – Alexis H., 18



“Å synge på scenen på FSY var noe av det modigste jeg har gjort, og et av de mest magiske øyeblikkene jeg noensinne har hatt. I det øyeblikket lærte jeg hvor viktige vi er i denne vakre verden.” – Irini S., 17



“På unge kvinners leir lærte jeg at livet er som et maratonløp. Det hjalp meg til å utvikle min tro, og jeg vet at vi må fortsette på rett vei, akkurat som om vi løper maraton. Denne erfaringen hjelper meg å utvikle mitt vitnesbyrd og fortsette å ha tro og holde meg på den rette veien.”

- Winifred K., 14

“Livet er et maratonløp, ikke en sprint.”

Tema for Unge kvinners leir



Unge kvinner ved Marathon i Hellas.



“Vi er alle unike, akkurat slik småsteinene på stranden alle er unike.” - Bryana W.



“Å se på soloppgangen bragte en beroligende og vakker ånd.” - Lizzie T.

For Bryana W., 15, hjalp FSY og Unge kvinners leir henne å åpne seg og snakke med andre. “Familien min flytter ofte, og jeg hadde vanskelig for å bli kjent med andre fordi jeg var sjenert,” sier hun. “Men fordi jeg kom så tett innpå gruppen vår på FSY, fikk jeg noen virkelig gode venner. På vitnesbyrds møtet uttrykte vi våre følelser, og jeg skjønnte at andre følte det samme som jeg.”

Marie H., 17, husker leirtemaet: “Livet er et maratonløp, ikke en sprint.” De unge kvinnene og lederne deres snakket om betydningen av å holde ut og fullføre løpet, sier hun. “Det minnet meg om at jeg kan holde ut, finne mitt eget tempo og holde fokus på målstreken. Da kan jeg klare de tingene som vår himmelske Fader trenger at jeg gjør.”

Et av høydepunktene på leiren var en morgenandakt på stranden den siste morgenen. Lizzie T., 17, sier: “Vi tok med oss Skriftene, hadde andakten vår og så solen stå opp. Alle følte Guds kjærlighet. Det var en fantastisk avslutning på tiden vi hadde sammen.”

Møt fremtiden uten frykt

“Av FSY og Unge kvinners leir lærte jeg mye om evangeliet og hvordan det kan hjelpe meg i mitt liv,” sier Irini S., 17. “Jeg fikk mange venner og lærte hvor viktig det er å uttrykke mine tanker og følelser. Jeg følte virkelig Den hellige ånd og vår Frelser Jesu Kristi kjærlighet.”

Å være sammen med andre siste-dagers-hellig ungdom, sier hun, styrket hennes tro. “Før FSY kunne jeg ikke se de gode og



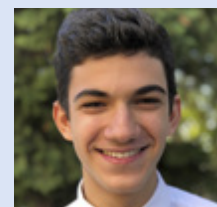
Unge kvinners leir 2017 – den første i Hellas.

vakre tingene Gud gjorde for oss og planene han fortsatt legger for oss.”

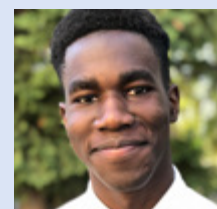
“Vi skulle ikke la oss påvirke av noen eller noe annet rundt oss som prøver å trekke oss bort fra etterlevelse av evangeliet,” sier Manasseh A.,

17. “Evangeliet er det samme overalt, og vi skulle alltid holde oss på rett vei.”

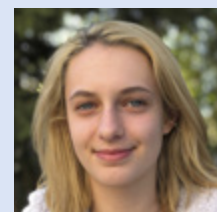
Og enten det er i Hellas eller andre steder i verden, kan vi være ett i ånden når vi følger den veien sammen. ■



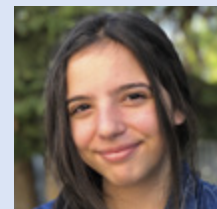
“Jeg likte å se hvordan det er å være sammen med ungdom som har samme tro. Jeg følte at vi alle var forbundet på en spesiell måte, ikke bare ved å vite hverandres navn.”
– Pavlos K., 15



“Jeg er glad for at jeg fikk anledning til å møte andre ungdommer som opplever de samme tingene som jeg gjør hver dag.” – Joshua K., 17



“FSY og Unge kvinners leir har den samme følelsen uansett hvor man er i verden. Jeg likte den mindre Unge kvinners leir fordi det var lettere å bli kjent med hverandre.”
– Olivia H., 15



“Jeg er ikke medlem av Kirken, men jeg går i kirken så ofte jeg kan. Jeg beundrer det de unge kvinnene står for.”
– Irene C., 14

Kirken i Hellas



På begynnelsen av 1900-tallet sendte Rigas Pofantis, en boktrykker fra Athen, en forespørsel til lederne av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige om å få informasjon. Presidenten for Kirkens misjon i Tyrkia underviste Pofantis, som ble døpt i oktober 1905.



Kirken opplevde lite vekst i Hellas før 1950-tallet, da gresk-amerikanske medlemmer av Kirken i Salt Lake City i Utah organiserte foreningen Hellenic Latter-day Saint Society for å bevare sin arv og opprettholde båndene til sitt hjemland.



Kirkens ledere organiserte en liten forsamling i Athen i 1965 og reorganiserte den i 1967. De opprettet Hellas Athen misjon i juli 1990, og fullførte byggingen av det første møtehuset i Hellas i mai 1999.



Athen i Hellas, møtehuset i Halandri



Kirkens medlemstall: 802
Forsamlinger: 3

“Hvordan kan min patriarkalske velsignelse hjelpe meg å ta avgjørelser?”

“En patriarkalsk velsignelse er en åpenbaring til motageren, som en hvit linje nedover midten av veien, for å beskytte, inspirere og motivere til aktivitet og rettferdighet. En patriarkalsk velsignelse inneholder bokstavelig talt kapitler fra din bok om evige muligheter ...

Den er en lysets Liahona som skal lede deg sikkert til ditt himmelske hjem.”

President Thomas S. Monson (1927–2018), “Din patriarkalske velsignelse: En lysets Liahona”, *Lys over Norge*, jan. 1987, 55.



Vår personlige Liahona

Patriarkalske velsignelser er en måte vår himmelske Fader hjelper oss å bli

kjent med vår førjordiske, jordiske og evige identitet på. Å kjenne til disse tre spesielle sannhetene om oss selv hjelper oss å følge den planen Gud har for oss. Vi vet hvem vi er, hvorfor vi er her og hvor vi kan komme hen. Slik Liahona virket etter den tro og flid Nephi og hans familie viste ved å følge dens rettleiding (se 1 Nephi 16:28), kan også vi være trofaste og flittige med hensyn til å følge vår egen Liahona og dens rettleiding, som vil lede oss til vårt guddommelige potensial.

Eldste Utai, 20 år, Argentina Salta misjon



Et evig perspektiv

Når jeg føler meg hjelpeløs når jeg skal ta avgjørelser, vender jeg meg til min patriarkalske velsignelse

og grunner på dens guddommelige åpenbaring. Og da blir det lett å ta avgjørelsen. Den hjelper meg ikke bare til å holde ut i mitt jordiske liv og høste lovede velsignelser, men den minner meg også om å forberede meg til verdig å tre inn i Herrens rike en dag. Det hjelper meg stadig til å vokse i tro, stole på Herrens vilje og leve med et evig perspektiv.

Abegail F., 18 år, Cagayan Valley på Filippinene



Himmelske råd

Min patriarkalske velsignelse gir meg råd fra min himmelske Fader. Hvis jeg følger disse rådene, vet jeg

at jeg vil få åpenbaring om avgjørelser jeg må ta. Han svarer på noen av mine spørsmål til og med før jeg stiller dem.

Cami H., 16 år, Utah i USA

Lytt til Ånden

Hvis du søker trøst og veiledning eller svar på et brennende spørsmål, kan du be oppriktig om det og lese din patriarkalske velsignelse med ærlig hensikt mens du lytter til Ånden. Å granske Skriftene hjelper også. Jeg tror at hvis du gjør dette med ekte tro, vil Herren svare deg i sin egen tid og på den beste måten.

Kezia B., 15 år, Hawaii i USA

Lovede velsignelser

Patriarkalske velsignelser forteller oss hva Gud ønsker å velsigne oss med. Han gir oss advarsler og forklarer hvordan vi kan bli mer lik ham. Når vi vet hva vår himmelske Fader har i vente for oss og hvordan vi kan få det, vil vi velge og handle deretter for å motta det.

Hunter H., 18 år, Utah i USA

Svarene tar sikte på å gi hjelp og perspektiv, og er ikke å betrakte som offisielle uttalelser om Kirkens lære.



Burde jeg, som ung kvinne, være mer fokusert på utdanning og karriere eller på å bli en hustru og mor?

Vi vet at "familien står sentralt i Skaperens plan" og at "en mor ... først og fremst [er] ansvarlig for å ha omsorg for sine barn".¹ Vi vet også at både menn og kvinner av en rekke gode grunner har blitt rådet av profeter til å skaffe seg utdanning.² I tillegg vet vi at mange kvinner enten vil trenge eller ønske å ha en yrkeskarriere.

President Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det første presidentskap, har sagt at for kvinner står ikke valget mellom familie eller utdanning og karriere. "Det er tidspunktet vi må velge," sa han. "Og vi søker inspirasjon fra Herren og hans tjeneres læresetninger for å gjøre det."³

Planlegg å skaffe deg utdanning, og planlegg å stifte familie. Du kan også planlegge å ha en karriere. I alt dette bør du fokusere på å følge vår himmelske Faders plan og søke hans vilje.

NOTER

1. "Familien – en erklæring til verden", familyproclamation.lds.org.
2. Se *Til styrke for ungdom* (2011), 9.
3. Dallin H. Oaks, ansikt til ansikt-arrangement med eldste Oaks og eldste Ballard (verdensomspennende arrangement for unge enslige voksne, 19. nov. 2017), broadcasts.lds.org.

På [lds.org/go/41961](https://www.lds.org/go/41961) forteller en ung voksen sin historie om å være usikker på om hun skulle fokusere på karrieren eller familien. Se hva president Russell M. Nelson sa til henne.

Hva mener du?

"Hva sier du når vennene dine ikke tror at ting som det første syn kunne finne sted?"

Send ditt svar og, hvis du ønsker det, et høyoppløselig bilde innen 15. mai 2019 på [liahona.lds.org](https://www.lds.org/go/41961) (klikk på "Submit an Article or Feedback"). Du kan også sende svaret og fotografiet som e-post til liahona@ldschurch.org. Ta med ditt fulle navn og navnet på din menighet og stav (eller gren og distrikt).

Svar kan bli redigert på grunn av lengde eller klarhet.

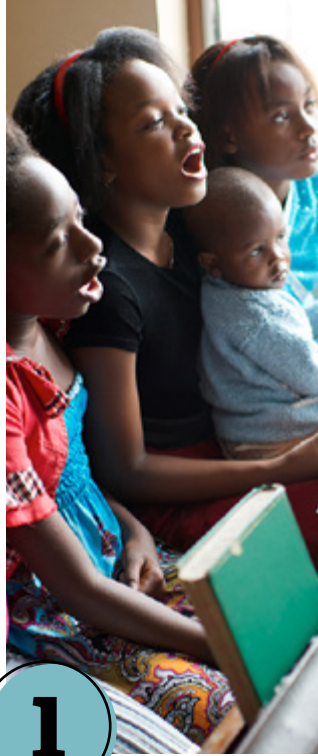


Av David Dickson
Kirkens tidsskrifter

Julen er vanligvis den høytiden som får mest oppmerksomhet. Men uten hendelsene vi feirer hver påske, som fant sted for så lenge siden, ville det ikke ha vært noen jul.

President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sa en gang: “Det ville ikke vært noen jul hvis det ikke hadde vært påske. Jesusbarnet i Betlehem ville bare ha vært et vanlig barn uten Getsemanes og Golgatas forløsende Kristus og uten oppstandelsens seierrike kjensgjerning.”¹

Her er noen tradisjoner du kan vurdere å legge til dine årlige feiringer.



1

Gå ut og syng påskesanger

Bortsett fra de lekne versjonene om reinsdyr og alver, handler alle julesangene om Jesus Kristus. Påsken er den perfekte tiden for musikk om Frelseren, og ja, også når den synges utenfor naboenes dører.

Hvis du er tom for ideer, kan du se emneregisteret i salmeboken under “Påske” og “Jesus Kristus” for å finne sanger. Enhver sang som lovpriser Jesus Kristus, er en fin påskesang.



2

Tilgi noen

Hvor ofte har du vært takknemlig for omvendelsens gave? Påsken gir en anledning til å tenke mer over hvordan vi kan vise andre den samme tilgivelsens ånd.

Jesus sa: “Derfor sier jeg dere at dere skulle tilgi hverandre ...

Jeg, Herren, tilgir den jeg vil tilgi, men av dere fordres det at dere tilgir alle mennesker” (Lære og pakter 64:9–10).

Spør deg selv hvem du har dårlige følelser overfor. Be om styrke til å tilgi vedkommende, og la Frelseren hjelpe deg å bli kvitt disse vonde følelsene.



3

Sett opp et festspill, et skuespill eller en annen forestilling

Du kan arrangere en påskeforestilling. Et enkelt eksempel kan være en skriftlesning på familiens hjemmefest eller en allsangkonsert i lokalsamfunnet.

Prøv noen nye påsketradisjoner



4

Besøk gravene til noen av dine nærmeste

På grunn av Jesus Kristus har døden mistet sin brodd (se 1 Korinterbrev 15:55). Tilbring tid ved gravene til noen av dine nærmeste for å grunne på denne gode nyheten.

Du kan til og med lese høyt noen favorittskriftsteder som handler om oppstandelsen, mens du besøker disse gravene. Noen (av de *mange*) skriftstedene å overveie til dette, er 1 Korinterbrev 15:20–22; Alma 11:42–44 og Lære og pakter 88:14–16.



5

Vær litt bedre

Påsken markerer begivenhetene i Getsemane, det som skjedde på korset, at Frelseren sto opp fra de døde på den tredje dagen, og deretter hans tjenestegjerning i 40 dager før han steg opp til himmelen.

Ikke lenge etter at han steg opp til himmelen, viste Jesus Kristus seg også for nephittene og betjente dem (se 3 Nephi 11–28). Det er mye å feire!

Hvorfor ikke utvide påsken din? La din sjel fryde seg lenger over påskens mirakler. Gjør en bevisst innsats for å bli mer lik Kristus i de 40 dagene etter påske. Som inspirasjon kan

du overveie følgende oppfordring fra president Russell M. Nelson: “Begynn i kveld å vie en del av deres tid hver uke til å studere *alt* Jesus sa og gjorde slik det står i Det gamle testamente, for han er Det gamle testamentes Jehova. Studer hans lover slik de er nedtegnet i Det nye testamente, for han er dets Kristus. Studer hans lære slik den er nedtegnet i Mormons bok, for det finnes ingen bok med hellig skrift hvor hans misjon og tjenestegjerning kommer tydeligere frem. Og studer hans ord slik det står i Lære og pakter, for han fortsetter å undervise sitt folk i denne evangelieutdeling.”²

Dine tradisjoner venter

Eldste Dieter F. Uchtdorf i De tolv apostlers quorum har sagt: “For å finne den viktigste dagen i historien, må vi gå tilbake til den kvelden for nesten 2000 år siden i Getsemane der Jesus Kristus knelte ned i intens bønn og tilbød seg selv som løsepenger for våre synder.”³

De viktigste hendelsene i historien er verdt å ta seg tid til å grunne på hvert år. Tradisjoner hjelper oss å gjøre det, enten de fra denne listen eller noen du selv velger.

Hva vil du legge til i år? ■

Denne påsken kan du kanskje bruke litt mer tid på å huske den største gaven som noensinne er gitt.

NOTER

1. Gordon B. Hinckley, “Den makeløse og sanne beretning om jul”, *Liahona*, des. 2000, 6.
2. Russell M. Nelson, “Profeter, lederskap og guddommelig lov” (verdensomspennende andakt for unge voksne, 8. jan. 2017), broadcasts.lds.org.
3. Dieter F. Uchtdorf, “Se det menneske!” *Liahona*, mai 2018, 108.

Det største uttrykk for Guds kjærlighet

Av president M. Russell Ballard

Fungerende president for De tolv apostlers quorum

Gud gir uttrykk for sin kjærlighet til oss ved å gi oss den veiledning vi trenger for å gå fremover og virkeliggjøre våre muligheter. Han som vet mest om oss, vårt potensial og våre evige muligheter, har gitt oss guddommelige råd og bud i sin instruksjonsbok – den hellige skrift. Når vi forstår og følger disse rådene, får vårt liv hensikt og mening. Vi lærer at vår Skaper elsker oss og ønsker at vi skal være lykkelige. Som en uforlignelig manifestasjon av sin guddommelige kjærlighet til oss, sendte han sin enbårne Sønn, Jesus Kristus.

“For så har Gud elsket verden at han gav sin Sønn, den enbårne, for at hver den som tror på ham, ikke skal fortapes, men ha evig liv.

For Gud sendte ikke sin Sønn til verden for å dømme verden, men for at verden skulle bli frelst ved ham” (Johannes 3:16–17).

Jesus ble født på jorden. Han levde et fullkomment liv, og ved dette viste han oss veien å følge. Han forkynte til sine disipler: “Jeg er verdens lys! Den som følger meg, skal ikke vandre i mørket, men ha livets lys” (Johannes 8:12).

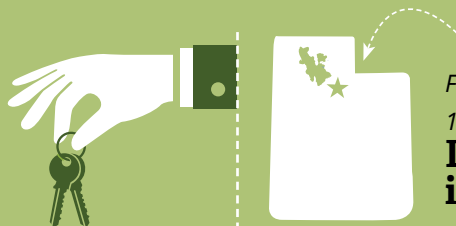
Vi begynner å forstå dybden i Kristi kjærlighet til oss når vi innser at han var villig til å sone og lide smerte for våre synder, “hvilken lidelse fikk [ham], ja, Gud, den største av alle, til å skjelve av smerte og til å blø fra hver pore og lide, både på legeme og ånd” (Lære og pakter 19:18).

La oss denne påsken takke Gud spesielt for hans elskede Sønn, Jesu Kristi forsoning og oppstandelse. For i ham, ved ham og gjennom ham kan denne midlertidige dødelige tilstand forvandles til en permanent, fullkommen eksistens, til en glede som ord ikke kan beskrive.

Alle naturens undere er glimt av hans guddommelige kraft og uttrykk for hans kjærlighet. Men det største av alle mirakler venter oss. Det vil finne sted når vi ved hans kraft skal komme frem fra døden og graven til en ny verden som ikke skal gå til grunne, et sted hvor vi, hvis vi er verdige, skal få være sammen med ham og vår Fader i all evighet. ■

Fra en tale ved generalkonferansen i april 1988.

Arbeidet i farens **bilforretning** tidlig på 1950-tallet, og var den **beste selgeren.**



Født 8. oktober 1928 i **Salt Lake City** i Utah.



Studerte ved **University of Utah.**

President **M. RUSSELL BALLARD**



Reiste på hel-tidsmisjon til **England.**



Virket som **misjons-president** i Canada Toronto misjon fra 1974 til 1977.



Møtte sin **hustru** Barbara Bowen på en **dans** ved University of Utah.



Ble viet til **Barbara Bowen** i Salt Lake tempel 28. august 1951.



Bestefar: Eldste Melvin J. Ballard i De tolv apostlers quorum



Bestefar: Eldste Hyrum Mack Smith i De tolv apostlers quorum



Oppholdt til **De tolv apostlers quorum** 6. oktober 1985.



Etter generalkonferansen i oktober 1980 skrev han mer enn **600 brev** til oppmuntring for medlemmer som strevde med sitt vitnesbyrd.



Beskikket som **fungerende president** for De tolv apostlers quorum 14. januar 2018.



Har **7** barn, **43** barnebarn og **91** oldebarn.

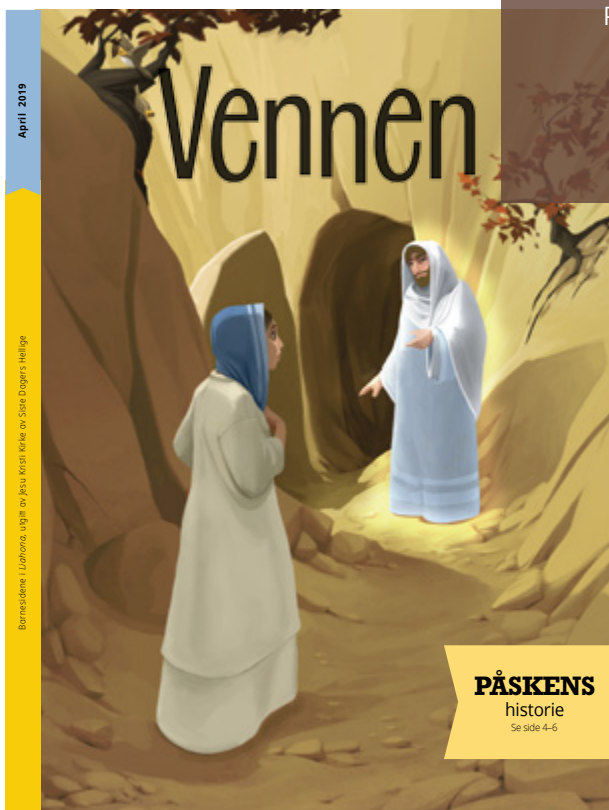
Har en **Oreo-kjeks** i en eske på skrivebordet som et minne om en gutt som nettopp hadde foretatt en lang reise til en flyktningleir, fikk en pakke med kjeks og ga den første til president Ballard.



FLERE SIDER FOR BARN

Gjør god bruk av den nye *Vennen*.
Hvis du ikke har barn hjemme,
kan du gjøre følgende:

- Del *Vennen* med en familie som ikke mottar *Liahona*.
- Gi den til en venn eller nabo.
- Gi den videre til en Primær-leder eller -lærer.



UNGE VOKSNE
TRENGER DU
HJELP MED STORE
AVGJØRELSER?

42

UNGDOM
FINN FRED FOR DEG
SELV OG ANDRE

52

PÅSKE
NYE TRADISJONER

62

JESU KRISTI
KIRKE
AV SISTE DAGERS HELLIGE



Vennene



PÅSKENS
historie

Se side 4-6



Av president
Russell M.
Nelson

Guds store GAVE

En dag så søster Nelson og jeg noen tropiske fisk i et akvarium. Fisk med klare farger og forskjellige former og størrelser pilte frem og tilbake. Jeg spurte en ansatt i nærheten: "Hvem mater disse vakre fiskene?"

Hun svarte: "Jeg gjør det."

Så spurte jeg: "Har fisken noensinne takket deg?"

Hun svarte: "Ikke ennå!"

Noen mennesker er som de fiskene. De er ikke oppmerksomme på Gud og hans godhet mot dem. Hvor mye bedre det ville være om vi kunne være mer oppmerksomme på Guds kjærlighet og uttrykke takknemlighet til ham.

Takknemlig for Jesus Kristus

Gud sendte sin Sønn, Jesus Kristus for å hjelpe oss. Han gjorde det fordi han elsker oss så høyt.

Jesus kom for å **forløse** oss.

På grunn av hans **forsoning** kan vi oppstå etter døden.

På grunn av hans forsoning kan vi vende tilbake for å bo hos vår himmelske Fader for evig.

Jesus forklarte:

"Jeg er oppstandelsen og livet. Den som tror på meg, skal leve om han enn dør. Og hver den som lever og tror på meg, skal aldri i evighet dø" (Johannes 11:25–26).

Dette er påskens vidunderlige budskap! ●

*Fra "Gud være lovet", Liahona,
mai 2012, 77–80.*



Jesus er min Frelser

Jesus sto opp fra de døde om morgenen første påskedag. Les setningene for å finne ut hva han har gjort for oss. Fargelegg en solstråle for hver setning du leser. Deretter fargelegger du resten av bildet.

Jesus led i Getsemane og på korset for å frelse oss fra våre synder.

Jesus døde og sto opp for å frelse oss fra døden.

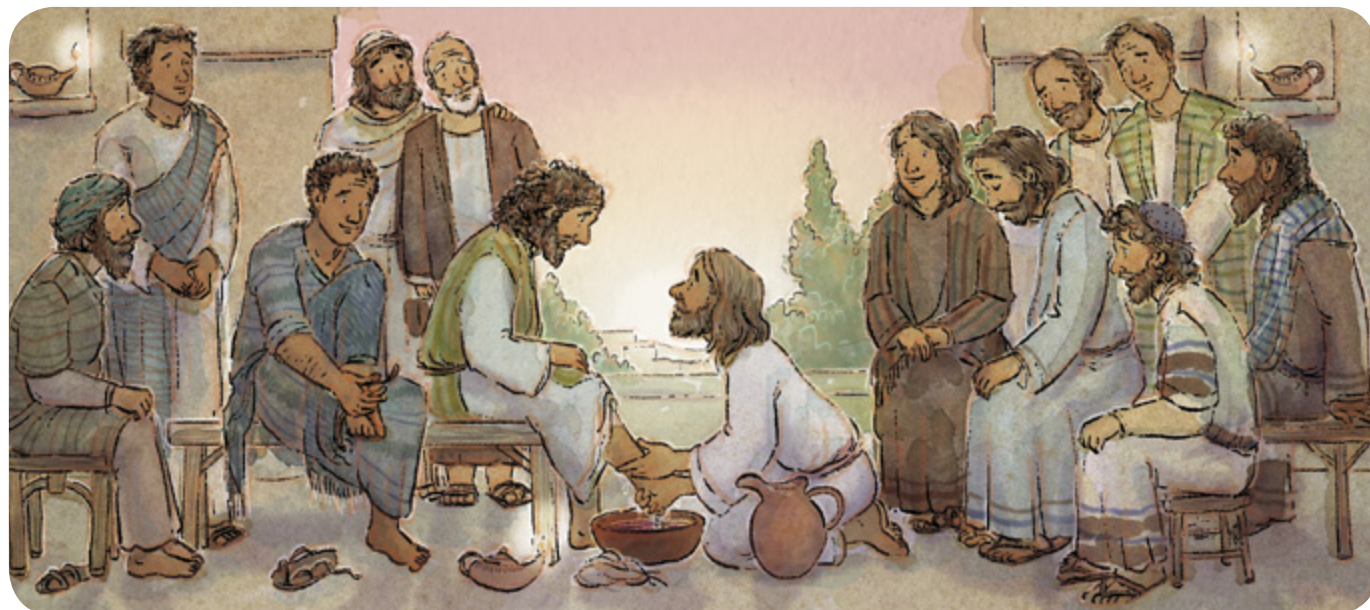
Jesus ga oss nadverden for å hjelpe oss å huske ham.

Jesus lærte oss å tilgi andre.

Jesus viste oss hvordan vi kan være vennlige.

På grunn av Jesus vil vi alle oppstå fra de døde.

Påskens historie



Jesus var glad i vennene sine. Han vasket føttene deres. Deretter ga han dem nadverden. Han ba dem om å minnes ham. Han ba dem om å elske hverandre.



Senere gikk Jesus til en hage. Han ba for oss alle. Han følte smerten av våre sykdommer. Han følte smerten av våre synder.

Sinte mennesker førte Jesus
bort. De gjorde ham vondt.
Han døde på korset for oss.
Vennene hans la kroppen
hans i en grav.



Tre dager senere kom vennene hans tilbake. Graven var tom!
Engler sa til dem: "Han er oppstått." Jesus levde igjen! På grunn
av Jesus vil vi alle leve igjen etter at vi dør.



Jesus er glad i meg. Jeg kan gjøre påsken spesiell ved å minnes ham. ●

Les om påskemorgen i Matteus 28.

En hyrdes kjære favn

Med glede ♩ = 90-96

Tekst og musikk: Sally DeFord

F C Dm B^b C F

1. Vår Frel - ser el - sker si - ne får, og når de går seg vill, han
 2. Vår Frel - ser el - sker si - ne små og hvis jeg går meg vill, han
 3. Min Frel - ser ly - ser opp min sti, ek - sem - pel for meg er. Og

C7 Am Dm Gm C7

sø - ker hvor enn de går, han ro - per de - res navn. Til
 sø - ker hvor jeg enn går, ved dag el - ler ved natt. Til
 om jeg gjør et feil - trinn, jeg vet han vil til - gi. Så

F Dm Gm C7 A A7 Dm

hyr - dens stem - me lyt - ter de, de ven - der seg til Ham som
 hyr - dens stem - me lyt - ter jeg, jeg ven - der meg til Ham som
 jeg vil ak - te hyr - dens røst og ven - de bort fra synd, og

B^b C7 F Dm B^b C7 F

mot - tar dem i kjær - lig favn, en hyr - des kjæ - re favn.
 mot - tar meg i kjær - lig favn, en hyr - des kjæ - re favn.
 med for - vent - ning se frem til en hyr - des kjæ - re favn.

© 2019 Sally DeFord. Med enerett.

Sangen kan kopieres til ikke-kommersiell bruk i kirken eller i hjemmet.

Denne notis må komme med på alle kopier.

Av Jane McBride

Basert på en sann historie

“Dere skal gjøre det gode” (2 Korinterbrev 13:7).

“Du må passe broren din,” sa mamma. “Pappa og jeg skal hjelpe en som er syk.”

Jeg så opp mens jeg feiet gulvet i vårt lille hus, og nikket. Mamma var Hjelpeforeningens president, og hun dro ofte på besøk til søstre i menigheten.

“Takk, Arlyn,” sa mamma og kysset meg på hodet. “John sover. Og det er brøddeig som står til heving på benken. Vær så snill å ikke røre den.”

Jeg så gjennom døråpningen da hun og pappa kjørte vognen nedover den støvete veien vår. Jeg var stolt av at mamma stolte på meg.

Da jeg feide på kjøkkenet, stoppet jeg for å se på brøddeigen. Jeg gledet meg sånn til at mamma skulle steke den samme kveld. Vi spiste vanligvis ferskt brød med hjemmelaget syltetøy. Men vi hadde gått tom for syltetøy for tre måneder siden.

Syltetøy! Tanken gjorde at jeg fikk lyst på noe søtt. Jeg kikket opp på sukkerkrukken høyt oppe på hyllen. Jeg visste at mamma sparte den for å lage mer syltetøy.

Men jo mer jeg tenkte på sukkeret, desto mer fikk jeg lyst på det. Til slutt trakk jeg en stol bort til benken og strakte meg opp. Fingrene mine rørte bare så vidt ved sukkerkrukken. Jeg trakk den nærmere kanten av hyllen ...

Og så gled krukken rett utfor kanten! Jeg prøvde å ta imot den, men den falt med et høyt plump midt i brøddeigen. Sukkeret rant ut over hele brødet og benken og ned på gulvet.

“Å, nei!” skrek jeg. Det vekket lillebroren min. Han begynte å gråte. *Jeg* ville helst også bare gråte. Hva ville mamma si om dette rotet?

Etter at jeg fikk roet John, gjorde jeg mitt beste for å få bort sukkeret. Jeg trakk krukken ut av deigen og vasket



Søt ærlighet



den. Jeg tørket sukkeret av benken og gulvet. Men det var ingenting jeg kunne gjøre for å få sukkeret ut av deigen.

Jeg vurderte å sette krukken tilbake på hyllen. Kanskje ikke mamma ville legge merke til at den var tom. Men jeg visste at det ikke var riktig. Så jeg satte krukken på bordet og ventet på at mamma og pappa skulle komme hjem.

Da de kom hjem, la mamma straks merke til sukkerkrukken.

Jeg trakk pusten dypt. "Jeg ville bare ha en smak av sukker. Men jeg dyttet krukken ned fra hyllen. Jeg prøvde å rydde opp, men jeg kunne ikke få det ut av brøddeigen." Ordene strømmet ut mens jeg så ned i gulvet.

Mamma var stille en stund.

"Jeg er så lei meg," hvisket jeg.

Mamma slapp ut et sukk. "Ja, da blir vel brødet ekstra søtt i kveld," sa hun. Jeg kikket opp. Hun ga meg et lite smil. "Takk for at du fortalte oss hva som skjedde."

Da vi spiste det sukkerholdige brødet den kvelden, snakket mamma og pappa og jeg om ærlighet.

"Alle gjør mange feil i livet," sa pappa. "Men når vi er ærlige og prøver å omvende oss, er vår himmelske Fader og Jesus fornøyd. Vi vil alltid bli velsignet for å være ærlige – selv om det virker vanskeligere til å begynne med."

Jeg var fortsatt lei meg fordi jeg hadde sølt ut sukkeret. Jeg visste at vi sannsynligvis ikke ville ha så mye syltetøy dette året på grunn av tabben min. Men jeg var glad for at jeg hadde sagt sannheten. Det var en god, søt følelse som ikke noe sukker kunne gi. ●

Artikkelforfatteren bor i Colorado i USA.



"Å holde guddommelige bud gir velsignelser, hver gang! Å bryte guddommelige bud fører til tapte velsignelser, hver gang!"

**President Russell M. Nelson, "La deres tro synes",
Liahona, mai 2014, 30.**

Eldste Bednar besøker India

Eldste David A. Bednar reiste sammen med sin hustru Susan Bednar for å dele sitt vitnesbyrd om Jesus Kristus med Kirkens medlemmer i India. India er et av verdens største land. Og det vil snart få sitt første tempel!



Eldste og søster Bednar dro til byen Rajahmundry. En apostel hadde aldri vært der før.



På et møte i byen Hyderabad fikk denne piken stille eldste Bednar et spørsmål.



Barn fikk håndhilse på eldste Bednar.



"Jo mer jeg reiser rundt i verden, jo flere nasjoner jeg besøker, jo flere mennesker jeg blir velsignet med å lære av, desto mer ser jeg at mennesker i hele verden i bunn og grunn er like."



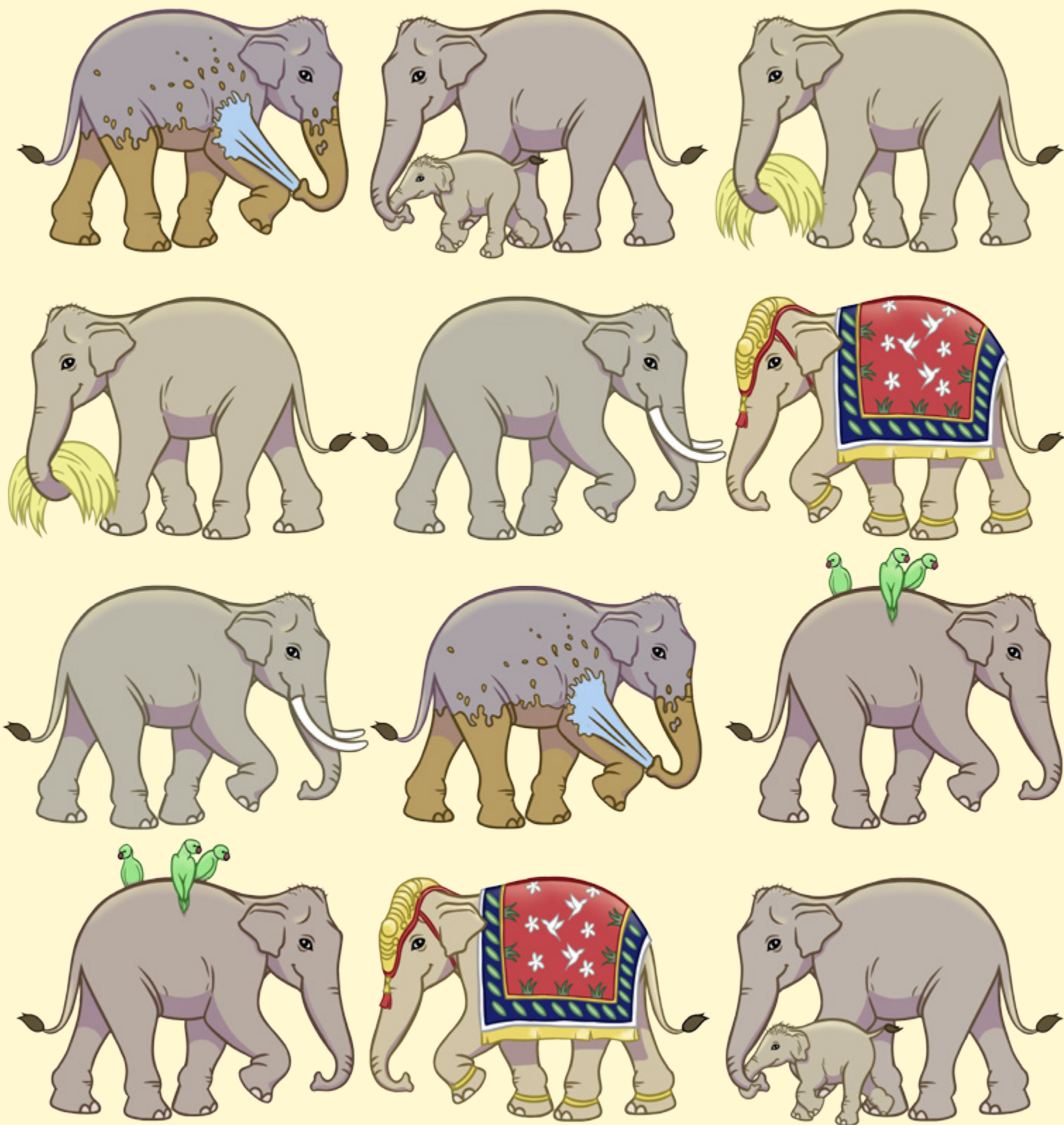
Alle var glade for å høre vitnesbyrdet til en Guds apostel!

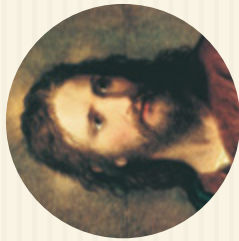


SETT ELEFANTENE SAMMEN

India har ca. 30 000 elefanter. Hvor mange like par kan du finne nedenfor?

Hva er noen av dine favorittdyr som vår himmelske Fader og Jesus Kristus har skapt?






Våre PROFETTER og APOSTLER


Jesus Kristus leder Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige gjennom profeter og apostler. Les om dem nedenfor. Deretter kan du **klippe ut bildene på side V23** og tape dem fast på oversikten. Fest tapen øverst på hvert bilde slik at du kan løfte dem for å lese fakta under dem!

- Rengjorde et radioverksted som sin første jobb
- Ble advokat og høyesterettsdommer i Utah
- Var president for Brigham Young University



President Dallin H. Oaks
Førsterådgiver i Det første presidentskap

- Var hjertekirurg
- Har studert flere språk, blant annet mandarin
- Har 10 barn: 9 døtre og 1 sønn




President Russell M. Nelson
17. president for Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige

- Spilte basketball på videregående skole
- Lærte fysikk av sin far på familiens tavle
- Var president for Ricks College, nå BYU – Idaho




President Henry B. Eyring
Annerådgiver i Det første presidentskap

- Fikk tilnavnet "biskopen" på universitetet på grunn av sine høye normer
- Eide en bilforretning
- Virket som misjonær i England og som misjonspresident i Toronto i Canada



President M. Russell Ballard
Fungerende president for De tolv apostlers quorum

- Var misjonærledsager til eldste Cook i England
- Arbeidet for Kirkens skoleverk
- Var president for BYU




Eldste Jeffrey R. Holland
i De tolv apostlers quorum

- Var flyktning to ganger som barn
- Var flykaptain
- Liker å stå på ski sammen med sine barn og barnebarn



Eldste Dieter F. Uchtdorf
i De tolv apostlers quorum

- Var quarterback på laget i amerikansk fotball på videregående skole
- Etter å ha vært på misjon i Tyskland, døpte han sin far som medlem av Kirken
- Var president for Ricks College da det ble BYU-Idaho



Eldste David A. Bednar
i De tolv apostlers quorum

- Fikk et vitnesbyrd etter å ha studert Skriftene og bedt sammen med sin eldre bror
- Så sin fremtidige hus-tru på et talentshow på ungdomsskolen
- Var leder i Kirken på Filippinene og Stillehavøyene



Eldste Quentin L. Cook

i De tolv apostlers quorum

- Bakte brød til familien i oppveksten
- Deltok i Cumorah-festspillet i New York som tenåring
- Arbeidet som advokat før han ble kalt som apostel



Eldste D. Todd Christofferson

i De tolv apostlers quorum

- Var misjonær og senere misjonspresident i Japan
- Startet et foretak som produserte og solgte treningsutstyr
- Var biskop over hele Kirken



Eldste Gary E. Stevenson

i De tolv apostlers quorum

- Vokste opp på en gård som drev med melkeproduksjon i Idaho i USA
- Var misjonær og misjonspresident i Frankrike
- Snakker fransk, portugisisk, spansk og engelsk



Eldste Neil L. Andersen

i De tolv apostlers quorum

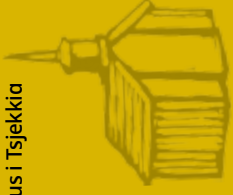
- Liker dyr, blant annet pingviner
- Elsker å møte folk i alle land
- Har slektshistoriske opp-tegnelser som går tilbake til First Dragon Gong i år 837 e.Kr.



Eldste Gerrit W. Gong

i De tolv apostlers quorum

- Var misjonspresident i New York City
- Mottoet hans er "Det er mennesker som betyr mest"
- Innviet Kirkens første møtehus i Tsjekkia



Eldste Ronald A. Rasband

i De tolv apostlers quorum

- Er fra Brasil og virket som misjonær der og som misjonspresident i Portugal
- Lærte om Kirken sammen med familien sin som ung gutt
- Begynte å gjøre seg klar til misjon da han var 12 år



Eldste Ulisses Soares

i De tolv apostlers quorum

Kontrollér svarene dine på lds.org/prophets-and-apostles.



Den FORSVUNNEDE JAKKEN

Av Sheila Kindred

Basert på en sann historie

“Jeg, Herren, tilgir den jeg vil tilgi, men av dere fordres det at dere tilgir alle mennesker” (Lære og pakter 64:10).

“Mamma, jakken min er borte!” sa Brad. Det M var på tide å dra hjem fra kirken, men Brad kunne ikke finne jakken på klesstativet.

“Er du sikker på at det var der du hengte den?” spurte mamma.

“Ja. Den var akkurat her.” Brads jakke var lyseblå og rød. Det var vanskelig å ikke legge merke til den.

“Kanskje den ble flyttet. La oss lete rundt i bygningen,” sa pappa.

Mamma, pappa og Brad gikk hver sin vei for å sjekke forskjellige rom. De lette i hittegodskassen, i kirkesalen, i Brads Søndagsskole-klasserom, i Primær-rommet og på alle klesstativ. De lette til og med på toalettene, men de fant ikke jakken.

“Noen hadde nok tatt den ved et uhell. Jeg er sikker på at de leverer den tilbake neste uke når de skjønner at den ikke er deres,” sa pappa.

“I mellomtiden kan du gå med den gamle jakken din,” sa mamma.

Brad rynket pannen. Han likte ikke den gamle jakken. Den var tynn, falmet og for liten til ham. Han likte at den nye, røde og blå jakken fikk ham til å se ut som en superhelt.



“Det var sikkert noen som så hvor kul jakken min er og stjal den,” tenkte Brad. Hvordan kunne det skje i kirken? Alle der skulle jo være ærlige. Brad ville ikke la den røveren slippe unna med det. Han hadde en plan. Neste søndag skulle han følge nøye med for å se hvem som gikk med jakken hans. Da skulle han ta den tilbake og rope: “Stopp, din tyv!” Vedkommende skulle få angre på at han hadde tatt den.

Brad så veldig frem til søndag for å gjennomføre planen sin. Men neste søndag var det for varmt til å gå med jakke, og det var det søndagen etter også.

Søndagen etter det kikket Brad mistenksomt rundt i Primær på alle guttene og lurte på hvem som hadde stjålet jakken hans. Var det den høye gutten? Eller kanskje det var en jente. Han følte ikke at han kunne stole på noen. Brad likte ikke den følelsen.

Etter kirken skyndte Brad seg rundt i bygningen og så familiene ta på seg jakkene sine. Men han så ikke jakken sin noe sted. Han sjekket til og med hittegodskassen igjen ... men fant ingen jakke. Hvor kunne den være?

På vei hjem tenkte Brad ut en ny plan. Han skulle be. Han visste at vår himmelske Fader kunne finne bortkomne ting. Den kvelden ba Brad og sa: “Himmelske Fader, vær så snill å fortelle meg hvem som tok jakken min. Jeg vil ha den tilbake.”

Brad ventet at røverens navn eller ansikt skulle dukke opp i tankene hans. Men i stedet begynte han å tenke på sin venn Carl. Brad pleide å sitte sammen med Carl i Primær. De spøkte og lo mye sammen. Men Carl hadde ikke vært i kirken på noen uker. Brad savnet ham.

Hva om *Carl* hadde tatt jakken hans? Carl var kanskje redd for å komme til kirken nå, fordi han trodde at Brad ikke ville være vennen hans lenger. Brad ville at Carl skulle komme til kirken igjen. Hvis Carl hadde tatt jakken hans, bestemte Brad seg for at han ikke skulle kjeft på ham. Han skulle tilgi ham.

Brad la seg i sengen og følte seg bedre.

Neste søndag var ikke Carl i Primær, men det var en ny gutt der. Han hadde et slips med røde og blå striper.

“Kult slips,” sa Brad, og satte seg ved siden av den nye gutten. “Det får deg til å se ut som en superhelt.”

Gutten smilte.

Brad smilte også. Han lette ikke etter røvere lenger. Han lette etter venner. ●

Artikkelforfatteren bor i Iowa i USA.

Hei
fra
Estland!



Vi heter Margo og Paolo. I år reiser vi rundt i verden for å lære om Guds barn. Bli med oss når vi besøker Estland!



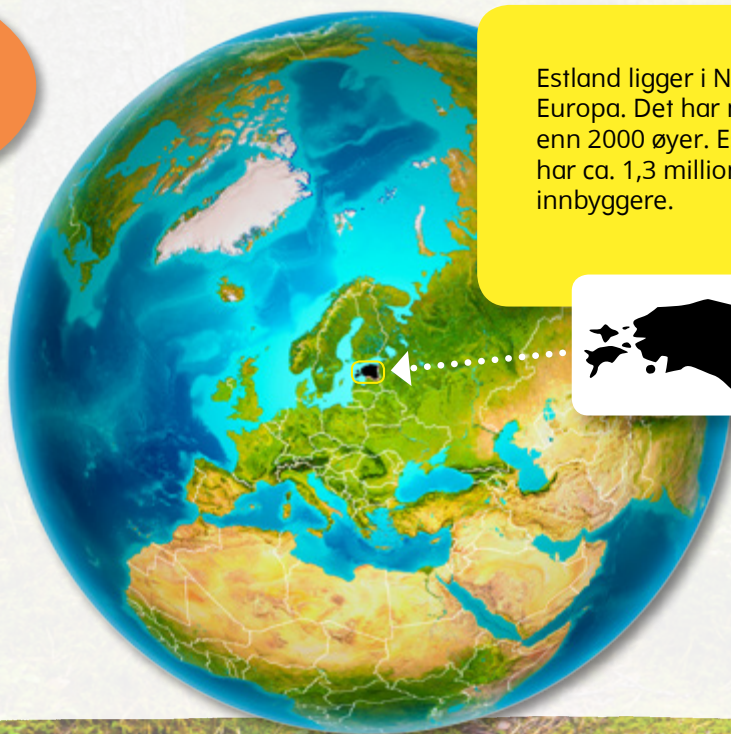
Dette er Tallinn, hovedstaden i Estland. Den har eksistert i 800 år! Estland har mye villmark, som skog og myrer. Faktisk er mer enn halvparten av Estland dekket av skog. Det er mange i Estland som liker å tilbringe tid i naturen.

Slik sier man "hei" på estisk:

Tere!

Og slik sier man Kirkens navn:

Viimse Aja
Pühade Jeesuse
Kristuse Kirik



Estland ligger i Nord-Europa. Det har mer enn 2000 øyer. Estland har ca. 1,3 millioner innbyggere.





Hva spiser man til middag i Estland? Kanskje svinekjøtt eller syltet fisk med poteter, kål, rømme og rugbrød. Det kalles et brislingsmørbrød.



Kirken i Estland er liten, men sterk. Det er ca. tusen medlemmer av Kirken. Deres nærmeste tempel ligger i Helsinki i Finland.



Liker dere å synge i Primær? Hvert femte år samles estlendere til en stor festival for å feire landet sitt med sang og dans.

**Er du fra Estland?
Skriv til oss! Vi vil gjerne høre fra deg.**

Takk for at du utforsket Estland sammen med oss. Vi ses neste gang!



Møt to søstre fra Estland!



En kveld da jeg skulle legge meg, var kosebamsen min borte. Jeg lette etter den, men kunne ikke finne den. Jeg ba. Så fant jeg kosebamsen og hadde gode drømmer.

Bianka J., 7 år



Familien vår liker å hjelpe andre. Når vi hjelper andre, føler vi Den hellige ånd, som gir oss en varm følelse av fred. Mine søstre og jeg lager gaver til andre fordi vi vil at de skal føle seg elsket.

Piibe J., 10 år

Jeg følte meg NY



Av Jessica Larsen

Basert på en sann historie

Estland

“Jeg har en overraskelse!” sa *Emma* (mamma) da hun hentet Rasmus på skolen. Sammen gikk de nedover de trange gatene med fargerike bygninger.

“*Rosolje* til middag?” gjettest Rasmus håpefullt. De hadde spist det i forrige uke på syvårsdagen hans. Men han kunne alltid spise mer rødbete- og potetsalat med sursild!

Emma ristet på hodet med et smil. “Jeg møtte to unge kvinner på bussen i dag. Misjonærer. De kommer på besøk i kveld for å snakke om kirken sin.”

Rasmus så nysgjerrig opp. Han hadde aldri møtt misjonærer før.

Han var på soverommet og lekte med brannbilen da misjonærene kom. “*Tere! Tere! Hei!*” sa de til *Emma* da de kom inn i leiligheten. De tok av seg de tunge støvlene

sine og tok på seg hustøflene *Emma* hadde til gjester. *Emma* fulgte dem til den oransje sofaen. Men Rasmus ble stående ved døren.

Den høyeste kvinnen la merke til ham og smilte. På det svarte navneskiltet hennes sto det *Öde Craig* (søster *Craig*). “Moren din fortalte oss at du nettopp har hatt fødselsdag,” sa hun. “Vi har med noe til deg.” Hun holdt frem et lite kort. Rasmus så nøye på det.

Det var et bilde av en mann. Han hadde på seg en hvit kjortel, og hånden hans var utrakt.

“Vet du hvem det er?” spurte *Öde Craig*.

Rasmus visste ikke hva han het. Han hadde aldri sett dette bildet før. Men mannen så snill og mektig ut. “Jeg tror det er en konge!” sa Rasmus.

Begge misjonærene smilte. “Ja, det er han! Han er kongenes konge! Han heter Jesus Kristus.” *Öde Craig*

fant frem en bok med blått omslag. "Og dette er en bok som underviser om ham, *Mormoni Raamat*. Mormons bok."

Han og *Emma* begynte å lese Mormons bok hver dag før skolen. På skolen var Rasmus med på turer ute i naturen og tok deretter en høneblund. Etter skolen møtte han og *Emma* ofte misjonærene. De snakket med misjonærene om det de hadde lest i Mormons bok. Noen ganger ga *Emma* alle *kringel*, eller kannelsnurrer. I helgene dro han og *Emma* på sykkeltur eller hadde piknik på stranden. Noen ganger gikk de på lange turer i skogen og langs favorittelven sin.

På en av disse skogsturene sa *Emma* at hun ønsket å bli døpt. Rasmus gliste. Misjonærene hadde bedt *Emma* be for å finne ut om hun skulle bli døpt eller ikke. Det hørtes ut som om hun hadde fått svar!

"Og jeg vet akkurat hvor jeg vil bli døpt," sa hun med et smil. "Kan du gjette det?"

Rasmus tenkte på misjonærens leksjon om dåp. De hadde holdt opp et bilde av Jesus sammen med døperen Johannes i en elv ...



"Elven!" utbrøt han. "Favorittelven vår."

En uke senere sto Rasmus på elvebredden sammen med misjonærene og noen andre fra kirken. *Emma* var klar til å bli døpt. Hun gikk helt under vann, akkurat slik Jesus gjorde. Da hun kom opp, smilte hun. Rasmus ønsket å huske dette øyeblikket for alltid – det blå vannet, de hvite villblomstene i det grønne gresset, og morens smil.

"Hvordan føltes det å bli døpt?" spurte han senere, da alle spiste småkakene som misjonærene hadde med seg.

"Fantastisk," svarte hun. "Jeg ønsket å bli i elven for evig. Jeg føler meg så ny!" Hun holdt ham tett inntil seg.

"På min neste bursdag vil jeg bli døpt, akkurat som deg og Jesus," sa han. "Jeg vil også føle meg ny!" ●

Artikkelforfatteren bor i Texas i USA.





Av Reyna I. Aburto

Annenrådgiver i
Hjelpeforeningens
generalpresidentskap

Jeg vil se ham igjen



Jeg vokste opp i Nicaragua. Da jeg var liten, gjorde jeg alt sammen med storebroren min. Vi gikk til skolen sammen. Vi dro til butikken sammen. Vi hadde alle slags eventyr i bakgården. Vi var lykkelige.

Men da jeg var ni, skjedde det noe veldig trist. Broren min døde i et jordskjelv. I begynnelsen følte det virkelig at han var borte. Jeg pleide å forestille meg at han ville banke på døren vår. Han ville fortelle oss at han bare hadde vært borte et eller annet sted. Jeg pleide å stirre på døren og ønske at det skulle skje. Jeg ønsket så inderlig å få se ham igjen.

Med tiden ble det litt lettere. Jeg savnet fortsatt broren min, men jeg var i stand til å føle glede igjen.

Den gangen var jeg ikke medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Men da jeg ble voksen, lærte jeg om Kirken og ble døpt. En dag tok jeg oppvasken. Det var påske. Jeg tenkte på oppstandelsen og kom til å tenke på broren min.



Plutselig kom det en følelse over meg. Jeg husket dagdrømmen jeg hadde hatt om broren min. Jeg innså at den ikke var tåpelig i det hele tatt! Den kom fra Den hellige ånd for å trøste og veilede meg. En dag vil broren min virkelig oppstå. Og jeg vil virkelig få se ham igjen.

Hvis noen du er glad i, har dødd, er det i helt greit å savne dem og være lei deg. Snakk med familien din eller en voksen når du føler deg klar. Be til vår himmelske Fader angående det du føler. Han kan hjelpe deg å føle fred igjen.

Husk at Jesus Kristus er glad i deg uansett. I påsken minnes vi hans offer for oss. På grunn av ham vil vi alle oppstå, og vi kan leve sammen med vår familie for evig. ●

Trøstekort

Klipp ut disse kortene. Du kan brette dem i to eller bruke dem som bokmerker.
Ha dem i Skriftene eller et annet sted hvor du kan se på dem når du er lei deg, ensom eller redd.



“Jeg skal ikke etterlate
dere farløse, jeg
kommer til dere.”

Johannes 14:18



“Han skal tørke
bort hver tåre fra
deres øyne.”

Johannes' åpenbaring 21:4



“Vær derfor ved godt
mot og frykt ikke, for jeg,
Herren, er med dere og
vil stå ved deres side.”

Lære og pakter 68:6



Vis og fortell

Jeg elsker å se tempelet.

Rebecca C., 9 år, Aragua i Venezuela



En dag da vi satte oss i bilen, ville den ikke starte. Vi sjekket motoren, men ingenting skjedde. Jeg følte at jeg skulle be, så det gjorde jeg. Noen få minutter senere startet bilen. Jeg er så glad for at vår himmelske Fader alltid kan hjelpe meg.

Brooklyn B., 9 år, Quetzaltenango, Guatemala



For to år siden begynte en ny gutt i klassen vår på skolen. Han var slem mot andre. Alle begynte å mislike ham og være slemme mot ham. Det så ut til å gjøre ham lei seg, så jeg gjorde ikke det de andre gjorde. Noen av vennene mine la merke til det og fulgte mitt eksempel. Jeg tror at hvis jeg gjør det Gud vil at jeg skal gjøre, vil jeg være lykkeligere og tryggere. Jeg tror at hvis jeg har mot og sier det jeg mener, vil jeg finne venner som liker meg akkurat slik jeg er.

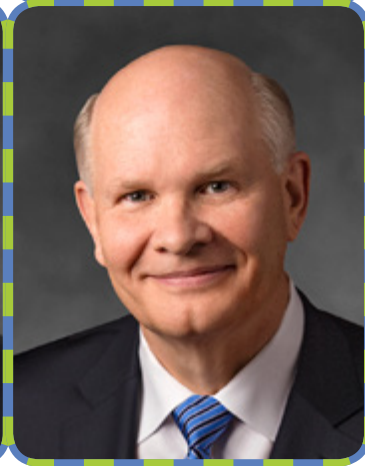
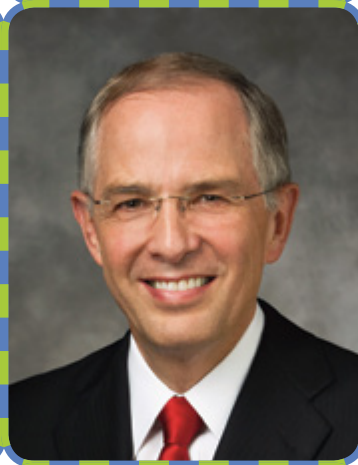
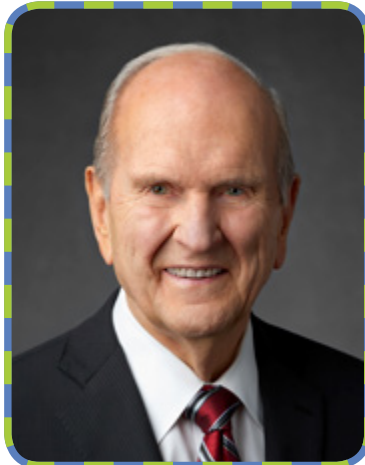
Vestina K., 11 år, Vilnius i Litauen



Jeg liker å spille fotball sammen med yngre barn og lære dem nye ferdigheter. Det er én måte jeg liker å utføre tjeneste på.

Sasha K., 11 år, Moskva i Russland

Bruk disse bildene til å fylle ut oversikten på side V12-V13.



Kjære foreldre

Denne måneden har *Vennen* historier og aktiviteter for å hjelpe dere å feire påske. Vi håper dere vil ha glede av å tenke på påsken hele måneden!

- “Guds store gave” (V2) – Et påskebudskap fra president Russell M. Nelson
- “Jesus er min Frelser” (V3) – en fargeleggingsaktivitet om Jesu forsoning og oppstandelse
- “Påskens historie” (V4–V6) – En illustrert historie fra Skriftene
- “En hyrdes kjære favn” (V7) – En vakker, ny sang om omvendelse
- “Jeg følte meg ny” (V18) – En historie om en gutt fra Estland som lærer om Jesus
- “Jeg vil se ham igjen” (V20) – søster Reyna I. Aburtos vitnesbyrd om oppstandelsen

Skriv gjerne og fortell oss hvordan familien din brukte disse historiene og aktivitetene.

Ha en velsignet påske!

Vennen

New Friend

50 E. North Temple Street,
Room 2393
Salt Lake City, UT 84105 USA
liahona@ldschurch.org



**Finn liahonaen som er gjemt
i barnesidene!**

INN H O L D

- V2** Fra Det første presidentskap: Guds store gave
- V4** Historier fra Skriftene: Påskens historie
- V7** Musikk: En hyrdes kjære favn
- V8** Søt ærlighet
- V10** Apostler rundt om i verden: Eldste Bednar besøker India
- V12** Våre profeter og apostler
- V14** Den forsvunne jakken
- V16** Hei fra Estland!
- V18** Jeg følte meg ny
- V20** Jeg vil se ham igjen
- V22** Vis og fortell
- V23** Bilder av profeter og apostler