

Liahona

**Följ Frälsarens uppmaning
att tjäna, s. 4, 14, 20**

**Den Kristus vi vördar: Äldste Hollands
budskap till alla kristna, s. 24**

Vägledning för dagens unga, s. 54

**Från Joplin till Japan — Mod under
naturkatastrofer, s. 60**





Fem som var förståndiga,
av Rose Datoc Dall

Tio jungfrur gick ut för att möta brudgummen. "Fem av dem var oförståndiga och fem var förståndiga." De förståndiga "tog olja i kärlen tillsammans med sina lampor". De oförståndiga tog sina lampor men "tog ingen olja med sig". När ropet "brudgummen kommer" hördes, gick de oförståndiga jungfrurna iväg för att köpa olja. "Brudgummen kom. Och de som stod färdiga gick med honom in till bröllopfesten, och dörren stängdes." (Se Matt. 25:1–13.)



BUDSKAP

4 Budskap från första presidentskapet: Frälsarens uppmaning att tjäna

Thomas S. Monson

7 Besöklärarnas budskap: Komma till undsättning i nödens stund

ARTIKLAR

14 Thomas S. Monson: Följer pliktens kall

Heidi S. Swinton

Upplevelser från president Thomas S. Monsons liv inspirerar oss att följa hans exempel.

20 En tjänandedag firas

Kathryn H. Olson

Medlemmar världen över bidrog till en tjänandedag i sin kommun.

24 Stå tillsammans i Kristi sak

Jeffrey R. Holland

En uppmaning till kristna att stå tillsammans i övertygelse, medkänsla och förståelse.

34 Hittar tron vid jordens ände

Michael R. Morris

Omvända i Ushuaia i Argentina börjar ett nytt liv när de omfamnar evangeliet.

78 Svar på frågor om vår tro

Michael Otterson

Fem förslag att ha i åtanke när du besvarar andras frågor.

PÅ OMSLAGET

Människofiskare, av Simon Dewey.

AVDELNINGAR

8 Anteckningar från aprilkonferensen

10 Vad vi tror på: Sakramentet — Att minnas Frälsaren

12 Evangelieklassiker: Lär din plikt

Joseph B. Wirthlin

19 Tjänande i kyrkan: Tjäna den enskilde

Al VanLeeuwen

30 Vårt hem, vår familj: Naturkatastrofer — Vi behöver inte vara rädda

Stanley G. Ellis

38 Sista dagars heliga berättar

74 Kyrkonytt

77 Förslag till familjens hemafton

42



42 Behålla tron i en förvirrad värld

Gérald Caussé

Fem principer som hjälper oss att hålla vår tro och vårt vittnesbörd starka.



**Se om du kan hitta Liaho-
nan som är gömd i det här numret.**

**Ledtråd:
i en fale**

46 Frågor och svar

Jag har blivit beroende av pornografi. Det förstör mitt liv. Vad kan jag göra för att sluta med missbruket?

48 Hur vet jag att jag har blivit förlåten?

Tad R. Callister

Om jag har blivit förlåten, varför har jag då skuldkänslor fortfarande?

51 Vår plats

52 En uppoffring, men en glädje

Edward M. Akosah

Kunde det vara viktigare att tjäna Herren än att tjäna pengar?

53 Bilden av mig själv i templet

Adriane Franca Leao

Jag visste att jag ville gifta mig i templet, men jag behövde göra de rätta valen först.

54 Vägledning för de unga: Ett ankare för vår tid

David L. Beck och Elaine S. Dalton

Hur kan nya Vägledning för de unga hjälpa dig? Läs vad generalpresidenterna för Unga män och Unga kvinnor har att säga.

58 Mammans exempel

Erin Barker

Fastän mamma var sjuk kunde hon undervisa mig om kärlek och tjänande.



68

59 Särskilt vittne: Kvinnorna är viktiga i kyrkan!

Quentin L. Cook

60 Böner, tackkort och naturkatastrofer

Marissa Widdison

Fastän Honoka och Maggie bor hundratals mil från varandra har båda lärt sig att Gud vakar över oss under svåra tider.

62 Bra idé

63 Vår sida

64 Ta med Primär hem: Jag väljer att fylla mitt liv med sådant som inbjuder Anden

66 Följ profeten: Lär sig att tjäna andra

Heidi S. Swinton

68 Leutes hem

Adam C. Olson

Oavsett var vi bor kan vi göra vårt hem till en helig plats för vår familj.

70 För små barn

81 Skriffigurer från Mormons bok



54

Internationell tidskrift för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Första presidentskapet: Thomas S. Monson,
Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

De tolv apostlarnas kvorum: Boyd K. Packer, L. Tom Perry,
Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard,
Richard G. Scott, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,
Neil L. Andersen

Chefredaktör: Paul B. Pieper

Rådgivande: Keith R. Edwards, Christoffel Golden Jr.,
Per G. Malm

Verkställande direktör: David L. Frischknecht
Planerings- och redigeringschef: Vincent A. Vaughn
Grafisk chef: Allan R. Loyborg

Redaktionschef: R. Val Johnson

Biträdande redaktionschefer: Jenifer L. Greenwood,
Adam C. Olson

Medredaktörer: Susan Barrett, Ryan Carr

Redaktionspersonal: Brittany Beattie, David A. Edwards,
Matthew D. Flitton, LaRene Porter Gaunt, Carrie Kasten,
Lia McClanahan, Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J.
Odekirik, Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough,
Paul VanDenBerghe, Marissa A. Widdison, Melissa Zenteno

Huvudansvarig för grafik: J. Scott Knudsen

Grafikansvarig: Scott Van Kampen

Produktionschef: Jane Ann Peters

Seniorformgivare: C. Kimall Bott, Colleen Hinckley,
Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy

Design- och produktionspersonal: Collette Nebeker Aune,
Connie Bowthorpe Bridge, Howard G. Brown, Julie Burdett,
Bryan W. Gygi, Kathleen Howard, Denise Kirby, Ginny J. Nilson,
Gayle Tate Rafferty

Prepress: Jeff L. Martin

Tryckerichef: Craig K. Sedgwick

Distributionschef: Evan Larsen

Översättning:

Översättningstjänst

Mariatorget 1A

118 48 STOCKHOLM

Tfn 08-556 029 80, Fax 08-556 029 89

E-post: edlundcg@ldschurch.org

För prenumeration och priser utanför Förenta staterna och Kanada,
gå till store.lds.org eller kontakta kyrkans lokala distributionscenter
eller församlings- eller grensledare.

Ansvarig utgivare för Liahona: Claes-Göran Edlund

Ansvarig för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

Distribution

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, avdelningen för

medlemsuppteckningar och statistik

Sveagatan 8A

441 32 Alingsås

Prenumerationsinformation

Prenumeration eller ändring av adress sker genom att kontakta

Customer Service (kundtjänsten)

Tel: 08-500 655 20

E-post: RCStockholm@LDSCChurch.org

Internet: store.lds.org

Priset för en helårsprenumeration är SEK 80:00 som insättes på

plusgiro: 260353-8. Ange Liahona och språk.

Skicka manuskript och frågor online till liahona.lds.org;

via post till Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt

Lake City, UT 84150-0024, USA eller via e-post till liahona@ldschurch.org.

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass" eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska, cebuano, danska, engelska, estniska, fijijska, finska, franska, grekiska, holländska, isländska, indonesiska, italienska, japanska, kambodjanska, kinesiska (förenklad), kiribat, koreanska, kroatiska, lettiska, litauiska, malagassiska, marshallesiska, mongoliska, norska, polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, slovenska, spanska, svenska, tagalog, tahitiska, thailändska, tjekiska, tonganska, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.)

© 2012 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the United States of America.

Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfälligt, icke kommersiellt bruk i kyrkan eller hemmet. Visuellt material får inte kopieras om restriktioner för detta anges intill konstverket.

Copyrightfrågor bör ställas till Intellectual Property Office,

50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post:

cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada:

August 2012 Vol. 136 No. 8. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish

(ISSN 1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus Christ

of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150.

USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus

applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty

days' notice required for change of address. Include address label

from a recent issue; old and new address *must* be included. Send

USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at

address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card

orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone.

(Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake Distribution

Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt Lake City, UT

84126-0368.

Mer information på internet Liahona.lds.org



1: SHEETWISE

FÖR VUXNA

”Hittar tron vid jordens ände” (sidan 34) beskriver flera medlemmars omvändelse i Argentinas sydligaste stad. Se fler fotografier av dem på liahona.lds.org.

FÖR UNGDOMAR

Ungdomar ger flera förslag på hur man övervinner pornografimissbruk (se sidan 46). En annan bra resurs är kyrkans arbetsbok för återhämtning för missbrukare som finns på internet på flera språk på recoveryworkbook.lds.org.

PÅ DITT SPRÅK

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på languages.lds.org.

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelnns första sida.

Barmhärtighet, 7, 19, 24, 58

Besöksundervisning, 7

Dejting, 53

Den Helige Anden, 19, 30, 34, 42, 48, 64

Enighet, 20, 24

Exempel, 14, 58, 63, 66

Familjen, 30, 54, 58, 59, 63

Förberedelse, 30

Förbund, 10

Förlåtelse, 48

Försoningen, 48

Hopp, 38

Jesus Kristus, 10, 24, 48

Kristendom, 24

Kvinnor, 59

Lydnad, 52

Media, 46

Missbruk, 46

Missionsarbete, 34, 52, 78

Mormons bok, 34, 40

Motgångar, 30, 51, 60

Naturkatastrofer, 30, 60

Normer, 54

Omvändelse, 34, 46, 48

Personlig tillväxt, 51

Plikt, 4, 12, 14, 51, 73

Plikt mot Gud, 51

Pornografi, 46

Sakramentet, 10

Släktforskning, 38

Tempeltjänst, 53

Tjänande, 4, 7, 14, 20, 58, 66, 70

Tro, 42, 48

Tro på Gud-programmet, 63

Uppenbarelse, 38, 40, 41

Uppoffringar, 52

Vittnesbörd, 34, 42, 51

Vägledning för de unga, 54

Välsignelser, 54

Vänskap, 64

Äktenskap, 53

Ämbeten, 4, 19

President
Thomas S. Monson

FRÄLSARENS uppmaning att tjäna

Alla som har studerat matematik vet vad en gemensam nämnare är. För sista dagars heliga finns det en gemensam nämnare som binder oss samman. Den gemensamma nämnaren är den enskilda uppmaning som var och en av oss får att utföra uppdrag i Guds rike här på jorden.

Har du någon gång varit skyldig till att knota när du fått en kallelse? Eller tackar du glatt ja till varje möjlighet att tjäna dina bröder och systrar, med vetskap om att vår himmelske Fader välsignar dem han kallar?

Jag hoppas att vi inte förlorar ur sikte det verkliga målet för våra dyrbara möjligheter att tjäna. Detta mål — detta eviga mål — är det som Herren talar om och som finns i Den kostbara pärlan: ”Ty se, detta är mitt verk och min härlighet — att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan.”¹

Må vi alltid komma ihåg att medlemskapets mantel i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga inte är en



bekvämlighetens rock utan en ansvarighetens ämbetsdräkt. Vår plikt, förutom att frälsa oss själva, är att vägleda andra till Guds celestia rike.

Om vi villigt går stigen där vi tjänar Gud kommer vi aldrig att hamna i den situation som Shakespeares kardinal Wolsey befann sig i. Berövad makten efter ett liv i sin kungs tjänst, klagade han sorgset:

Om jag tjänat Gud med hälften av det nit jag ägnat kungen, hade han icke på min ålderdom kastat mig naken ut för oväns hand.²

Vilket slags tjänande kräver himlen? ”Se, Herren fordrar hjärtat och ett villigt sinne, och de villiga och lydiga skola i dessa sista dagar äta Sions lands goda.”³

Jag stannar upp när jag tänker på president John Taylors (1808–1887) ord: ”Om ni inte ärar era kallelser, kommer Gud att hålla er ansvariga för dem som ni kanske hade kunnat rädda, om ni hade gjort er plikt.”⁴

Jesu liv är som ett godhetens strålkastarljus där han verkade bland människorna. ”Jag [är] här mitt ibland er som en tjänare”⁵, förkunnade Jesus när han gav styrka åt krymplingarnas lemmar, syn åt de blindas ögon, hörsel åt de dövas öron och liv åt de dödas kropp.

Med liknelsen om den barmhärtige samariten lärde Mästaren oss hur vi älskar vår nästa som oss själva.⁶ Med sitt svar till den rike unge mannen lärde han oss att lägga bort vår själviskhet.⁷ När han gav mat åt 5 000 personer lärde han oss att se andras behov.⁸ Och med bergspredikan lärde han oss att först söka Guds rike.⁹



I den nya världen förkunnade den uppståndne Herren: "Sannerligen, sannerligen säger jag er att detta är mitt evangelium, och ni vet vad ni måste göra i min kyrka, ty de gärningar som ni har sett mig göra skall även ni göra. Ty det som ni har sett mig göra, det skall även ni göra."¹⁰

Vi välsignar andra när vi tjänar i skuggan av "Jesus från Nasaret ... som gick omkring och gjorde gott".¹¹ Må Gud välsigna oss så att vi finner glädje i att tjäna vår Fader i himlen när vi tjänar hans barn på jorden. ■

SLUTNOTER

1. Mose 1:39.
2. William Shakespeare, *Konung Henrik den åttonde*, i Shakespeares dramatiska arbeten (1950), akt 3, scen 2, s. 208, övers. av Carl August Hagberg.
3. Läran och förbunden 64:34.
4. *Kyrkans presidenters lärdomar: John Taylor* (2002), s. 164.
5. Luk. 22:27.
6. Se Luk. 10:30–37; se också Matt. 22:39.
7. Se Matt. 19:16–24; Mark. 10:17–25; Luk. 18:18–25.
8. Se Matt. 14:15–21; Mark. 6:31–44; Luk. 9:10–17; Joh. 6:5–13.
9. Se Matt. 6:33.
10. 3 Nephi 27:21.
11. Apg. 10:38.

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

"[Herren] kommer inte att låta oss misslyckas om vi gör vår del. Han kommer att förhärliga oss utöver våra egna talanger och färdigheter när så behövs ... Det är en av de härligaste erfarenheter som en människa kan få" (Ezra Taft Benson, i *Undervisning: Den högsta kallelsen* [2000], s. 20). Du kan återge en upplevelse när du eller någon du känner har känt Herren förhärliga hans eller hennes talanger och förmågor. Inbjud familjemedlemmarna att berätta om en positiv upplevelse de haft när de har följt "Frälsarens uppmaning att tjäna".



Tjäna i templet

Benjamin A.

När jag fyllde 17 började jag tänka på min framtid på allvar. Jag bad till min himmelske Fader och frågade vad jag kunde göra för att förbereda mig för att gå ut som missionär och ta emot melkisedekska prästadömet. Jag kände att jag borde besöka templet oftare eftersom det är Herrens hus och platsen där jag skulle känna mig närmast min himmelske Fader.

Därför satte jag upp målet att göra 1000 dop på ett år. Jag kände verkligen ett behov av att sätta upp det målet. Jag fastade för att få veta om det var det här jag behövde göra. Vår himmelske Fader svarade mig och jag började besöka templet i Tampico [i Mexiko] varje lördag.

När jag hade gjort 500 dop satte jag upp målet att forska efter mina släktingar, och jag tyckte så mycket om det att jag inte kunde sova därför att jag letade efter namn. Jag hittade 50 namn och åtta generationer i min släkthistoria. Jag hjälpte till att utföra tempeltjänst för allihop.

Det slutade med att jag gjorde över 1 300 dop. Jag tog examen från seminariet, fick melkisedekska prästadömet och verkar nu som heltidsmissionär, som var ett av mina största mål i livet.

Jag kan göra något för andra

Var och en av oss kan göra något för att hjälpa andra. President Monson lärde att vi bör älska alla och lära oss se hur vi kan hjälpa dem.

Titta på pojken som sitter vid trädet. Kan du se några andra omkring honom som han kan hjälpa?

När du äter middag med din familj kan du föreslå att varje familjemedlem berättar om något han eller hon gjort för att tjäna någon den dagen. Skriv ner dina upplevelser av att tjäna i din dagbok varje dag.





Studera materialet under bön och samtala om det med systrarna du besöker om så är lämpligt. Använd frågorna för att hjälpa dig stärka dina systrar och göra Hjälpföreningen till en aktiv del av ditt eget liv.

Komma till undsättning i nödens stund

Som besökslärare är ett av våra syften att stärka familjer och hem. Systrarna vi besöker borde kunna säga: "Om jag har problem så vet jag att mina besökslärare hjälper mig utan att vänta på att bli tillfrågade." För att kunna tjäna har vi ett ansvar att vara uppmärksamma på behoven hos systrarna vi besöker. När vi söker inspiration vet vi hur vi ska hjälpa varje syster som vi fått i uppdrag att besöka att tillgodose sina andliga och timliga behov. När vi sedan använder vår tid, våra färdigheter, talanger, trons bön och ger andligt och timligt stöd, kan vi hjälpa systrarna vid sjukdom, dödsfall eller andra särskilda omständigheter.¹

Med hjälp av rapporter från besökslärare får Hjälpföreningens presidentskap reda på vilka som har särskilda behov på grund av fysisk eller emotionell ohälsa, nödsituationer, födslar, dödsfall, funktionshinder, ensamhet och andra utmaningar. Hjälpföreningens president rapporterar sedan detta till biskopen. Hon samordnar hjälpen under hans ledning.²

Som besökslärare kan vi ha "stor orsak ... att glädjas" tack vare "den välsignelse som förlänats oss, att vi har gjorts till redskap i Guds händer att åstadkomma detta stora verk" (Alma 26:1, 3).



Från skrifterna

Matteus 22:37–40; Lukas 10:29–37; Alma 26:1–4; Läran och förbunden 82:18–19

SLUTNOTER

1. Se *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 9.5.1; 9.6.2.
2. Se *Handbok 2*, 9.6.2.
3. Se Henry B. Eyring i *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* (2011), s. 110.

Vad kan jag göra?

1. Använder jag mina gåvor och talanger till att välsigna andra?
2. Vet systrarna jag vakar över att jag är villig att hjälpa dem när de behöver det?

Tro, Familj,
Tjänande

Från vår historia

Under kyrkans första dagar var medlemmarna få och bodde i samma område. Medlemmarna kunde agera snabbt när någon var i nöd. Idag har vi över 14 miljoner medlemmar spridda över hela världen. Besöksverksamheten är en del av Herrens plan för att hjälpa alla sina barn.

"Det enda system som skulle kunna ge bistånd och tröst överallt i en så stor kyrka i en så olikartad värld skulle vara genom enskilda tjänare i de nödlidandes närhet", sade president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet ...

"Varje biskop och varje grenspresident har en hjälpföreningsspresident att lita till", fortsatte han. "Hon har besökslärare som vet vilka prövningar och behov varje syster har. Hon kan genom dem lära känna enskildas och familjers hjärtan. Hon kan uppfylla behoven och hjälpa biskopen i hans kall att ge näring åt enskilda och familjer."³

Anteckningar från aprilkonferensen

”Vad jag, Herren, har talat, det har jag talat ... antingen genom min egen röst eller genom mina tjänares röst, ty det är detsamma” (L&F 1:38).

När du går igenom talen från konferensen i april 2012 kan du använda de här sidorna (och konferensanteckningarna i framtida nummer) för att hjälpa dig studera och tillämpa de lärdomar som levande profeter och apostlar och andra ledare i kyrkan nyligen undervisat om.

BERÄTTELSE FRÅN KONFERENSEN

Bygga bestående grundvalar

Som ung man arbetade jag med en byggfirma som lade grunder till nya hus. I sommarens hetta var det ett hårt arbete att preparera marken för formen där vi hällde cementen till foten av huset. Det fanns inga maskiner. Vi använde hackor och spadar. Att bygga hållbara husgrunder var ett hårt arbete på den tiden.

Det krävde också tålamod. Efter att vi gjutit foten väntade vi på att den skulle härda. Trots att vi ville fortsätta arbeta väntade vi också efter att ha gjutit grunden innan vi tog bort gjutformarna.

Något som gjorde ännu större intryck på en nybörjare var den tröttsamma och tidskrävande processen att sätta armeringsjärn i formarna för att ge den färdiga grunden stadga.

På samma sätt måste marken noggrant förberedas för vår tros grundval för att kunna stå emot de stormar som alla måste gå igenom. Den stadiga basen för en trons grundval är personlig redbarhet.

När vi konsekvent väljer rätt när vi ställs inför en valsituation skapas en stadig mark under vår tro. Det kan börja under barndomen eftersom varje själ föds med Kristi andes gåva. Med den anden kan vi veta när vi har gjort rätt inför Gud och när vi har gjort fel i hans ögon.

Dessa val, ofta hundratals på en dag, preparerar den stadiga mark på vilken vår tros byggnad uppförs. Armeringen kring vilken vår tros cement hålls är Jesu Kristi evangelium med alla dess förbund, förrättningar och principer.

En av nycklarna till en bestående tro är att känna till hur lång härdningstid som krävs ...

Härdningen sker inte automatiskt med tiden, men den tar tid. Det räcker inte att man blir äldre. Det är när man uthålligt tjänar Gud och andra av hela sitt hjärta och hela sin själ som vittnesbördet om sanningen blir till orubblig andlig styrka.

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Berg att bestiga”, *Liahona*, maj 2012, s. 24.

Frågor att begrundas

- Kan du komma ihåg ett tillfälle när din personliga redbarhet prövades? Vad gjorde du?
- Hur stärks din andliga grundval när du tjänar Gud och andra?

Du kan skriva ner dina tankar i din dagbok eller berätta om dem för andra.

Andra resurser om det här ämnet: ”Faith” i Study by Topic på LDS.org; Richard G. Scott, ”Trons och karaktärens omvandlande kraft”, *Liahona*, nov. 2010, s. 43–46.



FYLL I TOM-RUMMET

ETT ORD — EN PREDIKAN

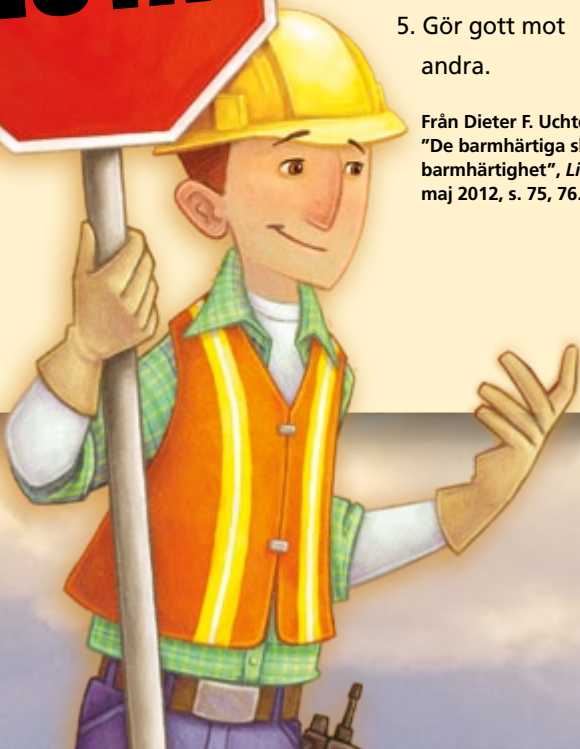
BEGRUNDA FÖLJANDE FRÅGOR:

1. Är du arg på någon?
2. Skvallrar du?
3. Ignorerar du andra?
4. Är du avundsjuk på någon?
5. Vill du någon något illa?

GÖR I STÄLLET FÖLJANDE:

1. Var vänlig.
2. Förlåt andra.
3. Tala fridsamt.
4. Låt Guds kärlek fylla ditt hjärta.
5. Gör gott mot andra.

Från Dieter F. Uchtdorf, "De barmhärtiga skall få barmhärtighet", *Liahona*, maj 2012, s. 75, 76.



1. "Vi kan befrias från det onda och ogudaktiga genom att vända oss till _____"

(L. Tom Perry, "Befrielsens kraft", *Liahona*, maj 2012, s. 97).

2. "Vi blir inte mindre värda för att någon annan _____"

(Jeffrey R. Holland, "Arbetarna i vingården", *Liahona*, maj 2012, s. 31).

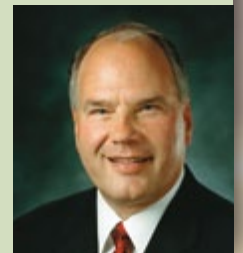


4. "Det här livet är helt enkelt en utbildning inför evig upphöjelse och under den processen måste vi _____"

(Ronald A. Rasband, "Särskilda lärdomar", *Liahona*, maj 2012, s. 80).

3. "De sanningar och lärdomar vi fått [har] kommit, och fortsätter att komma, genom gudomlig _____"

(D. Todd Christofferson, "Kristi lära", *Liahona*, maj 2012, s. 86).



Svar: 1. de heliga skrifternas lärdomar; 2. får mera; 3. uppenbarelse; 4. prövas.

Profetiskt löfte



"Den Helige Anden har bekräftat sanningen under den här konferensen och kommer att

göra det igen om ni söker den, när ni lyssnar och när ni senare studerar budskapen från Herrens bemyndigade tjänare."

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, "Berg att bestiga", *Liahona*, maj 2012, s. 26.

Gå till conference.lds.org för att läsa, se eller lyssna på generalkonferenstalen.

Sakramentet

ATT MINNAS FRÄLSAREN

Sakramentet är en helig prästadömsförrättning som utförs varje söndag. Jesus Kristus instiftade den här förrättningen när han levde på jorden och återställde den i vår tid genom profeten Joseph Smith. "Sakramentets förrättning", sade äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum, "gör sakramentsmötet till det heligaste och viktigaste mötet i kyrkan."¹

Herren har befallt oss att träffas ofta och ta sakramentet varje söndag (se L&F 20:75). Bärare av aronska prästadömet välsignar och delar ut brödet och vattnet till församlingens medlemmar som tar sakramentet till minne av Jesu Kristi kropp och blod. När de gör det förbinder de sig på nytt att följa förbunden de ingick med Gud när de döptes. Närmare bestämt lovar de att alltid minnas Jesus Kristus, att ta på sig hans namn och att hålla hans bud (se L&F 20:77).

Det rätta sättet att förbereda sig för att ta sakramentet är att omvända sig, ha en önskan att följa Frälsaren och ha "ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande" (3 Nephi 9:20). Sakramentet är ett tillfälle varje

vecka till utvärdering och förnyat åtagande. Vördnad och bön förstärker upplevelsen. Personer som har begått allvarliga synder bör inte ta sakramentet förrän de har omvänt sig, vilket bland annat innebär att de bekänner synden för sin biskop eller grensresident (se 3 Nephi 18:28–30).

När man värdigt tar del av sakramentet får man stora välsignelser, till

exempel förlåtelse för synder, den Helige Andens sällskap och helgelse — man blir heliggjord genom försöningen. ■

SLUTNOT

1. Se Dallin H. Oaks, "Sakramentsmötet och sakramentet", *Liahona*, nov. 2008, s. 17.



.....
För mer information, se 1 Kor. 11:23–30;
Läran och förbunden 27:2.

1. Jesus Kristus instiftade sakramentet bland sina tolv apostlar kvällen före sin korsfästelse (se Luk. 22:19–20).



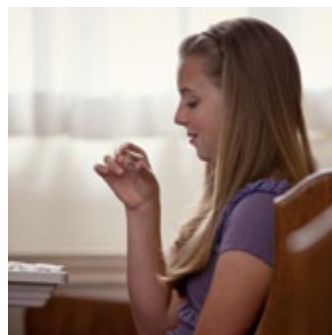
2. Efter sin uppståndelse instiftade Frälsaren sakramentet i Amerika (se 3 Nephi 18:1–11).



3. Bärare av aronska prästadömet förbereder, välsignar och delar ut sakramentet under ledning av biskopen eller grenspresidenten.



4. Under sakramentsmötet inriktar vi oss på att dyrka Herren och undviker att göra sådant som kan distrahera andra.



5. Vi tänker på Frälsarens liv, exempel, lärdomar och försoning när vi vördnadsfullt tar sakramentet.

“Vi erkänner att vi alla begår fel. Var och en av oss behöver bekänna och överge våra synder och felsteg inför vår himmelske Fader och andra som vi kan ha sårat. Sabbaten ger oss en dyrbar möjlighet att offra dessa synder — våra sakrament — åt Herren.”

Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kворum, “Sabbaten och sakramentet”, *Liahona*, maj 2011, s. 8.

BESVARA FRÅGOR

De som inte känner till våra söndagsmöten kanske undrar om de som har en annan tro kan vara med på våra möten och ta sakramentet. Alla är välkomna att närvara på kyrkans möten tillsammans med oss. Sakramentet är till för att hjälpa medlemmarna förnya sina förbund, men om det hjälper besökare att dyrka Herren så är de välkomna att ta sakramentet också.

LÄR DIN plikt

Plikten påminner oss om att vi är förvaltare över allt som vår Skapare har anförtrott oss.



Äldste Joseph B. Wirthlin (1917–2008)

i de tolv apostlarnas kvorum

Joseph B. Wirthlin föddes den 11 juni 1917 i Salt Lake City, Utah. Han inröstades till de tolv apostlarnas kvorum 1986. Följande utdrag kommer från ett tal som han höll under generalkonferensen den 5 oktober 1980, som medlem i de sjuttios första kvorum. För att se hela texten på engelska, gå till Ensign, nov. 1980 på ensign.lds.org.

De flesta av oss har inget emot att göra det vi *bör* göra när det inte inkräktar på det vi *vill* göra, men det krävs disciplin och mognad för att göra det vi *bör* göra oavsett om vi vill det eller inte. Plikt är alltför ofta vad någon förväntar sig av andra och inte vad vi själva gör. Vad folk tänker och tror och planerar är mycket viktigt, men det är vad de *gör* som räknas mest. Det är en uppmaning att kasta ut själviskhet och att tänka på allas gemensamma bästa.

Vi måste alltid komma ihåg att plikten påminner oss om att vi är förvaltare över allt som vår Skapare har anförtrott oss. När vi villigt och trofast tackar ja till plikter, blir vi lyckliga. De som gör lycka till livets huvudsyfte kommer att misslyckas, för lycka är en biprodukt snarare än ett mål i sig själv. Lycka kommer av att vi gör vår plikt och ser till att

vårt liv är i harmoni med Gud och hans bud ...

Varje framgångsrik man och kvinna i världshistorien har vetat sin plikt och har haft en stark önskan att göra den. Frälsaren hade en fullkomlig plikt känsla. Trots att det som krävdes av honom låg bortom gränserna för människans förmåga, underkastade han sig Faderns vilja och fullföljde sin gudomliga plikt genom att sona mänsklighetens synder.

Joseph Smith var sann mot sin kallelse och fullföljde sin plikt också när han ställdes inför allvarliga förföljelser och stora personliga uppoffringar. Han förblev ståndaktig, han höll ut och han genomförde återställelsen av Jesu Kristi sanna evangelium ...

President Spencer W. Kimball [1895–1985] har tackat ja till uppmaningen att föra evangeliet till jordens ändar. Han fullföljer trofast sin plikt och är ett underbart exempel för oss i allt han gör för att sprida kärlekens evangelium. Resultatet är en världsomfattande kyrka och uppfyllelsen av sentida profetior.

Dessa stora män ... kunde ha valt att följa en enklare väg än den dit plikten ledde. Men det gjorde de inte. Deras plikt ledde sann-erligen inte alltid till personlig komfort eller bekvämlighet. Deras plikt innebar ofta stora uppoffringar och personliga svårigheter. Oaktat detta valde de plikten och fullföljde den.

Livet kräver att vi utför många plikter — vissa rutinartade, andra mer meningsfulla och viktiga. En viktig del av vår plikt är att vara goda exempel och ta varje tillfälle i akt att stärka andra längs denna livets uppförsbacke.



Det kan göras med ett uppmantrande ord, en komplimang, en handskakning — något slags tecken på omtanke. Och vi behöver tänka på att när vi lär oss våra plikter här så förbereder vi oss också för att utföra eviga plikter ...

Den absoluta nödvändigheten av att vi utför våra plikter hemma, i kyrkan, i vårt dagliga arbete, och även för vårt älskade land ... beskrivs levande och vackert av Läromästaren, Jesus Kristus. Han förkunnade:

”Det finns inte något bra träd som bär dålig frukt, inte heller

något dåligt träd som bär bra frukt.

Ett träd känner man igen på frukten. Inte plockar man väl fikon från tistlar eller vindruvor från törnbuskar?

En god människa bär fram det som är gott ur sitt hjärtas goda förråd, och en ond människa bär fram det som är ont ur sitt hjärtas onda förråd. Ty vad hjärtat är fullt av, det talar munnen.

Varför kallar ni mig 'Herre, Herre', när ni inte gör vad jag säger?

Den som kommer till mig och

En viktig del av vår plikt är att vara goda exempel och ta varje tillfälle i akt att stärka andra längs denna livets uppförsbacke.

lyssnar till mina ord och handlar efter dem — vem han är lik, det skall jag visa er.

Han liknar en man som byggde ett hus och grävde djupt och lade grunden på klippan. När floden sedan kom, vräkte den sig mot huset, men den kunde inte skaka det, eftersom det var välbyggt.

Men den som lyssnar och inte handlar liknar en man som byggde ett hus på marken utan att lägga någon grund. Floden vräkte sig mot huset som genast rasade, och förödelsen blev stor för det huset” (Luk. 6:43–49).

”Bli ... inte trötta av att göra gott” (L&F 64:33), mina bröder och systrar. Att vara trogen sin plikt kännetecknar Herrens sanna lärjungar och Guds barn. Uppfyll ståndaktigt din plikt. Håll takten. Misslyckas inte med din viktigaste uppgift, att bestå i ditt andra tillstånd. Var trogen din plikt, för den för dig till Gud.

Jag bär mitt djupa och uppriktiga vittnesbörd om att detta är det enda sättet att uppnå lycka och hjälpa riket att växa och blomstra. ■

Standardiserat användande av stor begynnelsebokstav och paragrafindelning.



TILL VÄNSTER: FOTO CRAIG DIMOND; TILL HÖGER: UPPFRÅN: FOTO JED A. CLARK © IRI, JEFFREY ALIBED © DESERET NEWS; © DESERET NEWS OCH CHRISTINA SMITH

THOMAS S. MONSON: Följer plikstens kall

För länge sedan bestämde sig president Thomas S. Monson för att fullfölja sin plikt att utföra Herrens verk och följa Jesu Kristi exempel.

Heidi S. Swinton

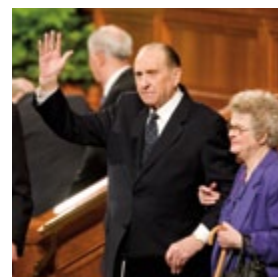
President Thomas S. Monson har många gånger sagt: "Jag tycker om ordet *plikt*." Han ser det som "något heligt".¹ Han sade följande om att fullfölja sin plikt som den 16:e presidenten för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga: "Jag förpliktar mitt liv, mina krafter — allt jag har att erbjuda — till att tjäna honom och leda hans kyrkas angelägenheter i enlighet med hans vilja och genom hans inspiration."²

President Monson, som är känd för hur han tjänar andra, har gett bort sina kostymer och skor när han har varit på uppdrag utomlands, och återvänt i fritidsbyxor och tofflor. Han har gjort det till en vana att besöka vänner och bekanta som behöver uppmuntran. Han har välsignat oräkneliga människor på sjukhus och ålderdomshem, följt maningar att ringa någon, och talat vid så många begravningar att de inte kan räknas. Han har levererat måltider, kycklingar

redo för tillagning och böcker med kärleksfulla dedikationer. Hans dagliga schema som president för kyrkan är fyllt av möten och uppdrag, men han tar sig alltid tid för människor — oftast en åt gången. I kyrkans historieuppteckningar kommer han att vara känd för sin kärlek till människor och hur han uttryckte den kärleken genom att ge dem av sin tid.

Jesu Kristi föredöme i fråga om plikt

President Monsons handlingar drivs av hans vittnesbörd om Herren Jesus Kristus. Han har sagt: "Fastän han kom till jorden som Guds Son tjänade han ödmjukt människorna i sin omgivning. Han kom från himlen för att bo på jorden som en dödlig människa och för att upprätta Guds rike. Hans härliga evangelium omdanade världens tänkande."³ Frälsaren uttryckte sin plikt känsla när han förkunnade: "Jag kom till världen för att göra



Uppifrån: President Monson utstrålar kärlek när han skakar hand med pojkscouter, tar emot en gåva (tillsammans med sin hustru Frances), hjälper en flicka under en första spadtagsceremoni och vinkar till de församlade under en generalkonferens (tillsammans med sin hustru).



Jesus Kristus undervisade i synagogan och vid brunnen. Han välsignade små barn och uppväckte Jairus dotter från döden.

min Faders vilja” (3 Nephi 27:13). Med beslutsamhet och mild vänlighet som fötts ur ett evigt perspektiv, ”gick [han] omkring och gjorde gott” (Apg. 10:38).

President Monson påpekar att när plikten kallade Jesus Kristus i Getsemane ortagård, svarade han: ”Fader, om det är möjligt, låt denna kalk gå ifrån mig. Men inte som jag vill utan som du vill” (Matt. 26:39). Frälsaren kände till och ägnade sig ofta åt sin plikt att vägleda, upplyfta och uppmuntra alla sin Faders barn. President Monson har sagt följande om detta: ”Frälsaren var ständigt villig att undervisa, vittna och frälsa människor. Detta är också vars och ens skyldighet som medlem.”⁴

Lär sig utföra sin plikt

President Monson växte upp i Sjätte-sjunde församlingen i Temple Views stavn i Utah. Där lärde han sig om sin plikt att fullfölja sina prästadömsuppgifter under ledning av visa prästadömsledare, och han fick kunskap och ett vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium tack vare inspirerade lärare.

År 1950, vid 22 års ålder, inröstades Thomas Spencer Monson som biskop för Sjätte-sjunde församlingen. Han tillämpade det han hade lärt sig om plikt på dem som hade lärt honom om dess mening. Han var församlingens fader, presidenten för aronska prästodömet, han hjälpte fattiga och behövande, förde riktiga uppteckningar och var allmän

”Frälsaren var ständigt villig att undervisa, vittna och frälsa människor. Detta är också vår skyldighet som medlemmar.”

domare i Israel. Han hade många plikter, men han utförde dem med sin karakteristiska optimism.

En av biskopens plikter vara att skicka en prenumeration av tidningarna *Church News* och *Improvement Era* till varje militär och att skriva ett personligt brev till honom varje månad. Eftersom president

Monson hade tjänstgjort i flottan under andra världskriget, visste han hur viktigt ett brev hemifrån var. Han hade 23 församlingsmedlemmar i det militära så han kallade en syster i församlingen att se till att breven blev skickade. En kväll gav han henne den månatliga bunten med 23 brev.

”Biskop Monson, misströstar du aldrig?” frågade hon. ”Här är ännu ett brev till broder Bryson. Det här är det 17:e brevet du har skickat till honom utan att ha fått ett svar.”

”Kanske den här månaden”, sade han. Och så blev det. Svaret från broder Bryson lød: ”Käre biskop, jag är inte mycket för att skriva brev. Tack för *Church News* och tidningarna, men framför allt tack för de personliga breven. Jag har börjat om på nytt. Jag har ordinerats till präst inom aronska prästodömet. Mitt hjärta är fullt. Jag är en lycklig man.”

President Monson såg i det brevet den praktiska tillämpningen av talesättet ”gör din plikt, det är ditt bud. Överlämna resten åt Gud.” Flera år senare, när han var på en stavskonferens, talade

han om de här breven som han skrev till militärerna. Efter mötet kom en ung man fram till honom och frågade: "Biskop Monson, minns du mig?"

Utan att tveka svarade president Monson: "Broder Bryson! Hur står det till? Vad har du för uppgift i kyrkan?"

Den före detta militären svarade glatt att han hade det bra och verkade som äldstekvorumpresident. "Återigen tack för din omsorg och de personliga breven du skickade och som jag värderar högt."⁵

Om sådana händelser har president Monson sagt: "Ofta är det små saker som lyfter och välsignar andra: En fråga om hur familjen mår, några uppmuntrande ord, en uppriktig komplimang, ett litet tackkort, ett kort telefonsamtal. Om vi är observanta och uppmärksamma, och om vi följer maningarna vi får, kan vi uträtta mycket gott."⁶

Lära sig att utföra sin plikt

"När vi följer i [Jesu Kristi] spår idag kommer också vi att få möjlighet att välsigna andra människor", har president Monson sagt. "Jesus uppmanar oss att ge av oss själva: 'Se, Herren fordrar hjärtat och ett villigt sinne.'⁷

Vår profets syn på plikt kräver att man ser bortom personlig ambition, framgång, bekvämlighet eller nöje för att se och agera för det större goda. "För att finna sann lycka", har president Monson sagt, "måste vi söka den bortom oss själva. Ingen har lärt sig meningen med livet förrän hon har offrat sitt jag i sin nästas tjänst. Tjänande är som plikter — när vi utför dem upplever vi sann lycka."⁸

Han menar att vänskap gör det lätt att tjäna andra. "En vän bryr sig mer om att hjälpa människor än att få räkna besöken", har han sagt. "En vän är intresserad. En

*När president Monson bad alla vars liv hade berörts av stavspre-
sidenten att ställa sig
upp, började de försam-
lade att ställa sig upp
tills alla stod upp.*



vän hyser kärlek. En vän lyssnar. Och en vän anstränger sig för att hjälpa.”⁹

För flera år sedan var president Monson på en stavs-konferens i Star Valley i Wyoming, USA, med uppdraget att omorganisera stavs-presidentskapet. Men han gjorde mer än att fullfölja den plikten. Han berörde alla som var där med en enkel gest av kärlek när han avlöste stavs-presidenten E. Francis Winters, som hade verkat i över 23 år.

Dagen då stavs-konferensen ägde rum fyllde medlemmarna byggnaden. Det verkade som om var och en sade ”ett tyst *tack* till denne ädle ledare”, som uppenbarligen hade gjort sin plikt med helhjärtad hängivenhet. När president Monson ställde sig upp för att tala nämnde han hur länge president Winters hade presiderat i staven och varit ”en ständig kraftkälla för alla i dalen”. Sedan kände han sig manad att göra något som han inte har gjort vare sig förr eller senare. Han bad alla som hade berörts av president Winters att ställa sig upp. Resultatet var hänförande. Varendra person i församlingen ställde sig upp.

President Monson sade till de församlade, varav många ögon var tårfulla: ”Denna stora skara återspeglar inte bara de enskilda medlemmarnas känslor utan också Guds tacksamhet för ett liv som levts väl.”¹⁰

Vår profets vittnesbörd om plikt

President Monson har gett oss följande uppmuntrande lärdomar angående plikt:

”Vad vi än har för kall, oavsett vår rädsla eller oro, låt oss be och sedan handla, och låt oss komma ihåg Mästarens ord, ja, Herrens Jesu Kristi ord, då han lovade: 'Jag är med er alla dagar intill tidens slut.'”¹¹

”Vi kan stärka varandra. Vi har förmågan att uppmärksamma de ouppmärksammade. När vi har ögon som ser, öron som hör och hjärtan som förstår och känner, kan vi sträcka ut en hand och rädda dem som vi har ansvar för.”¹²

”Ingen av oss lever helt ensam — i vår stad, vårt land

”Ofta är det små saker som lyfter och väl-signar andra.”

eller i vår värld. Det finns ingen åtskiljande linje mellan vår välgång och vår grannes fattigdom.”¹³

”Det finns fötter att stödja, händer att gripa, sinnen att uppmuntra, hjärtan att inspirera och själar att frälsa.”¹⁴

”När vi står inför vår Mästare kanske vi inte får frågan: 'Hur många ämbeten hade du', utan snarare: 'Hur många människor hjälpte du?’”¹⁵

”I vårt dagliga liv upptäcker vi oräkneliga möjligheter att följa Frälsarens föredöme. När vårt hjärta är i harmoni med hans lärdomar, ser vi hur omisskännligt nära hans gudomliga hjälp är. Det är nästan som om vi går Herrens ärenden. Och vi upptäcker att när vi går Herrens ärenden, är vi berättigade till Herrens hjälp.”¹⁶

”Genom att lära av honom, genom att tro på honom, genom att följa honom får vi förmåga att bli lika honom. Vårt ansiktsuttryck kan förändras, vårt hjärta kan uppmjukas, vårt steg kan påskyndas och vår framtid ljusna. Livet blir sådant det borde vara.”¹⁷

Liksom vår profet, president Thomas S. Monson, kan vi bestämma oss för att fullfölja vår plikt att utföra Herrens verk och följa Jesu Kristi exempel. ■

SLUTNOTER

1. Thomas S. Monson, ”Stötestenar, tro och underverk”, *Liahona*, juni 1996, s. 20; ”Happy Birthday”, *Ensign*, mars 1995, s. 59.
2. Thomas S. Monson, ”Se tillbaka och gå framåt”, *Liahona*, maj 2008, s. 90.
3. Thomas S. Monson, ”Brobyggaren”, *Liahona*, nov. 2003, s. 68.
4. Se Thomas S. Monson, ”Verka med iver”, *Liahona*, nov. 2004, s. 56.
5. Se Thomas S. Monson, ”Pliktens kallelse”, *Nordstjärnan*, Nummer 6 1986, s. 37.
6. Thomas S. Monson, ”Tre mål till vägledning”, *Liahona*, nov. 2007, s. 120–121.
7. Thomas S. Monson, ”Julens gåvor”, *Liahona*, dec. 2003, s. 2.
8. Thomas S. Monson, ”The Lord's Way”, *Ensign*, maj 1990, s. 93.
9. Thomas S. Monson, ”Till undsättning”, *Liahona*, juli 2001, s. 59.
10. Thomas S. Monson, ”Ditt eviga hem”, *Liahona*, juli 2000, s. 70.
11. Thomas S. Monson, ”De ber och de handlar”, *Liahona*, juli 2002, s. 57.
12. Thomas S. Monson, ”Kallelsen att tjäna”, *Liahona*, jan. 2001, s. 58.
13. Se Thomas S. Monson, ”Sökandet efter ett lyckligt liv”, *Nordstjärnan*, aug. 1988, s. 6.
14. Thomas S. Monson, ”En grundval blev lagd”, *Liahona*, nov. 2006, s. 68.
15. Thomas S. Monson, ”Faces and Attitudes”, *New Era*, sept. 1977, s. 50.
16. Se Thomas S. Monson, ”Fönster”, *Nordstjärnan*, jan. 1990, s. 63.
17. Se Thomas S. Monson, ”Mästarens väg”, *Liahona*, jan. 2003, s. 4.

TJÄNAN DEN ENSKILDE

Al VanLeeuwen

När jag började mitt första år på college blev jag snabbt vän med två andra förstaårselever, en som vuxit upp på en ranch och en som vuxit upp på en bondgård. Vi var ganska olika — två jordnära bondkillar från västra USA och en pratglad stadskille från östkusten. När vi hade tagit examen från college återvände de hem till ranchen och bondgården, och jag gav mig ut i affärsvärlden.

Årliga julkort och sporadiska telefonsamtal höll oss a jour allteftersom våra liv fortskred. När jag var i 35-årsåldern hade jag verkat som scoutledare två gånger. När jag senare hade avslutat min andra "omgång" som biträdande barntillsynsledare verkade mina två vänner i biskopsråd. Allteftersom tiden gick ramlade jag i fällan att jämföra mina ämbeten med mina vänners ämbeten, och jag började känna mig önskad och ignorerad.

När jag var i 45-årsåldern gick jag och var ledsen i dagar när någon hade fått ett ledarämbete. Varje gång någon kallades till ett ledarämbete på församlings- eller stavs nivå viskade Satan till mig att jag var ovärdig eller inte hade tillräckligt med tro för sådana ämbeten. Intellectuellt sett kunde jag slå ifrån mig sådana tankar genom bön och studier, men jag hade ändå svårt med mitt självförtroende. Att "bara vara äldste" och döma basketmatcher åt ungdomarna vid 50 års ålder medan mina vänner verkade i stavs presidentskap var inte vad jag hade trott att jag skulle göra vid den åldern.

Sedan hände något som förändrade min syn på evangeliet. En söndag hjälpte jag min hustru med hennes primärklass som var full av energiska sjuåringar. När samlingsstunden började lade jag märke till att en klassmedlem



sjönk ner i stolen. Hon mådde uppenbarligen inte bra. Anden viskade till mig att hon behövde tröst, så jag satte mig hos henne och frågade tyst vad det var som var fel. Hon svarade inte men verkade vara mycket orolig, så jag började sjunga mjukt för henne.

De höll på att lära sig en ny sång i Primär och när vi sjöng "om jag lyssnar med mitt hjärta hör jag Herrens röst",¹ kände jag ett underbart ljus och en underbar värme fylla min själ. Jag kände mig omgiven av eviga kärleksarmar. Jag förstod att vår himmelske Fader hade hört den lilla flickans bön och att jag var där för att ge den tröst som han ville ge henne. Min andliga förståelse hade ökat och jag fick ett personligt vittnesbörd om vår Frälsares kärlek till henne, till vart och ett av hans barn, och till mig. Jag visste att han litade på att jag hjälpte dem som behöver det, och att jag var där han ville att jag skulle vara. Jag insåg att vi är hans händer när vi tjänar den enskilde.

Jag gläds åt alla möjligheter att tjäna, och jag försöker vara värdig att känna Andens maningar och att vara där min himmelske Fader vill att jag ska vara när ett av hans barn behöver hjälp. ■

SLUTNOT

1. Sally DeFord, "Om jag lyssnar med mitt hjärta", *Programförslag för samlingsstunderna 2012*, s. 28.



HUR MÅNGA MÄNNISKOR HJÄLPTE DU?

"När vi står inför vår Mästare kanske vi inte tillfrågas: 'Hur många ämbeten hade du', utan snarare: 'Hur många människor hjälpte du?' I verkligheten kan man inte älska Herren förrän man tjänar honom genom att tjäna hans folk."

President Thomas S. Monson, "Faces and Attitudes", *New Era*, sept. 1977, s. 50.



London, England



Bangalore, Indien



En tjänandedag

Kathryn H. Olson
Välfärdstjänsten

Städa byggnader, torka golv, undervisa elever, samla in mat, hjälpa invandrare, besöka änkor, rensa ogräs och måla skolor. Det här är bara några av alla de tjänandeprojekt som genomfördes förra året av medlemmar i kyrkan som antog första presidentskapets inbjudan att ha en tjänandedag för att fira välfärdsprogrammets 75-årsjubileum. Projekten har haft stor inverkan på dem som tjänade och dem som betjänades. Många samhällen runtom i världen har förändrats till det bättre.

London

Kyrkans medlemmar i London firade jubileet genom att hjälpa till att städa i Tottenham, en stad där det förekom upplopp i augusti 2011. I en av stadens parker arbetade volontärer med att dra upp ogräs, plantera blomsterrabatter och plocka skräp.

Medlemmarna hjälpte också till vid ett barnsjukhus där de rengjorde gångvägar och gjorde området mer tillgängligt för barnen och deras familjer. Charlotte Illera hjälpte till att samordna projektet. "Det var hårt arbete, men samtidigt var det roligt", säger hon. "Även något så litet som att sopa kan göra stor nytta. Man behöver inte ha några särskilda färdigheter. Små saker kan göra stor skillnad för andra."

Rudi Champagnie berättar om sin syn på inspirationen bakom första presidentskapets inbjudan att tjäna: "Jag tror att den uppenbarelsen kom för att föra oss närmare varandra — för att ta oss ut i samhället, för att träffa andra människor." Han fortsätter: "Att se kyrkan engagera sig i samhället är underbart. Att vara en del av det är ännu mer speciellt. Det har stärkt mitt vittnesbörd, och det har gett mig en önskan att göra mer."



Bujumbura, Burundi

firas

Hongkong

Vuxna ledare för ungdomarna i Hongkongs stav bad ungdomsrådet att välja sitt eget tjänandeprojekt. När ungdomarna hade tagit reda på mer om kommunens behov bestämde de sig för att undervisa barn från låginkomstfamiljer i en skola. Omkring 125 ungdomar undervisade över 80 skolbarn om hur man utvecklar talanger, lagar hälsosam mat, har familjesammankomster och skapar sanna vänskapsband.

”Det här var inte bara något som hade tillfällig inverkan”, säger Anita Shum, stavens president för Unga kvinnor. ”Det som ungdomarna har gjort med barnen kan ha bestående effekt.” Hon tillägger att ungdomarna nu har bra minnen och upplevelser som kommer att välsigna dem för alltid.

Accra, Ghana

Medlemmarna i Accra i Ghana deltog i en tjänandedag genom att måla skolor, sopa gator och diken och röja i områdena runt sjukhus och kliniker.

Emma Owusu Ansah från Christiansborgs stav i Accra var med och planerade deras tjänandedag. ”Genom att komma samman som medlemmar i kyrkan blir vi mer eniga och det blir lättare att följa en princip som tjänande”, säger hon. I slutet av projektet samlades medlemmarna för att bära sina vittnesbörd. Syster Ansah sade: ”När jag hade lyssnat på de olika vittnesbörderna insåg jag hur mycket vi går miste om när vi inte tjänar andra.”

När president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, utfärdade inbjudan att delta i en tjänandedag, talade han om den förenande effekten som projekten skulle ha: ”En ... princip i evangeliet som har väglett mig i välfärdsarbetet är den styrka och välsignelse som enighet framkallar. När vi arbetar tillsammans för att tjäna de behövande välsignar Herren oss med enighet.”¹

Córdoba, Argentina

Trots regnet den oktoberdagen donerade 1 601 sista dagars heliga från fem stavar i Córdoba i Argentina sammanlagt 10 234 timmar av tjänande på ett sjukhem.



Falls Church, Virginia, USA



MEDKÄNSLA

”Herren håller sitt löfte till dig när du håller ditt. När du för hans skull tjänar andra låter han dig känna hans kärlek. Och med tiden blir medkänslan en del av dig. Och när du ständigt tjänar andra bekräftas Mormons löfte i ditt hjärta, då vet du att allt är väl med dig.”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Ett vittne”, *Liahona*, nov. 2011, s. 68.

Medlemmarna levererade kläder, mat och hygienpaket som tidigare samlats in. De ägnade sig också åt trädgårdsarbete, målade väggar och bänkar och framförde talangshower. Ett antal systrar hjälpte även till med hand-, hår- och fotvård.

”Det projektet hjälpte inte bara dem utan mig också”, sade 14-åriga Rocío B. efter projektet. ”Jag visste att jag gjorde något som var rätt och att min himmelske Fader var nöjd med mig.”

São Paulo, Brasilien

Medlemmarna i São Paulo stav i Brasilien kände sig inspirerade att samla in socker, olja, ris och bönor och sedan donera maten till två välgörenhetsorganisationer. Sedan undervisade de representanter från välgörenhetsorganisationerna om grunderna i att lagra mat. Medlemmarna erbjöd sig också att undervisa stavsmedlemmar och samhällsinvånare om utbildning, ekonomi och yrkesutbildning för att hjälpa dem utveckla de nödvändiga färdigheter som behövs för att tävla om tillgängliga jobb.

”De samhällsinvånare vi inbjöd var förtjusta över kyrkans arbete. Många kände oss inte men de gick därifrån med goda känslor”, säger

stavsmedlemmen Kátia Ribeiro. ”Det rådde en anda av enighet och tjänande bland medlemmarna, och bland dem som blev betjänade rådde en anda av djup tacksamhet.”

Falls Church, Virginia, USA

Medlemmarna i Falls Church i Virginia, USA, var glada när de tjänade tillsammans i två härbärgen för hemlösa. Medan Adeana Alvarez skurade en vägg sade hon till en annan medlem i sin församling:

”Jag har haft en jobbig vecka och det känns bra att avreagera sig på den här väggen! Vi behöver alla få hjälp någon gång i livet, och det känns bra att hjälpa andra.”

En annan församlingsmedlem, Anne Sorensen, säger: ”Det är ett bra sätt att få kontakt med samhället. Jag är mer intresserad av vad som händer med den organisationen. Varje gång jag kör förbi här tänker jag på dem som går kurser här och hoppas att det arbete vi utförde ger dem större möjlighet att känna att de inte är ensamma i det de gör för att förbättra sitt liv.”

Tokorozawa, Japan

På en grundskola i Tokorozawa höll kyrkans medlemmar ett seminarium om matförråd för femtio föräldrar och lärare. På grund av jordbävningen i mars 2011 var kommunens invånare ivriga att lära sig hur man förbereder sig för naturkatastrofer, särskilt hur man bygger upp ett matförråd för en längre tid.

”Jag hade inte gjort något för att vara redo för jordbävningen i östra Japan”, säger en deltagare. ”Jag är så glad att jag fick möjlighet att lära mig det här. Jag vill hitta en plats där jag kan lagra mat, och jag vill göra det för att skydda min kära familj.”

Akihito Suda, medlem i Musashino stav, märkte att Kristi ljus berörde samhället när medlemmarna visade vilka förberedelser de hade gjort inför nödsituationer. ”Kristus är världens ljus”, säger han. ”Hans lärdomar lyser upp samhället.”

Tallinn, Estland

Kyrkans medlemmar i Tallinn tillbringade en hel dag med att hjälpa behövande invånare i kommunen att göra underhållsarbete på sina hem. Några deltagare högg ved och lastade kol medan andra rengjorde mattor, bytte gardiner och tvättade fönster och väggar.

Maila Chan följde med sin familj till en äldre kvinna och högg ved åt henne. ”Som mamma är jag så glad att vår familj hade en sådan underbar upplevelse”, säger hon. ”Det är så härligt att man helt glömmer sina egna problem när man tjänar andra. Jag vet att när vi tjänar andra så tjänar vi vår Gud.”

Margit Timakov säger också: ”När jag satte mina egna plikter åt sidan och helt ägnade

mig åt att hjälpa någon så insåg jag verkligen vilken kraft uppoffringar har. Vi behöver inte fråga oss varför eller om vi kunde ha gjort något annat. Vi bara sträcker ut handen och hjälper. Vi hjälper därför att vi bryr oss. Vi hjälper därför att vi vill följa Kristi exempel.”

Frukten av ert arbete

Vittnesbörden från alla som tjänade i sin kommun runtom i världen lär oss att vårt vittnesbörd stärks och vi tycker bättre om oss själva när vi tjänar andra. President Eyring bekräftade att vi välsignas för vårt tjänande: ”Jag tackar er å Mästarens vägnar för ert arbete att tjäna vår himmelske Faders barn. Han känner er och ser era ansträngningar, er flit och era uppoffringar. Min bön är att han ska låta er få välsignelsen att se frukten av ert arbete i den glädje som visas av dem som ni hjälper åt Herren och dem som skänker den hjälpen tillsammans med er.”² ■

SLUTNOTER

1. Henry B. Eyring, ”Tillfällen att göra gott”, *Liahona*, maj 2011, s. 25.
2. Henry B. Eyring, *Liahona*, maj 2011, s. 26.

BESVARA FRÅGOR

En del som ser Mormon Helping Hands i kommunen kanske undrar om kyrkans medlemmar bara hjälper andra sista dagars heliga eller personer med andra trosåskådningar också. Vi hjälper naturligtvis båda. Vi strävar efter att följa Frälsarens exempel när det gäller tjänande, oavsett om det är att räfsa löv i en grannes trädgård eller att skicka och leverera tonvis med förnödenheter efter en naturkatastrof. Vi försöker hjälpa andra oavsett tro eller kultur.

UPPMÄRKSAMHET I KOMMUNERNA

Något som de olika världsomfattande tjänandedagarna hade gemensamt var den inverkan de hade på kommunerna. Många förbipasserande stannade till och ställde frågor till projektdeltagarna om kyrkan, och medlemmarna bar sitt vittnesbörd.

I flera delar av världen uppmärksammade regerings- ämbetsmän de ansträngningar som kyrkans medlemmar gjorde. Till exempel: I en radiointervju om tjänandedagen uppmanade hövdingen för Kisangaområdet i Lubumbashi, Demokratiska republiken Kongo, människor som tillhörde andra religioner att följa ”mormonernas” exempel i att tjäna kommunen.

Angående tjänandet som 300

medlemmar i kyrkan utförde i Londonområdet sade borgmästaren Boris Johnson: ”Nu mer än någonsin tidigare är det härligt att se samhällsinriktade londonbor — volontärer — som kommer ut i massor.”

Guvernör Dannel Malloy i Connecticut, USA, och guvernör Robert McConnell i Virginia, USA, utfärdade tillkännagivanden för att hedra tjänandedagarna i sina stater. Guvernör Mallory sade i sitt tillkännagivande: ”Vi är tacksamma mot Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga för att de tjänat andra och [för deras] inbjudan till alla invånare av alla trosåskådningar och bakgrunder att gå samman med dem när de firar sitt jubileumsår för tjänande.”





Äldste Jeffrey R. Holland
i de tolv apostlarnas kворum

STÅ TILLSAMMANS

i Kristi sak

Den här artikeln består av utdrag från tal som hölls i Salt Lake City den 10 mars 2011 till en grupp nationella kristna ledare.

Vänner, ni vet det jag vet — att det finns så mycket synd och moraliskt förfall i vår värld som påverkar alla, särskilt ungdomarna, och det verkar bli värre för varje dag som går. Ni och jag delar så många uppfattningar rörande spridningen av pornografi och fattigdom, övergrepp och aborter, olovliga sexuella överträdelser (både heterosexuella och homosexuella), våld, råhet, grymhet och frestelser — alla så nära som er dotters mobil eller er sons iPad.

Det måste finnas ett sätt för människor med god vilja som älskar Gud och som har tagit på sig Kristi namn att stå samman för Kristi sak och mot syndens krafter. I detta har vi all rätt att vara djärva och trosvissa, för "är Gud för oss, vem kan då vara emot oss?" (Rom. 8:31).

Ni tjänar och predikar, undervisar och arbetar med denna försäkran, och det gör jag också. Och när vi gör det tror jag att vi också kan lita på nästa vers i Romarbrevet: "Han som inte skonade sin egen Son utan utlämnade honom för oss alla, hur skulle han kunna annat än också skänka oss allt med

BESVARAR FRÅGOR

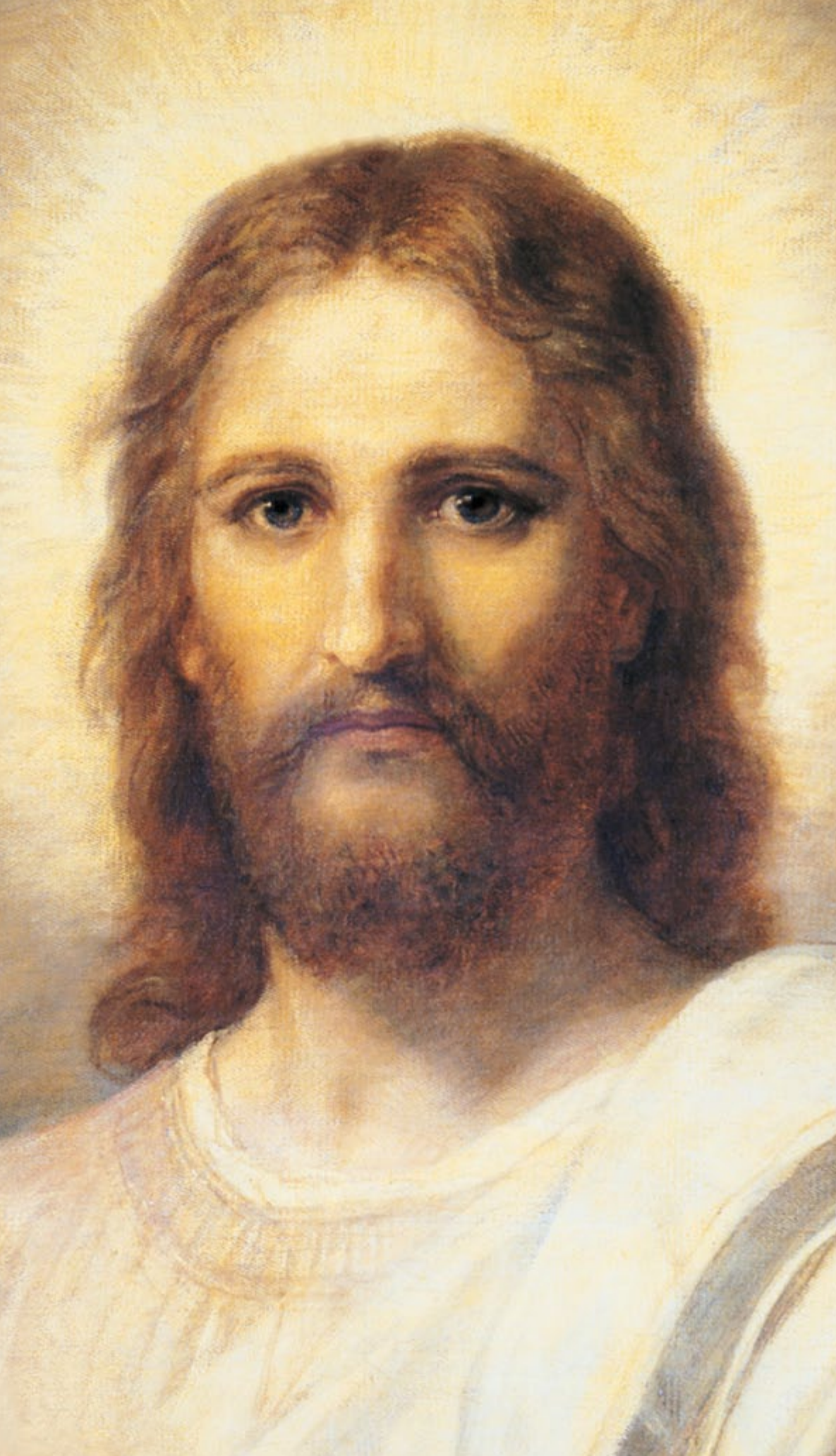
Är sista dagars heliga kristna? Naturligtvis är vi det. Som äldste Holland förklarar: "Vi tror på den historiske Jesus som vandrade längs de dammiga vägarna i det heliga landet och förkunnar att han är den ende, och samme, Gud som den gudomlige Jehova i Gamla testamentet."

honom?" Jag tror verkligen att om vi över hela världen anstränger oss mer för att *inte* skilja varandra åt från "Kristi kärlek" så kan vi vinna "en överväldigande seger genom honom som har älskat oss" (Rom. 8:32, 35, 37).

Teologisk dialog

Protestanter och sista dagars heliga har inte alltid varit på god fot med varandra. Ända från början av 1800-talet när Joseph Smith kom tillbaka från sin första uppenbarelse och djärvt förkunnade den, har våra ordväxlingar alltför ofta varit allt annat än hjärtliga.

Och ändå, konstigt nog — och jag kan inget annat än tro att det är en del av en gudomlig iscensättning av händelser i dessa svåra tider — har sista dagars heliga och evangeliska akademiker och kyrkoledare kommit samman sedan slutet av 1900-talet i något som jag anser har blivit en utmanande och konstruktiv teologisk dialog. Det har varit ett ärligt försök att förstå och att bli förstådd, en strävan att fördriva myter och förvrängningar på *båda* sidor, ett kärleksarbete vari deltagarna har känt sig motiverade och berörda av en stillsam kraft som är djupare och mäktigare än ett typiskt samtal mellan religioner.



*Det måste
finnas ett sätt
för människor
med god vilja
som älskar
Gud och som
har tagit på sig
Kristi namn att
stå samman för
Kristi sak och
mot syndens
krafter.*

Den första av dessa formella dialoger ägde rum på våren 2000 på Brigham Young-universitetet. När dialogen började ta form var det uppenbart att deltagarna sökte efter något slags förhållningssätt, ett mönster, en utgångspunkt. Skulle de bli konfrontationer, dispyter, debatter? Skulle de resultera i en vinnare och en förlorare? Hur öppenhjärtliga och ärliga förväntades de egentligen vara? Några av de sista dagars heliga undrade: Ser "de andra" våra samtal som "uttagningar" för att se om vi platsar i det kristna laget? Är det en enda stor satsning för att "fixa" mormonismen, att göra den mer traditionellt kristen, mer acceptabel för skeptiska åskådare?

Några av protestanterna undrade i sin tur: Kan man verkligen lita på "de andra" eller är det här bara ett annat slags missionärsproselyterande från deras sida? Kan en person vara nytestamentligt kristen utan att dela senare trossatser som största delen av den traditionella kristenheten har antagit? En fråga som båda sidor ställde sig var: Hur mycket "felaktig teologi" kan Guds nåd egentligen kompensera för? Det dröjde inte länge förrän de här frågorna blev en del av själva dialogen, och under processens gång började den spända stämningen försvinna.

Den ursprungliga känslan av formalitet har gett vika för en mycket trevligare atmosfär, en sann känsla av brödraskap och systraskap där vänlighet genomsyrar meningsskiljaktigheterna, där det råder respekt för motstridiga åsikter, en känsla av ansvar för att verkligen förstå (inte nödvändigtvis hålla med) personer med en annan tro — ett ansvar att representera ens lärdormar och seder korrekt och få en uppfattning om andras tro på samma sätt. Dialogerna kom att präglas av "övertygad hövlighet".¹

Med tanke på att sista dagars heliga har en



Vi vill gärna gå samman med våra evangeliska vänner i en enad kristen ansträngning att stärka familj och äktenskap, att kräva högre moral i media, att bidra med humanitär hjälp vid naturkatastrofer, att diskutera de fattigas ständigt närvarande belägenhet och att garantera den religionsfrihet som tillåter oss alla att säga vår mening i frågor som angår det kristna samvetet.

ganska annorlunda hierarkisk och organisatorisk struktur jämfört med den vidsträckt evangeliska världen, har inga officiella representanter för kyrkan deltagit i dessa samtal. Inte heller har de haft några ecklesiastiska övertoner. Liksom ni har vi inte någon önskan att kompromissa med vår doktrinära särprägel eller ge upp trosuppfattningarna som gör oss till dem vi är. Vi är dock angelägna om att inte bli missförstådda, att inte bli anklagade för uppfattningar som vi inte har, och att inte få vår hängivenhet mot Kristus och hans evangelium avspisad, för att inte tala om att vi inte vill bli demoniserade under processens gång.

Dessutom söker vi alltid gemensamma grunder och partners vi kan göra gemensam sak med i arbetet för att tjäna andra. Vi vill gärna gå samman med våra evangeliska vänner i en enad kristen ansträngning att stärka familj och äktenskap, att kräva högre moral i media, att bidra med humanitär hjälp vid naturkatastrofer, att diskutera de fattigas ständigt närvarande belägenhet och att garantera den religionsfrihet som tillåter oss alla att säga vår mening i frågor som angår det kristna samvetet om vår tids sociala problem. I det senare avseendet får den dag aldrig komma när ni eller jag eller några andra kyrkliga ledare i den här nationen förbjuds att från vår talarstol predika den lära som vi håller för sann. Men med tanke på de sociopolitiska händelser som inträffat på senare tid och de nuvarande juridiska utmaningarna som resulterat därav, särskilt i fråga om äktenskapets helgd, kan den dagen komma om vi inte agerar beslutamt för att förhindra det.²

Ju större och enigare den kristna rösten är, desto troligare är det att vi lyckas med våra föresatser. I detta hänseende bör vi komma ihåg Frälsarens varning angående "ett rike som har kommit i strid med sig självt" — ett



För mer information om sista dagars heliga som kristna, se "About Mormons" under Frequently Asked Questions på Mormon.org; "Christianity: Following Jesus in Word and Deed" under News Releases på MormonNewsroom.org och Gordon B. Hinckley, "En profets vittnesbörd", Nordstjärnan, juli 1993, s. 91–92.

rike som upptäcker att det inte kan stå emot motståndare som ägnar sig åt en ofta ohelig agenda (se Luk. 11:17).

Den Kristus vi vördar

Med utgångspunkt i en del av denna historia, och med en önskan om att inte ha några meningsskiljaktigheter när det inte behövs, vill jag vittna för er, våra vänner, om den Kristus vi vördar och tillber i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Vi tror på den historiske Jesus som vandrade längs de dammiga vägarna i det heliga landet och förkunnar att han är den ende, och samme, Gud som den gudomlige Jehova i Gamla testamentet. Vi förkunnar att han till fullo är Gud i sin gudomlighet och till fullo var en människa under sitt jordeliv, Sonen som var en Gud och Guden som var en Son; att han är, enligt Mormons boks språk, "den Evige Guden" (titelbladet i Mormons bok).

Vi vittnar om att han är ett med Fadern och den Helige Anden. De tre är Ett: ett i ande, ett i styrka, ett i syfte, ett i röst, ett i härlighet, ett i vilja, ett i godhet och ett i nåd — ett i varje tänkbar form och aspekt i fråga om enighet *utom* att de är separata personer i fysisk bemärkelse (se 3 Nephi 11:36). Vi vittnar om att Kristus föddes av sin gudomlige Fader och en jungfrulig mor, att han från tolv års ålder ägnade sig åt sin Faders verk, att han i detta levde ett fullkomligt, syndfritt liv och således gav ett mönster för alla som kommer till honom för frälsning.

Vi vittnar om varje predikan han gav, varje bön han

uttalade, varje underverk han nedkallade från himlen och varje återlösande handling han någonsin gjorde. I det senare avseendet vittnar vi om att han, när han fullföljde den gudomliga planen för vår frälsning, tog på sig alla världens synder, sorger och sjukdomar, att han blödde från varje por under lidandet som allt detta innebar, med början i Getsemane och i sin död på Golgatas kors, som ett ställföreträdande offer för alla synder och syndare, inklusive var och en av oss.

I början av Mormons bok såg en nephitisk profet "att [Jesus] lyftes upp på korset och dödades för världens synder" (1 Nephi 11:33). Senare försäkrade samme Herre: "Se, jag har givit er mitt evangelium, och detta är det evangelium som jag har givit er — att jag kom till världen för att göra min Faders vilja, därför att min Fader sände mig. Och min Fader sände mig för att jag skulle kunna lyftas upp på korset" (3 Nephi 27:13–14; se också L&F 76:40–42). Det är i sanning en Andens gåva "att veta att Jesus Kristus är Guds Son, och att han blev korsfäst för världens synder" (L&F 46:13).

Vi förkunnar att han tre dagar efter korsfästelsen uppstod från graven i förhärligad odödlighet, som den förste att uppstå, och därmed bröt dödens fysiska bojar och helvetets andliga bojar, och gjorde en odödlig framtid möjlig för både kroppen och anden, en framtid som man bara kan uppleva i dess härlighet och storhet genom att ta emot honom och hans namn som det enda namn "under

Det är en Andens gåva "att veta att Jesus Kristus är Guds Son, och att han blev korsfäst för världens synder".



himlen ... som givits åt människor, genom vilket vi blir frälsta". Inte heller finns det, eller kan det någonsin finnas, frälsning genom någon annan (se Apg. 4:12).

Vi förkunnar att han återigen ska komma till jorden, denna gång i makt, majestät och härlighet, för att regera som konungarnas Konung och herrarnas Herre. Detta är den Kristus som vi prisar, vars nåd vi underförstått och uttryckligen litar till, och som är "[våra] själsars herde och vårdare" (1 Petr. 2:25).

Joseph Smith fick en gång frågan: "Vilka är er religions fundamentala principer?" Han svarade: "De fundamentala principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himlen. Allt annat som tillhör vår religion är endast tillägg till detta."³

Som regel är sista dagars heliga kända som ett flitigt folk, ett arbetsmedvetet folk. För oss är rättfärdigt arbete, vad vi kan kalla "hängivet lärjungeskap", ett osvikligt mått på hur verklig vår tro är. Vi tror liksom Jakob, Jesu bror, att sann tro alltid visas genom trofasthet (se Jak. 2). Vi lär att puritanerna låg närmare sanningen än de insåg när de förväntade sig ett "gudfruktigt leverne" (L&F 20:69) av dem som ingått förbund.

Frälsning och evigt liv ges fritt (se 2 Nephi 2:4). De är i sanning de största av alla Guds gåvor (se L&F 6:13; 14:7). Vi lär emellertid att man måste förbereda sig för att ta emot dessa gåvor genom att förkunna och visa "tro på Herren

Jesus Kristus" (Trosartiklarna 1:4) — genom att lita på "den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd" (2 Nephi 2:8; se också 2 Nephi 31:19; Moroni 6:4). För oss innefattar frukterna av denna tro omvändelse, mottagandet av evangeliets förbund och förrättningar (bland annat dop) och ett tacksamt hjärta som motiverar oss att förneka oss all ogudaktighet, att "varje dag ta [vårt] kors" (Luk. 9:23) och att hålla hans bud — *alla* hans bud (se Joh. 14:15). Vi gläds tillsammans med aposteln Paulus: "Gud vare tack, som ger oss segern genom vår Herre Jesus Kristus" (1 Kor. 15:57). I denna anda, som en profet i Mormons bok skrev, talar vi om Kristus, gläds vi i Kristus, predikar vi om Kristus, profeterar vi om Kristus, "så att våra barn skall kunna veta till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder ... [och] se fram emot det liv som är i Kristus" (2 Nephi 25:26, 27).

Jag hoppas att mitt vittnesbörd som jag bär för er och för världen hjälper er förstå något om den utesägliga kärlek vi i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga hyser till världens Frälsare.

En kallelse till det kristna samvetet

Med tanke på vår gemensamma hängivenhet mot Herren Jesus Kristus och på de utmaningar vi möter i samhället, kan vi säkerligen hitta ett sätt att förenas i en nationell — eller internationell — kallelse till det kristna samvetet. För några år sedan skrev Tim LaHaye:

”Om religiösa amerikaner samarbetar när det gäller våra gemensamt hållna moraliska frågor, kanske vi kan lyckas med att åter etablera de samhälleliga normer som våra förfäder trodde var garanterade genom [Förenta staternas] konstitution ...

Alla religiösa invånare i vår nation behöver utveckla respekt för andra religiösa människor och deras tro. Vi behöver inte hålla med om deras uppfattningar, men vi kan respektera människorna och inse att vi har mer gemensamt med varandra än vi någonsin kommer att ha med de sekulariserade i detta land. Det är dags för alla religiöst hängivna invånare att förenas mot vår gemensamma fiende.”⁴

Visst finns det en risk med att lära sig något nytt om någon annan. Nya insikter påverkar alltid gamla perspektiv och därför är det oundvikligt att vi tänker om, förändrar och omstrukturerar vår syn på världen. När vi ser bortom människors färg, etniska grupp, sociala krets, kyrka, synagoga, moské, trosbekännelse och uttalande om sin tro, och när vi gör vårt bästa för att se dem för vilka och vad de är — barn till samme Gud — händer något gott och givande inom oss, och vi kommer närmare en förening med den Gud som är vår allas Fader.

Det finns inte mycket som vi har större behov av i denna spända och förvirrade värld än en kristen övertygelse, kristet medlidande och kristen förståelse. Joseph Smith sade följande år 1843, mindre än ett år före sin död: ”Om jag anser att människorna är på fel väg, skall jag då trycka ner dem? Nej, jag skall lyfta upp dem, och på deras eget sätt dessutom, om jag inte kan övertyga dem att mitt eget sätt är bättre. Jag kommer inte att försöka tvinga någon att tro som jag tror, utom genom förnuftets makt, för sanningen banar sin egen väg. Tror du på Jesus Kristus och på det



”Tror du på Jesus Kristus och på det frälsningens evangelium som han uppenbarade?” frågade profeten Joseph Smith. ”Det gör jag också. Kristna bör upphöra med att käbbla och bråka med varandra och i stället främja enighetens och vänskapens principer i sin mitt. Och de måste göra det innan tusenårsriket kan ta sin början och Kristus inta sitt rike.”

frälsningens evangelium som han uppenbarade? Det gör jag också. Kristna bör upphöra med att käbbla och bråka med varandra och i stället främja enighetens och vänskapens principer i sin mitt. Och de måste göra det innan tusenårsriket kan ta sin början och Kristus inta sitt rike.”⁵

Jag avslutar med att uttrycka min kärlek till er genom två av våra skriftställen. Först detta från Nya testamentets författare till Hebreerbrevet:

”[Må] fridens Gud, som i kraft av ett evigt förbunds blod har fört fårens store herde, vår Herre Jesus Kristus, upp från de döda ...

fullkomna er i allt gott, så att ni gör hans vilja. Och må han verka i oss det som behagar honom, genom Jesus Kristus. Honom tillhör äran i evigheternas evigheter, amen” (Hebr. 13:20–21).

Och detta från Mormons bok, där en far skriver till sin son:

”Var trofast i Kristus ... [och] måtte [han] lyfta dig, och må hans lidande och död ... och hans barmhärtighet och tålmodighet och hoppet om hans härlighet och om evigt liv finnas i ditt sinne för evigt.

Och må nåd från Gud, Fadern, vars tron står högt i himlarna, och från vår Herre Jesus Kristus, som sitter på hans makts högra sida till dess allting är honom underlagt, vara med och förbli hos dig för evigt. Amen” (Moroni 9:25–26). ■

SLUTNOTER

1. Ett uttryck som introducerades i Richard J. Mouw, *Uncommon Decency: Christian Civility in an Uncivil World* (1992).
2. Se Dallin H. Oaks, ”Preserving Religious Freedom” (tal, Chapman University School of Law, 4 feb. 2011), newsroom.lds.org/article/elder-oaks-religious-freedom-Chapman-University.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 49.
4. Tim LaHaye, *The Race for the 21st Century* (1986), s. 109.
5. Joseph Smith, i *History of the Church*, 5:499.



**Äldste
Stanley G. Ellis**
i de sjuttios kvorum



Naturkatastrofer

VI BEHÖVER INTE
VARA RÄDDA

De sista dagarna kommer att kännetecknas av många katastrofer och en ökad ondska i världen. Med tanke på dessa hot har Herren och hans profeter gett oss råd om hur man är rättfärdig och undviker andliga fällor och ondska. Men sådana katastrofer som orkaner, jordbävningar och tsunami verkar slå till på måfå och drabba både rättfärdiga och orättfärdiga. Sådana katastrofer skrämmer många av oss. Men jag har lärt mig att vi inte behöver vara rädda för katastrofer. När vi är fast förankrade i evangeliet och redo kan vi rida ut vilken storm som helst.

Före stormen: Gör beredskap till en familjeprioritet

I september 2005 var jag områdessjuttio och verkade i området Nordamerika sydväst som innefattade delar av Förenta staterna, till exempel Houston i Texas. Vi fick veta att orkanen Rita — den värsta tornadon i historisk tid som någonsin observerats i Mexikobukten — var på väg rakt mot oss. Jag hade ombetts att presidera över kyrkans nödberedskap i området. Vi hade dagliga konferenssamtal per telefon med prästadömsledare, stavspremier, missionspresidenter, representanter för kyrkans välfärdshjälp och humanitära hjälp samt ledare för nödberedskap. Vi pratade om allt möjligt — huruvida biskopens förrådshus var i ordning, vart folk kunde evakueras, och hur vi bäst kunde samordna återhämtningsinsatserna efter stormen. Det var en väl samordnad respons från kyrkans sida och en inspirerande upplevelse.

När vi söker vår himmelske Faders vägledning hjälper den Helige Anden oss att förbereda oss för; uthärda och återhämta oss från naturkatastrofer.

En av stavspremiererna i området fick en maning åtta eller nio månader före stormen att uppmuntra medlemmarna i staven att förbereda sig. Han sade att han inte ville låta påskina att han var en profet

men att Andens maningar hade varit tydliga. Stavsmedlemmarna följde de grundläggande beredskapsstrategier som kyrkan har föreslagit. När orkanen kom dödades inga medlemmar i staven. Och eftersom medlemmarna hade lagrat nödvändiga förnödenheter och hade en plan redo, var deras situation bra mycket bättre än vad den annars kunde ha varit. De hade uppmärksammat varningen från Anden.

En liknande händelse inträffade för min familj och mig. Omkring tre månader före stormen kände vi oss manade

Vill du prata med dina barn om hur man ger och tar emot tröst under katastrofer? Se de inspirerande vittnesbörden från två ungdomar som överlevt en katastrof på sidorna 60–61 i det här numret.

Föregående sida:
Arbetare söker igenom spillrorna av en lägenhet som rasade under jordbävningen på Haiti i januari 2010.

Evakuering från Houston i Texas, USA, innan orkanen Rita slog till.

att lämna in vår generator för service. Många i området hade små generatorer för att de, när det kommer stormar och det blir elavbrott, ändå har el till att hålla maten fräsch i kylan och frysen. När vi undersökte generatorm upptäckte vi att den inte fungerade. Vi fick den lagad innan stormen kom. Det slutade med att vår familj, medlemmarna i församlingen och grannarna använde vår generator när orkanen hade slagit till. Det faktum att vi lagade den visade sig vara en stor välsignelse.

Denna beredskapsprincip gäller både enskilda och familjer. Föräldrar, ni kan ha stor inverkan på er familj genom att engagera era barn i förberedelserna och i familjebön för att få vägledning av Herren. Med andra ord, när din familj funderar över sin beredskap bör frågan vad ska vi göra? vara en stor del av era familjeböner. Ni kan också samtala om de här ämnena och ta upp olika idéer under

hemaftnarna. Genomför sedan era planer.

Det bästa föräldrar kan göra för övrigt är att leva efter dessa lärdomar. Någon sade en gång att värderingar "fångas", de lärs inte ut. Jag upptäckte att det var sant. När barn ser sina föräldrar söka och följa Andens vägledning, lär de sig hur processen med uppenbarelser fungerar.

Under stormen: Följ uppenbarelsen du får för din familj

När stormen närmade sig var en av de viktigaste frågorna vi ställde oss huruvida folk skulle evakuera området. Anden manade mig att inte ge någon generell rekommendation för hela området utan i stället be varje stavsledare, varje biskopsråd och varje familj att under bön begrunda situationen och ta emot egen inspiration om vad de skulle göra. Allteftersom situationen utvecklade sig blev det tydligt att Anden visste vad som var bäst för varje enskild familj.

Ledarna i en stav, till exempel, visste att de befann sig i orkanens omedelbara riktning och rådde medlemmarna att evakuera. Stavs-presidenten och hans hustru flyttade hem till hans syster. Efteråt ändrade orkanen riktning och styrde rakt mot dem ännu en gång. De hade evakuerat rakt in i stormen!

Du kanske undrar: "Vad var det för slags inspiration?" Men tänk på vad som hände. Den här stavs-presidenten och hans hustru visste hur man förbereder hemmet för en orkan, men det visste inte hans syster. De kunde hjälpa sina släktingar att förbereda sig för stormen, och när den kom blev skadan minimal jämfört med hur den kunde ha blivit annars. Herren





En Mormon Helping Hands-volontär går igenom spillror i Joplin i Missouri, USA efter en tornado i maj 2011.

hade väglett dem till att göra det som var bäst.

I vår familjs fall kände vi att vi inte skulle evakuera. Så vi stannade kvar. Vi lyckades tryggt rida ut stormen och kunde även hjälpa andra människor i området. Några av våra gifta barn kände sig manade att evakuera, så de gav sig av. Varje familj, församling och stav välsignades av att de följde Anden.

Efter stormen: Låt evangeliet ta bort udden

Ibland får goda människor lida under katastrofer. Herren tar inte bort lidande — det är en del av planen. Ett stavscenter i centrala Förenta staterna, till exempel, förstördes nyligen av en tornado. Tornadon förstörde också stavspresidentens hem. Han och hans familj förlorade alla sina jordiska ägodelar. Men det var allt de var: jordiska ägodelar. Det var en sorglig förlust, men det var inte en katastrof med evigt skadliga konsekvenser. Ibland är det som vi anser vara viktigt egentligen inte viktigt alls. Den insikten är inte nödvändigtvis lätt att ta till sig, men den är sann, och när vi förstår det får vi större tillförsikt.

Det värsta som kan hända i en av dessa katastrofer är att någon blir dödad. Det är mycket sorligt. Men eftersom vi känner till sanningen vet vi att också sådana förluster är en del av vår himmelske Faders plan. Vi vet vad livet handlar om. Vi vet varför vi är här och vart vi är på väg.

Tack vare detta eviga perspektiv kan smärtan lindras. Kunskapen om frälsningsplanen tar bort dödens udd (se 1 Kor. 15:55).

För länge sedan visste inte Sadrak, Mesak och Abed-Nego vad som skulle hända när de kastades i den brinnande ugnen för att de vägrade att dyrka en falsk gud. De sade till kungen: ”Vår Gud ... [kommer] att befria oss ... Men om inte, [kommer] vi ändå inte [att dyrka] dina gudar” (Daniel 3:17–18).

Likaså var många pionjärer efter kyrkans återställelse villiga att försöka ta sig över Nordamerikas slätter i mitten av 1800-talet, trots att risken fanns att de kunde dö under färden. I Mormons bok beskrivs goda människor som dödades och den lär att de ”är välsignade, ty de har gått för att bo hos sin Gud” (Alma 24:22).

I vart och ett av fallen mötte personerna döden med tro. För dem hade dödens udd tagits bort tack vare friden som evangeliet ger. Fastän det är smärtsamt att förlora någon som man älskar, och fastän de flesta av oss inte vill dö eftersom vi har så mycket underbart att leva för, kvarstår det faktum att alla kommer att dö någon gång. När man känner till evangelieplanen vet man att döden inte innebär slutet. Vi fortsätter att existera, och familjereaktionerna kan fortsätta också efter att graven har gjort anspråk på vår jordiska kropp. I det stora hela är döden inte något evigt förödande. Som äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum sade: ”Vi lever för att dö, och vi dör för att få liv igen. Ur ett evigt perspektiv kan man bara dö i förtid om man inte är beredd att möta Gud.”¹ Ett evigt perspektiv är en del av den frid som evangeliet kan ge oss.

Herren känner oss. Herren älskar oss. Och Herren vill hjälpa oss. Katastrofer inträffar, men vi behöver inte vara rädda för dem. Om vi är villiga att bli ledda och be om Herrens vägledning, hjälper han oss, genom den Helige Anden, att förbereda oss för, uthärda och återhämta oss från alla tänkbara naturkatastrofer. ■

SLUTNOT

1. Russell M. Nelson, ”Se framtiden an med tro”, *Liahona*, maj 2011, s. 34.

HITTAR TRON

vid jordens ände

Michael R. Morris

Kyrkans tidningar

Fyren Les Éclaireurs höjer sig som en vaktpost från den upphöjda holmen i den kalla Beagle Channel. Les Éclaireurs, som är franska för "scouterna" eller "upplysarna", sänder ut en ljussignal var tionde sekund från sin isolerade post.

Åtta kilometer norrut ligger Argentinas sydligaste stad, Ushuaia, på spetsen av Eldslandets skärgård. Omkring femton mil söderut ligger Kap horn, och längre bort det frusna Antarktis.

För dem som har omfamnat Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga här, platsen som lokalborna kallar "världens ände", tjänar Les Éclaireurs som en metafor för det återställda evangeliet. Liksom fyren är evangeliet som en



Genom Mormons bok "besvarade Gud den viktigaste bön jag någonsin bett", säger Guillermo Leiva (ovan i mitten), som verkar som grenspresident i Ushuaia. Ovan till höger: Fyren Les Éclaireurs och fotografier av Ushuaia.

ledstjärna som har fört dem från världens andliga mörker och tryggt lett dem till trons och gemenskapens stränder.

Jag fann svar

Guillermo Javier Leiva minns hur svår hans skilsmässa var 2007. Han var tvungen att hitta en lägenhet och kunde inte komma hem till sin lille son Julian varje kväll. Han kände sig tom och ensam.

"Jag var mycket olycklig", säger han, "och under de svåra stunderna sökte jag Gud."

Guillermo började be för att få svar och hjälp. "Jag sade: 'Fader, jag är inte värdig att inbjuda dig till mitt hem, men ett ord från dig är nog för att hela mig.'"

Svaret på den bönen kom en kort tid senare när två unga män i vit skjorta och slips stannade till för att



prata med honom när han lekte med sin son utanför sin nya lägenhet.

”En av dem hälsade på mig och frågade om jag hade tro”, minns han. ”Jag sade ja men att jag inte var någon god kristen. Sedan frågade han om jag ville läsa en bok om de gav mig en. Jag sade ja.”

Guillermo började läsa versen i Alma 32 som missionärerna hade markerat åt honom. Han berättar: ”Jag kände genast en stor glädje i själen som jag inte hade känt på länge. Boken berörde mig. Jag kunde inte sluta läsa.”

Guillermo gick inte längre till sin tidigare kyrka, men han sade till missionärerna att han inte hade för avsikt att döpas igen. Ändå välkomnade han deras besök och läs-uppgifterna han fick i Mormons bok.

Medan han läste kände han med Nephi när han insåg hur profeten hade sört över ”de frestelser och de synder som så lätt ansätter mig” (2 Nephi 4:18). ”Jag visste att

Ushuaia i Argentina må vara beläget vid världens ände, men för dem som har omfamnat evangeliet här är det början på ett nytt liv.

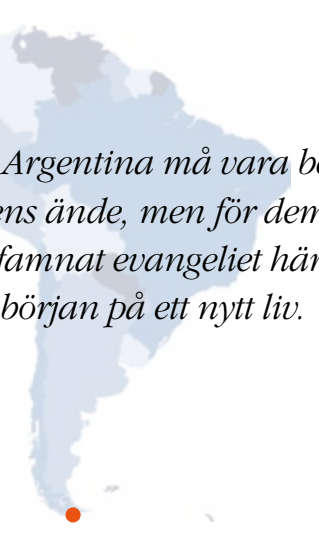


FOTO MICHAEL R. MORRIS; KÄRT © ISTOCKPHOTO.COM

också jag hade syndat”, säger Guillermo, ”och det kändes inte bra.”

Medan han läste kände han hur han blev räddad från mörker och förtvivlan och förd till ”Guds härlighets ljus” (Alma 19:6).

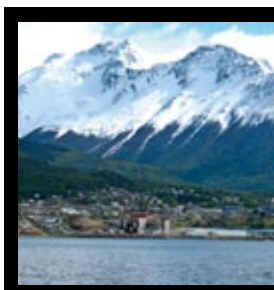
Och när han läste om dopförbundet som ingicks vid Mormons vatten insåg han hur viktigt dop med rätt prästdömsmyndighet är. ”Om jag såg att fröet var gott, vad hade jag då emot att döpas i Herrens namn?” (Mosiah 18:10), frågade han sig själv.

”Varje gång jag läste kände jag frid och hittade svar”,

Medan de sökte gick de till olika kyrkor och undersökte olika religiösa trosuppfattningar. De letade efter en kyrka som inte bara följde Kristi lärdomar utan också kunde stärka deras familj.

”Det var en svår tid för vår familj”, minns Amanda, ”och vi visste att vi behövde en kyrka som kunde hjälpa oss.”

I början av 1990-talet flyttade paret Robledo med sina fyra barn från Mendoza i nordvästra Argentina till Ushuaia. När de introducerades till kyrkan två år senare kände de genast att det var något annorlunda med både andan och lärdomarna som heltidsmissionärerna förmedlade.



Till höger: För Amanda och Ricardo Robledo (tillsammans med döttrarna Bárbara och Irene) var vetskapen att deras familj kan vara tillsammans för evigt den krönande lärdom som hjälpte dem ta emot det återställda evangeliet.



säger Guillermo. ”Jag insåg att Mormons bok var det Guds ord som jag hade bett om i mina böner.”

När han döptes i mars 2009 upplevde han en andlig pånyttfödelse och ett förnyat hopp om framtiden. ”Dopet var en chans att börja om”, säger Guillermo. ”Jag har förändrat mitt liv. Jag är mycket lycklig nu. Jag vet att det här är Jesu Kristi sanna kyrka och att Gud besvarar böner, eftersom han besvarade den viktigaste bön jag någonsin bett.”

Vi behövde en kyrka

Som barn hade Amanda Robledo inget andligt bote-medel mot den fysiska smärta hon kände när hennes mor hade dött. Och hennes make Ricardo kunde inte hitta några svar på sina uppriktiga religiösa frågor efter hans brors död.

En av frågorna var om det fanns någon kyrka på jorden som följer Jesu Kristi lärdomar. Deras sökande efter den kyrkan och efter svar på sina frågor förberedde dem för att så småningom ta emot det återställda evangeliet.

Amanda visste inte mycket om sista dagars heliga. ”Och det jag hade hört var inte bra”, säger hon. Men hon, Ricardo och deras barn tyckte om det de fick lära sig.

”Jag kände Anden när missionärerna undervisade oss”, säger deras dotter Bárbara, som var 11 år då. ”Och jag tyckte om när de lärde oss att vi kunde be som familj.”

Genom att ta emot missionärslektionerna, läsa Mormons bok och gå till kyrkan, säger Ricardo, ”fick vi alla svar vi sökte efter — svar om dopet, föruttillvaron, Kristi gudomlighet, människans odödlighet, evangelieförrättningar, äktenskap och familjens eviga natur”.

För familjen Robledo var vetskapen om att deras familj kunde vara tillsammans för evigt evangeliets krönande lärdom.

”Min omvändelse skedde i det ögonblicket”, säger Ricardo som döptes mindre än tre veckor efter den första lektionen och nu verkar som andre rådgivare i distrikts-presidentskapet. ”Jag sörjde när jag förlorade en bror vid 49 års ålder, men jag förstod att jag kunde återfå honom



Ushuaia må vara beläget vid världens ände, men för personer som Marcelino Tossen som har funnit evangeliet här, "är det början på allting".

genom att utföra hans tempelarbete. Denna försäkran gav mig frid och glädje.”

Amanda, som döptes kort därefter tillsammans med en av deras söner, säger: ”Jag har inte haft någon mor sedan jag var liten. Jag trodde alltid att jag hade förlorat henne, och det gjorde mig mycket ledsen. Men när missionärerna berättade att familjen kan vara tillsammans för evigt så kändes det gott i hjärtat. Det är underbart att tänka sig att jag kommer att träffa henne igen.”

När Ricardo och Amanda hade vigts för evigheten i templet i Buenos Aires, beseglades barnen till dem. Det har berett Ricardo och Amanda stor glädje att beseglas som familj, utföra förrättningsarbete för många avlidna släktingar och skicka tre av barnen på heltidsmission.

”En av de största välsignelserna vi har fått som medlemmar i kyrkan”, säger Amanda, ”är att våra barn lyder Gud.”

Början på allting

Marcelino Tossen trodde på Gud, läste bibeln och tyckte om att prata om religion, så när heltidsmissionärerna knackade på hans lägenhetsdörr en varm januaridag 1992 bjöd han in dem. Det beslutet förändrade hans liv.

”Äldste Zanni och äldste Halls arbetade under Andens maningar”, minns Marcelino. Innan den första lektionen ens var slut sade äldsterna att han skulle döpas in i kyrkan. De nämnde till och med den exakta dagen när han skulle döpas.

”Jag ska inte döpas”, sade Marcelino. ”Jag vill bara prata med er.”

Missionärerna gav honom Mormons bok och bad honom läsa flera verser och be den kvällen om deras budskap. Han gjorde det men kände ingenting.

Men under en senare lektion frågade äldste Zanni: ”Är det okej om vi ber så att du kan fråga vår himmelske Fader om det vi har lärt dig är sant?”

När vi bad, säger Marcelino, ”började hjärtat brinna inom mig. Inget liknande hade någonsin hänt mig tidigare. Jag kunde inte ens avsluta bönen utan ställde mig upp.”

Äldste Zanni frågade Marcelino om han hade känt något under bönen. När Marcelino sade nej, sade missionären: ”Jag kände Anden mycket starkt. Det är konstigt att du inte kände någonting.”

När han erkände vad han hade känt, säger Marcelino, ”läste äldsterna från Läran och förbunden och sade att när Herren vill att vi ska veta om något är rätt, ger han oss frid eller får vårt hjärta att brinna [se L&F 6:23; 9:8]. Den dagen var en vändpunkt för mig.”

Från den stunden verkade Anden med honom och vittnade om sanningen genom många andliga upplevelser. ”Jag kände den brinnande känslan igen när jag var ensam i lägenheten”, säger Marcelino. ”När jag öppnade fönstret såg jag äldsterna i närheten i ett gathörn där de undervisade folk om kyrkan. Jag kunde känna när de var i närheten och jag började ta det de undervisade mig om på allvar.”

Marcelino fick ett varmt välkomnande när han började komma till kyrkan. Han döptes en kort tid senare den 22 april — exakt den dag som missionärerna hade nämnt tre månader tidigare. Idag, efter att ha verkat i nio år som president för Ushuaia distrikt, verkar han som andre rådgivare i presidentskapet för Buenos Aires norra mission.

”När vi läser att Herren ska ’sända ut [sitt] ord till jordens ändar’ [L&F 112:4] så är det Ushuaia”, säger president Tossen. ”Ushuaia *är* jordens ände. Men för dem som liksom jag har funnit evangeliet här, är det början på allting. Här finner man fyren vid världens ände. Men det var här jag fann tro och Herrens fyr.” ■

TITTA PÅ SISTA SIDAN

När jag blev medlem i kyrkan var jag ivrig att engagera mig i släktforskning. Jag började besöka lokala arkiv för att söka efter information om mina förfäder i offentliga uppteckningar.

Det var ett givande arbete men det var inte alltid lätt. Den gamla handstilen var ofta svår att tyda, och några av böckerna var mögliga, vilket gjorde att jag kände av min astma. Men jag fortsatte släktforska så gott jag kunde.

En dag sökte jag information om min farfar, efter hans födelsedatum. Jag hittade en bok med 1 500 sidor som kanske kunde vara till hjälp. Men tänk om den inte innehöll det svar jag behövde? Jag bävade för att gå igenom fler stora, mögliga böcker.

Jag började skumma igenom innehållet och hoppades att jag skulle se ett bekant namn. Plötsligt tyckte jag mig höra någon säga: "Sista sidan." Jag tittade mig omkring men det verkade inte som om någon hade sagt något till mig. Jag fortsatte och läste ytterligare några sidor. Sedan hörde jag samma ord igen: "Sista sidan." Något tveksamt bestämde jag mig för att titta på sista sidan. Jag såg texten som vanligtvis står där: En sammanfattning av de barn som fötts och det totala antalet sidor. För säkerhets skull tittade jag på sidan före den sista men hittade ingenting av värde där, så jag vände tillbaka till sidan jag hade läst tidigare.

Mina tankar avbröts snart ytterligare en gång av den stilla med ihärdiga rösten: "Sista sidan!" Jag bestämde

mig för att gå till sista sidan igen och läsa den nu välkända texten flera gånger.

Då lade jag märke till något som jag hade missat tidigare: en extra sida som klistrats fast innanför omslagets baksida. När jag läste något som handskrivits tvärs över sidan såg jag namnen på barn som hade fötts i slutet av december. Där kände jag

igen min farfars namn och såg att det stod var och när han var född och döpt. Jag blev förbluffad men fylldes av tacksamhet över att jag hade blivit ledd till informationen jag behövde.

Släktforskning kan vara en utmaning ibland, men jag vet att Gud vägleder och hjälper oss i vårt arbete. ■

Natalja Sjtjebakova, Ukraina, berättad för Pavlijna Ubiko

Jag började skumma igenom innehållet och hoppades att jag skulle se ett bekant namn.



JAG VALDE DEN GODA DELEN

När jag förberedde min dotters bröllop var mina tankar så upptagna med bröllopsplanerna att jag sällan tänkte på något annat än min checklista. En morgon tittade jag på min långa lista med uppgifter. Jag gjorde framsteg, men behövde fortfarande göra en del djuprengöring. Han hade skjutit upp att rengöra kökspersiennerna så jag bestämde mig för att ta mig an den uppgiften.

När jag klättrade upp på bänken med trasor, borste och rengöringsmedel såg jag att det skulle bli ett smutsigt jobb. Medan jag arbetade vandrade mina tankar till berättelsen om Marta och Maria, systrarna som välkomnade Frälsaren in i sitt hem. Medan Marta "var helt upptagen med allt som skulle ställas i ordning ... satte sig [Maria] vid Herrens fötter och lyssnade till hans ord". Marta bad Jesus uppmana hennes syster att hjälpa till med sysslorna, men Frälsaren sade till henne att "Maria har valt den goda delen" (se Luk. 10:38–42).

"Idag måste jag bara vara Marta", tänkte jag. Sanningen var den att jag hade varit Marta i flera veckor, "helt upptagen" med triviala uppgifter och bröllofsförberedelser.

Mina tankar vandrade igen, och jag försökte komma ihåg när jag senast hade rengjort mina persienner så noggrant. Jag tänkte på de två flickor som hade kommit för att hjälpa mig förbereda en sammankomst hemma hos mig för två år sedan. Tillsammans hade de skurat köket från golv till tak, inklusive persiennerna. Det minnet påminde mig om deras mor, en



Jag tog upp telefonen och knappade in numret till en gammal vän som jag inte hade pratat med på åratals. Jag ville berätta för henne om min dotters bröllop.

gammal vän som jag inte hade pratat med på åratals.

Just då tog jag telefonen och knappade in hennes nummer för att berätta för henne om min dotters bröllop. Jag förväntade mig inte att hon skulle svara eftersom hon undervisade i en skola, men jag råkade ringa under hennes planeringstimme. Vi tillbringade den följande timmen med att skratta, gråta och berätta. Hon hade nyligen gått igenom en svår skilsmässa och hade känt sig ensam och övergiven. Medan vi pratade lyftes våra andar och våra hjärtan fick tröst.

Jag förundrade mig över hur Herren kunde arbeta genom mig också

när jag gjorde något så triviale som att rengöra persiennerna. Jag förundrades ännu mer över sanningen att han känner och älskar var och en av oss tillräckligt för att sända hjälp just i det ögonblick när vi behöver det.

Den kvällen log jag när jag bockade av "rengör kökspersiennerna" på min lista. Jag kände mig nöjd med att ha genomfört uppgiften, men känslan av tacksamhet över att jag hade varit ett redskap i Herrens händer var större. Han hade visat mig hur jag kunde vara en Maria som valde den "goda delen" fastän jag var en Marta som var "helt upptagen" med mina sysslor. ■

Jeanette Mahaffey, Missouri, USA

RÄTT SKRIFTSTÄLLE I RÄTT TID

Medan jag verkade som biträdande fängelsepräst i Maricopa County fängelsesystem i Arizona brukade jag besöka och läsa ett skriftställe och hålla en bön med de intagna som ville ha en fängelsepräst som var sista dagars helig. En gång var det en ung kvinna som ville ha det.

Jag begav mig till hennes del av fängelset, bakom flera låsta dörrar. I receptionsområdet fanns två cafeliknande bord med en bänk på varje sida och ett skrivbord med en vakt. Jag gav vakten lappen med begäran, satte mig på en av bänkarna och väntade på den unga kvinnan.

Jag ställde mig upp när hon kom till receptionsområdet, hälsade på henne och föreslog att vi skulle sätta oss vid bordet. Hon såg ledsen och ovårdad ut och var nära att börja gråta. Medan hon berättade om sin situation funderade jag över vilket skriftställe jag skulle använda. Jag lyssnade noga på hennes bekymmer, och när hon berättade om svårigheterna hon hade haft med olika tvångsbeteenden och dåliga val kom jag på det perfekta skriftstället som kunde hjälpa henne: Mosiah 3:19.

Jag slog upp Mormons bok till Mosiah 3:19, sköt fram den till henne och bad henne läsa. Hon verkade lite missnöjd först och började läsa snabbt och med en enförmig röst som tycktes uttrycka irritation över att ha blivit ombedd att läsa ett skriftställe. När hon hade läst orden ”Ty den naturliga människan är en fiende till Gud”, avbröt jag henne för att förklara betydelsen av ”den naturliga

människan”. När hon förstod vad det innebar fortsatte hon att läsa. Hennes röst förändrades gradvis och hon saktade ner när hon började förstå orden.

När hon började läsa listan över en heligs barnlika egenskaper saktade hon ner farten ännu mer. Jag märkte att hon tog in betydelsen av varje egenskap som listades i versen. När hon läste ”undergiven, mild, ödmjuk, tålmodig”, började jag känna Anden runtomkring oss. När hon läste orden ”kärleksfull, villig att underkasta sig”, såg jag en förändring hos henne. Hennes ansikte lyste upp och hennes inställning, röstläge och allmänna

uppträdande tycktes ha påverkats av Anden. Jag kunde se hopp när hon blev undervisad av Anden om vad orden betydde för henne och hur hon skulle göra de förändringar som beskrevs i skriftstället.

Jag bad en bön och skakade varmt hand med den unga kvinnan. Jag lämnade fängelset upprymd av Anden. Jag hade aldrig tidigare sett en sådan omedelbar, kraftfull, underbar påverkan från skrifterna. Jag kände till Mosiah 3:19 för jag har ofta läst det medan jag har studerat skrifterna, men jag hade aldrig tidigare insett vilken djup inverkan det kunde ha på någon. ■
Allen Hunsaker, Arizona, USA



Den unga kvinnans röst förändrades gradvis medan hon läste, och hon saktade ner när hon började förstå orden.

DU HAR INTE FASTAT

Ar 1998 njöt jag av att vara en ung mamma. Men en dag fick jag panik när jag märkte att min sex månader gamla son utstötte visslande ljud när han andades och inte kunde svälja något. Läkaren kunde genast konstatera att det var bronkiolit, en svullnad i de minsta luftpassagerna i lungorna, orsakad av en virusinfektion. Han ordinerade både medicinering och sjukgymnastik.

Besöken till sjukgymnasten var en prövning för min son och mig. Min son tyckte det var jobbigt att bli dragen åt alla håll, och jag oroade mig för att han skulle ha ont. Men det kändes bättre när sjukgymnasten förklarade fördelarna med behandlingen.

Trots medicineringen och sjukgymnastiken förbättrades inte min sons tillstånd. Han åt mycket lite och det visslande ljudet fortsatte. Läkaren ordinerade ytterligare fem sessioner med sjukgymnasten förutom de tio vi redan hade genomgått.

Medan jag väntade under den trettonde behandlingen läste jag en artikel som satts upp i läkarens kontor med titeln "Bronkiolit dödar". Medan jag läste insåg jag att min son kunde dö. Det kändes som om hjärtat satt fast i ett skruvstäd. I slutet av sessionen sade sjukgymnasten att min sons tillstånd inte förbättrades. Jag vet inte hur jag tog mig hem för synen skymdes av tårar.

Jag ringde till min make och började sedan be. Jag sade till min himmelske Fader att om det var hans vilja att ta min son så behövde han

ge mig styrkan att klara av det.

Efter bönen frågade jag mig själv vad vi kunde göra förutom bönerna vi hade bett och prästadömsvälsignelserna som vår son hade fått. Jag tittade på bokhyllan och såg ett exemplar av *Liahona (L'Étoile* som den hette då). Jag slog upp den på måfå i mitt sökande efter hjälp och hittade en artikel med titeln "Jag fastade för mitt barn". Då hörde jag tydligt en röst som sade: "Du har inte fastat för ditt barn."

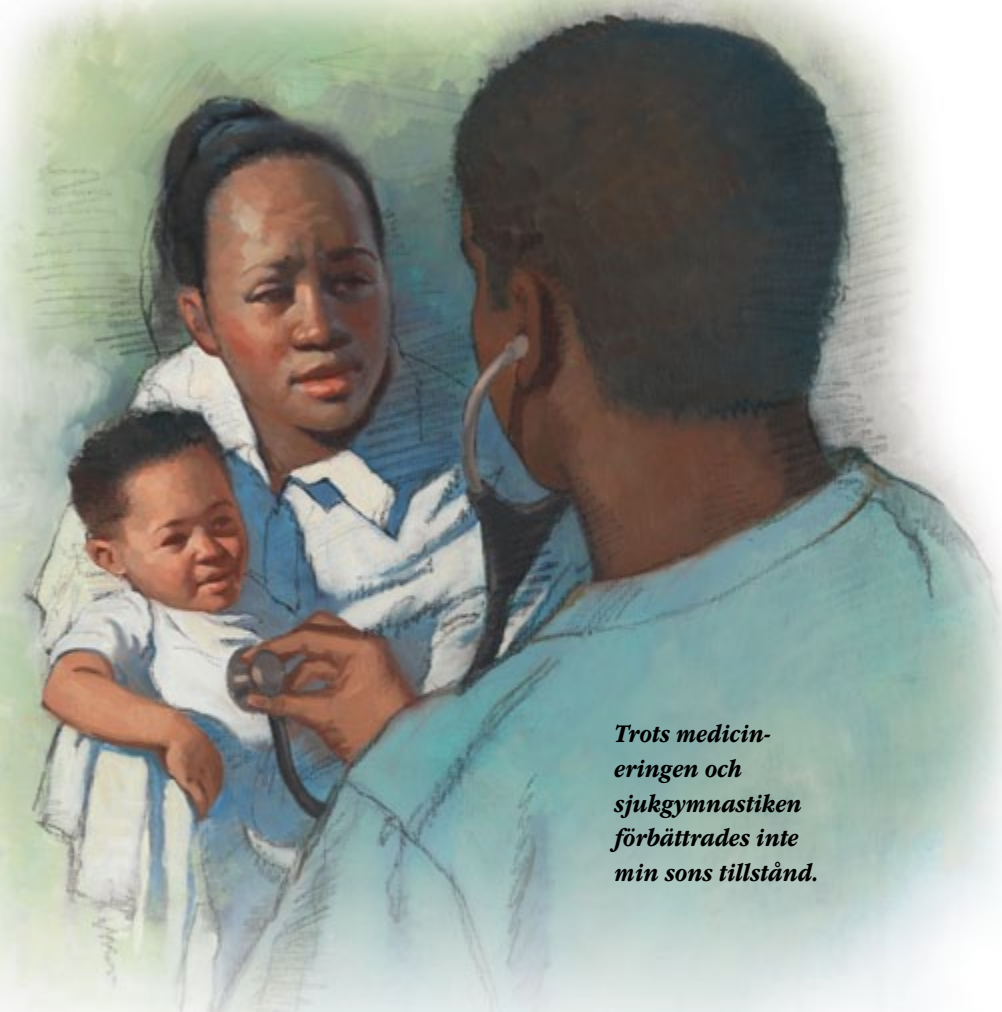
Det hade jag inte, så jag började omedelbart fasta för honom. Under sjukgymnastiken dagen därpå fastade jag fortfarande. Efter att ha undersökt min son såg sjukgymnasten förvånad ut.

"Din son är frisk", sade han. "Jag förstår det inte, men han behöver inte mer sjukgymnastik."

Jag kunde inte hålla tillbaka glädjetårarna. När jag hade kommit hem knäböjde jag och tackade Gud för hans nåd och kärlek. Jag ringde min make och berättade de glada nyheterna. Sedan avslutade jag min fasta med fridfulla känslor. Jag tvivlade inte på att Herren hade ingripit.

Min son botades tack vare tro, böner, prästadömsvälsignelser och fasta. Det råder inga tvivel om att min himmelske Fader älskar mig och att han också älskar min son. Jag är övertygad om att han fortsätter hjälpa oss att övervinna våra svårigheter. ■

Ketty Constant, Guadeloupe



Trots medicineringen och sjukgymnastiken förbättrades inte min sons tillstånd.



**Biskop
Gérald Caussé**

förste rådgivare
i presiderande biskopsrådet

Behålla tron I EN FÖRVIRRAD VÄRLD

Jag föddes i sydvästra Frankrike "av goda föräldrar" (1 Nephi 1:1) som alltsedan jag var liten har hjälpt mig utveckla tro på Jesus Kristus och ett vittnesbörd om det återställda evangeliet. I skolan, å andra sidan, uttryckte många av mina lärare tvivel om, och till och med fientlighet mot, all religiös tro. Många gånger hörde jag lärdomarna från Korihor uttalas av dem som talade nedsättande om min tro:

"Se, det är era fäders dåraktiga traditioner. Hur vet ni att de är sanna? ...

"...Se, ni kan inte veta något om det som ni inte ser" (Alma 30:14–15).

När jag var 17 år tog jag en filosofikurs på gymnasiet. En dag sade läraren till klassen: "Det finns väl ingen här som tror att Adam verkligen levde?" Sedan skannade han rummet med en frågande blick, redo att slå ner på någon som vågade erkänna att han eller hon trodde det. Jag blev som förstenad! Men min önskan att vara lojal mot

min tro var starkare. Jag tittade mig omkring och såg att jag var den enda av 40 elever som räckte upp handen. Läraren blev överraskad och bytte ämne.

Alla medlemmar i kyrkan befinner sig någon gång i sitt liv i situationer som prövar deras vittnesbörds uppriktighet och styrka. Om vi bemöter dessa trosprövningar så hjälper det oss att stå fasta i en värld som blir allt mer förvirrad. Denna förvirring är tydlig i den spärrelad av budskap som omger oss. Med internets intåg till exempel, invaderas våra liv av en oavbruten stört-skur av motsägelsefull information.

För att stärka vårt vittnesbörd och skydda oss från felsteg måste vi ständigt ge näring till och stärka vår tro.

Dessa motsägelser kan bli förvirrande och paralyserande.

Hur kan vi skilja mellan sant och falskt? Hur kan vi undvika att bli som dem som "hålls borta från sanningen för att de inte vet var de skall finna den"? (L&F 123:12).

Det är upp till oss om vi vill ha ett starkt vittnesbörd. När jag tänker på mitt förflutna inser jag att framstegen i min personliga resa berodde på några enkla principer som höll mig på rätt kurs. De här principerna gjorde det möjligt för mig utvecklas andligt trots de "mörkrets dimmor" (1 Nephi 12:17) och de snaror som omger oss alla.



***Kristi lärjungar
hungerar och törstar
varje dag efter andlig
kunskap. Denna per-
sonliga vana gör att
vi kan följa Joseph
Smiths exempel.***

Sök oavbrutet sanningen

Till dem som hävdar att ”ni kan inte veta” (Alma 30:15) har Herren sagt: ”Bed och ni skall få, sök och ni skall finna, bulta och dörren skall öppnas för er” (Matt. 7:7). Det är ett underbart löfte.

Kristi lärjungar hungerar och törstar varje dag efter andlig kunskap. Denna personliga vana grundas på studier, begrundan och dagliga böner. Den gör att vi kan följa Joseph Smiths exempel, han som ”kom ... till slutsatsen att [han] antingen måste förbli i mörker och förvirring, eller också ... be till Gud” (Joseph Smith — Historien 1:13).

Genom att studera Guds ord skyddas vi från inflytandet av falska lärdomar. Herren sade: ”Ty åt den som tar emot skall jag ge mer. Och från dem som säger: Vi har nog, från dem skall tas även det de har” (2 Nephi 28:30).

Acceptera obesvarade frågor

I vårt sökande efter sanning kan vi frestas att vilja förstå allting på

en gång. Men Guds intelligens är så oändlig att "det är omöjligt för människan att förstå alla hans vägar" (Jakob 4:8). Vi måste acceptera att vi får leva utan svaren på alla våra frågor för en tid. Liksom Nephi erkänner vi trofast att Gud "älskar sina barn, men [vi] vet inte vad allting betyder" (1 Nephi 11:17).

Herren ger oss emellertid den kunskap som är nödvändig för vår frälsning och upphöjelse. Han lovar: "Vad ni än ber Fadern om i mitt namn som är lämpligt för er, skall bli er givet" (L&F 88:64). Vi får dessa svar med tiden, "rad på rad, bud på bud, lite här och lite där" (2 Nephi 28:30), beroende på våra behov och vår förmåga att förstå.

Det är upp till oss att skilja mellan frågor som verkligen är nödvändiga för vår eviga utveckling och sådana som är resultatet av intellektuell nyfikenhet, behov av bevis eller en längtan efter personlig tillfredsställelse.

Sök Andens vittnesbörd

Var och en av oss kan uppleva ögonblick av personliga tvivel. Dessa tvivel skingras sällan av ett sökande efter rationella förklaringar. Till exempel: Vissa vetenskapliga eller arkeologiska upptäckter kan stärka vårt vittnesbörd om skrifterna, men andlig kunskap kan inte bevisas genom



Vi måste handla. Vi kan inte hoppas på att få personliga uppenbarelser om vi inte lever som trofasta Jesu Kristi lärjungar.



logiska eller fysiska bevis.

Kunskap om sanningen är baserad på ett vittnesbörd från Anden. Som aposteln Paulus sade: "Ingen [vet] vad som är i Gud utom [genom] Guds Ande" (1 Kor. 2:11).

Vi har en försäkran om att "Anden säger sanningen och ljuger inte" (Jakob 4:13). Anden kan ha ett ännu mäktigare inflytande på oss än våra fysiska sinnen. Till aposteln Petrus som just hade förkunnat sin tro, sade Jesus: "Salig är du, Simon, Jonas son. Ty kött och blod har inte uppenbarat detta för dig, utan min Fader som är i himlen" (Matt. 16:17). Hur många av Kristi samtida var det som inte kände igen honom trots att de såg honom med egna ögon, när allt kommer omkring!

Sök profeternas och apostlarnas ord

Jag hade nyligen ett samtal med en framstående medlem i en annan kyrka. Fast beslutet att avgöra om vi var en kristen kyrka, föreslog han att vi organiserade en debatt mellan de doktrinära experterna inom våra två religioner.

Kristi läras styrka och sanning vilar emellertid inte på experters debatter utan på hans utvalda lärjungars högtidliga vittnesbörd. Profeten Joseph Smith förkunnade: "De fundamentala

principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himlen."¹

Under avfallets långa århundraden rådde det ingen brist på experter i världen, men den *hade* förlorat vittnesbördet om Kristus. Som resultat har det mänskliga förnuftet ersatt styrkan i gudomlig uppenbarelse.

När vi är bekymrade måste vår första reflex vara att söka i skrifterna och de levande profeternas ord. Deras ord är ledstjärnor som inte kan vilseleda oss: "Därför utforskar vi profeterna, och vi har många uppenbarelser och profetians ande. Och med alla dessa vittnen får vi ett hopp, och vår tro blir ... orubblig" (Jakob 4:6).

Ge näring åt din tro

Vi får ingen "förvisning förrän efter det att [vår] tro har prövats" (Ether 12:6). Tro har kraften att ge kunskap om eviga sanningar. När den närmar sig fullkomlighet blir kunskap en absolut och perfekt förvisning. Om Jareds broder skrev Moroni: "Tack vare sin kunskap kunde denne man inte hindras från att se innanför förlåten ... och han trodde inte längre, ty han visste utan minsta tvivel" (Ether 3:19).

För att stärka vårt vittnesbörd och

skydda oss från felsteg måste vi ständigt ge näring till och stärka vår tro. Till att börja med behöver vi ha rena hjärtan och stor ödmjukhet. Jakob varnade Nephis folk för högmodet hos dem som "då de är lärda tror ... sig vara visa och hörsammar inte Guds råd, ty de åsidosätter det, i tron att de själva vet bättre" (2 Nephi 9:28).

För det andra måste vi handla. Aposteln Jakob lärde att "det var genom gärningarna som tron blev fullbordad" (Jak. 2:22). Vi kan inte hoppas på att få personliga uppenbarelser om vi inte lever som trofasta Kristi lärjungar. När vi respekterar förbunden vi har ingått med Gud blir vi kvalificerade att ha den Helige Andens sällskap. Han upplyser vårt intellekt och får våra andar att blomstra.

Jag vittnar om att dessa principer är sanna. Jag vet av erfarenhet att när vi tillämpar dem i vårt liv så blir vi beskyddade i denna förvirrade och vilseledda värld. De inbegriper ett underbart löfte: "Och tack vare er flit och er tro och ert tålamod i att vårda ordet så att det kan slå rot i er, se, då skall ni snart få plocka frukten därav som är högst dyrbar ... Och ni skall njuta av denna frukt ända till dess ni är mättade, så att ni inte hungrar, och inte heller skall ni törsta" (Alma 32:42). ■

SLUTNOT

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 49.

”Jag har blivit beroende av pornografi. Det förstör mitt liv. Vad kan jag göra för att sluta med missbruket?”

Pornografi är ett omfattande och allvarligt problem. Den skadar din ande och infekterar sinnet med orena tankar. Den skadar dina relationer. När du tittar på pornografi förlorar du den Helige Andens sällskap.

Det är inte lätt att övervinna missbruket, men det är enkelt — bestäm dig nu för att sluta titta på eller tänka på pornografi. Prata omedelbart med din biskop eller grensresident. Känn dig inte generad över att prata med honom. Han kan hjälpa dig att omvända dig så att Frälsarens försoning kan rena dina tankar och din ande. ”Härigenom kan ni veta om en människa omvänder sig från sina synder: Se, hon bekänner dem och överger dem” (L&F 58:43).

Gör allt du kan för att undvika pornografi i framtiden. Det kan betyda att du behöver göra dig av med din mobil och din tillgång till internet, förutom på allmänna platser och på datorer som har starka internetfilter installerade.

Fokusera dig på bön, skriftstudier, tjänande och andra upplyftande aktiviteter. Herren har sagt: ”Upphör ... med alla era vällustiga begär” och ”pryd ständigt dina tankar med dygd” (L&F 88:121; 121:45). Med uppriktig omvändelse och hjälp av Frälsaren och hans utvalda tjänare *kan* du övervinna detta missbruk.

Läs skrifterna



Be om styrka. Enos bad en hel dag och bönföll Herren om att förlåta hans synder, och genom sin tro kände han stor frid och skuld känslorna försvann. Läs skrifterna för att få den Helige Anden, för när du har hans sällskap varken tänker du på eller gör sådant som är orent. Läs Psaltaren 24:3–5 (om att hålla sig ren). Håll dig sysselsatt: Idrotta, var ute och ha roligt på ett sunt sätt och låt dig inte påverkas av så kallade vänner. Var beslutsam och avvisa frestelserna när de kommer. Kom

ihåg att vår himmelske Fader känner till allt du tänker och gör.

Ana G., 17 år, Zulia, Venezuela

Ge aldrig upp

Pornografin förstörde mitt liv, men jag har äntligen gjort mig fri från missbruket efter mycket lidande. Omvändelseprocessen blir lång och svår, men be uppriktigt varje dag om Herrens hjälp under denna prövning. Tro aldrig att du är ovärdig att omvända dig — försoningen är till för alla. Kom också ihåg att varje gång du frestas, försöker Satan dra ner dig i synden. Men det är alltid ditt val att antingen ge efter eller strunta i frestelsen. Ge aldrig upp om dig själv eller Herren. Han ger dig ingen prövning som du inte kan bära (se 1 Nephi 3:7).

En ung kvinna från Victoria, Australien

Prata med din biskop

Gå och prata med din biskop så fort som möjligt. Det är svårt att ta det där första steget, men du måste prata med honom för att kunna omvända dig. Han varken gör sig rolig över dig eller blir förskräckt. Han bryr sig om dig och vill ditt bästa. Jesus Kristus led för dina synder så att du kan känna dig fri igen från de förkrossande skuld känslor och den sorg som du har känt så länge (se Alma 5:9). Det är inte för sent att förändra sig. Du kan känna sann glädje igen. Be Gud ge dig modet att omvända dig.

Taylor P., 18 år, North Carolina, USA

Sjung en psalm



Pornografi kommer inte från Gud. Omvändelseprocessen är lång och smärtsam, men den är möjlig! Du måste ha

en önskan att förändra dig, att inse allvaret i synden och framför allt att söka hjälp av din himmelske Fader. För att undvika att falla i frestelse har jag en bild av Jesus Kristus bredvid min dator. Han är alltid där och vakar över mig! När jag börjar tänka på pornografiska bilder eller musik sjunger jag en psalm och snart är de onda tankarna bortglömda.

Natália Q., 18 år, São Paulo, Brasilien

Be

Bönens kraft är obeskrivlig. Den ger oss styrka att stå emot motgångar och avgå med seger (se L&F 10:5). Om du söker din himmelske Fader i bön ger han dig styrka att göra dig fri från frestelserna. Om du läser skrift-erna varje dag får du ännu mer styrka. Om du litar på Herren och inte på din egen styrka, befriar han dig från de kedjor som håller dig bunden. Det är genom försoningen som du kan bli botad.

Gian G., 18 år, Rivera, Uruguay

Bekänn

Jag har haft det här problemet. Det förföljer mig fortfarande. För det första: sluta titta på pornografi. Gå till din himmelske Fader. Jag kände att han förlät mig fastän jag inte trodde att jag kunde bli förlåten. Och sedan trodde jag att allt var bra. Jag ville inte att någon skulle känna till det. Jag

skämdes så. Men det är något som man behöver tala om för biskopen. Jag försökte låta bli. Men om och om igen hörde jag orden: "Om du har problem med pornografi ska du gå till din biskop." En dag, i min tempelrekommendationsintervju, kom det fram. Och det kändes så bra efteråt. Jag var fri. En börda hade lyfts bort. Efteråt berättade jag det för mina föräldrar. De var ledsna men accepterade det. Var inte rädd att berätta om det.

En ung kvinna från Tennessee, USA

Berätta det för någon

Jag var länge fångad av pornografi. Det var bara med mina föräldrars stöd och min biskops hjälp som jag till slut gjorde mig fri från det. Begränsade internetförmåner eller några veckor utan att ta sakramentet är inget stort pris att betala för glädjen att få vara ren. Professionella rådgivare kan också hjälpa dig och de dömer dig inte. De är också ett redskap som Herren har gett oss.

En ung man från Kalifornien, USA

NÄSTA FRÅGA

"Hur kan jag 'stå på heliga platser' när det finns så mycket oheligt omkring mig, till exempel i skolan?"



HUR MAN SKYDDAR SIG FRÅN FRESTELSER

"Börja ... med att hålla dig ifrån människor, material och omständigheter som är skadliga för dig ...

Inse att de som är fastkedjade av beroendeframkallande vanor ofta behöver mer hjälp än de själva kan ge, och det kan gälla dig också. Sök hjälp och välkomna den. Tala med biskopen. Följ hans råd ...

Förutom filter i datorer och kontroll av våra känslor måste vi inse att den enda verkliga kontrollen i livet är självkontroll. Utöva mer kontroll också över de gränsfall som du ställs inför. Om ett teveprogram är oanständigt, så stäng av det ...

Sök Herrens Andes sällskap och håll dig där han är. Se till att det omfattar ditt eget hus eller lägenhet och styr vilket slags konst, musik och litteratur du samlar på dig där."

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum, "Inget rum för min själs fiende", Liahona, maj 2010, s. 45, 46.

Skicka in ditt svar så att vi har det senast den 15 september, antingen genom att lägga ut det på internet på liahona.lds.org, skicka det via e-post till liahona@ldschurch.org, eller via vanlig post till:

Liahona, Questions & Answers 9/12
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Svaren kan komma att förkortas eller förtydligas.

Följande information och tillstånd måste finnas med i ditt e-postmeddelande eller brev: 1) fullständigt namn, 2) födelsedatum, 3) församling eller gren, 4) stav eller distrikt, 5) ditt skriftliga tillstånd, och, om du är under 18 år, dina föräldrars skriftliga tillstånd (e-postmeddelande går bra) att publicera ditt svar och fotografi.



**Äldste
Tad R. Callister**
i presidentskapet för
de sjuttios kvorum

Hur **VET** jag att jag har blivit **FÖRLÅTEN?**

När jag verkade som missionspresident, ställde missionärerna ofta följande två frågor: 1) Hur vet jag att jag har blivit förlåten för mina synder? och 2) Om jag har blivit förlåten, varför har jag då skuld-känslor fortfarande?

När jag fick de här frågorna brukade jag oftast svara: "Om du känner Anden — när du ber, läser skrifterna, undervisar, vittnar, eller vid något annat tillfälle — då vittnar det om att du har blivit förlåten eller, alternativt, att reningsprocessen äger rum, för Anden kan inte bo i oheliga tempel" (se Alma 7:21). I de flesta fall tar reningsprocessen tid eftersom det tar tid att få ett förändrat hjärta, men under den tiden kan vi gå vidare med visshet om att Gud gläds åt våra framsteg eftersom vi känner hans Andes närvaro.

Vissa personer dömer sig själva hårdare än Herren gör. Naturligtvis

måste vi omvända oss för att vara värdiga försoningens renande och förlåtande kraft, men när vi väl har omvänt oss finns det ingen "befläckad omvänd" i Guds rike. Det finns inget svart märke på vår högra vrist som lyder "synd från 2008" eller någon brun fläck bakom vänstra örat som lyder "överträdelse från 2010". Herren förkunnade försoningens omfattande och renande kraft när han sade: "Om era synder än är blodröda, skall de bli snövita" (Jes. 1:18). Det är det som är underverket med Jesu Kristi försoning.

I vissa situationer tror jag att våra synder renas innan skuldkänslorna försvinner. Varför är det så? Kanske är det så med Guds nåd att minnet av skuldkänslorna är en varning, en andlig "stoppskylt" som varnar oss när vi ställs inför liknande frestelser: "Välj inte den vägen. Du vet vilken smärta den kan ge." Kanske är det meningen

att det ska vara ett skydd och inte ett straff för dem som befinner sig i omvändelseprocessen.

Kommer våra skuldkänslor någonsin att försvinna? Herrens löfte är tydligt i det avseendet. Till de rättfärdiga sade Herren att tiden skulle komma när det inte ska finnas någon mer "sorg och ingen gråt och ingen plåga. Ty det som förr var är borta" (Upp. 21:4; kursivering tillagd).

Jag vet inte om vi kommer att glömma våra synder, men tiden kommer när de som omvänder sig inte längre tyngs av sina synder. Så var det för Enos, vars "skuld var utplånad" (Enos 1:6), och för de omvända lamaniterna som såg att Herren hade "tagit bort skulden från våra hjärtan" (Alma 24:10), och för Alma som utbrast: "Jag [kunde] inte längre komma ihåg mina kval" (Alma 36:19; kursivering tillagd). De kom utan tvekan ihåg sina



**Kommer våra
skuldkänslor någonsin
att försvinna? Herrens
löfte är tydligt i det
avseendet. Till de
rättfärdiga sade
Herren att tiden skulle
komma när det inte
ska finnas någon mer
"sorg och ingen gråt
och ingen plåga".**

Ju mer vi lär oss om försoningen och ju mer vi utövar tro på Kristi helande kraft, desto större blir vår förmåga att få förlåtelse och att förlåta andra.



synder, men på något sätt plågades de inte längre av dem. Försoningens omätliga krafter botade på ett mirakulöst sätt varje sår och lättade varje samvete med "Guds frid, som övergår allt förstånd" (Fil. 4:7).

Det verkar finnas två villkor som frigör oss från alla skuldkänslor och all smärta. Det första är vår orubbliga tro på Jesus Kristus och hans försoning. När Enos frågade hur hans skuld kunde vara "utplånad" (se Enos 1:6–7), svarade Herren: "Tack vare din tro på Kristus" (Enos 1:8). Alltså, ju mer vi lär oss om försoningen och ju mer vi utövar tro på Kristi helande kraft, desto större blir vår förmåga att få förlåtelse och att förlåta andra. Den andra är att vi utvecklar en karaktär som gör att vi "inte längre har någon benägenhet att göra ont, utan att ständigt göra gott" (Mosiah 5:2). När det händer ser vi inte längre oss själva i vårt "köttsliga tillstånd" (Mosiah 4:2) utan som andligt födda söner och döttrar till Gud. Vi inser att vi är en annan person än den som syndade. Scrooge, den kände figuren i Charles Dickens *En julberättelse*, hade förändrat sitt liv så mycket att han med rätta kunde förkunna: "Jag är inte den man jag var."¹

När vi omvänder oss blir vi en annan person än den vi var. Insikten om vår nya identitet, tillsammans med vår tro på Kristi renande kraft, hjälper oss nå den punkt när vi kan

säga med Alma: "Jag [kunde] inte längre komma ihåg mina kval, ja, jag sönderslets inte längre av minnet av mina synder" (Alma 36:19). Således kan vi känna oss tröstade av sanningen att Gud slutligen dömer oss för vad vi har blivit, inte vad vi har varit.

Aposteln Paulus gav några konstruktiva råd till alla oss som har syndat men som strävar efter att omvända oss. Han sade att vi bör "[glömma] det som ligger bakom och [sträcka oss] mot det som ligger framför" (Fil. 3:13). Med andra ord bör vi lägga det förflutna bakom oss och fortsätta framåt med tillit till Guds återlösande kraft. En sådan ansträngning från vår sida är en uppvisning av tro. Paulus gav också följande råd: "Salig är den som inte ... [dömer] sig själv" (Rom. 14:22).

Under tiden, tills den slutliga droppen av skuldkänslor tagits bort, kan vi, om vi känner Herrens ande, gå vidare med förtröstan på att vi har renats eller att reningsprocessen utför sitt gudomliga underverk i vårt liv. Löftet är säkert — om vi gör vårt bästa för att omvända oss, renas vi från våra synder och vår skuld sopas bort, för Frälsarens försoning omfattade inte bara våra synder utan också vår skuld. Vi kommer att vara i fullkomlig harmoni med oss själva och med Gud. ■

SLUTNOT

1. Se Charles Dickens, *A Christmas Carol in Prose* (1843), s. 150.

Vår plats

VARFÖR FÅR VI PRÖVNINGAR?

Många gånger undrar vi varför vi får problem även när vi håller buden och följer evangeliet. Vi får inte glömma att vi kom hit till jorden för att provas. När vi övervinner prövningarna och visar vår himmelske Fader genom våra val att vi älskar honom, välsignar han oss så att Herrens ande råder i vår familj.

Kahellyn V. (nedan),
Venezuela

PLIKT MOT GUD

Jag har arbetat på att få min Plikt mot Gud-utmärkelse, både när jag bodde i Venezuela och när jag flyttade med min familj till Kina.

Plikt mot Gud-programmet är verkligen inspirerat. En ung man kan lära sig underbara saker som kan tillämpas under resten av livet genom att uppnå målen i programmet. Han lär sig sådant som är andligt, timligt, fysiskt, och mycket mer.

Det är verkligen värt besväret att sträva efter att uppnå de här målen. Jag har blivit en bättre människa, mitt vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium har stärkts och jag känner mig mer redo att ta emot melkisedekska prästadömet och verka som missionär. Det känns bra att veta att jag kan vara ett gott exempel för mina framtida barn en dag.

Jonathan A., Kina



MITT FAVORITSKRIFTSTÄLLE

1 Nephi 3:7

Det här skriftstället stärker min tro, för Nephi visar under sina prövningar att han ändå lyder och gör det som Herren vill att han ska göra. Och hans himmelske Fader välsignar honom för det.

Kaila T. (ovan), Filippinerna

HITTA ETT PERSONLIGT VITNESBÖRD

Jag föddes in i kyrkan och jag hade inte något starkt vittnesbörd förrän jag började läsa skrifterna med uppriktighet. I stället för att bara läsa ord på ett papper, sökte jag ihärdigt efter deras innebörd. Jag läste Tredje Nephi 11:3 och försökte sätta mig in i folkets situation. Den versen och de som följde berörde mig verkligen. Från den stunden fortsatte jag att läsa skrifterna och be uppriktigt, och mitt vittnesbörd stärktes.

Ryan R., Washington, USA

PERSONLIG TILLVÄXT

Den 27 februari 2011 fick jag min Unga kvinnors utmärkelse. Jag är glad att jag genomförde Personlig tillväxt-programmet, att jag höll mig värdig och att jag kan bära min medaljong med stolthet. Jag vet att Unga kvinnors organisation hjälper oss att utvecklas och att förbereda oss för att vigas i det heliga templet. Jag är tacksam mot min himmelske Fader för den här organisationen. När jag förtjänade medaljongen uppnådde jag ett av mina mål och jag vet att jag kan fortsätta göra mycket gott i Herrens verk.

Katherine M., Venezuela



En UPPOFFRING, men en GLÄDJE



Min önskan att verka som missionär försvann nästan eftersom jag tyckte om pengarna som jag tjänade.

Edward M. Akosah

När jag var sex år träffade min mor missionärerna och blev medlem i kyrkan i Ghana, Afrika. Min far hade lämnat henne med fem barn, men kyrkans lärdomar hjälpte till att hålla vår familj stark. Vi älskade varandra och det rådde en fridfull känsla i vårt hem. Jag tyckte om att gå till kyrkan med mamma och att vara med på Primärs lektioner och sedan seminariet.

Som ung man kallades jag som församlingsmissionär och tyckte om att gå ut och kontakta människor med missionärerna. Jag såg också några av de unga männen i vår församling gå ut som missionär. När de kom tillbaka var de annorlunda. De var mer kunniga och mognare, både fysiskt och andligt.

Min äldre bror gick också ut som missionär. När han kom tillbaka såg jag många förbättringar i hans uttalande. Jag frågade mig själv: "Vad är det med en mission som får alla dessa personer att förändras och växa så mycket?" Jag kände en entusiasm över att själv gå ut som missionär.

När jag var klar med gymnasiet arbetade jag för att tjäna ihop pengar till missionen. Snart försvann min önskan att verka som missionär eftersom jag tyckte om pengarna som jag tjänade. Det skulle bli en uppoffring att gå ut som missionär eftersom pengarna jag tjänade hjälpte till att försörja min familj. Varje gång jag började fylla i mina missionspapper tänkte jag på pengarna jag skulle ge upp, och lade ifrån mig papprena och fortsatte arbeta.

När mina vänner åkte iväg som missionärer fick jag dåligt samvete eftersom jag visste att jag också borde göra mig redo att gå ut. Det fick mig att rannsaka mig själv. Jag tänkte:

"Att stödja profeten och mina ledare handlar inte bara om att räcka upp höger hand. Det handlar om att göra det de säger och följa vår himmelske Faders bud."

Nu var det dags att verka som missionär så jag lämnade in mina missionspapper till biskopen. Det var den näst lyckligaste dagen i mitt liv. Den lyckligaste dagen var när min biskop kallade in mig på sitt kontor och gav mig ett vitt kuvert med min missionskallelse till Nigeriamissionen Ibadan. Mitt hjärta var fullt av glädje.

På missionärsskolan fick jag större kunskap om evangeliets lärdomar och lärde mig underbara saker. Jag fick också min begåvning i templet. Jag är så tacksam för mitt beslut att gå ut som missionär och jag har aldrig ångrat det. Också jag har vuxit andligt som missionär. Jag tror det beror på att jag hjälper människor få samma evangelievälsignelser som har gett så mycket glädje till mig och min familj. ■

BILDEN AV MIG SJÄLV I TEMPLET

En snygg kille på jobbet bjöd ut mig, men han var inte medlem i kyrkan och jag hade som mål att gifta mig i templet.

Adriane Franca Leao

Som liten flicka drömde jag om att vara en del av en evig familj. Jag var 12 år när min familj beseglades i templet i São Paulo i Brasilien. Jag minns precis hur jag knäböjde tillsammans med min familj vid templets altare och hur jag och mina syskon beseglades till våra föräldrar för tid och för all evighet. Jag visste då att det var en sådan familj som jag ville ha. Jag satte en bild av templet i São Paulo vid min säng. Jag tittade på den varje kväll och förnyade mitt beslut att inte nöja mig med mindre än en evig familj.

Flera år senare arbetade jag på reklamavdelningen för ett stort företag. En dag presenterade vår chef en ny medarbetare för mig. Det var en lång ung man med vackra blå ögon, ett glatt leende och ett fantastiskt sinne för stil.

Jag kunde knappt tro det när han senare började flirta med mig. Det kändes som om jag svävade på moln! På vår första träff tyckte jag det var spännande när jag fick veta att han var trummis i ett band som hade en del framgång. Jag upptäckte också att han rökte och drack, men jag tänkte

att det inte var fel för honom eftersom han inte var medlem i kyrkan.

Den kvällen när jag kom hem var tankarna upptagna av den vackre unge mannen. Men när jag knäböjde för att be såg jag min bild på templet och en konstig känsla kom över mig. Jag struntade i den och gick och lade mig.

Dagen därpå när vi gick ut tillsammans kändes det inte bra när han drack och rökte. Jag skämdes över att sitta vid ett bord med drinkar, även om jag inte hade rört någon av dem. Jag blev först glad och sedan frustrerad när han försökte kyssa mig. När jag kände lukten av cigaretter och

alkohol i hans andedräkt blev det inte mer än ett försök till en kyss!

Jag knäböjde vid min säng för att be samma kväll och tittade på bilden av templet. Jag insåg att den här unge mannen inte var det slags person som kunde ta mig till templet för att vigas för evigt.

Jag lade mig ner och somnade, men inte förrän jag med glädje hade tänkt på mitt mål att gifta mig med en värdig ung man som jag kunde bilda en evig familj med.

Trummisen var fortfarande attraktiv, men hans romantiska utseende imponerade inte längre på mig. Jag visste vilket slags äktenskap jag ville ha.

Ett år senare gifte jag mig i templet i São Paulo med en värdig prästdömsbärare som jag älskar. Det var värt besväret att vänta på en trofast ung man som tillsammans med mig kunde ta emot den underbara välsignelsen av Herren. ■

Gå till store.lds.org för att köpa en egen bild av templet. Klicka på fliken "Music, Media, and Art" och sedan på "Temple Pictures".





Vägledning för de unga: ETT ANKARE FÖR VÅR TID



David L. Beck
Unga mäns
generalpresident



Elaine S. Dalton
Unga kvinnors
generalpresident

Första presidentskapet har skrivit att normerna i Vägledning för de unga "hjälp dig med de viktiga val du gör nu och kommer att göra i framtiden."¹ När den nya utgåvan av häftet kom ut fick kyrkans tidningar möjlighet att prata med Unga kvinnors generalpresident Elaine S. Dalton och Unga mäns generalpresident David L. Beck om det reviderade häftet.

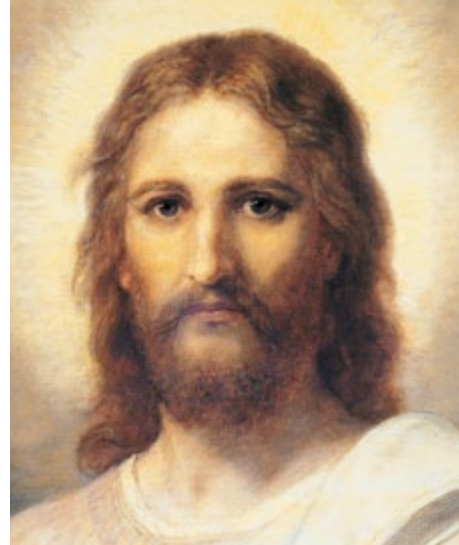
Varför en ny utgåva av Vägledning för de unga nu?

Broder Beck: Herrens normer har inte förändrats, men motståndarens angrepp mot dessa normer har ökat

i antal och intensitet. *Vägledning för de unga* har uppdaterats för att hjälpa ungdomarna motstå dessa angrepp.

Syster Dalton: Profeterna fortsätter att tala i tydliga ordalag till ungdomarna, och vi vill göra deras aktuella ord tillgängliga. Ungdomarna behöver vara förankrade i att följa profeten, så de senaste lärdomarna har integrerats i häftet.

Broder Beck: Som president Thomas S. Monson har påmint oss, växer dagens ungdomar upp i en tid när gapet mellan Herrens normer och världens normer vidgas alltmer.² Frestelserna blir större,



och ett syndigt beteende blir alltmer socialt acceptabelt. De inspirerade råden i det nya häftet är en bevis på vår himmelske Faders kärlek till ungdomarna. Han vill att varje ung person ska få ta del av välsignelserna av att följa evangeliet och har gett dem normer för att hjälpa dem. Han har ett viktigt arbete för dem att utföra nu. Normerna i *Vägledning för de unga* hjälper till att förbereda dem för att utföra hans verk.



avdelning: ”Fysisk och känslomässig hälsa.” Man behöver vara i fysisk god form och ta hand om sin kropp, men man behöver också vara uppmärksam på sin känslomässiga hälsa.”

Broder Beck: Ytterligare betoning har också lagts på att följa Anden och att leva värdigt så att man kan besöka templet.

Hur kan du göra *Vägledning för de unga* till en del av deras liv?

Syster Dalton: Jag skulle vilja att de tittade efter välsignelserna som nämns i häftet och tänka på hur de här välsignelserna leder dem till deras mål. Jag tror verkligen att den här generationen förbereder jorden för Frälsarens andra ankomst. Jag skulle uppmana ungdomarna att tänka på att de med tillförsikt vill stå i hans närhet när han kommer tillbaka.

Broder Beck: Häftena *Min plik mot Gud* och *Unga kvinnor:*

Personlig tillväxt har också flera bra förslag. I avsnitten med rubriken ”Lev värdigt” i *Plikt mot Gud* inbjuds unga män att studera normerna i *Vägledning för de unga*, göra upp en plan för att följa dem och sedan berätta om sina upplevelser för andra. När de gör detta stärker de inte bara sitt eget vittnesbörd utan också andras.

Syster Dalton: En annan intressant övning för ungdomarna kan vara att gå igenom *Vägledning för de unga* och ringa in alla gånger Anden nämns. När de följer normerna har de den Helige Andens ständiga sällskap. Och när ungdomarna ska fatta

Vad har uppdaterats i den här utgåvan?

Syster Dalton: ”Arbete och oberoende” har lagts till. Många ungdomar använder så mycket tid till den nya teknologin — sociala nätverk, internet-surfande, tevespel — att de egentligen aldrig lär sig att arbeta. Det är ett bekymmer, för när en ungdom går ut som missionär är han eller hon ibland inte redo för det hårda arbetet, varken i fysisk eller andlig bemärkelse. Detta stämmer väl överens med en annan ny



viktiga beslut i livet behöver de detta sällskap.

Broder Beck: Jag ser också häftet som en bra resurs för att dela med sig av evangeliet. Vi kan använda det för att hjälpa våra vänner förstå varför vi lever som vi gör. Ungdomarna kan också använda det för att förbereda hemaftonslektioner, sakramentsmötetal eller lektioner till kyrkans kurser — eller bara för att få svar på frågor om Herrens normer. När ungdomarna gör det här går lärdomarna och principerna i *Vägledning för unga* djupt in i hjärtat och blir en del av vem de är.



Vad skulle du säga till dem som tycker att det är svårt att följa det här normerna i dagens värld?"

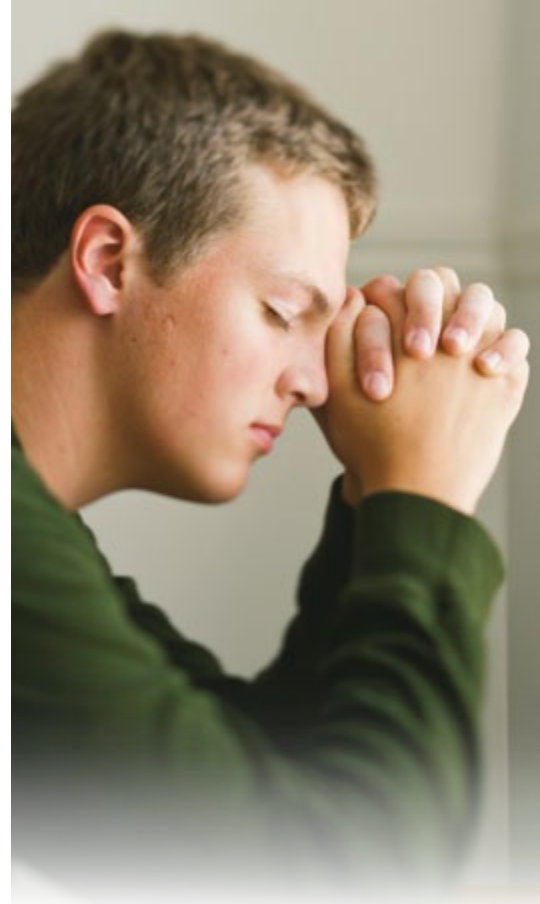
Syster Dalton: Jag skulle säga: "Du har rätt. Det är svårt." Men jag skulle påminna dem om att det är mycket svårare när man *inte* följer normerna. Synd komplicerar livet och leder dig till att behöva hantera sådant som du inte vill hantera. Jag skulle säga att nyckeln till lycka är att följa normerna i *Vägledning för de unga*, och alla vill vara lyckliga.

Broder Beck: Inget som den här världen har att erbjuda kan jämföras med den Helige Andens tröstande inflytande, med tillfredsställelsen att veta att din himmelske Fader är nöjd med dig, eller med kraften i tempelförbunden. Det här är välsignelserna som utlovas till dem som följer Herrens normer.

Syster Dalton: Så många unga kvinnor säger: "Jag gjorde något som var fel, så jag kan inte komma till kyrkan mer." Då börjar de göra ännu värre saker. Men jag skulle säga: "Du *kan* omvända dig. Du kan ändra dig, och nu är det rätt tid för det. Idag är rätt dag. Det här är ditt ögonblick."

Vilka råd skulle du ge ungdomar som inte får mycket stöd hemma för att följa de här normerna?

Broder Beck: Jag tror att Herren placerar var och en av oss där vi kan göra mest nytta med de andliga gåvor han har gett oss. Om din familj inte delar din hängivenhet mot att följa Herrens normer ska



du inte ge upp. Fortsätt leva så som du vet att du bör, för du vet aldrig vem din familj som kan iakttä dig och egentligen får styrka av ditt exempel.

Syster Dalton: Kom också ihåg vem *du* är. Du bevarades för att kunna vara på jorden nu eftersom du har ett starkt vittnesbörd om Frälsaren. Du bevisade det i förutttillvaron. Som broder Beck nämnde kan din familj välsignas av att du följer normerna. Kompromissa inte. Ge inte upp. När vi följer normerna kan vi vara ett ljus. Vi kan återspegla Frälsarens ljus.

Vilka välsignelser får ungdomarna när de följer normerna?

Broder Beck: Herren har utlovat många underbara välsignelser till dem som är trofasta mot normerna som han har fastställt. Några är

omedelbara: Den Helige Andens sällskap, samvetsfrid och ökad tro och självtillit. Varje gång vi följer ett bud stärks vår förmåga att lyda.

Syster Dalton: Världen säger: ”Pröva allting. Eftersom du är ung nu, kan du experimentera.” Det som händer när du följer det budskapet är att det blir som en tratt som är vid högst upp men sedan blir smal i andra änden. Din handlingsfrihet begränsas av de besluten. Experiment kan leda till missbruk. Ett ögonblicks



spänning kan leda till graviditet utanför äktenskapet eller en förändring av din livsplan. Men om du går den raka vägen — vänder upp och ner på tratten — och följer Herrens normer, öppnas hela världen för dig och blir allt vidare när du följer buden. I stället för att vara bunden till dina misstag har du friheten att leva det slags liv som gör dig lycklig.

Broder Beck: Världen behöver ungdomar som förstår värdet av dessa välsignelser och hur man kvalificerar sig för dem. Det finns många bland dina vänner och jämnåriga som letar efter alternativ till världens sätt, som vill ha sanna principer att bygga sitt liv på. Allt de behöver är ditt exempel och vittnesbörd.

Är det något annat ni skulle vilja säga till ungdomarna?

Syster Dalton: Budskapet jag vill ge ungdomarna är att omvändelse inte är något dåligt. Det är en välsignelse. Frälsaren gav oss förmågan att omvända oss. Vänta inte. Vi kan förändra oss och det hjälper oss att följa normerna. En dygdig ung man eller ung kvinna ledd av Anden kan förändra världen. Du kan vara just den personen.

Broder Beck: Vi älskar dig och vi gläds åt din godhet. Det är härligt och inspirerande för oss att se din trofasthet. Om du känner dig ensam så kom ihåg att det finns tusentals ungdomar som dig runtom i världen som har beslutat sig för att följa Herrens normer. Kom också ihåg att den Helige Anden kan vara din ständige ledsagare. Lev värdig hans närvaro, följ hans maningar och låt honom trösta dig när du behöver det. Vår himmelske Fader älskar dig och litar på dig. Han har stora ting i beredskap åt dig. ■

SLUTNOTER

1. *Vägledning för de unga* (2011), s. II.
2. Se Thomas S. Monson, ”Våga stå ensam”, *Liahona*, nov. 2011, s. 60.

HUR KAN JAG FÖRKLARA FÖR MINA VÄNNER ATT VÅRA NORMER INTE BEGRÄNSAR OSS?

Du kan använda liknelsen med en tratt som syster Dalton nämner. Genom att pröva sådant som världen föreslår, förminskar du din framtid på grund av de negativa konsekvenserna. Vi vänder på tratten, så att många möjligheter öppnas för oss nu och i framtiden när vi följer normerna och buden.

Normerna hjälper oss att:

- Ha den Helige Andens sällskap, särskilt när vi ska göra viktiga val.
- Njuta av glädje och frihet i stället för att uthärda konsekvenserna av missbruk eller synd.
- Vara värdiga templets välsignelser och evigt liv, vilket är vårt yttersta mål.



Mammas EXEMPEL

Erin Barker

Jag slängde ner tallriken i diskmaskinen och grät i ren frustration.

”Erin, du kan gå på poolpartyt”, sade pappa. ”Du kan ta en paus.”

”Det handlar inte om det!” skrek jag när jag stormade ut ur rummet.

Mitt utbrott handlade inte om Adrianes poolparty. Min mamma och min yngre syster Abby låg sjuka i lunginflammation. Pappa och jag hade tillbringat den senaste veckan med att ta hand om dem och att försöka få hushållet att fungera normalt. Det innebar att vi lagade mat, städade, handlade, tvättade och skjutsade omkring mina två andra systrar.

Allt det här dämpade min gnagande oro och min rädsla. Jag var orolig för min familj och nervös över att jag snart skulle åka iväg och gå på college. Så jag höll mig sysselsatt och försökte strunta i rädslorna. Jag hade till och med tänkt hoppa över Adrianes party, men jag var trött och tanken på en bekymmerslös kväll tillsammans med mina vänner vid en pool var droppen som fick bägaren att rinna över. Jag exploderade och tog ut min frustration på pappa.

Jag grät en stund i mitt sovrum. Sedan kände jag mig skyldig och gick upp på övervåningen för att se om mamma eller Abby behövde något. Mamma höll på att ge medicin till min feberrosiga syster. Mamma kunde knappt andas och hade legat till sängs i flera dagar. Pappa och jag uppmanade henne att gå och lägga sig. Vi sade att vi kunde ta hand om Abby. Hon lyssnade inte.

”Jag är okej. Gå ni och sov”, sade hon. ”Abby behöver mig.”

Jag försökte låta bli att gråta när jag såg mamma trösta min tioåriga syster. Hon tog tempen, hjälpte henne i säng och kröp sedan själv upp i sängen och höll om hennes skakande kropp. Abby slutade jämra sig och blev lugn av mammas beskydd.

Mamma var sjukare än hon någonsin varit tidigare. Lunginflammationen ledde så småningom till att hon fick ligga på sjukhus i flera dagar. Ändå glömde hon bort sig själv mitt i prövningen. I stället för att klaga på sitt eget sjukdomstillstånd hittade hon ett sätt att lindra sin dotters smärta.

Jag hade planerat att vara martyr den kvällen och stanna hemma och hjälpa till. I stället blev jag generad över mitt utbrott och ödmjuk genom det som mamma gjorde. När jag iakttog henne visste jag att hon skulle göra vad som helst för att hjälpa mina systrar och mig.

Jag kände hennes kärlek den kvällen och ville följa hennes exempel. Jag bestämde mig för att visa dem jag älskar att jag finns där när de behöver mig, oavsett vilka personliga uppoffringar som krävs. ■





Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kворum berättar om några tankar han har om det här ämnet.

Kvinnorna är viktiga i kyrkan!

Kvinnor är döttrar till vår himmelske Fader, som älskar dem.

Gud gav kvinnan gudomliga egenskaper som styrka, dygd och kärlek.

Hustrur är jämställda med sina män. Hustrur och män arbetar sida vid sida för att fylla familjens behov.

Kvinnorna i kyrkan idag är starka och trofasta.

Mycket av det vi åstadkommer i kyrkan sker tack vare kvinnornas osjälviska tjänande.

Sista dagars heliga kvinnor är otroliga! ■

*Från "Sista dagars heliga kvinnor är otroliga!"
Liahona, maj 2011, s. 18–21.*



Böner, tackkort och naturkatastrofer

Fastän de här båda flickorna talar olika språk och bor tusen mil från varandra har de något speciellt gemensamt: De hittade båda sätt att ha en positiv inställning när naturkatastrofer drabbade deras hemort. Ta en titt på de sanna berättelserna om Honoka O. från Japan och Maggie W. från Missouri i USA. Vad hjälpte dem att vara trofasta och optimistiska under en ledsam och skrämmande tid?

Marissa Widdison
Kyrkans tidningar



Honoka

Jag heter Honoka och jag bor i Chiba prefektur i Japan. Jag tycker om att leka, hoppa hopprep och rita. Min dröm är att bli illustratör en dag.



Maggie

Hej! Jag heter Maggie och bor i Joplin i Missouri i USA. En kväll såg mamma en stormvarning på nyheterna och vi gick allihop ner i källaren. Den höga, tjutande vinden skrämde mig. Jag var orolig för mina vänner och våra djur. Efter stormen var jag tacksam över att min familj hade klarat sig, och huset hade inte så stora skador.



Honoka

Min favoritberättelse i skrifterna är Lehis dröm (se 1 Nephi 8). Jag tycker att Primär är mycket viktig eftersom jag kan lära mig mycket om Gud och Jesus där. Jag tycker om



sakramentsmötet eftersom jag kan känna att jag blir ren när jag tar sakramentet, och det gör mig så glad.

Jag var i skolan när en stor jordbävning kom. Först tänkte jag: "Fy vad otäckt! och "jag undrar om min familj är okej." Jag bad inom

sig att de skulle vara i säkerhet och att alla andras liv skulle skonas. Senare fick jag veta att inga av mina vänner hade skadats. Jag kände då att Gud hade skyddat oss. Jag vet att Gud och Jesus lever.



Maggie



Många andra hus och företag hade förstörts av tornadon som drog genom staden. Jag kände mig ledsen för dem som hade förlorat nära och kära. Mina föräldrar och min storebror och storasyster bestämde



sig för att hjälpa till att röja upp i vår stad.

Det fick mig att tänka på skriftstället: "När ni är i era medmänniskors tjänst, är ni endast i er Guds tjänst" (Mosiah 2:17).

Jag ville också hjälpa till att röja men mamma sade att det kunde vara farligt för ett barn. Då kände jag hur den Helige Anden gav mig en bra idé om hur jag kunde göra andra glada. Jag skrev tjugo tackkort som jag skulle ge till volontärer. Jag använde mycket tid till att göra varje kort speciellt så att den som fick det kunde känna Anden och veta att han eller hon var mycket viktig för vår stad.

Jag lärde mig att även om man inte kan göra en viss sak för att tjäna så kan man alltid komma på andra sätt att tjäna. Vår himmelske Fader välsignar dig när du tjänar honom och dina medmänniskor.



''Må era hem vara
fyllda med kärlek
och **vänlighet**
och med
Herrens
Ande.''

President Thomas S. Monson
Från generalkonferensen i april 2012





Jay R., 5 år, från Indonesien älskar sin familj väldigt mycket. Hans föräldrar har lärt honom att älska andra. Han har många vänner och han tycker om att dela med sig till dem. Han älskar Herrens skapelser, till exempel växter och djur. Han tycker mycket om insekter och till och med spindlar eftersom de gör sina egna nät. Han är tacksam för allt som Herren har skapat åt honom.



Lucas L., 9 år, Argentina

UTVECKLAR TRO PÅ GUD



Häftet *Tro på Gud* har hjälpt mig bli bättre på att hålla min himmelske Faders bud. Jag vill uppmuntra alla barn att göra häftet och utveckla sina talanger genom att tjäna i kyrkan. Jag satte upp ett mål och spelade fiol i en duett med min bror i kyrkan. Jag har en bror som är ute som missionär — han är ett bra exempel för mig, liksom alla medlemmarna i min familj!

Charlotte de B., 10 år, Frankrike



Rebeca B., 4 år, från Brasilien, tycker om att gå till kyrkan. Hon vill alltid sjunga "Jag är Guds lilla barn" och "Familjer kan vara tillsammans för evigt" på hemaftonen varje vecka, och hon kan alla orden. När hon var bara tre år och några månader gammal kunde hon redan de tre första trosartiklarna. Hon kallar söndagen Herrens dag och är en välsignelse för sin familj.



Timothy K., 3 år, Ukraina

Du kan lägga ut en teckning, ett fotografi eller en upplevelse på internet för Vår sida på liahona.lds.org; eller skicka den via e-post till liahona@ldschurch.org med "Our Page" på ämnesraden, eller via vanlig post till:

Liahona, Our Page
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Varje bidrag måste innehålla barnets fullständiga namn, kön och ålder (måste vara mellan 3 och 11 år) samt föräldrarnas namn, församling eller gren, stav eller distrikt och ett skriftligt tillstånd från föräldrarna (e-postmeddelande går bra) att publicera barnets foto och bidrag. Brev kan komma att förtydligas eller förkortas.

Du kan använda den här lektionen och aktiviteten för att lära dig mer om månadens tema i Primär.

Jag väljer att **fylla mitt liv** med sådant som **inbjuder Anden**

Vi kan läsa en fantastisk berättelse i Bibeln om Sadrak, Mesak och Abed-Nego. Kung Nebukadnessar kastade de här tre vännerna i en brinnande ugn eftersom de vägrade att tillbe en guldstaty som han hade skapat. De tre israeliterna sade till kungen att de bara ville tillbe en Gud. Eftersom de unga männen var trofasta befriade Gud dem från att brännas och räddade deras liv. (Se Daniel 3.) Den här berättelsen handlar om att man ska lita på Gud och vara trofast och modig. Den handlar också om goda vänner som hjälper varandra att välja det rätta.

Tillsammans valde Sadrak, Mesak och Abed-Nego att hålla sitt löfte att bara dyrka Gud. De valde att ha tro på att Gud skulle rädda dem. De valde att inte vara rädda för kungen utan att lita på Gud. President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt: "Vi behöver alla sanna vänner som älskar oss, som lyssnar på oss, som visar oss vägen och som vittnar om sanningen för oss" (se "Sanna vänner", *Liahona*, juli 2002, s. 32).

Kom ihåg att bra vänner påverkar ditt liv genom att hjälpa dig att välja det rätta. Leta efter vänner som Sadrak, Mesak och Abed-Nego och var en sådan vän som de var! ■

Sång och skriftställe

- "Jag vill gärna likna Jesus", *Barnens sångbok*, s. 40–41.
- Trosartiklarna 1:13

Bara för dig

Här är några förslag på hur man kan vara en bra vän:

- Skriv i din dagbok i slutet av veckan vad du gjorde för att vara en bra vän till någon.
- Fundera på hur du kan visa din kärlek till dina vänner.
- Skriv ner hur du och dina vänner kan stärka din tro på Gud.
- Berätta för en förälder eller primärledare vad du gör för att vara en bra vän.

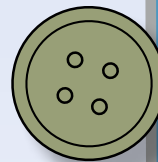
Du hjälpte en flicka när hon gjorde sig illa på lekplatsen. Gå framåt ett steg.

Du frågade en ny elev om han eller hon ville sitta bredvid dig på bussen. Gå framåt ett steg.

VDR-spel: Vänskap

Spela det här spelet för att lära dig mer om hur man är en bra vän. Du behöver ha en böna eller en knapp till varje spelare och små papperslappar med siffrorna "1", "2" eller "3". Lägg papperslapparna i en påse eller ett kuvert.

För att spela väljer en person en papperslapp och flyttar sin böna eller knapp så många steg som det står på lappen. Läs vad som står på den platsen och följ instruktionerna. Spelet är inte slut förrän alla har nått målet som en bra vän!



En flicka tappade sin lunchbricka, men du hjälpte henne inte att ta upp den. Gå tillbaka ett steg.

Du delade med dig av din lunchmat till en pojke som inte hade någon. Gå framåt ett steg.

Du lät någon vara med och leka på en rast. Gå framåt ett steg.

Din familj hälsade på hos en ny granne. Gå framåt ett steg.

SLUT

Du hjälpte en lillebror med hans sysslor. Gå framåt ett steg.

Du skrattade åt en pojke som ser annorlunda ut. Gå tillbaka ett steg.

Du berättade om evangeliet för en vän. Gå framåt ett steg.

Du gav andra modet att göra rätt val. Gå framåt ett steg.

Du retade en vän och sårade hennes känslor. Gå tillbaka ett steg.

Lär sig att tjäna andra

Heidi S. Swinton

Thomas Spencer Monson fick sitt namn efter sin morfar Thomas Condie. Unge Tommy lärde sig mycket av sin morfar som bodde bara några hus bort. Den lärdom han kommer ihåg bäst är hur man tjänar andra.

En dag när Tommy var omkring åtta år gammal satt han och hans morfar i hammocken på verandan. En gammal man från England bodde på samma gata. Han hette Robert Dicks, men de flesta av grannarna kallade honom för "gamle Bob". Han var änkeling och fattig.

Gamle Bob kom över och satte sig i hammocken tillsammans med Tommy och hans morfar. Han sade att det lilla huset av soltorkat tegel där han bodde skulle rivs. Han hade ingen familj, inga pengar, och ingenstans att ta vägen.

Tommy undrade vad hans morfar skulle ha att säga om den sorgliga nyheten. Hans morfar drog fram en liten läderportmonnä ur fickan.

Han tog fram en nyckel och lade den i gamle Bobs hand. "Mr Dicks", sade han mjukt, "du kan flytta dina saker till mitt tomma hus här intill. Det kostar dig inte ett öre och du kan stanna där så länge du vill. Och kom ihåg, ingen kommer någonsin att köra ut dig igen." Gamle Bob fick tårar i ögonen.

Tommys mamma lärde honom också hur man älskar och tjänar andra. Varje söndag innan familjen Monson åt middag, gjorde Tommys mamma iordning en tallrik med rostbiff, potatis och sås till gamle Bob. Ibland fanns det också med en bit av Tommys mammas berömda kaka med lager av rosa, grön och vit sockerkaka och chokladglasyr. Tommys jobb var att gå över med tallriken till gamle Bob.

Först förstod inte Tommy varför han inte kunde få äta först och sedan gå över med





ORD AV PRESIDENT MONSON

”Jag tror att vi visar kärlek genom hur vi lever, hur vi tjänar och hur vi välsignar andra. När vi tjänar andra, visar vi dem att vi älskar dem och vi visar också Jesus Kristus att vi älskar honom” (”Vänner emellan”, *Lilla stjärnan*, nov. 1997, s. 6).

tallriken. Men han klagade aldrig. Han sprang fort ner till gamle Bobs hus med den fullastade tallriken. Han väntade otåligt medan gamle Bob sakta gick fram till dörren.

Sedan bytte de tallrikar med varandra — Bobs rena tallrik från söndagen innan mot Tommys tallrik som var fullastad med mat. Bob brukade erbjuda en tjugofemöring som betalning för vänligheten.

Men Tommys svar var alltid detsamma: ”Jag kan inte ta emot några pengar. Mamma skulle ge mig ett kok stryk.”

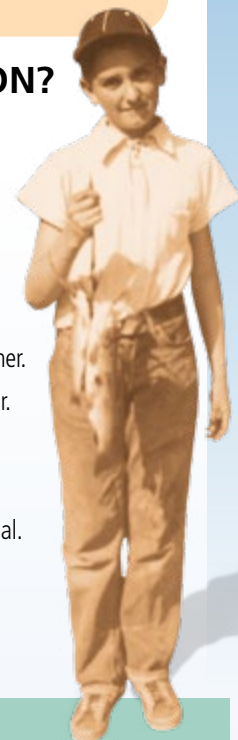
Den gamle gentlemanen klappade Tommy på hans blonda hår och sade: ”Min pojke, du har en underbar mor. Hälsa henne och tacka.” När Tommy rapporterade tillbaka gamle Bobs komplimang till sin mamma, glittrade hennes ögon av tårar.

I familjen Monsons hem var det viktigt att visa kärlek, ge osjälviskt till andra, sätta andra först och att vara en bra vän och en bra granne. Allt detta har blivit utmärkande för president Monsons liv. ■

PÅ VILKA SÄTT ÄR DU SOM PRESIDENT MONSON?

Vad har du gemensamt med profeten? Här är en lista över sådant som beskriver president Monson när han var liten. Kryssa för rutorna bredvid de saker som ni har gemensamt.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Han hade en storasyster. | <input type="checkbox"/> Han tyckte om hemmagjord glass. |
| <input type="checkbox"/> Han var det andra barnet i sin familj. | <input type="checkbox"/> Han hade ett lånekort. |
| <input type="checkbox"/> Han föddes på en söndag. | <input type="checkbox"/> Han tyckte om att leka med sina kusiner. |
| <input type="checkbox"/> Han var den äldsta brodern i sin familj. | <input type="checkbox"/> Han tyckte om att vara med sin morfar. |
| <input type="checkbox"/> Han hade ett smeknamn (se nedan). | <input type="checkbox"/> Han bodde bredvid järnvägsspåren. |
| <input type="checkbox"/> Han hade fem bröder och systrar. | <input type="checkbox"/> Han gjorde ärenden åt sin mamma. |
| <input type="checkbox"/> Hans pappa lagade ofta frukost till honom. | <input type="checkbox"/> Han döptes när han var åtta år gammal. |
| <input type="checkbox"/> Han fick ett vittnesbörd om evangeliet när han var liten. | <input type="checkbox"/> Han tyckte om att fiska. |



NAMN OCH SMEKNAMN

Matcha vart och ett av president Monsons namn och smeknamn med situationen när det användes.

SITUATION	NAMN ELLER SMEKNAMN
1. Vad andra kallade honom i kyrkan och i skolan när han var liten.	a. Pappa
2. Vad kyrkans medlemmar kallar honom idag.	b. Nervöse Willy
3. Vad hans barnbarn kallar honom.	c. Tom eller Tommy
4. Vad hans barn kallar honom.	d. Thomas Spencer Monson
5. Ett smeknamn hans mamma gav honom eftersom han tyckte om att hålla igång och göra saker i stället för att vila.	e. President Monson
6. Hans fullständiga namn, som användes när han döptes.	f. Morfar eller farfar

Har du ett smeknamn som beskriver något som är särskilt just med dig?

Svar: 1. c; 2. e; 3. f; 4. a; 5. b; 6. d.

Leutes HEM

Adam C. Olson

Kyrkans tidningar

Varje kväll samlas Leutes familj i sin traditionella samoanska *fale*, en ovalformad hydda på pålar. Den är omkring fem meter lång och 3 meter bred. Den har inga väggar, men ibland sätter de upp skynken för att det ska bli mer privat.

Leute, 10 år, och hennes familj sitter i en ring på golvet och läser skrifterna tillsammans. De sjunger psalmer och samtalar om sådant som rör familjen innan de går och lägger sig.

Den här stunden som de tillbringar tillsammans varje kväll kallas *sā*, som betyder "helig". Det är en stund som de flesta familjer i Samoa tillbringar tillsammans.

Profeterna har sagt att våra hem bör vara heliga, som templet är. Oavsett hur vårt hus ser ut finns det saker vi kan göra för att inbjuda Anden i vårt hem och göra det till en vacker, glad plats där det råder frid och där man lär sig saker. ■

När Leute har rullat ut sin sovmatta och hängt upp sitt myggnät ber hon en bön.

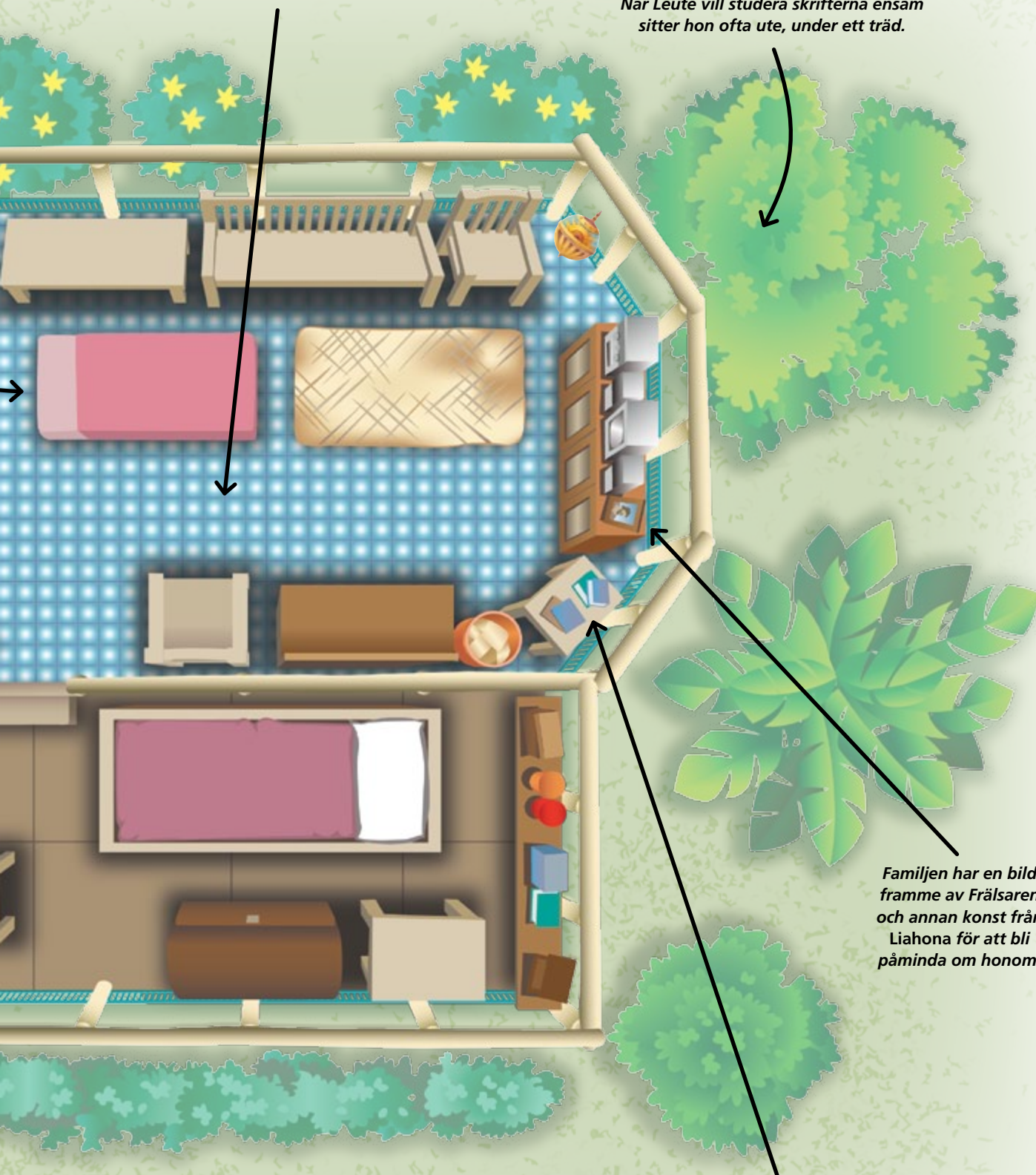
Familjen samlas ofta hos Leutes morföräldrars fale för att ha familjeafton.

ILLUSTRATION STEVEN KEELE; FOTO ADAM C. OLSON



Familjen samlas i sin fale för att be familjebön, läsa skrifterna tillsammans och ha familjesamtal nästan varje kväll.

När Leute vill studera skrifterna ensam sitter hon ofta ute, under ett träd.



Familjen har en bild framme av Frälsaren och annan konst från Liahona för att bli påmind om honom.

Måltiderna är viktiga stunder för familjen. Familjen lagar mat över öppen eld eller använder heta stenar i en kokgrop som kallas umu kuka.

Familjen har sina skrifter, lektionsböcker och nummer av Liahona på ett bord.

Tjänar vår himmelske Fader

Jane McBride Choate

Baserad på en sann berättelse



5.

När Erin grät gav Kevin
hennes en nallebjörn.



6.

Jag vet att vår
himmelske Fader är
glad över hur du tjänar
honom idag.



Men jag åkte ju
inte till templet.

7.

Nej, men du
hjälpste din bror och
syster att göra sig i
ordning. Och du hjälper
mig att ta hand om Erin.



8.

När du hjälper
andra, tjänar du vår
himmelske Fader.



Roligt tjänande

Titta närmare så ser du att inte alla bilderna som handlar om tjänande är likadana. Kan du hitta två som är annorlunda?



Gör din plikt

President Thomas S. Monson säger att det är viktigt att vi gör vår plikt. Kan du hitta fem skillnader mellan de här två bilderna? Vilket barn har gjort sin plikt?



Nya områdesledare utsedda

Första presidentskapet har tillkännagett förändringar i ledaruppdrag som gäller från och med 1 augusti 2012. Alla medlemmar i områdespresidentskapen är medlemmar i de sjuttios första eller andra kvorum. ■

Presidentskapet för de sjuttios kvorum



Ronald A. Rasband
Hjälper till med alla områden



Walter F. González
1. Nordamerika Sydöst



L. Whitney Clayton
2. Utah Nord
3. Utah Salt Lake City
4. Utah Syd



Donald L. Hallstrom
5. Nordamerika Nordöst



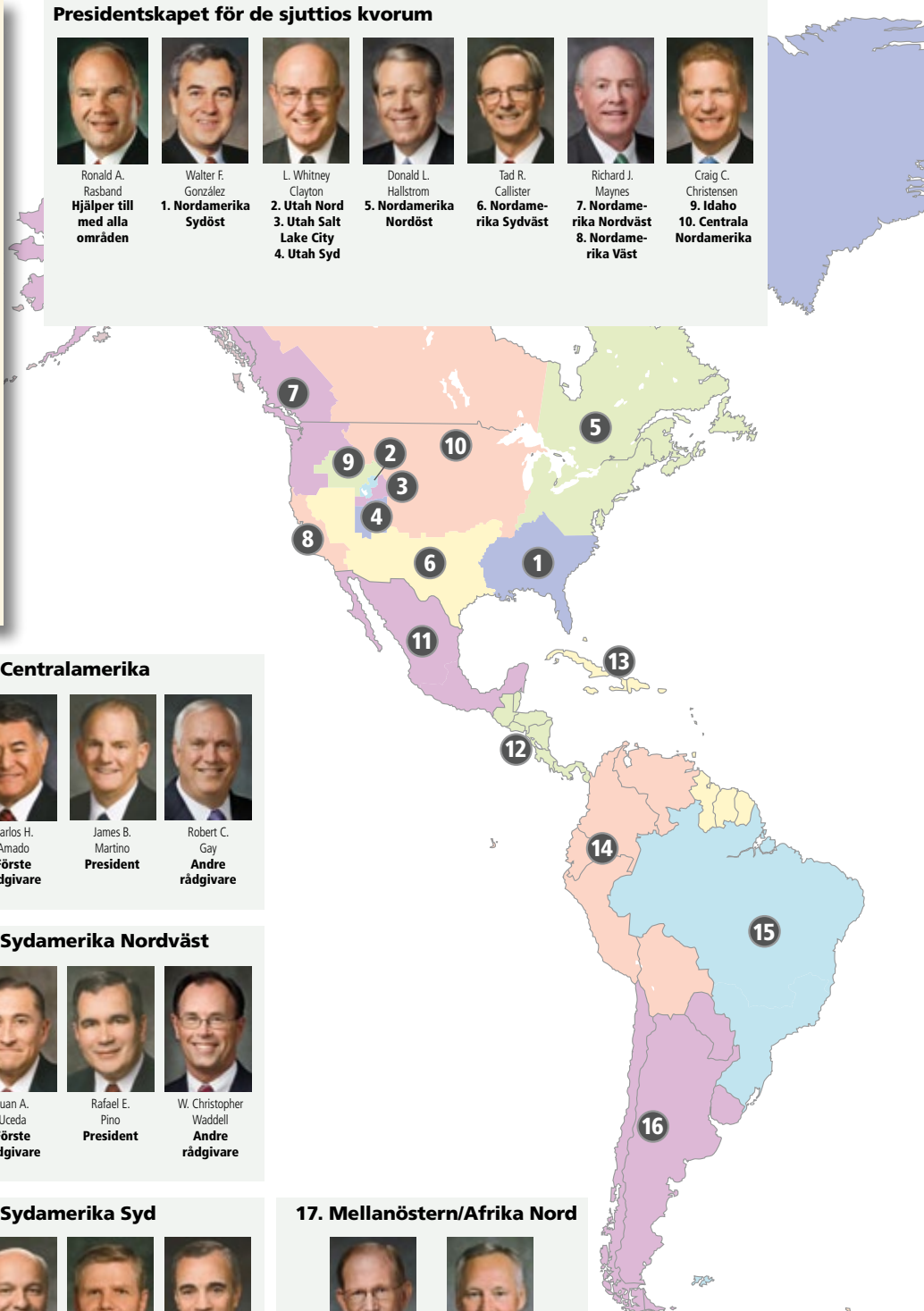
Tad R. Callister
6. Nordamerika Sydväst



Richard J. Maynes
7. Nordamerika Nordväst
8. Nordamerika Väst



Craig C. Christensen
9. Idaho
10. Centrala Nordamerika



11. Mexiko



Benjamin De Hoyos
Förste rådgivare

Daniel L. Johnson
President

José L. Alonso
Andre rådgivare

12. Centralamerika

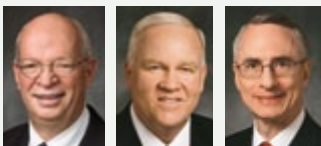


Carlos H. Amado
Förste rådgivare

James B. Martino
President

Robert C. Gay
Andre rådgivare

13. Karibien

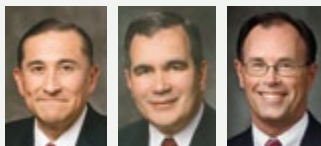


J. Devn Cornish
Förste rådgivare

Wilford W. Andersen
President

Claudio D. Zivic
Andre rådgivare

14. Sydamerika Nordväst

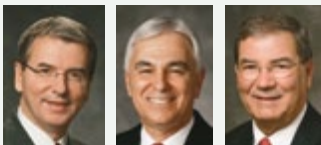


Juan A. Uceda
Förste rådgivare

Rafael E. Pino
President

W. Christopher Waddell
Andre rådgivare

15. Brasilien



Carlos A. Godoy
Förste rådgivare

Claudio R. M. Costa
President

Jairo Mazzagardi
Andre rådgivare

16. Sydamerika Syd



Jorge F. Zeballos
Förste rådgivare

Mervyn B. Arnold
President

Francisco J. Viñas
Andre rådgivare

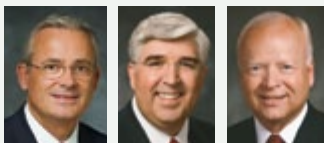
17. Mellanöstern/Afrika Nord



Bruce D. Porter
Administreras från huvudkontoret

Bruce A. Carlson

18. Europa

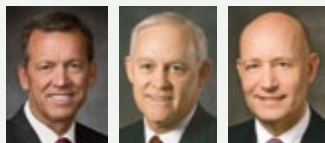


Patrick Kearon
Förste rådgivare

José A. Teixeira
President

Kent F. Richards
Andre rådgivare

19. Europa Öst



Randall K. Bennett
Förste rådgivare

Larry R. Lawrence
President

Per G. Malm
Andre rådgivare

20. Asien



Gerrit W. Gong
Förste rådgivare

Kent D. Watson
President

Larry Y. Wilson
Andre rådgivare

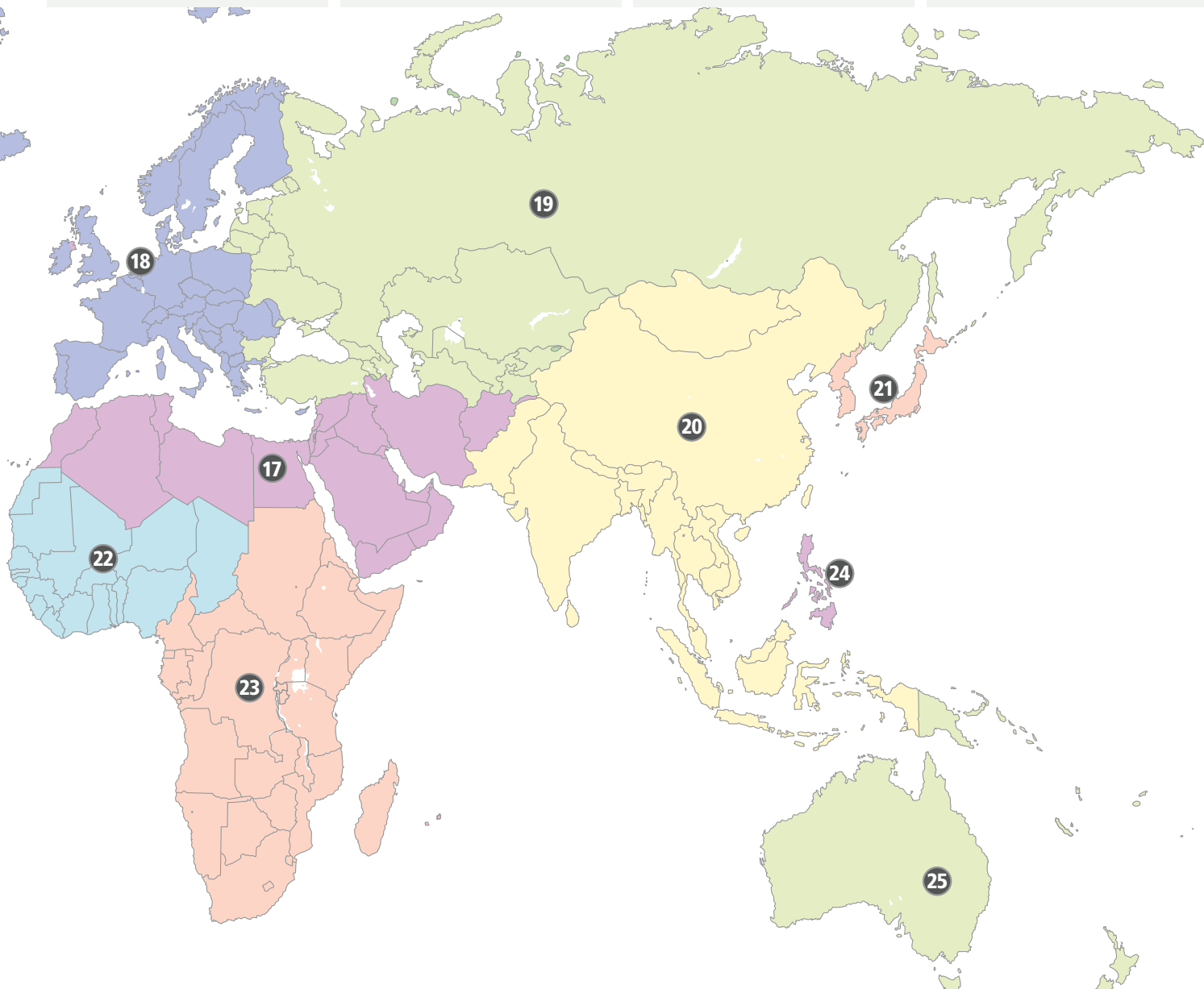
21. Asien Nord



Kazuhiko Yamashita
Förste rådgivare

Michael T. Ringwood
President

Koichi Aoyagi
Andre rådgivare



22. Afrika Väst



Joseph W. Sitati
Förste rådgivare

John B. Dickson
President

LeGrand R. Curtis Jr.
Andre rådgivare

23. Afrika Sydöst

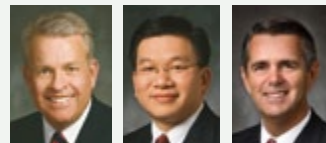


Ulisses Soares
Förste rådgivare

Dale G. Renlund
President

Carl B. Cook
Andre rådgivare

24. Filippinerna



Brent H. Nielson
Förste rådgivare

Michael John U. Teh
President

Ian S. Ardern
Andre rådgivare

25. Stillehavsområdet



Kevin W. Pearson
Förste rådgivare

James J. Hamula
President

F. Michael Watson
Andre rådgivare

Liahona finns nu på förenklad kinesiska

De som talar kinesiska kan nu få *Liahona* på förenklad kinesiska.

Sex nummer av *Liahona* — de två konferensnumren (maj och november) och fyra vanliga nummer (januari, april, juli och oktober) — ska ges ut på förenklad kinesiska varje år. Januari- och aprilnumret 2012 publicerades endast på nätet, majnumret var det första som kom ut i tryck.

För information om lösnummer eller prenumeration av tidningen, kontakta Distribution Services eller besök store.lds.org.

Kyrkans tidskrifter belyser normerna i *Vägledning för de unga*

Med början denna månad publiceras i kyrkans tidskrifter en serie artiklar som belyser normerna i det nyligen uppdaterade häftet *Vägledning för de unga*. Serien publiceras i *New Era* och på ungdomssidorna av *Liahona* i många månader (utom konferensnumren). Varje artikel fokuserar på en av normerna och kommer att skrivas av en medlem av Unga mäns eller Unga kvinnors generalpresidentskap eller en medlem av de sjuttios kvarum.



De som talar kinesiska i olika delar av världen kan nu läsa *Liahona* på förenklad kinesiska.

En sidas artikel för vuxna om hur föräldrar kan undervisa sina barn om den månadens norm publiceras i *Liahona* och *Ensign*. I de fall där ämnena i *Vägledning för de unga* sammanfaller med ämnena i Mina evangelieideal för primärbarn, blir det också en artikel för barn i *Liahona* och *Friend*.

Indexerings-app för FamilySearch finns nu att tillgå

Indexerings-app för FamilySearch för iPhone- och iPad-användare finns numer och kan hjälpa personer bevara och

delas med sig av dyrbara släktuppteckningar från hela världen på mobilenheter.

Appen, som kom ut samtidigt som 1940 United States Census (Förenta staternas folkräkning 1940) blev tillgänglig för indexering, finns för nedladdning från Apple App Store (iOS devices) eller Google Play (Android-versionen).

Appen finns på engelska och spanska och låter användaren se på utdrag — ett namn, en plats eller annan relevant information — ur handskrivna historiska dokument såsom födelsecertifikat, vigselintyg eller folkbokföring. Personer skriver helt enkelt av (indexerar) det de ser, och FamilySearch indexeringssystem lägger dessa data till den samling av gratis släktforskmateriel som finns på familysearch.org. ■



Den nya indexerings-appen för FamilySearch gör att fler personer kan delta i släktforskningen i liten eller stor skala.

BREV TILL REDAKTIONEN

Han fortsätter att uppenbara sina hemligheter

När jag var omkring tretton bodde jag hos min farmor. En dag hittade jag några bortglömda tidningar och började läsa dem. De innehöll berättelser från människor över hela världen som handlade om underverk som inträffat i deras liv. De här tidningarna var *Liahona*. Min faster, som var medlem i kyrkan, hade lämnat tidningarna i min farmors hus.

Berättelserna fångade mig, och jag kände att något sade mig att de var sanna. Ett år senare döptes jag, och sedan dess har jag haft en egen prenumeration. Den här tidningen har varit en ledstjärna och en välsignelse. För mig är det här ett bevis på att Gud älskar oss och fortsätter uppenbara sina hemligheter för sina tjänare profeterna (se Amos 3:7).

Lucilino Mendonça, Kap Verde

Timlig och andlig hjälp

Jag älskar att läsa *Liahona* — den hjälper mig både timligt och andligt. Den stärker min tro, förfinar mina talanger och förmågor och rensar mitt sinne och mina tankar genom tankar från kyrkans medlemmar och våra levande profeter.

Derek Balolong, Filippinerna

Skicka kommentarer och förslag till liahona@ldschurch.org. Bidragen kan komma att förkortas eller redigeras. ■

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemaftnarna. Här följer några exempel.



“Naturkatastrofer: Vi behöver inte vara rädda”, sidan 30: Läs artikeln i förväg, be och begrunda vad er familj kan göra för att bättre förbereda er för naturkatastrofer i ert område. Använd sedan, som äldste Ellis föreslår, familjens hemafton till att sätta er plan i verket. Ni kan till exempel göra i ordning nödpaket, fylla på hemförrådet eller diskutera hur ni kan vara andligt förberedda. Betona äldste Ellis ord om att “när vi är ... redo kan vi rida ut vilken storm som helst”.

“Behålla tron i en förvirrad värld”, sidan 42: Ni kan diskutera biskop Caussés upplevelse i ett klassrum som finns i början av artikeln. Fråga sedan familjemedlemmarna vad de skulle ha gjort i samma

situation. Ni kan gå igenom de principer som biskop Caussé följer för att stå fast i sitt vittnesbörd.

“Hur vet jag att jag har blivit förlåten?” sidan 46: Börja med att fråga familjen: “När du har omvänt dig, hur kan du då veta när du blivit förlåten?” Ni kan sedan läsa äldste Callisters svar i artikelns andra stycke. Återge lämpliga delar av artikeln för familjen.

“Lär sig att tjäna andra”, sidan 66: Läs berättelsen om president Monsons barndom för familjen. Sedan kan ni göra motsvarande aktiviteter med något litet barn i familjen. Avsluta med att bära ditt vittnesbörd om att Thomas S. Monson är den levande profeten. ■

En bild av en fullkomlig hemafton

Jag hade alltid drömt om att ha hemaftnar så som jag såg dem på kyrkans bilder. Men sedan min man och jag adopterat en söt liten flicka, ville hon inte vara med. Så vi förstod att vi måste ändra en del saker på familjens hemafton för att nå henne.

Jag är så tacksam för de hemaftonsidéer som publiceras i *Liahona*. Nu är vår dotter den första att vilja ha hemafton och önskar att vi hade den varje dag.

En av de bästa lektionerna var om hur den Helige Anden kan leda oss. Vi bad vår dotter gå in på sitt rum. När vi räknat till tre fick hon återvända till vardagsrummet och försöka hitta en bild av Frälsaren. När hon var nära, sade vi att det var varmt, och när hon var längre bort sade vi att det var kallt. Hon blev så glad när hon fann bilden. Det var underbart att se hur hon förstod vikten av att vara lydig och att följa Anden för att komma närmare Frälsaren.

Vi avslutade med att läsa Läran och förbunden 11:12. Genom att “förlita [oss] på den Ande som leder till att göra gott” har vi funnit att familjens hemafton är en välsignelse. ■

Moema Lima Salles Broedel, Brasilien

SVAR PÅ FRÅGOR

OM VÅR TRO

Michael Otterson

Verkställande direktör, informationstjänstavdelningen

Jag hade bara varit medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga i några dagar när min omvändelse kom upp i ett samtal bland en grupp vänner.

En del var nyfikna, ja, fascinerade. Några var likgiltiga. En ung kvinna i min ålder vägrade helt enkelt och utan förbehåll att tro att jag var kristen.

Det var min första upplevelse av att försöka förklara min tro för människor som inte delade den. Jag minns känslan av total frustration när jag försökte nå fram till ett sinne så helt stängt att inget försök att resonera gjorde något intryck.

Allteftersom kyrkan växer granskas den allt noggrannare, liksom alla andra trosuppfattningar, och det kommer att leda till många fler samtal, öga mot öga eller på internet, mellan våra medlemmar och deras släktingar, vänner och bekanta som inte delar vår tro.

Vissa grundläggande principer kan hjälpa medlemmarna att med större säkerhet svara på frågor eller kommentarer.

Lev efter din religion

En av de stora fördelar som trofasta medlemmar har är att vår tro uppmuntrar oss att "leva vår religion". Det blir en känsla av äkthet som kommer när vänner och bekanta ser sambandet mellan det man säger och det man gör.

Om sista dagars heligas liv är vår bästa predikan så bör också våra samtal vara öppna, äkta och föras i en anda av vänlighet, även om människor ställer olämpliga frågor eller anlägger ett cyniskt tonfall. Våra anspråk på att vara Kristi efterföljare är som mest övertygande när våra handlingar står i samklang med vår tro. När vi svarar på frågor eller till och med kritik, finns det tillfällen när vi behöver ett tjockt skinn. Vi kanske också behöver ett sinne för humor.

År 2007 vid en skolavslutning för elever vid BYU-Hawaii, sade äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum: "Om ni lever efter evangeliets principer snarare än att bara studera dem, så hjälper den kombinationen av kunskap er att känna er väl till mods och vara beredda att undervisa om det ni vet är sant — i alla situationer."

Sätt in saker och ting i sitt sammanhang

När vi möter frågor eller kommentarer om vår tro, är det viktigt att från början sätta in saker och ting i sitt sammanhang.

I stället för att bara svara på en serie slumpmässiga frågor, kan det vara till hjälp att först ta 30 sekunder till att skapa en grund. Det kan vara så enkelt som att förklara att vi ser Jesus Kristus som vår Frälsare och accepterar Bibelns lära om hans födelse, liv, verksamhet, korsfästelse och uppståndelse. Vi tror också att den kristna världen avvek från de sanningar Jesus lärde i Bibeln och att den kyrka han grundat behövde återupprättas.

Att lägga fram kyrkans fundamentala uppfattningar på det sättet ger en referenspunkt när samtalet sedan kommer in på andra delar av evangeliet.

Förbind punkterna

När medlemmar lyssnar på frågorna kan de urskilja evangelieprinciper i frågans kärna och leda svaret tillbaka till Frälsaren.

Till exempel: Varför sänder vi



Att berätta om personliga upplevelser kan vara ett bättre sätt att besvara frågor på än att läsa upp inövade svar.

missionärer till kristna länder? Därför att Kristus på sin tid sände sina budbärare två och två till "hela världen". Och vi kan göra samma sak i dag. Varför ser vi negativt på samboskap före äktenskapet? Därför att Jesus och hans apostlar undervisade om äktenskapets helgd och allt som följer med det.

Vi behöver inte komplicerade, sofistikerade världsliga argument när principerna vi försöker leva efter kommer från Guds Son.

Berätta om personliga upplevelser

Att besvara våra vänners frågor handlar inte om att läsa upp inövade svar. Att rättframt berätta om personliga upplevelser kan inbjuda Anden att vittna och föra budskapet till lyssnarens hjärta.

Ett av de största hindren mot att sprida vår tro är rädslan att vi inte har svaren. Få människor i andra kyrkor är experter på sin egen historia och lära, och undersökningar visar att sista dagars heliga är jämförelsevis ovanligt

RESURSER PÅ NÄTET

Kyrkan har skapat resurser på nätet som kan hjälpa medlemmar att berätta för dem som har frågor.

Mormon.org

Mormon.org/Jesus Christ

Mormonnewsroom.lds.org

LDS.org

Liahona.lds.org



Var dig själv när du besvarar dina vänners frågor. Den du är är ofta anledningen till att de ställde frågan till dig.

kunniga i fråga om sin tro.

När någon ställer en fråga om kyrkans lära eller historia som vi inte känner till är det okej att säga "jag vet inte". Men vi kan alla delge personliga upplevelser som förklarar vad vi känner för vår tro.

Om vi berättar om egna upplevelser i samband med bön eller fasta eller hur vi kommunicerar på ett bra sätt med våra familjer, så kan de upplevelserna inte ifrågasättas. De är våra, och ingen förstår dem bättre än vi.

Var medveten om vem du talar med

Vissa människor törs inte komma till medlemmar med frågor eftersom de är rädda att utsättas för en halvtimmes föredrag. Om de ställer en enkel fråga, så var medveten om deras

intresse, bekvämlighet och kunskapsnivå. Om vi tidigt visar att vi är lyhörda, kan detta göra den nyfikne bättre till mods.

Förstå att samma samtal inte fungerar för alla på grund av olikheter i bakgrund — religiös eller världslig.

Berätta vad vi tror på

Kyrkans medlemmar har tillfällen som aldrig förr att utöva ett gott inflytande och hjälpa till att klara upp missuppfattningar beträffande vad vi inte är och att öka andras kunskap om vilka vi är och vad vi tror på.

När människor får veta mer om sista dagars heligas tro, kan de se tydliga skillnader men ändå finna oväntad gemensam grund att bygga bättre relationer på. ■

Tips som kan vara till hjälp

Tyd allt till det bästa

Det kan kännas hotfullt när någon ställer forskande frågor om vår tro. Men för det mesta är människor bara nyfikna. Gå inte i försvarsställning.

Lyssna noga

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum har lärt oss att urskillningens gåva fungerar bäst när vi lyssnar. För att verkligen förstå frågan och avsikten, kan du ställa klagörande frågor och vara beredd att lyssna lika mycket som du pratar.

Hedra handlingsfriheten

Alla människor har en gudagiven moralisk handlingsfrihet. Så vi kan inbjuda eller till och med övertala — men aldrig utöva påtryckning eller tvång.

Undvik kyrklig jargong

Undvik sista dagars heligas terminologi eller jargong som kan låta främmande, som "familjens hemaf-ton" eller "Visdomsordet". Om du använder sådana termer, så förklara dem utan att bli ombedd.

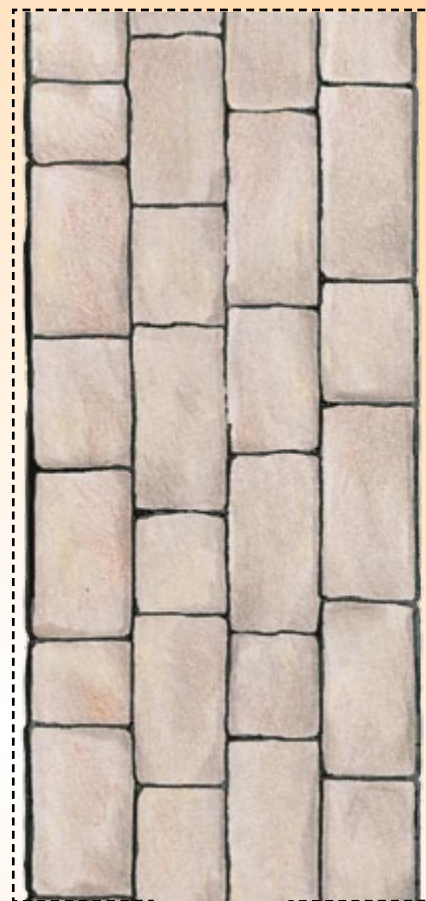
Använd kyrkans fullständiga namn

När det är möjligt, så använd kyrkans fullständiga namn minst en gång, tidigt i samtalet. Det finns kraft i kyrkans namn, så förklara det. Det säger en hel del om vilka vi är.

Det här året kommer det att finnas ett ark med skriffigurer från Mormons bok i många nummer av *Liahona*. För att göra dem stadiga och lätta att använda klipper du ut dem och klistrar eller tejpar fast dem på styvt papper, små papperspåsar eller pinnar. Ha varje uppsättning i ett kuvert eller en påse tillsammans med en etikett där det står var berättelsen finns som bilderna hör ihop med.



Samuel



Lamaniten Samuel
Helaman 13–14, 16



"I vårt dagliga liv", säger president Thomas S. Monson, "upptäcker vi oräkneliga möjligheter att följa Frälsarens föredöme. När vårt hjärta är i harmoni med hans lärdomar ser vi hur omisskännligt nära hans gudomliga hjälp är. Det är nästan som om vi går Herrens ärenden."

President Monson är själv ett exempel på en som söker gudomlig hjälp i sitt dagliga liv och tackar ja till kallelsen att tjäna.

Se "Thomas S. Monson: Följer pliktens kall", sidan 14.

JESU KRISTI
KYRKA

AV SISTA DAGARS HELIGA

