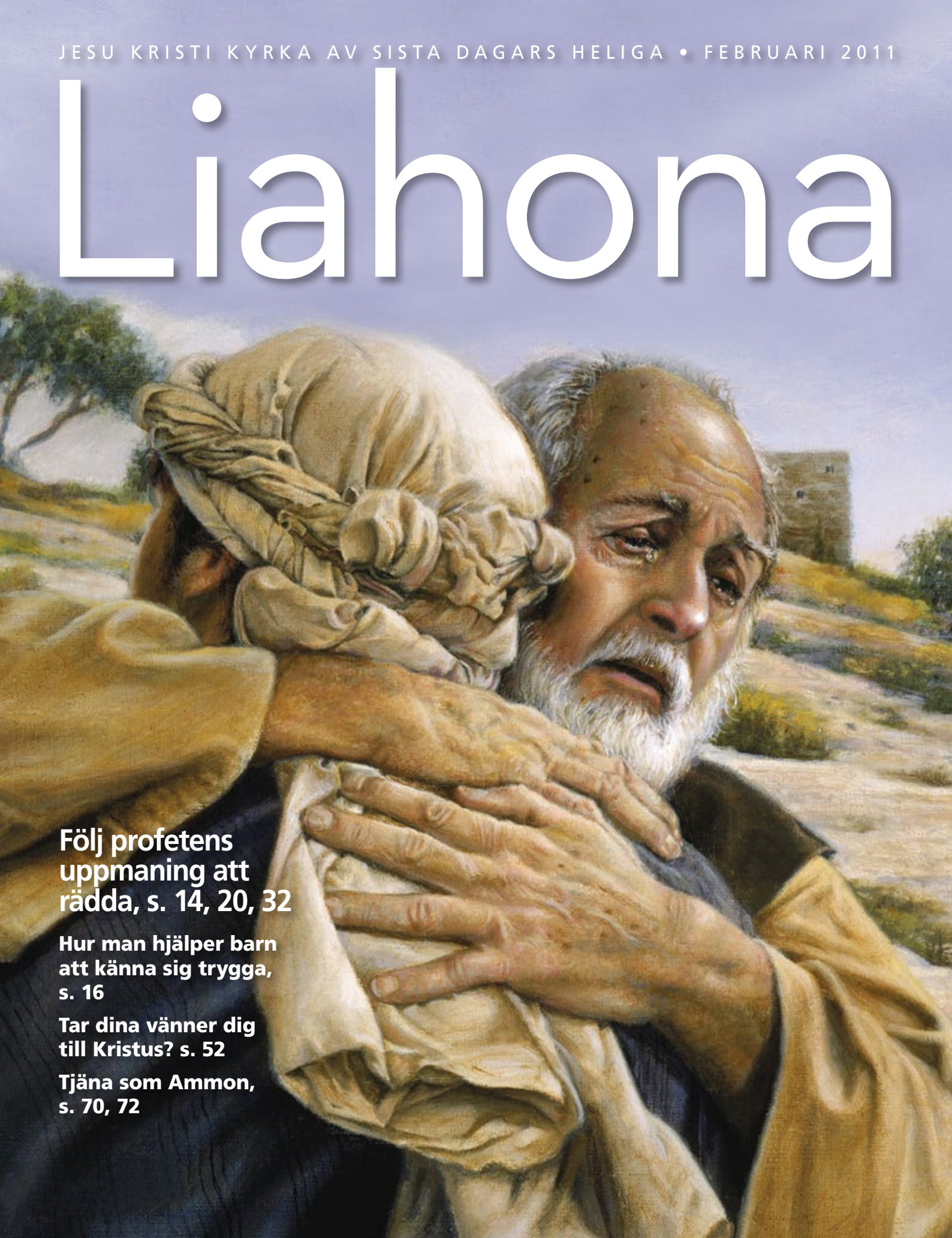


# Liahona



**Följ profetens  
uppmaning att  
rädda, s. 14, 20, 32**

**Hur man hjälper barn  
att känna sig trygga,  
s. 16**

**Tar dina vänner dig  
till Kristus? s. 52**

**Tjäna som Ammon,  
s. 70, 72**



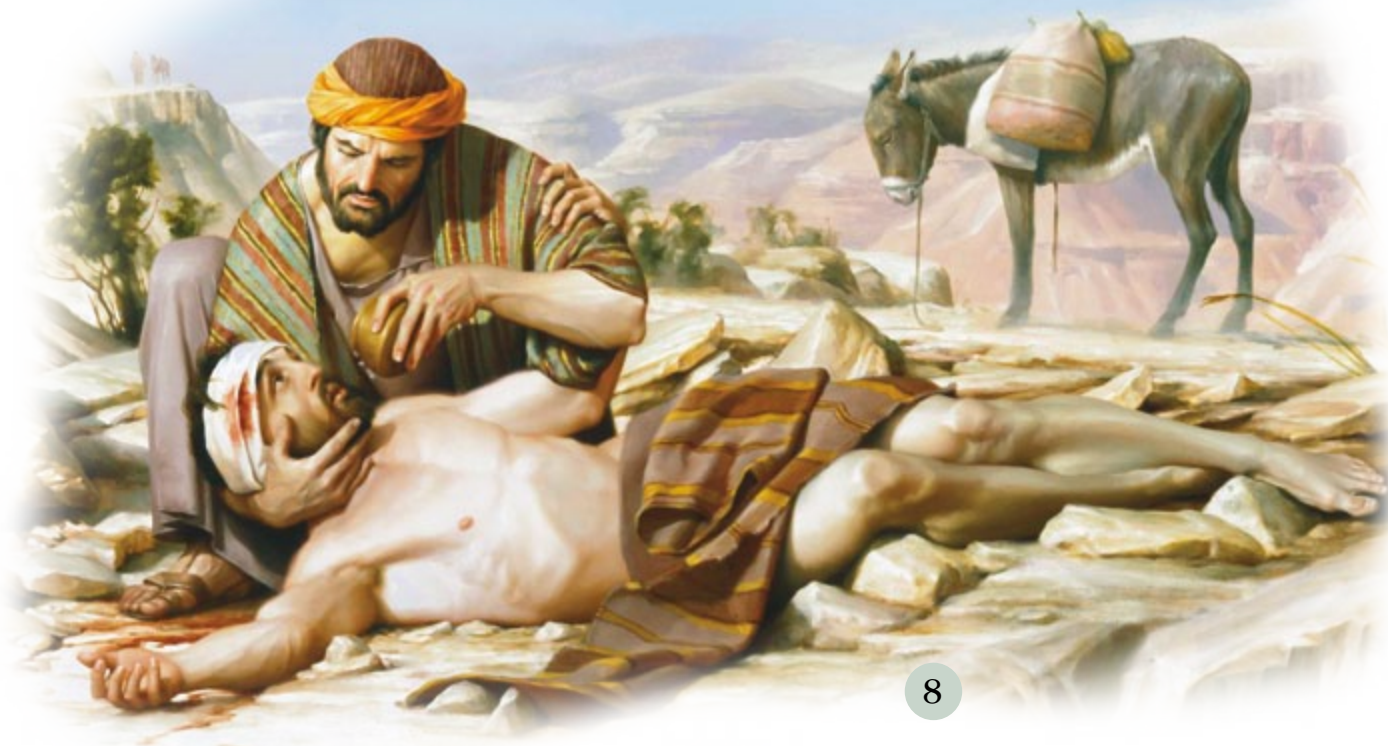


GÅVA FRÅN AVALON FOUNDATION, BILD MED TILLSTÄND AV FÖRTROENDE RÅDET, NATIONAL GALLERY OF ART, WASHINGTON, D.C., USA

### Den förlorade sonens återkomst, av Bartolomé Esteban Murillo

*När den förlorade sonen insåg att han hade syndat återvände han ödmjukt till sin far och sade: "Far, jag har syndat mot himlen och inför dig. Jag är inte längre värd att kallas din son" (Luk 15:217). Men hans far hälsade*

*honom välkommen hem och sade jublande: "Ty min son var död men har fått liv igen, han var förlorad men är återfunnen" (vers 24). Likaså jublar man i himlen när vi omvänder oss.*



8

## BUDSKAP

- 4** Budskap från första presidentskapet: Hur stor ska inte din glädje bli  
Henry B. Eyring
- 7** Besökslärnarnas budskap: Alltings återställelse

## ARTIKLAR

- 14** Från räddad till räddare  
Betsy Doane  
*Smärta och missbruk styrde mitt liv tills jag träffade någon som frågade om jag hade hört talas om mormonerna.*
- 24** Lär dig höra och förstå Anden  
David M. McConkie  
*Hur man lyssnar när Anden talar.*

- 28** Uppenbarelse: En droppe i taget  
*Uppenbarelse hjälper en ung mans vittnesbörd att nå häri från till himlen.*
- 30** Uppenbarelse: Kunskap från himlen  
*Kunskap utgjuts fort när vi är redo.*
- 32** Liknelser om de förlorade och återfunna  
*Vad betyder det att rädda någon? Det är att förlåta, sträcka sig ut, och välkomna tillbaka.*

## AVDELNINGAR

- 8** Små och enkla medel
- 11** Vi talar om Kristus: Hans nåd är nog  
Kimberlee B. Garrett
- 12** Vad vi tror på: Försoningen gör omvändelse möjlig

- 16** Vårt hem, vår familj: Hjälpen barnen att känna sig trygga  
Shawn Evans
- 20** Evangelieklassiker: Stärk de mindre aktiva  
Boyd K. Packer
- 38** Sista dagars heliga berättar
- 74** Kyrkonytt
- 79** Förslag till familjens hemafton
- 80** Tills vi möts igen: En plats på brudgummens fest  
Melissa Merrill



**PÅ OMSLAGET**  
Framsidan: *Den återfunne sonen*, av Liz Lemon Swindle, Foundation Arts, kopiering förbjuden.  
Baksidan: *Det återfunna myntet*, av J. Kirk Richards.





## 42 Unga vuxna och familjens hemafton

*Flera unga vuxna berättar om omedelbara och framtida välsignelser som blir en följd av att ha familjens hemafton.*



*Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret. Ledtråd: Stopp.*



## 46 Frågor och svar

*"Jag känner mig så ensam i kyrkan. Vad kan jag göra för att komma in i gemenskapen?"*

## 48 Hur jag vet: Budskapet smakade gott

Anthony X. Diaz

## 51 Ett ärligt tionde, en stor välsignelse

Oscar Alfredo Benavides

*Jag arbetade och sparade till min mission men min lilla lön räckte inte.*

## 52 Vart kommer dina vänner att ta dig?

John Bytheway

*Bra vänner leder oss till Jesus Kristus.*

## 54 Evangeliet är till för alla

Carlos A. Godoy

*Anden kan beröra vem som helst. Det finns ingen mall för en potentiell medlem i kyrkan.*

## 57 Affisch: Spegla dig i evigheten

## 58 När jag blev osynlig

Anonym

*Just när jag behövde mina vänners stöd ignorerade de mig.*

48



## 60 Systrar som har mycket gemensamt

Adam C. Olson

*Två systrar i Peru delar det som är viktigast.*

## 62 Vi ska bära dig!

Thomas S. Monson

*Vad kan Jamis vänner göra när hon är för sjuk för att fotvandra?*

## 64 Ta med Primär hem: Skrifterna undervisar om vår himmelske Faders plan

Ana Marie Coburn och

Cristina Franco

## 66 Vår sida

## 68 Spindeln och den stilla, milda rösten

Joshua W. Hawkins

*Britton var tacksam för den varnande rösten när han stod ansikte mot ansikte med en spindel.*

## 70 För små barn



Internationell officiell 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:** Stanley G. Ellis, Christoffel Golden Jr.,  
Yoshihiko Kikuchi

**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

**Medredaktör:** Ryan Carr  
**Biträdande redaktör:** Susan Barrett  
**Redaktionspersonal:** David A. Edwards, Matthew D. Flitton,  
LaRene Porter Gaunt, Larry Hiller, Carrie Kasten, Jennifer Maddy,  
Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekirk, Joshua J.  
Perkey, Chad E Phares, Jan Pinborough, Richard M. Romney,  
Janet Thomas, Paul VanDenBerghe, Julie Wardell  
**Chefssekreterare:** Laurel Teuscher

**Huvudansvarig för grafik:** J. Scott Knudsen

**Grafikansvarig:** Scott Van Kampen

**Produktionschef:** Jane Ann Peters

**Design- och produktionspersonal:** Cali R. Arroyo,  
Collette Nebeker Aune, Howard G. Brown, Julie Burdett,  
Thomas S. Child, Reginald J. Christensen, Kim Fenstermaker,  
Kathleen Howard, Eric P. Johnsen, Denise Kirby, Scott M. Mooy,  
Ginny J. Nilson

**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, 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**

Prenumeration eller ändring av adress sker genom din  
enhets tidskriftsombud eller direkt till distributionscentret.  
Telefonnummer: 08-500 655 20. Priset för en  
helårsprenumeration är SEK 80:00 (inkl moms och porto) och  
betalas till pg 260353-8. Skriv "Liahona".

**Skicka manuskript och förfrågningar till Liahona,  
Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT  
84150-0024, USA; eller via e-post: liahona@ldschurch.org.**

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

© 2011 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the  
United States of America.

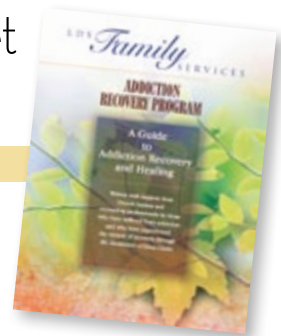
Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfälligt, icke  
kommersiellt bruk i kyrkan eller hemmet. Visuellt material får  
inte kopieras om restriktioner för detta anges intill konstverket.  
Copyrightfrågor bör ställas till Intellectual Property Office,  
50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post:  
cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

**For Readers in the United States and Canada:**

February 2011 Vol. 135 No. 2. 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



### FÖR VUXNA

Innan Betsy Doane blev medlem i kyrkan var hon beroende av droger och alkohol. Som servicemissionär för kyrkan hjälper hon nu andra att följa de tolv stegen i **kyrkans återhämtningsprogram för missbrukare** (se sidan 14). Programmets arbetsbok finns på många språk på [www.recoveryworkbook.lds.org](http://www.recoveryworkbook.lds.org).

### FÖR UNGDOMAR



**Grottor och vattenfall i Honduras** kan undervisa oss om hur man tar emot uppenbarelse från den Helige Anden (se sidorna 28, 30). För att se fler fotografier från Honduras, gå till [www.liahona.lds.org](http://www.liahona.lds.org).

### FÖR BARN

**Se hur många av kungens får du kan hitta** på sidan 72. Lek sedan en liknande lek på [www.liahona.lds.org](http://www.liahona.lds.org).



### PÅ DITT SPRÅK

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på [www.languages.lds.org](http://www.languages.lds.org).

### ÄMNET I DET HÄR NUMRET

*Sidnumren gäller artikelns första sida.*

**Aktivering, 20, 32, 40**

**Barn, 16**

**Besöksundervisning, 7, 32, 38**

**Bön, 30, 38, 60**

**Den Helige Anden, 24**

**Döden, 58**

**Familjen, 16, 60**

**Familjens hemafton, 42, 79**

**Frälsningsplanen, 64**

**Förlåtelse, 12, 39**

**Föräldraskap, 16**

**Hemundervisning, 40**

**Hjälpföreningen, 7**

**Jesus Kristus, 11, 12, 73**

**Ledarskap, 20**

**Lydnad, 24, 80**

**Missionsarbete, 4, 14**

**Motgångar, 16**

**Musik, 8, 9**

**Nåd, 11**

**Omvändelse, 11, 12, 14, 48, 54**

**Skapelse, 73**

**Skriftstudier, 64, 80**

**Tionde, 41, 51**

**Tjänande, 62, 70**

**Uppenbarelse, 24, 28, 30, 40, 68**

**Visdomsordet, 14**

**Välfärd, 10**

**Vänskap, 46, 52, 58**

**Vänskapskontakt, 46**



**President  
Henry B. Eyring**  
förste rådgivare i  
första presidentskapet



# HUR STOR SKA INTE DIN glädje BLI

**F**å glädjeämnena är ljuvligare och mer bestående än vetskapen om att man har hjälpt andra ta Jesu Kristi återställda evangelium till sitt hjärta. Den glädjen har alla kyrkans medlemmar möjlighet att uppleva. När vi döptes lovade vi att vi skulle ”stå som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt där [vi] må befinna [oss], ända intill döden, så att [vi] kan återlösas av Gud och räknas bland dem som hör till den första uppståndelsen så att [vi] kan få evigt liv” (Mosiah 18:9).

Alla medlemmar tar till sig en del av uppmaningen till kyrkan att ta Jesu Kristi evangelium till världen, var de än befinner sig och så länge de lever. Herren har sagt det tydligt: ”Se, jag sände ut er att vittna för och varna folket, och det tillkommer var och en som har blivit varnad att varna sin nästa” (L&F 88:81). Det är heltidsmissionärerna som ska undervisa dem som ännu inte är medlemmar i kyrkan. Det är kyrkans medlemmar som ska hitta dem som Herren har förberett för missionärerna att undervisa.

Vi behöver utöva vår tro på att Herren har förberett personer runt omkring oss att bli undervisade. Han vet vilka de är och när de är redo, och han kan vägleda oss till dem genom den Helige Andens kraft och ge oss orden varmed vi kan inbjuda dem till att få undervisning. Löftet Herren gav en missionär 1832 är samma löfte han ger till oss i vår uppgift att hitta personer som är redo att få undervisning av missionärerna: ”Jag skall sända honom Hjälparen, som

skall lära honom sanningen och den väg han skall gå, och i den mån han är trofast skall jag åter kröna honom med kärvar” (L&F 79:2–3).

Och löftet om stor glädje till den trofasta missionären gäller även oss som trofasta medlemmar som ger hela vårt hjärta till missionsarbetet:

”Och om nu er glädje blir stor över en enda själ som ni har fört till mig i min Faders rike, hur stor blir då inte er glädje om ni för många själar till mig!

Se, ni har mitt evangelium framför er, samt min klippa och min frälsning.

Be till Fadern i mitt namn, i tro och med tillit till att ni skall få, så skall ni få den Helige Anden som uppenbarar allt som är lämpligt för människobarnen” (L&F 18:16–18).

Förutom att den Helige Anden hjälper oss känna igen och inbjuda dem som är redo att bli undervisade har Herren kallat och utbildat ledare som vägleder oss. I ett brev daterat den 28 februari 2002 lade första presidentskapet ett större ansvar för missionsarbetet på biskopar och församlingar.<sup>1</sup> Med hjälp av församlings- eller grensrådet utvecklar prästadömet verkställande kommitté en missionsplan för enheten. I den planen finns förslag på hur medlemmarna kan hitta dem som är redo att få undervisning av missionärerna. En person är kallad att vara församlingens eller





grenens missionsledare. Missionsledaren har nära kontakt med heltidsmissionärerna och deras undersökare.

Det finns många sätt som du kan bli bättre på att utföra din plikt att hitta personer som missionärerna kan undervisa. Det enklaste sättet är det bästa.

Be för att få vägledning av den Helige Anden. Prata med lokala ledare och missionärer och be om förslag och lova dem att du ska hjälpa till. Uppmuntra dem som är engagerade i det här arbetet tillsammans med dig. Och var alltid ett vittne i det du säger och gör om att Jesus är Kristus och att Gud besvarar böner.

Jag vittnar om att den Helige Anden vägleder dig till dem som söker sanningen när du ber och strävar efter att få den vägledningen. Och jag vet av erfarenhet att din glädje blir varaktig tillsammans med dem som väljer att ta evangeliet till sitt hjärta och sedan härda ut i tro. ■

#### SLUTNOT

1. Se "Kyrkonytt: Missionsarbetet inom församling och gren betonas", *Liahona*, aug. 2002, s. 4.

### UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

- I *Undervisning: Den högsta kallelsen* uppmanas vi att uppmuntra dem vi undervisar att sätta upp mål som hjälper dem följa principerna de har fått undervisning om (se sidan 180). Du kan tillsammans med familjen betona missionsarbetets välsignelser som president Eyring nämner och, om du känner dig manad, inbjuda familjen att sätta upp mål för hur de ska dela med sig av evangeliet.
- Ni kan tillsammans komma på olika sätt att dela med sig av evangeliet. Ha president Eyrings råd i åtanke att "det enklaste sättet är det bästa". För att lära dig mer om idékläckning, se *Undervisning: Den högsta kallelsen*, sidan 168.









# Alltings återställelse

Studera det här materialet 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 liv.

**P**rofeten Joseph Smith organiserade Hjälpföreningen som en väsentlig del av kyrkan. Som presidentskap hoppas vi att vi kan hjälpa dig förstå varför Hjälpföreningen är väsentlig i ditt liv.

Vi vet att Nya testamentets kvinnor visade tro på Jesus Kristus och deltog i hans verk. I Lukas 10:39 berättas det om hur Maria "satte sig vid Herrens fötter och lyssnade till hans ord". I Johannes 11:27 vittnar Marta om Kristus: "Hon [sade]: 'Ja, Herre, jag tror att du är Messias, Guds Son, han som skulle komma till världen.'" I Apostlagärningarna 9:36, 39 talas det om "en lärjunge som hette Tabita ... Hon gjorde många goda gärningar ... och alla änkorna kom ... fram ... och visade de livklädnader och mantlar som [hon] hade gjort." Febe i Romarbrevet 16:1–2 tjänade i församlingen och var till hjälp för många.

Det här mönstret med tro, vittnesbörd och tjänande fortsätter i den nutida kyrkan och formaliserades med Hjälpföreningens organisation. Julie B. Beck, Hjälpföreningens generalpresident, har sagt: "Precis som Frälsaren bad Maria och Marta under Nya testamentets tid att delta i hans verk, har kvinnorna i denna tidsutdelning fått en officiell uppmaning att delta i Herrens verk ... Bildandet av Hjälpföreningen 1842 samlade kvinnornas kraft och gav dem särskilda uppdrag för att bygga upp Herrens rike."<sup>1</sup>

Vi utför vårt arbete när vi fokuserar på Hjälpföreningens syften: att stärka vår tro och rättfärdighet, stärka familjen och hemmet och söka upp och hjälpa behövande.

Jag vittnar om att Hjälpföreningen organiserades av Gud för att bistå prästadömet i frälsningsarbetet. Varje hjälpföreningssystem har en viktig roll att fylla när det gäller att utföra detta heliga verk.

**Silvia H. Allred, första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap.**

## Vad kan jag göra?

1. Vilken hjälp kan jag ge mina systrar den här månaden som exemplifierar tron hos en kvinnlig Kristi lärjunge?
2. Vilken lära i det återställda evangeliet ska jag studera för att stärka mitt vittnesbörd den här månaden?

För mer information, gå till [www.relief.society.lds.org](http://www.relief.society.lds.org).

## Från vår historia

**S**yster Julie B. Beck har sagt att "vi vet genom profeten Joseph Smith att Hjälpföreningen var en viktig del av återställelsen."<sup>2</sup> Återställelsen började med den första synen 1820 och fortsatte "rad på rad, bud på bud" (L&F 98:12). När Hjälpföreningen organiserades formellt den 17 mars 1842 undervisade profeten kvinnorna om deras viktiga plats i den återställda kyrkan. Han sade: "Kyrkan var aldrig fullständigt organiserad förrän kvinnorna sålunda hade organiserats."<sup>3</sup>

### SLUTNOTER

1. Julie B. Beck, "Uppfyll syftet med Hjälpföreningen", *Liahona*, nov. 2008, s. 108.
2. Julie B. Beck, "Uppfyll syftet med Hjälpföreningen", s. 108.
3. *Kyrkans presidents lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 446.

## Från skrifterna

Joel 2:28–29; Luk 10:38–42; Ef 1:10



# Små och enkla medel

”Med små och enkla medel uträttas mycket stort” (Alma 37:6).

## KYRKANS HISTORIA VÄRLDEN ÖVER

### Brasilien

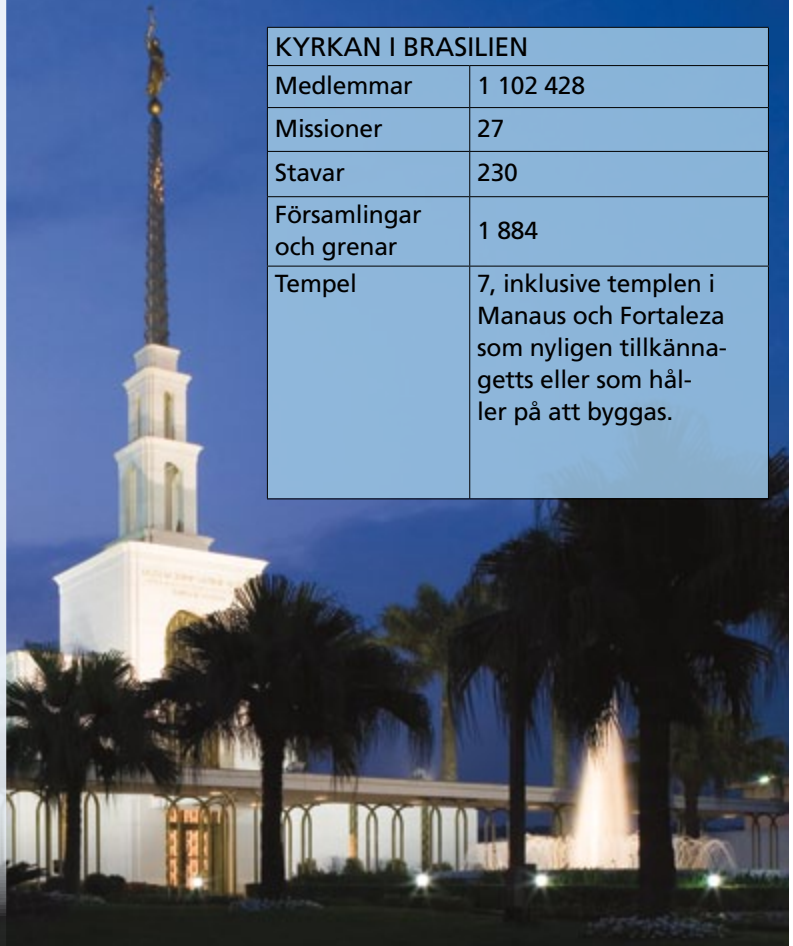
När Max Richard Zapf emigrerade från Tyskland till Brasilien 1913 hade han varit medlem i fem år och blev den, som man känner till, första medlemmen i Brasilien. När en brasiliansk familj hade begärt att få material från kyrkans huvudkontor besökte presidenten för Sydamerikakommissionen Brasilien 1927 och sände missionärer dit 1928. Den första missionen bildades i São Paulo 1935, och 1939 hade Mormons bok publicerats på portugisiska.

Det första templet i Sydamerika invigdes i São Paulo 1978, kort efter uppenbarelse om att prästadömet kunde ges till alla värdiga män. Kyrkans näst största missionärsskola, som finns i São Paulo, invigdes 1997.

Brasilien var det tredje landet (efter USA och Mexiko) som uppnådde en miljon medlemmar.

#### KYRKAN I BRASILIEN

Medlemmar	1 102 428
Missioner	27
Stavar	230
Församlingar och grenar	1 884
Tempel	7, inklusive templet i Manaus och Fortaleza som nyligen tillkännagetts eller som håller på att byggas.



### Varför sjunga?

När vi sjunger psalmer kan vi inbjuda Anden till våra möten, vårt hem och vårt dagliga liv. President J. Reuben Clark Jr. (1871–1961) i första presidentskapet lärde: ”Musiken för oss närmare Herren än kanske något annat, med undantag av bönen.”<sup>1</sup>

Kyrkan har en webbsida där man kan få tillgång till psalmerna (på engelska, franska, portugisiska och spanska). På [music.lds.org](http://music.lds.org) finns anvisningar om hur man leder musik och hur man spelar psalmer på piano. Det finns också förslag på vilka psalmer som lämpar sig för sakramentsmötet.

Musik och text kan läsas, laddas ner eller spelas upp direkt

på webbsidan. Detta kan vara särskilt bra för medlemmar som inte har piano.

Musik kan användas både hemma och i kyrkan. Första presidentskapet har sagt: ”Lär era barn att älska psalmerna. Sjung dem på sabbatsdagen, på hemaftonen, vid skriftstudier och i samband med familjeböner. Sjung när ni arbetar, när ni leker och när ni reser tillsammans.”<sup>2</sup> Psalmer kan föra in en anda av kärlek och enighet i hemmet.

#### SLUTNOTER

1. J. Reuben Clark Jr., i Conference Report, okt. 1936, s. 111.
2. *Psalmer*, s. x.



## Stärkt av en psalm



Jag bestämde mig för att tävla i ett maratonlopp med några arbetskollor i Västra Kapprovin- sen i Sydafrika. Jag tränade och ansträngde mig verkligen för att förbereda mig för loppet.

När dagen var inne för loppet vaknade jag och läste mina skrifter och bad. Jag var nervös men kände också att jag behövde lita på Her- ren. Jag förstod att om jag gjorde det skulle han hjälpa och stöjja mig.

Vi skulle gå eller springa 4 mil. Vi började klockan åtta på morgonen. Det var lite svalt och regnigt så först njöt jag av att gå

och det gick bra. Men när det var omkring en mil kvar till mållinjen började det bli mycket jobbigt. Jag hade kramper i ett ben och en del blåsor. Jag ville sluta gå. Då började jag sjunga en psalm:

*Ej räds, jag är med dig, nu frimodig var.*

*Se, jag är din Gud, städs mitt bistånd du har.*

*Du renad skall utgå ur luttring- ens ugn ...*

*Jag rensar mitt folk, var blott tacksam och lugn.*

(”En grundval blev lagd”,  
*Psalmer*, nr 38)

Om och om igen flödade psalmen genom mitt sinne och lyfte mina fötter, och jag avslutade loppet med hjälp av styrkan från Herrens psalm.

Den upplevelsen lärde mig att Jesu Kristi evangelium handlar om uthållighet. Det är som att gå eller springa ett lopp. Vi blir trötta ibland, vilar och börjar gå igen. Vår him- melske Fader ger inte upp om oss oavsett hur många gånger vi faller. Det som räknas för honom är hur många gånger vi ställer oss upp och börjar gå igen. Hans evangelium handlar om att fullborda loppet.

**Khetiwe Ratsoma, Sydafrika**

## ORD FRÅN KYRKANS LEDARE

### Ta hand om de fattiga



”I alla tider har Herren bedömt samhällen och enskilda efter hur väl de tar hand om de fattiga. Han har sagt:

’Ty jorden är full och det finns nog och mer därtill, ja, jag beredde allt och har givit människobarnen

förmåga att handla av sig själva.

Om någon därför tar av det överflöd som jag har skapat och inte delar med sig av sin del åt de fattiga och behövande enligt mitt evangeliums lag, skall han med de ogudaktiga lyfta blicken i helvetet och pinas’ (L&F 104:17–18; se också L&F 56:16–17).

Vidare förkunnar han: ’Ifråga om era timliga ting skall ni dock vara jämlika, och detta utan att knota, annars skall Andens rikliga uppenbarelser undanhållas’ (L&F 70:14; se också L&F 49:20; 78:5–7).

Vi bestämmer själva hur vi använder våra medel och resurser, men vi är ansvariga inför Gud för detta förvaltar- skap över jordiska ting. Det värmer mig att se er generositet när ni bidrar till fasteoffer och humanitära projekt. Under



åren som gått har miljontals som lider fått lindring och otaliga andra har fått möjlighet att hjälpa sig själva genom de heligas generositet. Men trots detta, när vi söker främja Sions sak bör var och en av oss under bön avgöra om vi gör vad vi bör, och allt vi bör göra i Herrens ögon, för att hjälpa de fattiga och behövande.”

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum, ”Kom till Sion”,  
*Liahona*, nov. 2008, s. 39.

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heligas humanitära program strävar efter att förbättra behövande människors liv genom att bidra med mat, rent vatten, synvård, rullstolar, vaccinationer och nödhjälp. Efter en blygsam start har programmet expanderat under årens lopp och hjälper nu miljontals människor runtom i världen.

**I slutet av 1920-talet:** Valfärdsfarmar etableras. Skördarna lagras i förrådshus.



**1932:** Den första konserverfabriken startas.

**1936:** Kyrkans välfärdskommitté bildas. Fjorton välfärdsregioner skapas för att man ska kunna hantera välfärdsprojekten runtom i världen.



**1936:** Kyrkans första officiella arbetsförmedlingscenter öppnas.

**1936–1940:** Produktionsprojekt påbörjas, bland annat ett sågverk, ett garveri, konservering av lax, konservering av jordnötssmör, tvåltillverkning och mjölkkonservering.

**1937:** Det första regionala förrådshuset färdigställs i Salt Lake City.



**1938:** Byggnationer påbörjas på Welfare Square, bland annat en siloanläggning och ett centralt förrådshus.

**1938:** Den första Deseret Industries-affären öppnas i Salt Lake City.



**1940:** Byggnaderna på Welfare Square färdigställs.

**1945:** Kyrkan sänder stora mängder mat, kläder och förnödenheter till nödställda medlemmar i Europa efter andra världskrigets slut.

**1960:** Ny konserverfabrik och mjölkhanteringsfabrik färdigställs på Welfare Square.

**1970-talet:** Kyrkan expanderar välfärdsprojekt och produktion till Mexiko, England och StillaHavsöarna.

**1973:** LDS Social Services (numera Kyrkans familjeservice) bildas som ett av kyrkans officiella bolag.

**1976:** Kyrkan påbörjar expanderingsprojekt till delar av Kanada och USA. Expanderingsprojekt av konserverfabriker och produktionsbyggnader tillkännages också.

**1982:** USA:s president Ronald Reagan besöker Welfare Square.



**1985:** Kyrkan börjar ordna brunnar med rent vatten i Afrika. Detta var början på en världsomfattande spridning av kyrkans humanitära insatser.



**1990-talet:** Latter-day Saint Humanitarian Center (kyrkans humanitära center) öppnas. Där sorteras överskott av kläder och andra varor, bland annat medicinsk utrustning, för skickning världen över för att avhjälpa fattigdom och olika katastrofsituationer.

**2002:** LDS Charities påbörjar initiativ som omfattar rullstolar, rent vatten och neonatal återupplivning.



**2003:** LDS Charities engagerar sig i världsomfattande vaccinationsinitiativ mot mässlingen och bidrar med en miljon dollar varje år för att stödja kampanjen. Dessutom påbörjas ett världsomfattande synvårdsinitiativ.

**2010:** LDS Charities startar ett matinitiativ för att öka matproduktion och näringsinnehåll i några av världens fattigaste länder. Första spadtaget tas för biskopens nya förrådshus i Salt Lake City, med en yta av 56 000 m<sup>2</sup>.



# HANS NÅD ÄR NOG

## Kimberlee B. Garrett

**L**iksom många andra har jag kämpat under en stor del av livet för att få veta mitt egenvärde. Jag har haft problem med vikten i många år vilket har bidragit till mina negativa känslor. Jag har gått ner i vikt och lever ett hälsosamt liv nu, men ibland kämpar jag fortfarande med de där negativa tankarna och känslorna.

En morgon kände jag mig särskilt missmodig och undrade hur jag skulle kunna förbättra situationen. Jag började be till min himmelske Fader om hjälp att övervinna känslorna av otillräcklighet. Medan jag bad kom jag att tänka på följande skriftställe: "Om ni inte har något hopp måste ni förtvivla, och förtvivlan kommer av ondska" (Moroni 10:22).

*Ondska* verkade vara ett så hårt ord, så hårt att jag bortsåg från tanken eftersom jag inte kunde komma på något allvarligt fel som jag hade gjort. Men tanken dröjde sig kvar så jag bad, som Moroni hade uppmanat till, att min himmelske Fader skulle visa mig min svaghet så att jag skulle kunna bli stark (se Ether 12:27).

Jag kom på tre situationer under de senaste två dagarna när jag inte hade haft tålamod med mina barn. Jag hade satt mitt eget humör och

mina egna behov före deras och hade inte varit lyhörd för deras känslor. Det kändes inte bra så jag bestämde mig för att göra bättre ifrån mig. Jag bad mina barn om ursäkt och bad om att få förlåtelse. Så fort jag hade bett lyftes känslorna av otillräcklighet bort



**Liksom aposteln Paulus vill jag göra mitt bästa för att omvända mig och följa buden så att "Kristi kraft [kan] vila över mig".**

och jag kunde känna den frid som varit borta.

Det var som om ett ljus gått upp för mig. Jag förstod äntligen ett begrepp som jag av någon anledningen hade missat under alla år. När det finns oförlåtna synder i mitt liv, även om de är små, ger jag Satan kraft att påverka mig. Han känner till mina svagheter och vet att det finns ord som "hetsar mig" och "leder min själ till undergång" (se L&F 10:22). Jag hatar faktiskt inte mig själv, men Satan gör det och han använder alla metoder han kan för att jag ska vända mig bort från ljuset.

Men om jag omvänder mig så får jag tillgång till kraft från Jesus Kristus. Eftersom han har en fullkomlig vetenskap om hur han ska bistå mig i min svaghet (se Alma 7:11–12) upplyfts jag och stärks av hans kraft på sätt som jag inte kan åstadkomma själv.

Till och med aposteln Paulus som var så djärv med att förkunna evangeliet hade svagheter och plågades av deras inverkan på honom. Men när han bad om att svagheterna skulle tas bort svarade Herren: "Min nåd är nog för dig, ty kraften fullkomnas i svaghet." Paul sade då: "Därför vill jag hellre berömma mig av min svaghet, för att Kristi kraft skall vila över mig" (2 Kor 12:9).

På samma sätt ska jag göra mitt bästa för att omvända mig och följa buden så att "Kristi kraft [kan] vila över mig" och jag kan fyllas av frid och kärlek. ■

# FÖRSONINGEN GÖR omvändelse MÖJLIG

**V**i kommer till jorden för att tillväxa och utvecklas. Vi avstannar i vår utveckling när vi syndar. Förutom Jesus Kristus, som levde ett fullkomligt liv, har alla som någonsin levat på jorden syndat (se Pred 7:21; Rom 3:23; 1 Joh 1:8).

Att synda är att bryta mot Guds bud. Ibland syndar vi genom att göra något som vi vet är fel, men ibland syndar vi när vi inte gör något som vi vet är rätt (se Jak 4:17).

Vart och ett av Guds bud välsignar oss om vi följer det (se L&F 130:20–21). Men om vi inte följer det så finns det ett straff (se Alma 42:22). Detta utmätande av välsignelser eller bestraffningar kallas rättvisa.

Eftersom vår himmelske Fader älskar oss har han gjort det möjligt för oss att omvända oss: att bekänna och överge våra synder och på så sätt övervinna deras effekter. Han sände sin Enfödde Son, Jesus Kristus,

att sona våra synder. Det innebär att Jesus betalade priset som rättvisans lag kräver för att vi brutit mot Guds bud. Eftersom Frälsaren led för våra synder behöver vi inte lida straffet för dem om vi omvänder oss (se L&F 19:16). Hans försoning har ”tillfredsställt rättvisans lag” (Mosiah 15:9) så att vår himmelske Fader i sin nåd kan förlåta oss och undanhålla straffet.

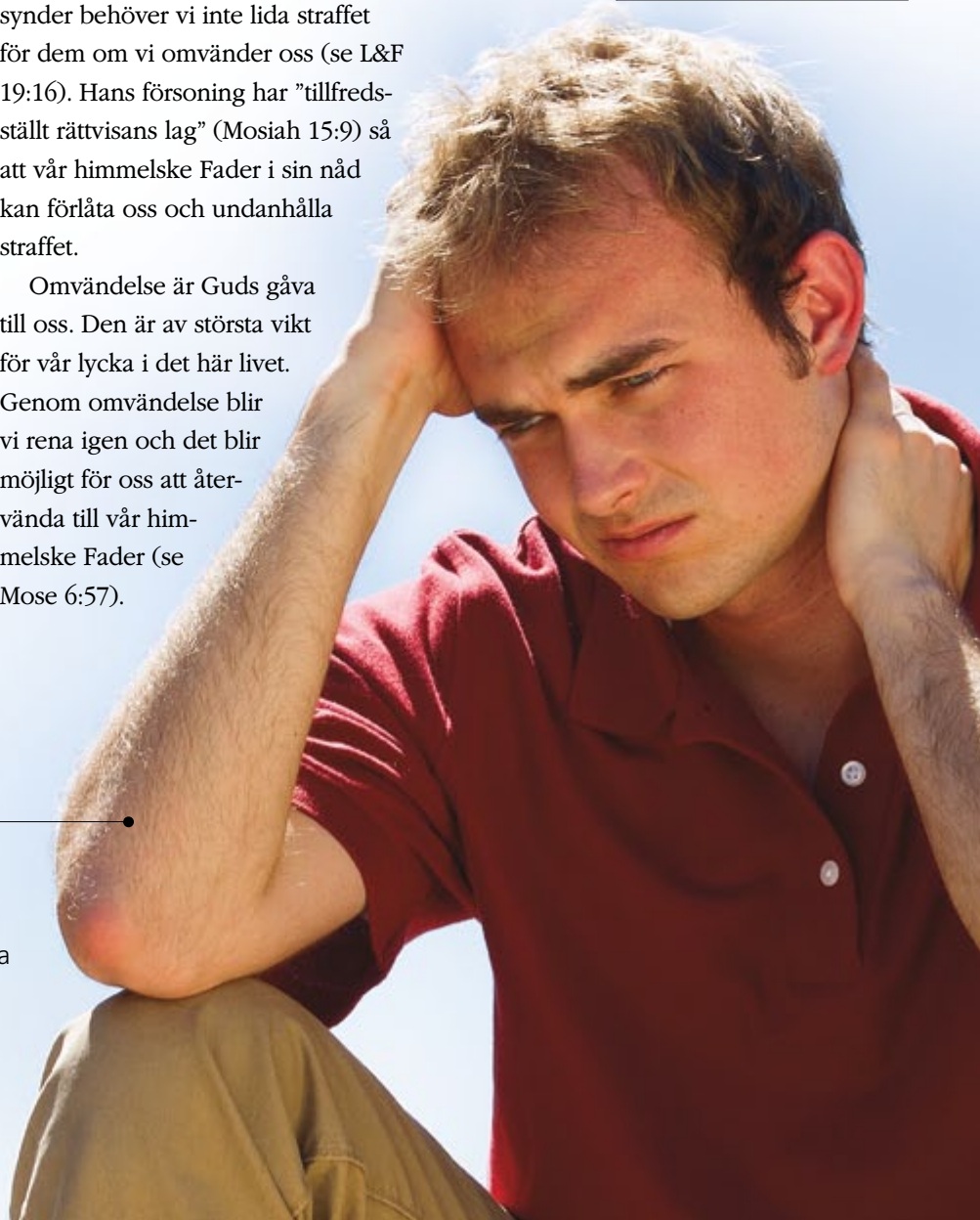
Omvändelse är Guds gåva till oss. Den är av största vikt för vår lycka i det här livet. Genom omvändelse blir vi rena igen och det blir möjligt för oss att återvända till vår himmelske Fader (se Mose 6:57).

”Se, den som har omvänt sig från sina synder, han är förlåten och jag, Herren, kommer inte längre ihåg dem.

Härigenom kan ni veta om en människa omvänder sig från sina synder: Se, hon bekänner dem och överger dem” (L&F 58:42–43).

**Omvändelseprocessen omfattar följande:**

*Ha tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus (se Alma 34:17).*





Inse att vi har syndat och känna bedrövelse (se Luk 16:15; Alma 42:29–30).



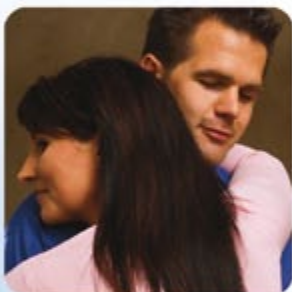
Bekänna våra synder för vår himmelske Fader och, vid behov, för vår biskop eller grenspresident (se L&F 61:2).



Överge våra synder (se L&F 58:43).



Gottgöra när det är möjligt (se Hes 33:15–16).



Förlåta andra som har syndat emot oss (se L&F 64:9; 3 Nephi 13:14–15).



Leva rättfärdigt (se L&F 1:32). ■

*Jesus Kristus betalade priset för våra synder i Getsemane örtagård och på korset. Han sade om sitt lidande: "[Det] fick mig, ja, Gud, den störste av alla, att skälva av smärta och blöda ur varje por samt lida till både kropp och själ" (L&F 19:18).*

**För mer information**, se *Evangeliets principer* (2009), "Omvändelse", s. 105–111; och *Stå fast i din tro* (2004), "Försoning", Jesu Kristi, s. 55–61; "Nåd", s. 105–107; "Omvändelse", s. 109–112; "Rättvisa", s. 125–126 och "Synd", s. 143–144.



# FRÅN TILL räddad räddare

*Mitt liv var en nedåtgående spiral tills jag träffade en man som sade sig ha lösningen på mina bekymmer.*

**Betsy Doane**

**E**n kväll 1978 var jag på Logan Airport i Boston, Massachusetts i USA och väntade på att några vänner skulle anlända. En man inledde en konversation med mig och vi pratade lite om våra liv. Jag berättade att jag tre månader tidigare hade kommit hem från en resa till Centralamerika.

Jag hade rest dit för att fly bort från mitt livs smärtsamma verklighet, berättade jag. Nio år tidigare hade min bror dött. Året därpå omkom mina föräldrar i en bilolycka. På dagen ett år senare gick min farmor bort. På kort tid hade jag mist flera av de viktigaste personerna i mitt liv. Jag var förkrossad.

Jag ärvde en stor summa pengar av mina föräldrar och använde dem till att fly från min sorg. Jag spenderade dem på dyra kläder, bilar, droger och resor till fjärran platser.

På en av mina senaste resor klättrade jag upp på en pyramid i Tikal i Guatemala. Jag minns att när jag stod på denna fysiskt höga plats, kände jag att jag hade sjunkit djupare än på länge. Jag kunde inte fortsätta att leva som jag hade gjort. "Gud", sade jag, "om du finns så hjälp mig att förändra mitt liv." Jag stod där i flera minuter och bad om hjälp från en Gud jag inte var säker på fanns. När jag klättrade nedför pyramiden igen kände jag frid. Ingenting hade förändrats i mitt liv, men på något sätt visste jag att saker och ting skulle ordna sig.

Och så tre månader senare berättade jag allt det här för en man på flygplatsen. Han lyssnade tålmodigt och sedan frågade han om jag visste att Jesus Kristus hade visat sig i Amerika.

Vid den tidpunkten visste jag fortfarande inte vad jag trodde om Gud. Vad är det för en Gud som tar

min familj ifrån mig? Jag talade om för mannen hur jag kände, och han svarade att den Gud som han trodde på hade gjort det möjligt för mig att vara tillsammans med min familj igen. *Nu* hade han fångat min uppmärksamhet.

"Vad menar du?" frågade jag.

"Har du hört talas om mormonerna?" Jag visste inte mycket om dem, men mannen förklarade frälsningsplanen för mig. Och trots min tidigare misstro kände jag att det som han berättade kunde vara sant.

Min nya vän och jag bytte telefonnummer, och under månaderna som följde sällskapade vi lite. Vi talade också om evangeliet. Han gav mig ett exemplar av Mormons bok och vi diskuterade den och andra skrifter i timmar per telefon. Han berättade för mig om hur Joseph Smith hade återupprättat Jesu Kristi kyrka. Det var en fantastisk tid av hopp och tillväxt.





Vår vänskap svalnade lite men ytterligare flera veckor senare sade min vän att han skulle vilja skicka några av sina vänner för att prata med mig. Vännerna var naturligtvis missionärerna. Tillsammans med heltidsmissionärerna kom Bruce Doane, en stavmissionär som senare skulle bli min man.

Efter flera veckors undervisning frågade missionärerna om jag var villig att döpas. "Visst", sade jag. Sedan talade de om för mig att för att kunna döpas måste jag leva i enlighet med Visdomsordet.

Jag hade inte druckit eller missbrukat droger lika mycket som tidigare. Saker och ting höll på att förändras i mitt liv. Jag kände mig mer hoppfull än på mycket länge — men det skulle väl vara omöjligt att *helt* bryta vanorna. Dessutom hade jag redan offrat så mycket genom att

acceptera evangeliet, däribland flera vänner som tyckte att jag var tokig för att jag var intresserad av mormonkyrkan. Jag hade härdat ut eftersom jag kände att evangeliet var sant. Men skulle jag helt kunna överge ett mångårigt missbruk?

Missionärerna erbjöd mig en prästtadömsvälsignelse som hjälp. Omedelbart efteråt slängde jag bort alla droger och all alkohol som jag hade. Och den kvällen försvann allt begär efter sådant som stred mot Visdomsordet. Det var verkligen ett mirakel.

Jag döptes i juni 1978. Drygt ett år senare vigdes Bruce och jag i templet i Washington D.C.

Evangeliet räddade mig bokstaveligen från förtvivlan. Innan dess kände jag mig vilsen och förvirrad. Mina föräldrar och min bror och farmor var borta, men det hade känts som om jag också var det. Efter deras

död visste jag inte längre vem jag var. Nu hade jag funnit min identitet. Jag vet att jag är ett Guds barn och att han känner och älskar mig. När jag beseglades till mina föräldrar, min farmor och min bror förbyttes min sorg till glädje av vetskapen att vi kan vara tillsammans för evigt.

Jesu Kristi evangelium räddade mig också från mitt missbruk. Under de senaste åren har min man och jag tjänat som missionärer i det återhämtningsprogram för missbrukare som Kyrkans familjeservice driver, och arbetat med medlemmar i vår stav som kämpar med olika typer av missbruk. Jag är så tacksam för möjligheten jag har att hjälpa dessa bröder och systrar. Det är en välsignelse för mig att kunna dela med mig av mina erfarenheter för att hjälpa dem att förstå hur vi alla kan bli räddade av evangeliet. ■

# Hjälp barnen att känna sig trygga

## Shawn Evans

Auktoriserad klinisk socialarbetare,  
Kyrkans familjeservice

**V**i lever alla i en tid då svåra problem som skilsmässor, sjukdomar, dödsfall, olyckor, naturkatastrofer, krig och arbetslöshet hotar tryggheten i hemmet. Det finns dock många saker som föräldrar kan göra för att hjälpa barnen att känna stabilitet, säkerhet och trygghet trots dessa hot.

### Hur barn reagerar

För att kunna hjälpa barnen att hantera traumatiska situationer måste vi först förstå hur de reagerar på dem. Dessa reaktioner påverkas av familjens stabilitet och av barnets ålder och känslomässiga mognad.

### Från födelsen till sex års ålder

Ett spädbarn kan uttrycka sitt obehag inför en svår händelse genom att bli kinkigt, gråta och vilja bli buren. Oftast är allt som ett spädbarn behöver att en förälder håller eller matar det. Små barn är mer mogna än spädbarn. Men ett avbrott i barnets normala rutiner kan få en sexåring att känna sig maktlös. Han eller hon kan till exempel känna stor oro över att skiljas från sina föräldrar under en naturkatastrof



*Genom att förstå hur barnen reagerar på traumatiska situationer kan föräldrar hjälpa sina barn att klara av svåra tider.*

eller under månaderna efter en skilsmässa. Föräldrar kan hjälpa små barn i sådana situationer genom att upprätthålla så många av barnets rutiner som möjligt. De kan fortsätta att ha familjebön, familjemåltider och andra rutiner som de hade innan den stora förändringen inträffade. Denna kontinuitet hjälper barn att känna tröst, förtroende och stabilitet.

### Från sju till tio års ålder

Äldre barn kan förstå när någonting eller någon försvinner för gott, oavsett om det handlar om att flytta eller att hantera en förälders död. Därför kan de bli helt uppslukade av den svåra händelsen. Deras uppfattning om livet har skakats om. De kanske pratar om den traumatiska händelsen om och om igen medan de försöker att förstå hur de ska hantera problemet. De kan behöva hjälp med att reda ut eller uttrycka sina känslor inför händelsen. Kom ihåg att de inte kan resonera på samma sätt som en vuxen. Det är till exempel inte ovanligt att barn känner skuld för föräldrarnas skilsmässa. Föräldrar kan hjälpa till genom att ta reda på vad barnen tänker och känner och



*”Mycket har förändrats i mitt liv. Något som inte har förändrats är familjeskriftstudier och familjebön. Jag älskar skrifterna och försöker nu att läsa dem på egen hand varje dag. Jag tycker om den fridfulla känsla som jag får när jag läser dem.”*

Michael H. vars föräldrar skilde sig och vars mamma senare gifte om sig.



sedan rätta till de missuppfattningar som deras barn kan ha.

### **Från elva till arton års ålder**

Barn mellan 11 och 18 år kan bekymra sig för både lokala, nationella och internationella händelser. Äldre tonåringar börjar inse att de snart ska lämna hemmet och möta den turbulenta världen på egen hand. De kan känna sig överväldigade av intensiva känslor och inte veta hur de ska tala om dem.

Föräldrar kan hjälpa sina tonåringar genom att göra saker tillsammans med dem som de tycker om, som att laga middag, spela sällskapsspel eller idrotta. Föräldrar kan också berätta om svåra upplevelser som de själva hade när de var tonåringar. När föräldrar delar med sig av sina tankar och känslor kommer barnen att lättare kunna uttrycka det som de tänker eller känner. Det är så man skapar emotionell närhet. Även om tonåringar kanske inte tycks vara intresserade så lyssnar de.

### **Vad föräldrar kan göra**

Föräldrar måste först inse att deras barn är bekymrade.<sup>1</sup> Barnen kanske uppvisar ovanliga beteendeproblem som långa perioder av nedstämdhet eller irritabilitet, ökad eller minskad aptit, störda sömnmönster, koncentrationssvårigheter eller förändrade studieresultat. Äldre barn kanske börjar ägna sig åt riskabelt beteende som att uppföra sig vårdslöst, använda droger, bli sexuellt aktiva, eller dra sig undan från familj, vänner och sociala situationer.

Du kan hjälpa till genom att veta hur du bäst fostrar vart och ett av barnen. Du kan till exempel, särskilt



FOTO ADAM C. OLSON

*”Mamma undervisade mig från skrifterna att jag kan lita på min himmelske Fader fastän jag inte kan se honom. Efter jordbävningen, när jag inte kunde hitta min mamma, visste jag att Gud skulle visa mig vägen, och det gjorde han. Och fastän min syster dog visste jag att jag skulle få träffa henne igen.”*

Anny A. några månader efter jordbävningen i Peru 2007 som mätte 8.0 på richtersskalan.

*”Jag vet att vuxna pratar om dåliga saker i livet för att varna mig och hjälpa mig att förstå saker. Men det hjälper mig också att få höra om det som är bra i världen och i deras liv. Det hjälper mig att minnas hur bra livet kan vara.”*

Erica M., som förlorade fem familjemedlemmar och vänner under en tidrymd av 18 månader.



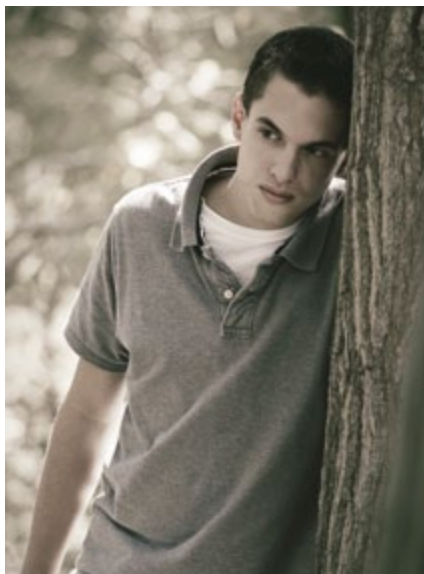
när barnen är små, lära dem ord som hjälper dem beskriva sina känslor. Några sådana ord är *ledsen*, *arg*, *frustrerad*, *rädd*, *orolig* och *spänd*.

Om din tonåring börjar uppföra sig vårdslöst efter en traumatisk situation, var lyhörd för hans eller hennes ord och känslor. Precis som med yngre barn kan du hjälpa din tonåring att sätta rätt namn på sina känslor. Och visa förståelse då du vet att det kan ha varit den traumatiska händelsen som utlöste det vårdslösa beteendet.

När du börjar prata om detta med dina barn, försök då undvika att moralisera och uttrycka ilska, kritik eller sarkasm. Ta reda på vad det är som tynger ditt barn och visa empati. Du kan börja genom att säga ”Jag vet att du är ledsen för att din vän dog. Jag kan bara föreställa mig hur svårt det måste vara. Jag är orolig för att du har börjat dricka alkohol som en reaktion på din smärta.” Att börja ett samtal på ett strängt sätt leder sällan till något bra resultat.

### **Lyssna med empati**

Ibland kanske det är frestande att undvika att prata med ett upprört



*”Pappa ser till att umgås mycket med mig, ofta när vi tjänar någon annan. Han tar sig tid att prata om livet i allmänhet. Och när man pratar kan man känna inre frid.”*

Ryan P. vars pappa var arbetslös i nästan ett år.

barn. Men ofta klarar ett barn inte av att hantera sina svåra känslor på egen hand. Om du lyssnar med empati medan dina barn berättar om sina bekymmer känner de sig älskade och tröstade.

En framgångsrik metod för att lyssna med empati är att upprepa vad barnet känner för att vara säker på att du förstår. Du kanske behöver hjälpa dem att sätta ord på vad det är de känner. Du kan säga: ”Du verkar ledsen och spänd när jag pratar om din vän vars föräldrar har skilt sig.” Vänta på svaret och låt sedan barnet fortsätta samtalet. Barn brukar prata när de känner att de har kontroll över samtalet.

### **Hjälp barnen bearbeta sina känslor**

Ett barn kan känna mer kontroll om man hjälper barnet bearbeta obehagliga känslor. Ofta när du lyssnar med empati kommer du och ditt barn att kunna identifiera orsaken till känslorna. Du kan till exempel fråga: ”Varför tror du att du känner så här?” Vänta på en reaktion och lyssna noga på svaret. Det kanske inte kommer meddetsamma.



*”Det finns otäcka, dåliga människor i världen. Men pappa gör så att allt känns bra. Han ringer mig på dagarna och säger att han älskar mig.”*

Ally V. vars pappa arbetar som polis.



Ibland kan man behöva hitta tänkbara lösningar tillsammans. Du kan fråga hur lösningen som ditt barn föreslår skulle påverka övriga inblandade. Visar den föreslagna lösningen respekt mot din familj och dina vänner? Är den realistisk? Hur får den barnet att känna sig? Han eller hon kanske inte kommer på en lösning meddetsamma. Försäkra ditt barn om att du älskar honom eller henne och att det är okej om han eller hon inte har en lösning nu.

### **Svara med tro**

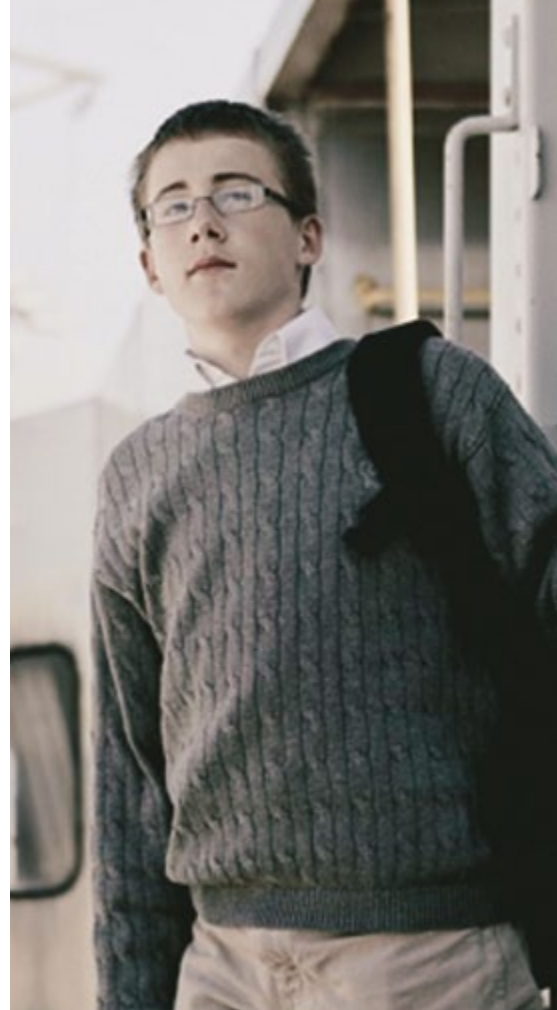
När du upptäcker ovanliga beteendemönster hos dina barn och sedan hjälper dem att uttrycka och förstå sina tankar och känslor i en kärleksfull miljö, kommer dina barn att känna trygghet och tillförsikt.

Det viktigaste du kan göra för att förstärka den här känslan av trygghet och tillförsikt i hemmet är att bygga på Jesu Kristi evangeliums principer. Du kan söka inspiration för hur du kan hjälpa dina barn genom att fasta, be, söka i skrifterna och besöka templet. Du kan tala med dina prästadömsledare. Du kan också överväga att söka professionell hjälp, beroende på hur allvarliga problemen är.

När du handlar i tro på din himmelske Fader och hans Son blir du välsignad med tröst och stöd. Barnen känner att de får tröst och stabilitet i större mått när ni tillsammans lever efter profeternas ord och fortsätter med de vanor som för frid in i hemmet, såsom familjebön och personlig bön, skriftstudier och tempeltjänst. ■

### **SLUTNOT**

1. Se John Gottman och Joan DeClaire, *The Heart of Parenting: Raising an Emotionally Intelligent Child* (1997).



### **FRIDENS GRUNDVAL**

”Hur kan vi få barn som växer upp i svåra, oroliga tider att

känna frid? ... De bästa och mest meningsfulla resurserna finns i hemmet där trofasta, hängivna föräldrar och stöttande bröder och systrar älskar varandra och undervisar varandra om deras gudomliga natur.”

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum, “Great Shall Be the Peace of Thy Children”, *Ensign*, apr. 1994, s. 60.

# STÄRK DE MINDRE AKTIVA

*Alla vi som är ledare i församlingar och stavar måste öppna dörren för de förlorade fåren; stiga åt sidan och släppa in dem.*

**President Boyd K. Packer**

president för de tolv apostlarnas kворum



stavs-presidenten, för högrådet, för biskopsrådet, för patriarken, för biorganisationernas ledare. Ibland anstränger vi oss till och med för att bjuda in talare och deltagare utifrån — till de hungrigas förlust.

På ett sakramentsmöte jag besökte nyligen hade en syster inbjudits att sjunga. Hennes man var inte aktiv i kyrkan men han hade kommit till mötet. Biskopen ville ha ett mycket speciellt program för detta tillfälle. Hans började med att säga: "Broder X, min första rådgivare, kommer att hålla inledningsbönen." Hans andra rådgivare höll avslutningsbönen.

Så synd, tänkte jag. De tre männen i biskopsrådet kämpar med en sådan oro för de andligt sjuka och sedan tar de den medicin som skulle kunna hela dessa människor — aktivitet, deltagande — och äter upp den själva inför de behövande!

Några kanske säger: "Vi måste vara försiktiga med de svaga ibland oss. Det är bättre att inte kalla dem att be eller bära vittnesbörd, för det kan skrämja bort dem." Det är en myt! En vanligen accepterad sådan, men likväl en myt! Jag har frågat hundratals biskopar om de kunde bekräfta att de har varit med om att det har hänt. Jag fick väldigt få jakande svar — faktum är att alla biskoparna tillsammans bara kunde komma på två tillfällen. Så risken är mycket liten, och en sådan

**A**ktivitet — möjligheten att tjäna och bära vittnesbörd — är som medicin. Det helar de andligt sjuka. Det helar de andligt svaga. Det är en alldeles nödvändig faktor i återlösningen av de förlorade fåren. Ändå finns det en tendens, nästan en programmerad tendens, att ge ännu fler tillväxtmöjligheter till dem som redan har för mycket att göra. Detta slags mönster, som är tydligt i våra stavar och församlingar, kan stänga de förlorade fåren ute.

När en hemlärare tar med sig ett förlorat får till mötena, är det bara en början på hans återfinnande. Var kan han användas där han kan stärkas andligt? Det finns faktiskt inte många situationer där en ledare kan använda en person som kämpar med sin värdighet. Tyvärr verkar det som om de få gånger när vi skulle kunna använda dem — för att hålla bön, ge korta svar, bära vittnesbörd — nästan alltid reserveras för de aktiva: för





inbjudan kan resultera i att ett förlorat får blir återvunnet.

För ett antal år sedan besökte jag en stav vars president var en ovanligt effektiv och kapabel man. Varenda detalj under stavs-konferensen hade schemalagts. Han hade gjort som vanligt och tilldelat personer från den utvalda gruppen bestående av stavs-presidentskapet, högrådet, biskoparna och stavspatriarken uppgiften att uppsända en bön. Dessa bröder hade inte informerats om detta, så istället för att ge uppdraget till dem som förtjänade äran, gav vi det till dem som så desperat behövde erfarenheten.

Presidenten hade en detaljerad dagordning för de allmänna sessionerna och han nämnde att det fanns 20 minuter under en session som inte hade schemalagts. Jag föreslog att vi skulle kunna kalla någon att tala som annars inte hade möjlighet och som behövde den stärkande erfarenheten. Han kontrade med förslaget att han skulle be några kapabla, framstående ledare att förbereda sig för att eventuellt hålla tal. "Många ickemedlemmar kommer att närvara", sade han. "Vi är vana att ha ett organiserat och mycket finputsat konferensframträdande. Vi har många mycket kapabla personer i staven. De kommer att ge ett utmärkt intryck."

Vid ytterligare två tillfällen under vårt möte nämnde han

schemat och insisterade på att kalla stavens "bästa aktörer". "Ska vi inte spara den här stunden för dem som bäst behöver den?" frågade jag. Han svarade besviket: "Ja, det är ju du som är generalauktoritet."

Tidigt på söndagsmorgonen påminde han mig att vi fortfarande skulle hinna kalla någon som kunde ge det bästa intrycket.

Morgonens session inleddes av presidenten som höll ett välskrivet och rörande tal. Efter honom kallade vi hans andre rådgivare. Han blev märkbart nervös ... (Vi hade tidigare antytt att båda rådgivarna troligtvis skulle tala under eftermiddagens session. Vi skulle äta lunch hemma hos honom. Han hade vetat att det skulle finnas tid för honom att gå igenom sina anteckningar så han hade lämnat dem hemma.)

I brist på anteckningar valde han att bära sitt vittnesbörd och gav en inspirerande redogörelse för en förrättning han hade utfört under veckan. En broder som läkarna hade gett upp hoppet om hade kallats tillbaka från dödsskuggans dal genom prästadörets kraft. Jag vet inte vad som stod i hans anteckningar, men det var svårt att tro att det kunde ha varit mer inspirerande än hans vittnesbörd.

En äldre kvinna satt i första raden och höll en tård man i handen. Med sina enkla kläder såg hon inte riktigt ut att passa in i den finklädda församlingen. Det kändes som om hon borde tala på konferensen, och när hon fick möjligheten redogjorde hon för sin mission. Femtiotvå år tidigare hade hon återvänt från missionsfältet och sedan dess hade hon aldrig ombetts att tala i kyrkan. Det var ett rörande och gripande vittnesbörd hon bar.

Andra kallades att tala, och när vi närmade oss slutet av mötet föreslog presidenten att jag skulle ta återstoden av tiden. "Har du fått någon inspiration?" frågade jag. Han sade att hans tankar hela tiden återvände till borgmästaren. (De röstberättigade i den stora staden hade valt en medlem av kyrkan till

borgmästare, och han var närvarande.) När jag sade att borgmästaren kunde få tala, viskade han att mannen inte var aktiv i kyrkan. När jag föreslog att han skulle kalla honom ändå, motsatte han sig det och sade rent ut att han inte var värdig att tala på mötet. Men jag insisterade och han kallade mannen till talarstolen.

Borgmästarens far hade varit en av kyrkans pionjärer i området. Han hade tjänat som biskop i en av församlingarna och hade efterträtts av en av sina söner — jag vill minnas att det var borgmästarens tvillingbror. Borgmästaren var det förlorade fåret. Han gick fram till talarstolen och till min förvåning talade han på ett bittert och fientligt sätt. Hans tal började ungefär så här: "Jag vet inte varför ni kallade mig. Jag vet inte varför jag är i kyrkan idag. Jag hör inte hemma i kyrkan. Jag har aldrig passat in. Jag håller inte med om kyrkans sätt att göra saker och ting."

Jag kan erkänna att jag började bli orolig, men sedan tystnade han och tittade ner på talarstolen. Från den stunden och till dess hans tal var slut, såg han inte upp. Efter en kort stunds tvekan, fortsatte han: "Jag antar att jag lika gärna kan berätta det. Jag slutade röka för sex veckor sedan." Sedan skakade han sin knutna näve över huvudet mot församlingen och sade: "Om någon av er tror att det är lätt, har ni aldrig gått igenom det helvete som jag har genomlidit de senaste veckorna."

Sedan var det som om han smälte. "Jag vet att evangeliet är sant", sade han. "Det har jag alltid vetat. Det fick jag lära mig av min mor som pojke.

"Jag vet att det inte är något fel på kyrkan", erkände han. "Det är jag som har misstagit mig, och jag har alltid varit medveten om det också."

Sedan talade han kanske för alla förlorade får när han vädjade: "Jag vet att det är jag som har gjort fel, och jag vill komma tillbaka. Jag har försökt komma tillbaka, men ni låter mig inte göra det!"





*Vi måste lära oss att inte blockera ingången. Det är en trång passage. Ibland försöker vi på ett klumpigt sätt att dra dem genom den dörr som vi själva blockerar.*

Självklart skulle vi låta honom komma tillbaka, men på något sätt hade vi inte låtit honom veta det. Efter mötet strömmade församlingen till hans sida och sade: "Välkommen hem!"

På väg till flygplatsen efter konferensen sade stavs-presidenten: "Jag har lärt mig en läxa idag."

I hopp om att bekräfta det sade jag: "Om vi hade gjort som du ville, hade du väl kallat den här mannens far, eller kanske hans bror, biskopen?"

Han nickade och sade: "Om vem som helst

av dem hade fått fem minuter på sig, hade han presenterat en 15 eller 20 minuter lång predikan som hade uppskattats av samtliga närvarande. Men då hade inget förlorat får återvunnits."

Alla vi som är ledare i församlingar och stavar måste öppna dörren för de förlorade fåren; stiga åt sidan och släppa in dem. Vi måste lära oss att inte blockera ingången. Det är en trång passage. Ibland försöker vi på ett klumpigt sätt att dra dem genom den dörr som vi själva blockerar. Endast när vi har den ande som hjälper oss att lyfta dem, leda dem framför oss, se dem upphöjda över oss själva, har vi den ande som kan frambringa ett vittnesbörd.

Jag undrar om det var det som Herren menade när han sade: "Det är inte de friska som behöver läkare utan de sjuka" (Matt 9:12).

Jag vill inte att vi sänker våra normer. Tvärtom. Förlorade får anpassar sig fortare till höga normer än till låga. Det finns ett terapeutiskt värde i andlig disciplin.

Disciplin är en form av kärlek, ett sätt att uttrycka den. Den är nödvändig och mäktig i människors liv.

När ett litet barn leker nära vägen, styr vi försiktigt omkring honom. Inte många av oss stannar och leder honom i säkerhet och, om det är nödvändigt, disciplinerar honom. Om det inte är vårt eget barn eller barnbarn, vill säga. Om vi älskar barnet tillräckligt mycket gör vi det. Att undanhålla disciplin när det skulle bidra till andlig tillväxt är ett bevis på bristande kärlek och omtanke.

Andlig disciplin, omgiven av kärlek och bekräftad med vittnesbörd, hjälper till att återlösa själar. ■

*Utdrag ur ett tal hållet på ett möte för prästadömsledare den 19 februari 1969. Texten kan läsas i sin helhet (på engelska) i Boyd K. Packers bok Let Not Your Heart Be Troubled (1991), s. 12–21. Standardiserad stavning, kommativering och kapitalisering.*



**David M. McConkie**  
förste rådgivare i Söndagsskolans  
generalpresidentskap

## Lär dig höra och förstå

# ANDEN

*Något av det viktigaste vi kan göra är att lära oss att höra och följa Andens maningar.*

**M**in far växte upp i det lilla samhället Monticello i Utah. När han var sju år gammal var en av hans dagliga sysslor att ta in familjens kor från betet. Hans käraste ägodel var en fickkniv som han alltid hade med sig. En dag när han red på sin häst för att hämta korna kände han i fickan efter kniven. Till sin förfäran insåg han att han hade tappat den någonstans längs stigen. Han blev förtvivlad, men han trodde på det som hans far och mor hade lärt honom: Gud hör och besvarar böner.

Han stannade hästen och gled ner på marken från dess bara rygg. Där böjde han knä och bad sin

himmelske Fader att hjälpa honom hitta fickkniven. Han satt upp på hästen igen, vände och red tillbaka längs stigen. Efter en stund stannade hästen. Pappa steg av och kände med handen i det tjocka dammet på stigen. Där, långt nere i dammet, hittade han sin dyrbara fickkniv. Han visste att Herren hade hört och besvarat hans bön.

Eftersom min far hade lärt sig att lyssna till och följa Andens viskningar blev han välsignad med att få se Herrens hand många gånger under sitt liv. Han bevittnade många mirakel. Men när han samlade sin familj för att undervisa oss om evangeliet talade han ofta

om sin erfarenhet på den dammiga stigen i Monticello när Herren hörde och besvarade "en fräknig sjuårings" bön.

De sista åren av sitt liv berättade han att han hade lärt sig någonting annat från sin upplevelse som barn. Med glimten i ögat sade han: "Jag lärde mig att Gud kan tala till hästar!"

Min fars erfarenhet som ung pojke gjorde ett bestående intryck på honom, för det var början på hans personliga andliga utbildning. Det var då han av egen erfarenhet fick veta att Gud hör böner. Det var då han, som profeten Joseph Smith sade, började *lära känna* Guds Ande.<sup>1</sup>





### Den Helige Andens gåva

Frälsaren lovade sina apostlar att efter att han hade lämnat dem skulle de få åtnjuta den Helige Andens gåva. Han sade: "Men Hjälparen, den helige Ande, som Fadern skall sända i mitt namn, han skall lära er allt och påminna er om allt vad jag har sagt er" (Joh 14:26). Detta löfte uppfylldes på pingstdagen.

Medlemmarna i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga har rätt till samma gåva. Efter att vi döpts får vi den Helige Andens gåva genom handpåläggning av en som har myndighet att administrera i evangeliets förrättningar. Denna gåva är, när vi är värdiga den, rätten att ha den tredje

medlemmen i gudomen som ständigt sällskap.

Den Helige Andens sällskap är en av de största välsignelser som vi kan få åtnjuta i jordelivet. Äldste Bruce R. McConkie (1915–1985) i de tolv apostlarnas kворum sade:

"Människan bör — mer än något annat i denna värld — söka efter den Helige Andens ledning. Ingenting är så viktigt som att ha den Helige Andens sällskap ...

Inget pris är för högt, inget arbete för betungande, ingen kamp för svår, ingen uppoffring för stor, om vi till följd av allt detta får ta emot och åtnjuta den Helige Andens gåva."<sup>2</sup>

Profeten Joseph Smith sade att

man kan lära känna Guds Ande och att genom att "lära känna Guds Ande och förstå den, kan ni tillväxa i uppenbarelsens princip, tills ni blir fullkomliga i Kristus."<sup>3</sup>

Något av de viktigaste vi kan göra är att *lära känna* Guds Ande — lära oss att höra och följa Andens meningar. Om det är vår önskan och vi är värdiga, kommer Herren att undervisa oss om uppenbarelsens princip.

### Lär dig lyssna och agera

För att lära känna Guds Ande måste vi lyssna med våra hjärtan. President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kворum, sade: "Andens röst är en mild och





## TITTA TILL DÄCKET

Andrew M. Wright

När jag var 15 år lämnade vi vårt hem i Arizona för att åka på semester i centrala USA. Vi körde igenom många stater, däribland Kansas, Texas, Arkansas, Missouri och Illinois.

Semestern var trevlig. Vi lärde oss uppskatta varandras sällskap under de långa bilresorna från plats till plats.

En kväll, när vi stannade vid en restaurang, var vi alla ivriga att få någonting att äta. När vi steg ur bilen fick jag plötsligt en stark känsla av att jag borde titta till bakdäcket på bilen. Jag började gå mot restaurangen, men känslan ville inte försvinna. Jag såg mig över axeln och stannade. Så

kände jag återigen maningen: "Titta till bakdäcket." Den var så stark att jag inte kunde ignorera den.

När jag kom närmare bilens bakdel hörde jag ett pysande ljud. Mycket riktigt höll luften snabbt på att pysa ut ur höger bakdäck. Jag sprang in till pappa som redan hade gått in i restaurangen med resten av familjen.

Pappa tog bilen till en bensinstation längre ner på gatan innan däcket hann bli helt platt. Eftersom däcket inte var förstört var reparationen både billig och snabb. Och vi hann laga punkteringen bara minuter innan

bensinstationen stängde för kvällen. Jag vet inte vad som hade hänt om jag hade ignorerat maningen. Men jag vet att tack vare att jag lyssnade kunde vi tryggt och bekvämt fortsätta vår resa.

Sedan den händelsen är jag övertygad om den Helige Andens kraft och om hur välsignade vi medlemmar i kyrkan är som har denna särskilda kommunikationslinje. Jag är tacksam för den erfarenheten, för jag kommer alltid att minnas den och påminnas om att vår himmelske Fader älskar, bryr sig om och vakar över alla sina barn.

stilla röst — en röst som man *förnimmer* snarare än hör. Det är en andlig röst som kommer till sinnet som när en tanke kommer till ens hjärta."<sup>4</sup>

President Packer sade också: "Inspiration kommer lättare i en fridfull atmosfär. Ord som *tyst, stilla, Hugsvalaren* förekommer ofta i skrifterna: 'Bli *stilla* och besinna att jag är Gud.' (Ps 46:10; kursivering tillagd.) Och löftet: 'Du skall få min Ande, den Helige Anden, ja, Hjälparen, som skall lära dig de *fridgivande* tingen rörande riket.' (L&F 36:2; kursivering tillagd)."

President Packer tillade: "Vi kan öppna oss för denna kommunikation, men vi kan *aldrig* tilltvinga oss

den! Om vi försöker göra det, kan vi bli bedragna."<sup>5</sup>

Något som är av yttersta vikt i vår lärandeprocess är vårt ansvar att agera, utan dröjsmål, i enlighet med de andliga maningar vi får. President Thomas S. Monson har sagt: "Vi iakttar. Vi väntar. Vi lyssnar efter den milda, lugna rösten. När den talar lyder de förståndiga. Andens maningar bör inte åsidosättas."<sup>6</sup>

Processen att lära sig höra och förstå Anden är kontinuerlig och sker gradvis. Frälsaren sade: "Den som tar emot ljus och förblir i Gud får mer ljus, och detta ljus växer sig klarare och klarare fram till den fullkomliga dagen" (L&F 50:24).

"Ty åt den som tar emot skall jag

ge mer" (2 Nephi 28:30).

Precis som Kristus "inte mottog fullheten från början, utan mottog nåd för nåd" (L&F 93:12), kommer också vi, när vi lyder hans bud, att "motta nåd för nåd" (L&F 93:20; se även Joh 1:16) och "rad på rad, bud på bud" (2 Nephi 28:30). Vår lärandeprocess sker ofta lika gradvis som daggen faller från himlen (se L&F 121:45; 128:19).

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum har sagt att "det finns ... [ingen] enkel formel eller metod som genast skulle låta [oss] bemästra förmågan att vägledas av Andens röst." Utan "vår Fader förväntar sig att [vi] lär [oss] hur man får denna gudomliga hjälp genom att





utöva tro på honom och hans helige Son Jesus Kristus”.

Äldste Scott fortsatte: ”Det som till att börja med kan tyckas vara en svår uppgift blir mycket lättare med tiden när du genomgående strävar efter att känna igen och följa Andens maningar. Ditt förtroende för vägledningen du får genom den Helige Anden blir också starkare” och ”din tillit till intrycken du får [kan] bli säkrare än din tillit till det du ser eller hör.”<sup>7</sup>

Som en del i vår lärandeprocess hjälper Herren oss att se resultaten av de handlingar vi utför enligt Andens maningar, både i våra egna och andras liv. Dessa upplevelser stärker vår tro och ger oss större mod att handla i framtiden.

Det krävs stor ansträngning för att lära sig höra och förstå Anden. Men Herren har lovat att de trofasta skall ”få uppenbarelse på uppenbarelse, kunskap på kunskap, så att [de] kan lära känna hemligheterna och de fridgivande tingen — det som ger glädje, det som ger evigt liv” (L&F 42:61). ■

#### SLUTNOTER

1. Se *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 131.
2. Bruce R. McConkie, *A New Witness for the Articles of Faith* (1985), s. 253.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith*, s. 131.
4. Boyd K. Packer, ”Tungor som av eld fördelade sig”, *Liahona*, jul 2000, s. 10.
5. Boyd K. Packer, ”Vördnad öppnar uppenbarelsens kanaler”, *Nordstjärnan*, jan. 1992, s. 24–25.
6. Se Thomas S. Monson, ”Anden ger liv”, *Liahona*, jun 1997, s 4.
7. Richard G. Scott, ”Att få andlig vägledning”, *Liahona*, nov. 2009, s 6–7.



#### EN FÖRMÅN OCH EN SKYLDIGHET

”Om du vill få Guds sinne och vilja ... så ta emot detta. Det är en förmån lika mycket för dig som för någon annan medlem i Guds kyrka och rike. Du har förmånen och skyldigheten att leva så att du vet när Herrens ord talas till dig och när Herrens sinne uppenbaras för dig. Jag påstår att det är din plikt att leva så att du vet och förstår allt detta.”

**President Brigham Young (1801–1877), *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young* (1997), s 68.**





# Uppenbarelse

## EN DROPPE I TAGET

Luis Andres Varela ser noga på när en vattendroppe samlas längst ner på en stalaktit i Taulabe-grottorna i Honduras. Varje droppe får stalaktiten att växa genom att lägga till lite mer till det som tidigare droppar har lämnat efter sig.

Men för Luis är det mer än bara en stalaktit — den lär honom något om honom själv.

”Stalaktiter växer en droppe i taget”, säger han. ”Det är så våra vittnesbörd växer också. Den Helige Anden undervisar oss lite i taget. Varje droppe hjälper oss att växa i kunskap om evangeliet.” (Se 2 Nephi 28:30.)

Luis minns en sådan händelse i sitt liv. En dag när hans familj läste skrifterna kände han en lugn, övertygande känsla att det som han läste var sant.

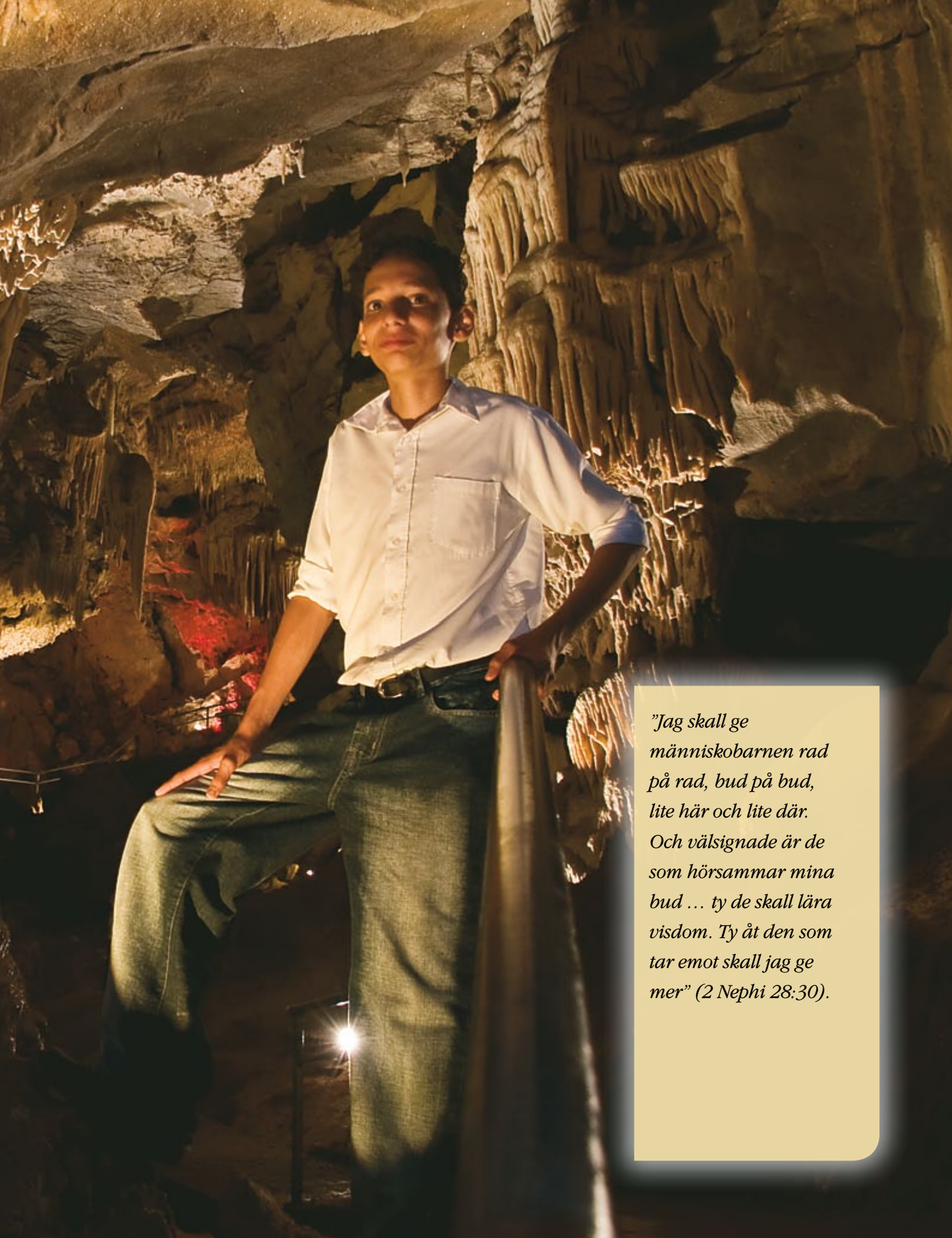
”Jag är bara 14 år, men jag vet att jag har tagit emot uppenbarelse för jag har känt den Helige Anden tala om för mig att kyrkan är sann och att Joseph Smith är en profet”, säger han. ”Jag kanske inte har fått ta emot så mycket än — jag är fortfarande som en mycket liten stalaktit — men om jag gör det jag behöver göra för att få ta emot uppenbarelse så kommer min kunskap och mitt vittnesbörd att fortsätta växa.”

Luis säger att när vi går till kyrkan, deltar i seminariet, studerar skrifterna, fastar och ber så förbereder vi oss för att ta emot ”uppenbarelse på uppenbarelse” (L&F 42:61).

”Om jag gör allt det här”, säger han, ”kan min tro, liksom de där stalaktiterna, en dag nå härifrån till himlen.” ■

OVANI: FOTO © PHOTONONSTOP/SUPERSTOCK; HÖGER: FOTO ADAM C. OLSON





*"Jag skall ge  
människobarnen rad  
på rad, bud på bud,  
lite här och lite där.  
Och välsignade är de  
som hörsammar mina  
bud ... ty de skall lära  
visdom. Ty åt den som  
tar emot skall jag ge  
mer" (2 Nephi 28:30).*





# Uppenbarelse

## KUNSKAP FRÅN HIMLEN

**E**n kraftig dusch blöter ner dem som kommer för nära Pulhapanzak-fallen i Honduras. Men José Santiago Castillo har inget emot det. För José representerar det rinnande vattnet ett löfte som har varit betydelsefullt för honom sedan hans himmelske Fader först besvarade hans böner om evangeliet.

”Om vi vill ha visdom, kan vi be om den”, säger José (se Jak 1:5). ”Precis som man inte kan stoppa det här vattnet, lovar Herren att han ska utgjuta kunskap över de heliga.” (Se L&F 121:33.)

Josés erfarenhet i kyrkan har lärt honom att ett vittnesbörd växer rad på rad, men att det inte behöver vara en långsam process. Det finns en mängd uppenbarelse att få.

Profeten Joseph Smith sade: ”Gud har inte uppenbarat någonting för Joseph som han inte tänker kungöra för de tolv, och även den

obetydligaste av de heliga kan lära känna allt så fort han är i stånd till att uthärda det.”<sup>1</sup>

”Innan jag döptes bad jag min himmelske Fader att bekräfta att det som han hade uppenbarat för mig var sant: Mormons bok, visdomsordet, tionde”, säger José som nu tjänar som äldstekvorumpresident. ”Det är genom att fråga honom som vi kan få svar.” (Se Mose 1:18.)

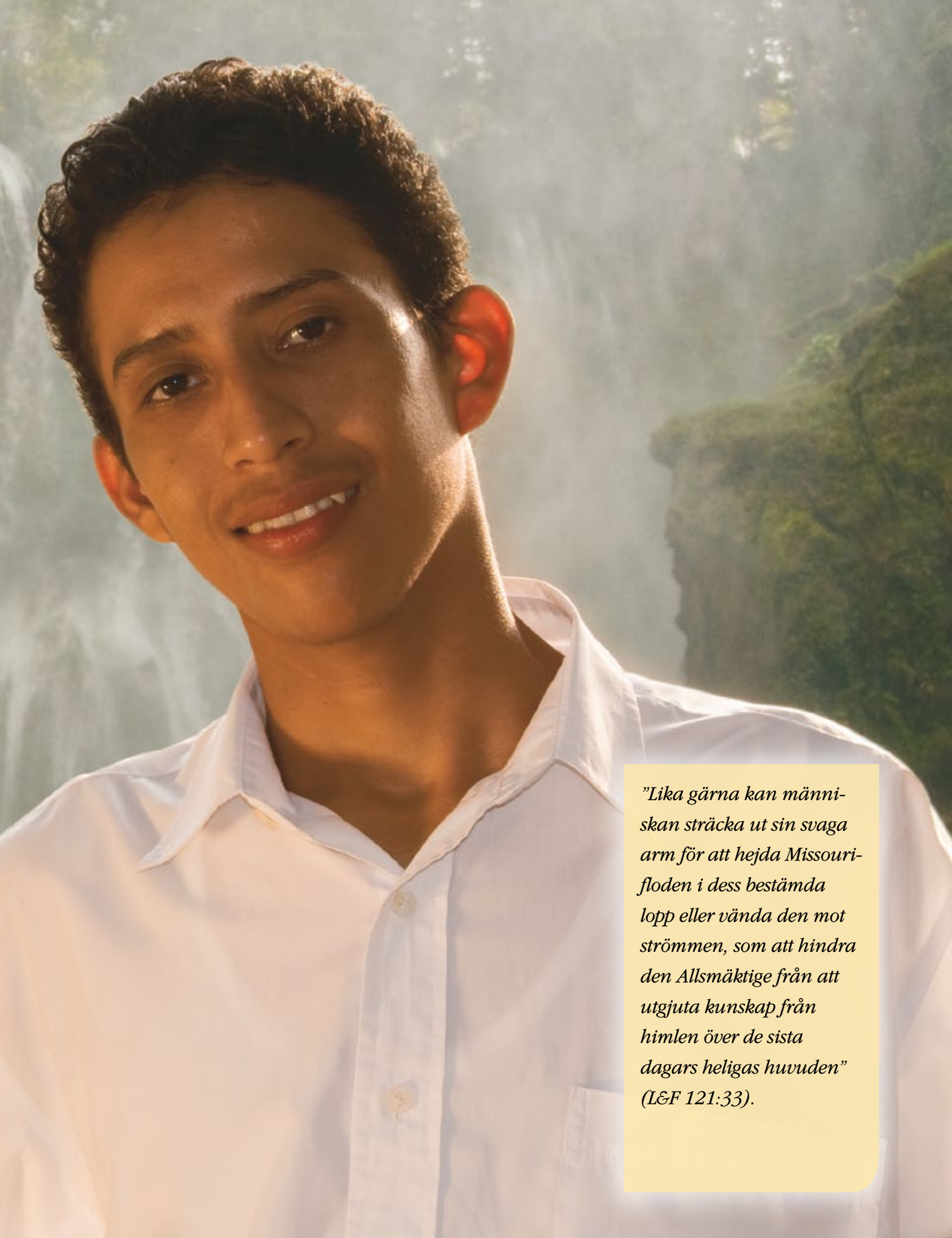
Men vi måste förbereda oss för att få ta emot uppenbarelse. ”Om vi vill bli våta, måste vi ställa oss under vattnet”, säger José. ”Om vi vill ha uppenbarelse måste vi ta oss dit uppenbarelsen kommer. Vi måste vara där vi bör vara och göra det som vi bör göra. Vi lär oss många saker om vi är flitiga.” (Se 1 Nephi 15:8–11.) ■

#### SLUTNOT

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 267.

FOTO ADAM C. OLSON.





*"Lika gärna kan männi-  
skan sträcka ut sin svaga  
arm för att hejda Missouri-  
floden i dess bestämda  
lopp eller vända den mot  
strömmen, som att hindra  
den Allsmäktige från att  
utgjuta kunskap från  
himlen över de sista  
dagens heligas huvuden"  
(L&F 121:33).*

*Som Frälsarens underherdar har vi ansvaret att "sträcka oss efter och rädda dem som har hamnat vid sidan av vägen".*

## OM DE FÖRLORADE OCH ÅTERFUNNNA

**I** kapitel 15 i Lukasevangeliet använder sig Frälsaren av tre liknelser för att undervisa om själens värde och visar oss hur vi kan finna och återbörda det som har gått förlorat från trons och familjs fälla.

I liknelserna går fåret vilse, silvermyntet tappas bort, och den förlorade sonen slösar bort sitt arv på ett utsvävande liv. Men herden söker i vildmarken, kvinnan söker igenom huset, och den förlåtande fadern väntar på att sonen ska återvända, redo med en omfamning och ett varmt välkomnande.

Frälsarens liknelser — och följande tre skildringar av kyrkans ledare — påminner oss om att vi, som hans underherdar, har ansvaret att "sträcka oss efter och rädda dem som har hamnat vid sidan av, så att inte en enda dyrbar själ går förlorad".<sup>1</sup>

### SLUTNOT

1. Thomas S. Monson, "Stå på din tilldelade plats", *Liahona*, maj 2003, s. 57.

DET FÖRLORADE LAMMET RÄDDAS. AV MINERVA K. TEICHERT; ILLUSTRATIONER ROBERT A. MCKAY



# Liknelser



## Rädda förlorade lamm

Äldste Donald J. Keyes

Områdessjuttio, området Utah Nord



Tidigt på våren för många år sedan hade min fru och jag möjlighet att köra genom vackra Star Valley i Wyoming i

USA. Det var en underbar vårmorgon och landskapet och vyerna var inspirerande.

När Jackie och jag körde in i Star Valley gladdes vi åt att se en ensam fårflock med dussintals små lamm. Det finns inte mycket som är så älskvärt som ett litet lamm. När vi körde nedför den livligt trafikerade vägen såg vi ett litet lamm utanför stängslet nära väggkanten. Det sprang förtvivlat fram och tillbaka mot stängslet och försökte ta sig tillbaka till flocken. Jag gissade att det lilla lammet var tillräckligt litet för att ha lyckats pressa sig igenom en öppning i stängslet men nu inte kunde komma tillbaka.

Jag var säker på att om vi inte stannade och räddade lammet skulle det tids nog gå ut på den närliggande vägen och bli skadat eller dödat. Jag stannade bilen och sa till Jackie och vårt resesällskap i baksätet: "Vänta här, det här tar bara ett ögonblick."

Jag förmodade naturligtvis med min bristande erfarenhet av

lammskötsel att det rädda lammet skulle bli glad att se mig. Jag hade ju trots allt de bästa av avsikter. Jag hade kommit för att rädda hans liv!

Men till min besvikelse blev lammet skrämt och verkade helt otacksamt för mina försök att rädda det. När jag närmade mig det sprang det lilla livet bort från mig så fort det kunde längs med stängslet. Jackie, som såg min kamp, klev ur bilen för att hjälpa till. Men inte ens tillsammans kunde vi överlista det snabba lilla lammet.

Vid det här laget kom paret i baksätet, som hade haft roligt åt vår uppvisning, ut ur bilen och anslöt sig till räddningsförsöket. Med gemensam ansträngning lyckades vi till slut fånga det skrämde lilla lammet mot stängslet. När jag böjde mig ner för att lyfta upp honom i mina rena resekläder, märkte jag snabbt att han luktade ladugård. Det var då jag började undra om det verkligen var värt ansträngningen.

När vi lyfte lammet till tryggheten på andra sidan stängslet kämpade och sparkade han av alla krafter. Men efter bara en kort stund hade han hittat sin mamma och tryckte sig tätt intill henne. Med kläderna i oordning men med stor tillfredsställelse och frid över att ha gjort rätt val, åkte vi vidare.

Jag har funderat över den upplevelsen många gånger sedan dess. Jag undrar om vi skulle anstränga oss så mycket för att rädda en otacksam, mindre aktiv vän. Jag hoppas



det! Herren sade: "Hur mycket mer är inte en människa värd än ett får!" (Matt 12:12). I varje gren, församling och stav finns det får som är vilsna och i fara.

Prova att byta ut orden *det är mycket att göra* med *det finns många att rädda* i psalmen "Har jag gjort något gott?" och fundera på hur det kan tillämpas på att rädda vilsna lamm:

*Det finns många att rädda omkring oss nu!*

*Kom, var med i det godas lag!  
Dyrbar tid ej förspill utan kom och hjälp till!*

*Ja, gör något gott re'n i dag!<sup>1</sup>*

Våra vänner kan tyckas vara otacksamma, rädda eller ointresserade av att bli räddade. Och våra ansträngningar att rädda dem kan ta tid och kräva arbete, energi och stöd och hjälp från andra. Men ansträngningen belönas med eviga välsignelser. Om vi, som Herren har lovat, bara för "en enda själ till [honom], hur stor skall då inte [vår] glädje vara tillsammans med honom i [vår] Faders rike" (L&F 18:15).

### SLUTNOT

1. Se "Har jag gjort något gott" *Sånger*, nr. 158.



## HON GAV INTE UPP HOPPET OM MIG

Sonya Konstans

**N**är jag döptes som medlem i kyrkan 1990 blev jag vän med fina familjer, fick ett ämbete och kände att jag hörde hemma där. Men ett år senare, efter att ha flyttat till en ny församling, började jag glida bort från kyrkan. Jag slutade gå på mötena och började sällskapa med en man som inte var medlem i kyrkan.

Jag trodde fortfarande att kyrkan var sann. Jag trodde bara att jag inte var tillräckligt bra för den längre. Men så fick Kathy i uppgift att vara min besökslärare.

Kathy ringde varje månad under de första månaderna och försökte bestämma en tid för ett besök. Eftersom jag alltid undvek hennes besök började hon skicka besökslärarnas budskap med posten istället. Budskapet kom regelbundet varje månad. Detta pågick i fyra år, även efter att jag hade gift mig med min pojkvän och fått två barn.

Vissa månader slängde jag bort

## Visa medkänsla

Äldste Robert D. Hales

i de tolv apostlarnas kворum



**I** liknelsen om det återfunna fåret gick herden och sökte efter det förlorade fåret tills han hittade det. Han återvände sedan,

jublade (se Luk 15:4–7).

I liknelsen om det återfunna myntet tände änkan ett ljus och genomsökte varje hörn för att hitta myntet. Hon gladdes då hon fann det (se Luk 15:8–10).



budskapet oläst; andra månader läste jag det innan jag slängde det. När mitt äktenskap kraschade och jag blev lämnad att ensam uppfostra två små barn behövde jag plötsligt svar. När månadens besökslärarybudskap kom bestämde jag mig för att gå till kyrkan för första gången på mycket länge.

Det kändes så jobbigt, som om alla mina synder stod skrivna i pannan. En syster som jag hade lärt känna i unga vuxna-programmet hälsade mig välkommen och vi satt tillsammans. Och så kom Kathy. Jag tittade bort eftersom jag skämdes för att jag inte hade svarat på hennes vänliga brev. Hon log mot mig, pratade med min granne en liten stund, och satte sig sedan hos sin man.

När jag kom hem från jobbet följande dag fanns det ett meddelande från Kathy på telefonsvararen. Jag kunde inte ringa tillbaka till henne. Jag var säker på att hon ville tala om för mig att jag inte fick lov att komma tillbaka till kyrkan, att mina synder hade

varit för svåra. Jag tyckte synd om Kathy som måste meddela mig det här, men jag förstod att det var sant. Det fanns ingen plats för mig bland de rättfärdiga. Jag kunde inte ringa tillbaka till henne, men följande kväll ringde hon mig igen.

”Jag vill be om ursäkt”, sade hon.

Varför i hela världen skulle Kathy behöva be mig om ursäkt?

”Jag kände inte igen dig när jag såg dig i kyrkan i söndags”, sade hon. ”Efter sakramentsmötet frågade jag systemen som du satt bredvid vem du var. Då hade du redan hunnit gå. Det var så roligt att se dig.”

Jag var helt mållös.

”Jag hoppas att vi kan sitta tillsammans nästa gång du kommer till kyrkan”, tillade Kathy.

”Det vill jag gärna”, sade jag och kände mig plötsligt överväldigad av känslor.

Vi satt tillsammans följande söndag — och många fler söndagar därefter. Hon inspirerade mig att vara en bättre



mor, en bättre medlem i kyrkan och en bättre besökslärare. Hon lyssnade alltid tålmodigt, utan att döma, precis som Frälsaren skulle ha gjort.

Kathy satt bredvid mig dagen då jag tog emot min begåvning och dagen då jag och min nya make vigdes i templet. Hon fortsatte att vara min besökslärare tills vi flyttade från området. Hennes tjänande välsignade mig på sätt som jag är säker på att hon aldrig kunde föreställa sig — bara genom att inte ge upp hoppet om mig.

Båda dessa liknelser är exempel på sådant vi gör för att söka, lysa i mörkret och ”sopa” tills en värderad ägodel eller förlorad själ återfinns och återbördas till ett jublande hem.

Ett bra exempel på hur medkänsla och tjänande hade stor betydelse är en upplevelse som Don och Marian Summers hade. Medan de verkade i England ombads de att tjäna de sex sista månaderna av sin mission i Swindons gren för att undervisa och hjälpa till med att aktivera medlemmar. I åttio år hade Swindon varit en gren med några få trofasta och med

många goda medlemmar som blev mindre och mindre aktiva.

Don och Marian skrev: ”Vårt första besök i Swindons gren var en smula nedslående då vi träffade de heliga i en kall, förhyrd sal. Grenen bestod av 17 personer, inklusive president och syster Hales och fyra missionärer. Med vinter-ytterkläder på kurade vi ihop oss kring en liten, otillräcklig kamin medan vi lyssnade till en söndagsskolektion.”

Brevet fortsatte: ”En grensmedlem kom fram till mig en dag: ’Äldste Summers, får jag ge dig ett gott råd?



## SJÄLAR ATT FRÄLSA

”På er väg genom livet kommer ni att märka att ni inte är den enda resenären. Det finns andra som behöver er hjälp. Det finns fötter att stödja, händer att gripa, sinnen att uppmuntra, hjärtan att inspirera och själar att frälsa.”

President Thomas S. Monson, ”En grundval blev lagd”, *Liahona*, nov. 2006, s. 68.



Nämn aldrig ordet *tionde* för medlemmarna i Swindon. De tror i själva verket inte på det, och du gör dem bara upprörda.”

Broder Summers sade: ”Vi undervisade om tionde och evangeliets alla andra principer. Med grensresidentens föredöme och uppmuntran skedde en hjärtats förändring, och tron och aktiviteten började öka. Matrikelkortet gjordes helt aktuella allteftersom vi besökte varje medlems hem. Då ledarna började bry sig om medlemmarna började de reagera, och en helt ny anda genomströmmade grenen. Medlemmarna kunde återigen glädjas över evangeliet och hjälpa varandra ...

”Ett ungt par hade svårigheter att anpassa sig då deras vanor, deras sätt och deras klädsel var annorlunda. De blev förolämpade om man föreslog förändringar. Paret skrev två gånger till biskopen [för vid det laget var det en församling] och bad att deras namn skulle strykas ur kyrkans uppteckningar. I sista brevet förbjöd de medlemmarna att besöka dem, så [vi] gick till blomsterhandeln och köpte en vacker krysantemumplanta och fick den levererad till det unga paret. Det var ett enkelt meddelande: *’Vi*

*älskar er. Vi saknar er. Vi behöver er. Kom tillbaka.*’ Undertecknat Swindons församling.

”Påföljande söndag var det faste- och vittnesbördsmöte och vår sista söndag i Swindon. Etthundratre medlemmar var närvarande jämfört med sjutton sex månader tidigare. Det unga paret var där, och då mannen bar sitt vittnesbörd tackade han Swindons församling för att de inte gett upp hoppet om dem.”

Var och en av oss kan få liknande upplevelser i våra egna församlingar och grenar genom att arbeta tillsammans och visa kärlek till dem som är mindre aktiva. Vilken glädje ger det inte att vara ”barmhärtiga mot och frälsa” (Jud 1:22) dem som kanske nu är redo att finna sig själva och sedan komma tillbaka.

*Från ”Den som har medkänsla, betyder något för andra”, Nordstjärnan, juli 1987; standardiserad stavning.*

## Välkomna de förlorade

### Äldste Spencer J. Condie

verkade som medlem i de sjuttios kvarum mellan 1989 och 2010



Liknelsen om den återfunne sonen illustrerar tydligt en stor mängd olika mänskliga läggningar. Först har vi den självcentrerade förlorade sonen som är helt obekymrad om allt och alla runtomkring honom. Men efter

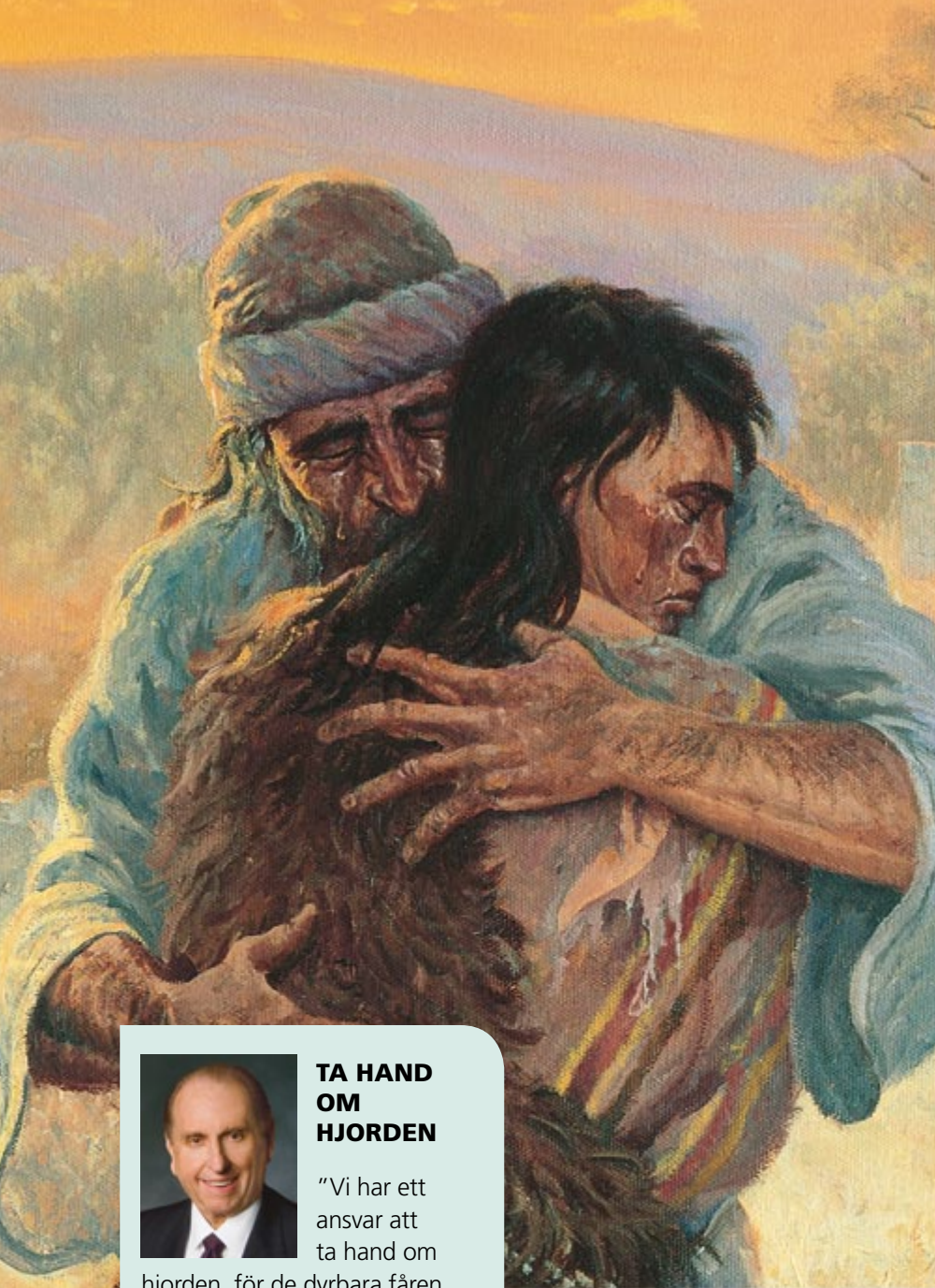
sitt utsvävande leverne insåg han att ”ogudaktighet aldrig [har] inneburit lycka” [Alma 41:10] och ”kom ... till besinning” (Luk 15:17). Han insåg till slut vems son han var och längtade efter att få återförenas med sin far.

Hans arroganta, själviska läggning förbyttes mot ödmjukhet, ett förkrossat hjärta och en bedrövad ande då han bekände för sin far: ”Jag har syndat mot himlen och inför dig. Jag är inte längre värd att kallas din son” (Luk 15:21). Borta var ungdomsupproret, den omogna självisheten och det oförsonliga sökandet efter nöje, och i deras ställe fanns en nyfödd benägenhet att ständigt göra gott. Om vi är helt ärliga mot oss själva kan vi alla erkänna att det finns eller har funnits lite av den återfunne sonen i var och en av oss.

Sedan har vi fadern. Somliga kan kritisera honom för att han var för eftergiven mot den yngre sonens begäran att ”ge mig min del av egendomen” (Luk 15:12). Fadern i liknelsen förstod säkerligen handlings- och valfrihetens gudomliga princip, en princip över vilken striden i himlen i föruttilvaron hade utkämpats. Han var inte benägen att tvinga sin son att vara lydlig.

Men denne kärleksfulle far gav aldrig upp hoppet om sin vilsegångne son, och hans ständiga vaktsamhet bekräftas när det så gripande berättas att när sonen ”ännu var långt borta, fick hans far se honom och förbarmade sig över honom. Fadern skyndade emot honom, föll honom





### TA HAND OM HJORDEN

“Vi har ett ansvar att ta hand om

hjorden, för de dyrbara fåren, dessa ömtåliga lamm, finns överallt — hemma i vår egen familj, hemma hos vår släkt, och väntande på oss i våra kallelser i kyrkan. Jesus är vårt föredöme. Han sade: ‘Jag är den gode herden, och jag känner mina får’ (Joh 10:14). Vi har ett ansvar som herdar. Må vi alla tjäna villigt.”

President Thomas S. Monson, “Himmelska hem — Eviga familjer”, *Liahona*, juni 2006, s.

om halsen och kysste honom” (Luk 15:20). Fadern visade inte bara sin tillgivenhet för sin son öppet utan bad även sina tjänare att ge honom en dräkt, skor till hans fötter och en ring till hans hand. Han instruerade dem att slakta den gödda kalven och sade glatt: ”Han var förlorad men är återfunnen” (Luk 15:24).

Genom åren hade den här fadern utvecklat en så medkännande, förlåtande och kärleksfull läggning att han inte kunde göra annat än älska och

förlåta. Den här liknelsen är en favorit för oss alla för den erbjuder var och en av oss hopp om att vår kärleksfulle himmelske Fader står på vägen och ivrigt inväntar återkomsten av vart och ett av sina förlorade barn.

Och nu till den äldre, lydig sonen som protesterade mot sin förlåtande far: ”Här har jag alla dessa år slavat under dig och aldrig överträtt ditt bud, och mig har du aldrig gett ens en killing, så att jag kunde vara glad med mina vänner.

Men när han där kommer hem, din son som har gjort slut på vad du ägde tillsammans med horor, då har du för hans skull slaktat den gödda kalven.” (Luk 15:29–30).

På samma sätt som det kan finnas likheter mellan oss och den förlorade sonen, kan det också vara så att vi alla är befläckade av den äldre sonens egenskaper. Aposteln Paulus beskriver Andens frukt som ”kärlek, glädje, frid, tålmod, vänlighet, godhet, trohet, mildhet och självbehärskning” (Gal 5:22–23). Även om den äldre sonen verkligen hade varit lydig mot sin far så sjöd under ytan en dold självgodhet och en benägenhet att vara dömande, girig och helt utan medkänsla. Hans liv återspeglade *inte* Andens frukt, för han kände inte frid utan var snarare bedrövad över att, som han upplevde det, ha blivit mycket orättvist behandlad. ■

*Från ett tal på Brigham Young-universitetet den 9 februari 2010; standardiserad kommativering. För att läsa hela texten på engelska, gå till [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu).*



## SNÄLLA, SÄND NÅGON

**U**nder en svår graviditet med mitt andra barn behövde jag äta medicin för att inte få missfall. Medicinen fick mig att känna mig både tröttare och mer illamående.

Som om inte det räckte arbetade min man femton timmar om dagen för att hinna med sitt framgångsrika nya företag. Dessutom hade vi nyligen flyttat till en ny stad och mina föräldrar bodde 64 mil bort. Jag kände ingen, var sängliggande och

måste ta hand om ett litet barn. Jag kände mig rädd och ensam.

I detta tillstånd vände jag mig till den som jag visste inte skulle svika mig — min himmelske Fader. Jag böjde knä vid sängen och bad: "Käre himmelske Fader, jag vet att jag i flera år har lovat att komma tillbaka till kyrkan, och jag tror att jag är redo nu. Men jag vågar inte göra det ensam. Kan du vara snäll och sända någon som bjuder in mig till kyrkan."

Nästa dag ringde det på dörren. Jag låg på soffan i min pyjamas i ett stökigt vardagsrum och mådde illa, så jag gick inte och öppnade dörren. Några minuter senare slog det mig: Tänk om den där dörrklockan var svaret på mina böner och att någon hade kommit för att bjuda in mig till kyrkan?

Jag gick tillbaka till mitt rum, gick åter ner på knä, och bad: "Himmelske Fader, förlåt att jag inte öppnade dörren. Om det var du som hade sänt någon att tala med mig, lovar jag att



**M**in man arbetade femton timmar om dagen och mina föräldrar bodde långt bort. Jag kände ingen, var sängliggande och måste ta hand om ett litet barn. Jag kände mig rädd och ensam.



vara redo för dem imorgon om du kan sända dem igen.”

Nästa dag steg jag upp, duschade, klädde upp mig, och tillbringade dagen med att städa huset. Sedan väntade jag tålmodigt på att dörrklockan skulle ringa igen. Det gjorde den. När jag öppnade dörren såg jag två kvinnor stå där.

”Vi är dina besökslärare”, sade de. ”Vet du vad besöksundervisning är?”

”Ja, det gör jag”, svarade jag, glad över att de hade kommit tillbaka.

”Kom in.”

En av besökslärarna, Primärs president, började komma förbi regelbundet för att se till att jag mådde bra. Hon erbjöd sig till och med att ta med sig mitt lilla barn till kyrkan och ordna så att heltidsmissionärerna skulle besöka mig. Besöken stärkte mitt vittnesbörd och gav mig modet att komma tillbaka till kyrkan.

Jag kan inte fatta att jag levde i så många år utan att be till min himmelske Fader och få ta emot hans trygghet och vägledning. Det är en sådan välsignelse att låta Frälsaren bära mina bördor med sin kärlek och nåd. Jag är en bättre människa tack vare hans kärlek, och jag känner mig mer som personen jag var när jag gick i kyrkan i min ungdom.

Min himmelske Fader har bevisat för mig att allt är möjligt för honom. Allt han begär av oss är att vi har tro på hans förmåga att besvara våra böner. ■

Wendy Walkowiak, Utah, USA

## FÖROLÄMPAD AV MIN VÄN

Jag hade en vän i min gren i Ryssland som jag umgicks med på alla kyrkans aktiviteter. Vi hade mycket gemensamt. Jag hade roligt med honom och var glad över att ha en så god vän.

Men så hände något märkligt. Av någon outgrundlig anledning förolämpade han mig grovt. Han bad inte om förlåtelse, och jag slutade att umgås med honom. Jag hälsade inte ens på honom på söndagarna. Så fortsatte det i två månader. Jag var sårad och olycklig, men han sade ingenting.

Sedan fick jag reda på att han skulle flytta från staden. Jag tyckte inte att vårt förhållande skulle förbli som det var; jag tyckte att vi skulle bli vänner igen. Då kom jag att tänka på ett skriftställe i Mormons bok. ”Gå då bort till din broder och förlika dig först med din broder. Och kom sedan till mig med helhjärtat uppsåt, och jag skall ta emot dig” (3 Nephi 12:24).

Det var svårt att ödmjuka mig och ta första steget, men jag bad och sedan ringde jag honom. Jag visste inte hur han skulle reagera och var beredd på det värsta. Jag blev förvånad av det jag fick höra.

Han bad mig uppriktigt om förlåtelse, och det hördes på hans röst att han också hade lidit mycket på grund av det som han hade gjort. Mest av allt minns jag en mening som han

upprepade tre gånger: ”Tack för att du ringde, Natal’ya!”

Jag var så glad! Han flyttade en kort tid senare, men vi skildes åt som bästa vänner.

Att lära oss att älska och förlåta varandra är en av våra svåraste uppgifter. Förlåtelse — särskilt när vi inte har gjort något fel — kräver att vi är ödmjuka och övervinner vår stolthet. Jag lärde mig att det är värt besväret att ta första steget till att förlåta och försonas. ■

Natal’ya Fyodorovna Frolova,  
Nederländerna



## JAG VILL INTE LÄRA KÄNNA ER!

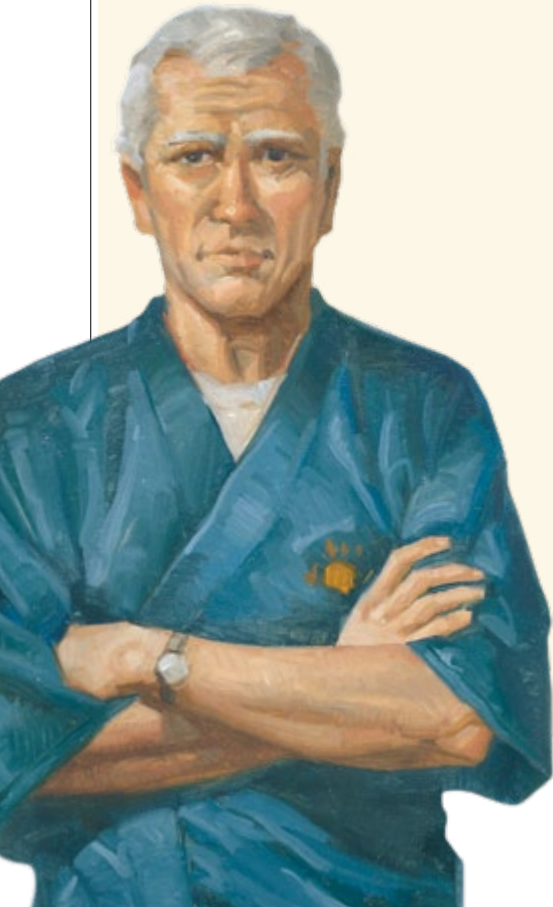
**M**ed en uppriktig bön i mitt hjärta och min 14-åriga kamrat vid min sida knackade jag på Andys dörr. Det här var första gången vi besökte honom som hans nya hemlärare. Vi hade nyligen tackat ja till ansvaret att besöka honom, trots att hade rykte om sig att vara svår att ha att göra med. Dörren öppnades och där stod han, klädd i en japansk kimono.

”Ja?”

”Hej, jag heter Irvin och det här är min kamrat. Vi är dina hemlärare och skulle vilja besöka dig.”

Hans fru satt vid ett bord bakom honom, klädd på samma sätt. De åt en japansk middag.

”Jag tror att ni kan se att vi äter middag och inte har tid för er”, sade han.



”Vi kanske kan komma tillbaka en annan gång?” frågade jag.

”Varför?”

”Så att vi får lära känna dig”, svarade jag.

”Varför vill ni lära känna mig?” frågade han. ”Jag vill inte lära känna er!”

Jag antar att vi kunde ha slutat besöka dem i och med det, men det gjorde vi inte. När vi kom tillbaka följande månad släppte Andy faktiskt in oss. Vi satt vända mot en vägg där tomma ölflaskor satt arrangerade i form av antika bilar. Vårt möte med Andy var kort, men vi fick reda på att han var en pensionerad överste i flygvapnet. Även våra efterföljande besök var korta och gav inget större resultat.

En kväll när jag var på väg hem från ett möte i kyrkan hörde jag en röst inom mig som sade åt mig att besöka Andy. ”Nej tack”, tänkte jag. ”Inte ikväll.”

När jag stannade vid ett rödljus kände jag återigen maningen att besöka Andy. Jag tänkte: ”Snälla, jag är inte på humör för Andy ikväll.”

Men när jag nästan hade kommit hem kände jag samma maning för tredje gången, och jag visste vad jag behövde göra.

Jag körde hem till honom och parkerade och bad om vägledning. Sedan gick jag fram till dörren och knackade på. När Andy släppte in mig såg jag ett exemplar av Mormons bok och en bok om släktforskning på bordet. Jag kände en

annorlunda ande i hans hem och någonting hos Andy var också annorlunda. Han talade milt om sin kärlek till sin mor och syster som hade sammanställt släktforskningen.

För första gången talade han öppenhjärtigt med mig. Han berättade om smärtan han hade i ryggen och tillade att han skulle besöka March Air Force Base-sjukhuset i närliggande Riverside i Kalifornien följande dag. Jag frågade honom om han ville ha en prästadömsvälsignelse. Utan att tveka svarade han tyst: ”Det vill jag”. Jag ringde vår äldstevorumpresident som kom och hjälpte till att administrera välsignelsen.

Nästa dag talade läkarna om för Andy att han hade obotlig lungcancer. Efter att ha tagit emot nyheten åkte han för att träffa biskopen. Några månader senare var han sängbunden.

En kväll när jag kom för att besöka honom tog hans hustru mig till hans rum där han låg mycket svag och sjuk. Jag knäböjde vid hans säng och höll honom i famnen. Jag viskade: ”Jag älskar dig, Andy”. Med all sin kraft lade han armen på min axel och med stor ansträngning sade han att han älskade mig också. Två dagar senare dog han.

Hans fru inbjöd mig till begravningen. Förutom fyra familjemedlemmar var jag den enda närvarande.

Jag är så tacksam för att jag lyssnade till Andens maningar att besöka Andy. ■

Irvin Fager, Utah, USA



## MITT TIONDE KUNDE INTE VÄNTA

Under mina sena tonår, när jag började tillbringa tid med heltidsmissionärerna, insåg jag hur viktigt det var att ha ett vittnesbörd om de principer jag snart skulle undervisa om som missionär. Jag bestämde mig för att en av de principer som jag ville förstå bättre var tionde.

Många får ett vittnesbörd om tionde under ekonomiskt svåra tider. Men under min uppväxt hade jag alltid haft mer än tillräckligt. Om jag någonsin behövde pengar tog mina föräldrar hand om det. Jag var tacksam för det, men fastän jag visste att de skulle ha betalat för min mission bestämde jag mig för att själv finansiera halva missionen genom mitt arbete som lärarvikarie på deltid.

Omkring samma tid insåg jag att jag inte hade betalat ett fullt tionde på min senaste lön. Jag beslöt att när nästa lön kom skulle jag betala dubbelt så mycket och på så sätt betala ett fullt tionde.

Men när jag fick betalt för månaden var beloppet mindre än jag hade väntat mig. Mitt arbete var något oregelbundet så lönen varierade från månad till månad. Jag insåg snabbt att lönen inte skulle täcka mina utgifter och låta mig betala det tionde som jag var skyldig Herren för förra månadens lön.

Jag övervägde mina valmöjligheter och tänkte sedan: "Jag får helt


enkelt komma ikapp med tiondet nästa månad." Men sedan kom jag ihåg en lektion om tionde som vi hade haft på institutet. Jag mindes särskilt det som Herren säger i Gamla testamentet: "Pröva mig nu i detta" (Mal 3:10). Det här var en möjlighet för mig att pröva principen och få ett starkare vittnesbörd om något som jag snart skulle undervisa andra om.

När jag betalade mitt tionde kändes det bra att ha kommit ikapp. Och Herren välsignade mig redan nästa dag — mycket snabbare och på ett mer fantastiskt sätt än jag någonsin hade kunnat vänta mig — när jag blev erbjuden ett heltidsjobb som förskollärare. Jag kunde arbeta

ända tills jag reste iväg som missionär, och pengarna som jag skulle tjäna skulle mer än väl räcka till hälften av utgifterna för min mission. Tack vare den här välsignelsen stärktes mitt vittnesbörd om tiondet på ett dramatiskt sätt. Och vittnesbördet stärktes om och om igen när jag delade med mig av det till människorna jag tjänade i Tysklandsmissionen München/Österrike, under de följande två åren.

Jag vet att tiondets princip är sann och att Herren verkligen öppnar himlens fönster och låter välsignelse strömma ut över [oss] i rikt mått. (Se Mal 3:10.) ■

David Erland Isaksen, Norge



**J**ag insåg snabbt att lönen inte skulle täcka mina utgifter och låta mig betala det tionde som jag var skyldig Herren för förra månadens lön.

# Unga vuxna och familjens hemafton

**K**yrkans medlemmar i hela världen avsätter måndagskvällar till familjens hemafton.

Vår tids profeter har undervisat om att familjens hemafton är ett tillfälle "för gruppaktiviteter, för att organisera, för att uttrycka kärlek, för att bära vittnesbörd, för att lära sig evangelieprinciper, för att ha roligt tillsammans som familj, och framför allt, för att känna enighet och solidaritet i familjen".<sup>1</sup>

För följande unga vuxna är familjens hemafton något som de prioriterar. Alla bor inte tillsammans med föräldrar eller syskon. Några deltar i familjens hemafton tillsammans med rumskamrater, församlingsmedlemmar eller vänner från institutet. Och andra avsätter tid för enskild andakt. Men var och en av dem ser de omedelbara och framtida välsignelser de får i sina liv genom att följa profeternas uppmaning att delta i familjens hemafton.

## En välsignelse för alla delar av livet

**S**om omvänd och den enda medlemmen i kyrkan i min familj deltar jag i familjens hemafton på centret för unga vuxna i min stad. Att



delta i familjens hemafton har varit viktigt för mig. Jag har lärt mig hur man undervisar i en liten grupp och jag har lärt mig att bättre förstå de evangelieprinciper jag fick lära mig när jag undersökte kyrkan. Jag har också fått se andra växa när de undervisar eller delar med sig av sina vittnesbörd.

Jag vet att denna kunskap är viktig för mig i framtiden. När jag har en egen familj kommer jag att

veta hur man planerar en kraftfull och rolig hemafton tack vare de goda exempel jag har sett.

Men familjens hemafton är också viktigt för min nuvarande situation i livet. Ibland är det lättare att stanna hemma en måndagskväll, särskilt om det är dåligt väder eller om jag har många skoluppgifter att göra. Men nästan varje gång som jag upplever det dilemman åker jag till familjens hemafton ändå, för jag vet att det är viktigt att umgås med andra unga vuxna





och tala om evangeliet och ha roligt tillsammans. Även när bara några få kommer är det en bra upplevelse.

Det bästa med att ha familjens hemafton på centret för unga vuxna är att vi kan komma tidigare eller stanna efteråt för att studera, öva på pianot, spela spel eller bara koppla av — det finns alltid någonting att göra.

Jag vet att jag blir välsignad när jag följer profeternas uppmaning att delta i familjens hemafton. Jag har sett bevis på det i mina studier och i mitt arbete. Jag välsignas också med energi inför den kommande veckan och känner mig allmänt upplyft.

Lenneke Rodermond, Nederländerna

### En grund att bygga på

Jag växte upp i en familj där vi regelbundet hade familjens hemafton. Jag minns att när jag var liten, var familjens hemaftnar några av de viktigaste händelserna i mitt liv, och jag vaknade med spänning varje måndagsmorgon och påminde mina föräldrar om att det var familjens hemafton den kvällen. Idag, som ung vuxen, bor jag hos mina föräldrar och fortsätter att tillbringa den här speciella stunden tillsammans med min familj varje vecka.

Tack vare att vår familj konsekvent har haft familjens

hemafton från det att jag var mycket liten, har jag alltid förstått hur viktig den är. I Korea, där många föräldrar och barn är väldigt upptagna och familjetid är



sällsynt, är en hemafton ett underbart tillfälle att vara tillsammans och stärka varandra.

En annan välsignelse som jag har fått till följd av mina föräldrars ansträngningar är att jag har fått en stadig grund på vilken jag kan bygga mitt vittnesbörd om Jesus Kristus. Jag lärde mig om evangeliet i kyrkan men det var genom lektionerna på familjens hemafton som jag verkligen kom att förstå principerna. Till följd



av detta har jag kunnat gå till kyrkan och tillväxa i evangeliet med min egen och inte mina föräldrars tro som grund.

Hye Ri Lee, Korea

### Ett tillfälle att dela med mig av min tro

Jag är en 24-årig ung man som har fått ett starkt vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium genom att följa profeternas uppmaning att hålla familjens hemafton. Fastän jag är den enda i min familj som är medlem i kyrkan så insåg jag efter mitt dop att familjens hemafton var något som kunde stärka oss och bestämde mig för att introducera det hemma.

Nu vet hela familjen att måndagen är en speciell dag då vi samlas som familj för att lära oss om evangeliets sanningar. Ibland reder vi ut problem i familjen eller diskuterar enskilda familjemedlemmars utmaningar, behov eller intressen. Jag har lärt mig att verkligen samtala med min himmelske Fader och att rådgöra med mina familjemedlemmar på ett kärleksfullt sätt. Tack vare detta har



## HEMAFTONEN ÄR TILL FÖR ALLA

”Den är till för familjer med föräldrar och barn, för familjer med bara en förälder och för föräldrar som inte har några barn hemma. Den är till för hemaftonsgrupper bestående av ensamstående vuxna och för dem som bor ensamma eller med rumskamrater ... Att regelbundet delta i familjens hemafton utvecklar större självkänsla, större enighet i familjen, större kärlek till våra medmänniskor och större tillit till vår himmelske Fader.”

President Spencer W. Kimball (1895–1985), president N. Eldon Tanner (1898–1982) och president Marion G. Romney (1897–1988), *Family Home Evening: Happiness through Faith in Jesus Christ* (1976), s. 3.

vi blivit mer eniga, vilket är en stor välsignelse.

Dessutom har familjens hemafton lagt en stadig grund för min familj i Jesu Kristi evangelium, och de undersöker kyrkan nu. Faktum är att heltidsmissionärerna kommer hem till oss på familjens hemafton då och då.

Jag vet att när jag gifter mig kommer min familj att bli välsignad genom familjens hemafton, men jag är också tacksam för att jag har kunnat göra familjens hemafton till en viktig del av mitt liv nu. Jag vet att Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga är sann och att familjens hemaftonsprogram är inspirerat av Gud.

Lebani Butawo, Zimbabwe

### En etablerad prioritet

Jag växte upp i en familj som prioriterade familjens hemafton. För att hinna hem i tid på måndagar gick vi direkt hem från skolan utan att planera att träffa vänner. Sådana personliga uppgifter som läxor gjordes efter familjens hemafton. Ingenting gick före denna speciella



stund när vår familj kunde vara tillsammans.

Familjens hemafton gjorde intryck på oss när vi växte upp, inte bara för den prioritet som den hade, utan också för att vi arbetade tillsammans för att kunna hålla den. Vi turades om att hålla lektion, göra förfriskningar och hålla inlednings- och avslutningsbön. Vi lyssnade inte bara till lektioner, utan fick också möjlighet att vara lärare. Till följd av detta

välsignades jag med en kunskap och ett vittnesbörd om evangeliet och med en familj med stark sammanhållning.

Eftersom familjens hemafton har blivit en vana i mitt liv ser jag fram emot hur den kommer att välsigna min framtida familj.

Chieko Kobe, Japan

### Ett botemedel för hemlängtan

Jag växte upp i en familj där mina föräldrar har varit ett lysande exempel för mina två bröder, min syster och mig, och vår familj har fått många välsignelser tack vare deras ansträngningar. Till exempel har vi kommit att stå varandra nära i familjen, och kan vända oss till varandra när vi har det svårt. Och fastän några av mina familjemedlemmar är mindre aktiva, är de fortfarande med på familjens hemafton.

Jag bodde en tid i Sydney i Australien och kände en väldig hemlängtan så långt från Irland. Som tur var bodde jag nära ett kapell där jag deltog i familjens hemafton tillsammans med andra unga vuxna. Det var en stor välsignelse för mig, och när jag var med kände jag ingen hemlängtan. Det var jätteroligt att umgås med andra medlemmar i en avslappnad miljö där Anden var närvarande.

Linda Ryan, Irland



## Något jag aldrig kommer att ångra

Jag blev medlem i kyrkan i maj 2009. Sedan dess har jag snabbt kommit att uppskatta de välsignelser jag får genom att regelbundet delta i familjens hemafton. En minnesvärd upplevelse var när vår unga vuxna-församling spelade "stol-fotboll", en form av inomhusfotboll, i kulturhallen i vårt kapell. Meningen var att man skulle skydda sin stol medan man attackerade andras stolar med en gummiboll. Jag bildade en pakt med två andra spelare och mot slutet av matchen var vi de enda spelarna som var kvar och vi började genast attackera varandra. Istället för att bli arga kunde vi inte sluta skratta! Jag har inte haft så kul

på länge, och jag vet att det skulle vara svårt att uppleva något sådant utanför kyrkan. Alla hade jätteroligt, även de som inte vann, men det var inte det som gjorde upplevelsen så



speciell för mig. Det som gjorde den minnesvärd var den vänskap som jag kände på aktiviteten.

Sådana stunder hjälper mig att hantera den överväldigande stressen i samband med min forskarutbildning. Det spelar ingen roll hur veckan har varit. Jag vet att jag alltid kommer att må bättre om jag går på familjens hemafton. Jag kanske inte alltid tycker jättemycket om aktiviteten och jag kanske inte alltid vill ta

mig tid, men jag har aldrig ångrat att jag gått.

Matt Adams, Nebraska, USA

## En prioritet för oss alla

Det finns många sätt som jag skulle kunna tillbringa måndagskvällar, allt ifrån att delta i universitetsföreningar till att idrotta och delta i andra aktiviteter. Men vi som bor i vårt studenthus — alla sista dagars heliga — har beslutat att det är viktigt att hålla familjens hemafton, och vi prioriterar det. Vi har valt att göra så för att stärka varandra under en tid i livet då det kan kännas svårt att leva efter evangeliet. Att dela med oss till varandra av våra vittnesbörd och erfarenheter har fört oss närmre varandra som unga vuxna och som vänner.

Familjens hemafton är den stund varje vecka då vi kan räkna med att få andlig näring. Vid ett flertal tillfällen har jag kommit till familjens hemafton med frågor i mitt sinne, frågor som jag finner svaren till i lektionerna eller de andliga tankekorn som ges. Det är också ett tillfälle då jag kan sätta upp och fundera över mål som hjälper mig att utvecklas.

Jag har fattat beslutet att regelbundet hålla familjens hemafton och ser det inte som en uppoffring. Jag vet att det är där jag bör vara; det är också där jag *vill* vara. ■

Luc Rasmussen, Wales

## SLUTNOT

1. Joseph Fielding Smith, Harold B. Lee, och N. Eldon Tanner, *Family Home Evenings, 1970–71* (1970), s. v.



## ”Jag känner mig så ensam i kyrkan. Vad kan jag göra för att komma in i gemenskapen?”

**M**edan du med en bön i hjärtat försöker finna ett svar på din fråga, kom då ihåg vad som står i skrifterna: När vi blir medlemmar i kyrkan ”är [vi] inte längre gäster och främlingar utan medborgare tillsammans med de heliga” (Ef 2:19). Det betyder att vi bör vara vänliga mot alla i kyrkan. Vi är alla Guds barn som försöker tillbe honom i kärlek och enighet.

Här är några förslag på hur du kan komma med i gemenskapen:

**Lär känna människor i alla åldrar.** På sakramentsmötet kan du till exempel sitta med en ensamstående mamma med små barn. Hon kanske uppskattar hjälpen. Eller så kan du välkomna och lära känna medlemmar som är nya i din församling eller gren. När 12-åringarna kommer in i Unga män eller Unga kvinnor kan du sätta dig hos dem. Det är roligt att ha vänner i sin egen ålder, men om du sträcker dig ut till andra i olika åldrar och med olika intressen har du större chans att få vänner.

**Var med på aktiviteterna i din församling eller gren.** Det är svårt gå dit ensam, men om du gör det kommer du att få nya vänner. Sitt med någon som sitter ensam. Säg hej och fråga om hans eller hennes intressen. Det kan bli början på en fin vänskap.

### Delta



För ett antal månader sedan flyttade jag från mitt land till ett land där jag bara kände min syster och hennes pojkvän. Jag kände mig utanför i kyrkan. Två eller tre månader gick och jag kände mig fortfarande lika ensam, tills jag bestämde mig för att börja le mot andra och fråga: ”Hur är det med dig?” För varje söndag som gick sade de lite mer till mig än bara ”Det är bra.” Det hjälpte också att delta i seminariet och veckoträffar och att arbeta med Personlig tillväxt tillsammans med andra unga kvinnor. Nu känner jag mig lika bekväm i kyrkan som jag gör hemma.

*Vanessa B., 17 år, La Vega, Dominikanska Republiken*

### Lär känna andra

För flera år sedan hade jag samma problem. Så jag bestämde mig för att försöka bli en del av gemenskapen och visa människor mitt sanna jag. Så fort jag öppnade mig för andra så öppnade de sig för mig, och det gjorde att starka vänskapsband knöts mellan alla i mitt kворum.

*MacCoy S., 17 år, Utah, USA*

### Hjälp andra



Kom ihåg att alla människor är barn till vår himmelske Fader. Försök le och vara vänlig mot alla. Hjälp andra. Visa omtanke för dem som också känner sig ensamma. När jag tjänar andra blir jag glad och känner mig inte ensam. Det är också absolut nödvändigt att delta i seminariet eller institutet. Vi kan känna värme och godhet där. Var inte rädd för att dela med dig av dina problem och bekymmer. Vi är alla bröder och systrar och vi har liknande problem och prövningar.

*Igor P., 19 år, Kiev, Ukraina*

### Inled ett samtal



För ett par år sedan flyttade jag och min familj. De första veckorna jag var i kyrkan och på veckoträffarna kände jag mig ensam. Men jag bad varje dag att jag skulle få nya vänner och känna mig som en del av min nya församling. Sakta men säkert har jag börjat älska och uppskatta



församlingen. *Jag* fick ta första steget till att få vänner. *Jag* fick inleda samtal. *Jag* fick delta aktivt på lektionerna och lyssna på vad de andra sade. Med min himmelske Faders hjälp har jag nu blivit nära vän med personer som jag aldrig trodde skulle bli mina vänner.

*Leah V., 16 år, Colorado, USA*

### Bli vän med dina ledare



Jag kände mig ensam i kyrkan i många månader. Jag tyckte om mötena och aktiviteterna men det kändes

inte som om jag passade in bland de andra flickorna. Då började jag prata mer med mina ledare än jag hade gjort förut. Mina ledare är roliga. När jag började prata med dem kände jag mig alltmer som en del av programmet, och att jag hade vänner på veckoträffarna.

*Kimberly G., 14 år, Arizona, USA*

### Sök efter vänner



När jag började i Unga kvinnor kände jag mig ensam för jag hade lämnat mina vänner i kämpar-klassen. Men

jag försökte stötta de unga kvinnorna och de stöttade mig också, och jag fick nya vänner att umgås med. Jag kände mig inte ensam längre, och det var jag glad för. Nu är jag president för bikupsflickorna och om jag ser en ny syster som känner sig illa till mods hos oss pratar jag med henne, förklarar vad vi gör i klassen

och hjälper henne att känna sig som en av oss.

*Gredy G., 14 år, Lima, Peru*

### Skaffa vänner i andra åldersgrupper



Jag har fler goda vänner bland yngre åldersgrupper och ledare än bland dem som är i min egen ålder. Jag vet att

du en dag kommer att ha vänner i kyrkan, och om inte så är det okej, för du kommer ändå att lära dig kyrkans material.

*Susanna Z., 18 år, Kalifornien, USA*

### Be om att få goda vänner

På kyrkans aktiviteter brukade jag fråga mig själv: "Varför har jag inga vänner?" Jag kände mig ledsen och vände mig till Gud i bön. Jag bad min himmelske Fader att ge mig goda vänner. Det har inte varit lätt, men med tiden har jag fått många fantastiska vänner. Jag är inte längre rädd för att

prata eller umgås med grupper av flickor. Jag förstår att min himmelske Fader har besvarat mina böner och att jag aldrig har varit ensam.

*Daiana I., 16 år, Corrientes, Argentina*



### GE AV OSS SJÄLVA I KÄRLEK OCH TJÄNANDE

"Att känna sig ensam i Guds rike är ofta en självpåtagen förvisning.

Vi hoppas att ni alla känner behovet av att förena er med hela församlings- eller grensfamiljen och använda era unika gåvor och talanger till att röra vid alla era bröders och systrars liv. De möjligheter vi alla har att bry oss om och hålla kontakten med varandra i församlingen eller grenen är oräkneliga, om vi är villiga att ge av oss själva i kärlek och tjänande."

**Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum, "Att tillhöra en församlingsfamilj", Liahona, mars 1999, s. 12.**

## NÄSTA FRÅGA

"Mina föräldrar är skilda. Ibland får jag råd från den ena som motsäger råd som jag har fått från den andra. Vad gör jag?"

Skicka ditt svar så att vi har det senast den 15 mars, 2011, till:

*Liahona*, Questions & Answers 3/11  
50 E. North Temple St., Rm. 2420  
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA  
Eller skicka det med e-post till:  
**liahona@ldschurch.org**

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 trycka ditt svar och fotografi.

# Budskapet smakade gott

*Jag sökte egentligen inte efter Gud, men när två unga män frågade om de kunde få dela med sig av sitt budskap bestämde jag mig för att lyssna.*

**Anthony X. Diaz**

**J**ag döptes som spädbarn i en kyrka och besökte sporadiskt en annan under min barndom, men religion var aldrig en stor del av mitt liv. När jag blev äldre flyttade min familj mycket och vi slutade gå på gudstjänster. Jag trodde på Gud men jag tänkte inte på honom eller på religion särskilt ofta.

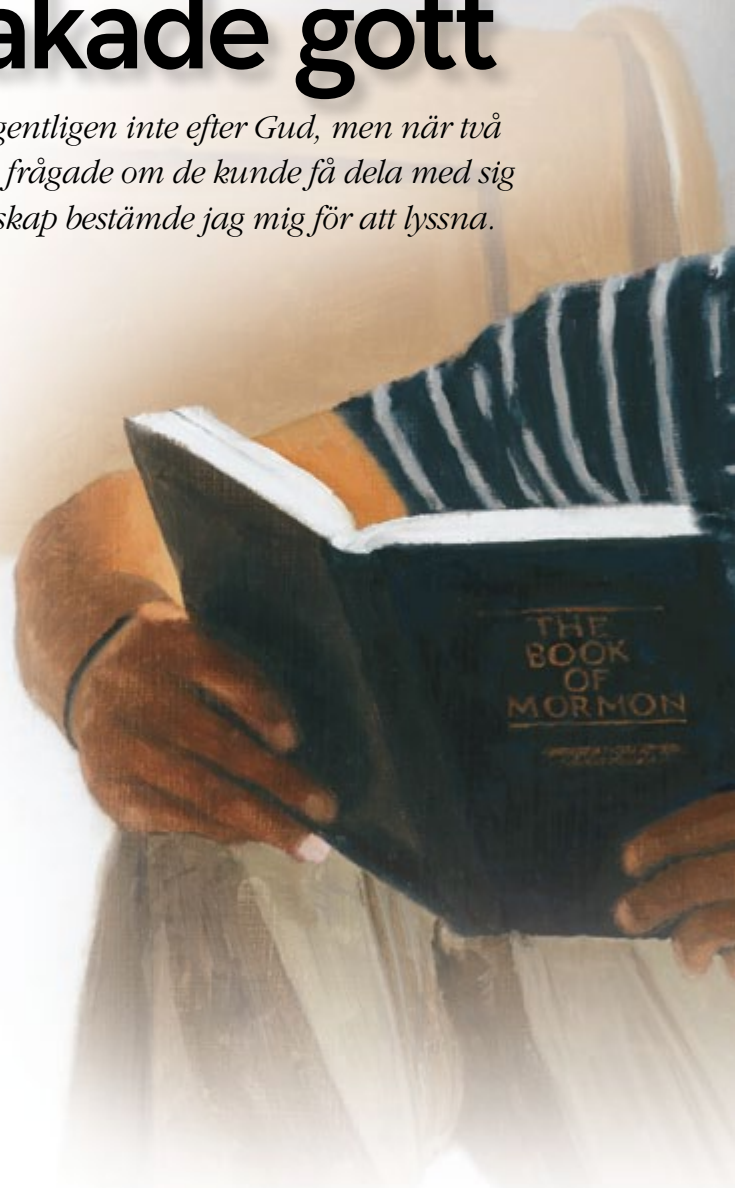
Det förändrades 2006 när jag var 14 år. Min farbror Billy dog när han bara var i 30-årsåldern. Hans tidiga död fick mig att inse hur mycket jag älskade honom och att börja ställa frågor inom mig. Vart tog han vägen när han dog? Fortsatte han leva och ha en framtid? Vad skulle hända med hans barn och andra familjemedlemmar som han lämnat efter sig? Vad hade hans liv för mening? Vad hade *mitt* liv för mening?

De här tankarna rusade runt i huvudet på mig i flera månader. En kväll i september 2007 var min mamma, mina tre yngre syskon och jag på väg från en restaurang i min hemstad Haverhill i Massachusetts när

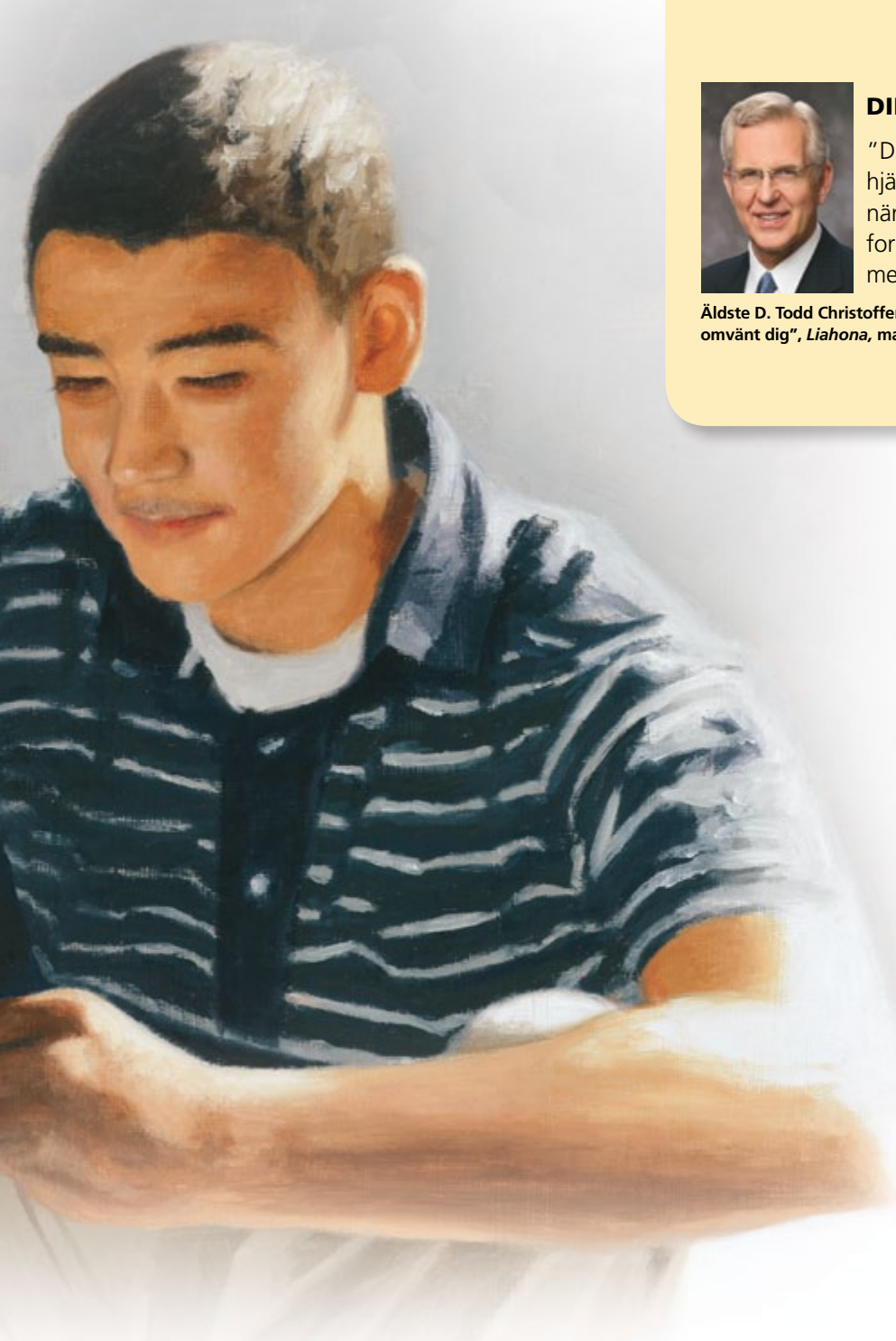
**Jag minns att jag läste i Alma 32 om trons frö som utvecklas och är gott. Den beskrivningen passade exakt in på hur jag kände för Mormons bok.**

vi stannade och satte oss på en bänk. Två unga män klädda i svart kostym, vit skjorta och slips kom fram till oss. En av dem sade: "Jag vet att det kan kännas lite konstigt att prata med två personer som ni inte känner, men skulle vi kunna få dela med oss av ett budskap till er?"

Vi tackade ja. Jag visste att de skulle prata med oss om religion, och jag blev imponerad av att de inte bara slängde till oss ett kort eller en broschyr och gick vidare. De här unga männen verkade genuint intresserade av oss och entusiastiska över sitt budskap. När de hade avslutat sitt budskap frågade de







## DIN OMVÄNDELSE

”Du märker att evangeliet skrivs i ditt hjärta, att din omvändelse äger rum, när Herrens ord från hans profeter, forntida och nutida, känns mer och mer välbehagliga för din själ.”

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum, ”När du har omvänt dig”, *Liahona*, maj 2004, s. 12.

om de kunde få besöka vår familj. Min mamma gick med på det och bestämde en tid, så jag har henne att tacka för det som skulle bli en stor positiv förändring i mitt liv.

Vi började lära oss om evangeliet. Efter en tid blev mamma upptagen med olika saker och fortsatte inte att träffa missionärerna, men det gjorde jag.

Jag trivdes bra ihop med äldste Kelsey och äldste Hancock. Det kan delvis ha berott på att de inte var mycket äldre än jag var. Jag kände stor kärlek från dem och till dem. Snart kände jag samma kärlek från församlingsmedlemmarna och från andra ungdomar i min stav.

Missionärerna undervisade mig om frälsningsplanen, som gav mig

svaret på frågan jag hade om min farbror och om meningen med mitt eget liv. Äldsterna presenterade också Mormons bok för mig. Jag minns att jag läste i Alma 32 om trons frö som utvecklas och är gott (se vers 28). Den beskrivningen passade exakt in på hur jag kände för Mormons bok. Det som jag läste och det som missionärerna undervisade mig om lät sant, kändes rätt och smakade gott.

Min mamma retade mig för att ha kommit in i ett ”eremitkräftstadie” för att jag kunde sitta på mitt rum och läsa Mormons bok i flera timmar i sträck. Då visste jag inte att mina känslor var från den Helige Anden men jag kände att det här var den rätta stigen.

När missionärerna frågade om jag ville döpas uppmuntrade de mig att be om mitt beslut. När jag bad om att få veta om det var rätt för mig att bli medlem i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga fick jag ett mycket starkt svar, så starkt att det chockade mig. Uppmaningen var tydlig: Fortsätt och döps.

Jag minns tydligt dagen då jag döptes — den 15 december 2007. När jag stod i det kalla vattnet tillsammans med äldste Kelsey och han höjde armen till rät vinkel uppfylldes jag av Anden. Det kändes som om den

tog över hela min kropp. Jag skulle kunna säga att jag också log med hela ansiktet, men det räcker inte alls för att beskriva hur jag kände.

Efter mitt dop fortsatte jag att känna Anden. Jag *kände mig* helgad. Jag *visste* att mina synder var förlåtna. Jag kände min himmelske Faders bekräftelse på att det här verkligen var den rätta stigen för mig att gå.

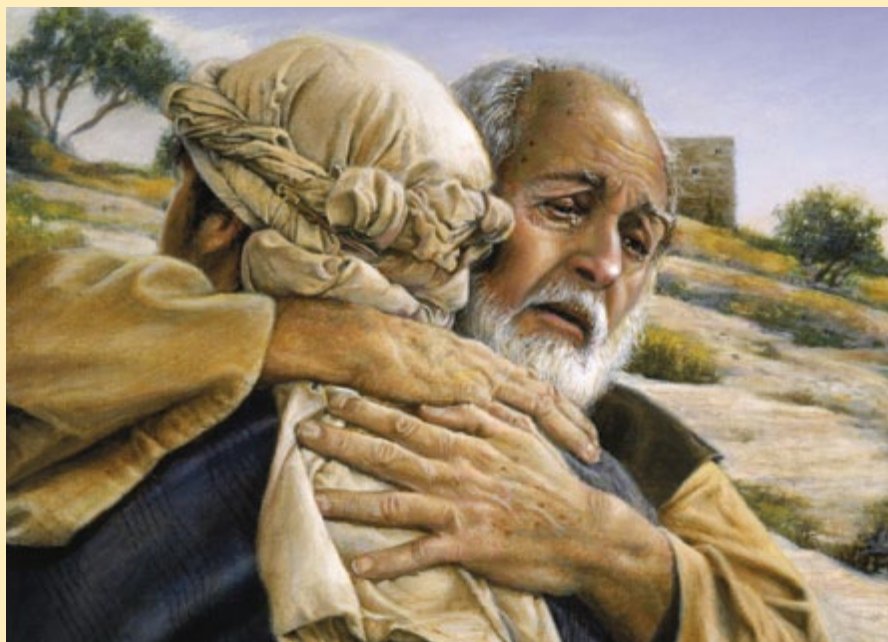
Då och då, när små tvivel dyker upp, går jag tillbaka till den upplevelsen och minns hur jag kände den dagen. När jag tänker på vad jag kände jagas alla tvivel bort.

Vi går inte ner i dopets vatten på nytt för att känna de mäktiga känslorna igen, men vi kan minnas dessa känslor när vi förnyar våra förbund genom omvändelse och sakramentet. Varje gång jag omvänder mig kan jag få den känslan igen — känslan av att vara ren och älskad.

När jag känner den kärleken kan jag identifiera mig med det som Joseph Smith sade: "En man som är fylld av Guds kärlek är inte nöjd med att bara välsigna sin familj, utan sträcker sig ut till hela världen, mån om att välsigna hela den mänskliga rasen."<sup>1</sup> Vetskapen om varje själs värde hjälper mig att vilja ta varje chans jag får att gå ut och undervisa tillsammans med missionärerna i mitt område. Jag ser också fram emot den dag då jag kan tjäna som heltidsmissionär och berätta om hur lycklig Jesu Kristi evangelium har gjort mig. ■

#### SLUTNOT

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 328.



#### FORTSÄTT ATT LEVA EFTER EVANGELIET

Anthony är tacksam för de mäktiga andliga upplevelser han fick när han blev medlem i kyrkan men han vet att man inte kan leva endast i ljuset av en enda avgörande upplevelse. "Vi måste hålla vårt vittnesbörd brinnande", säger han. "Och vi måste veta hur man gör det. Läs skrifterna. Gå till kyrkan. Sådana saker."

Anthony har lagt märke till att han känner skillnad när han gör det och när han inte gör det. Och han har hittat sätt att hålla mönstret för att följa evangeliet "färskt".

"Jag minns när vi i Evangeliets principer-klassen studerade berättelsen om den återfunne sonen (se Luk 15:11–32). När jag läste om den unge mannen som lämnade sin fars hus tänkte jag: 'Det kunde ha varit jag'. Anden bar ett kraftfullt vittnesbörd för mig om att jag, precis som den sonen, också kan återvända till min Fader. Det kändes som om min himmelske Fader sade: 'Jag älskar dig.' Det var en lika mäktig känsla som den jag hade dagen då jag döptes."

Han har också upptäckt att det är viktigt att ställa frågor i sina böner och skriftstudier. "När jag läser skrifterna", säger han, "söker jag efter svar på saker som jag tänker på eller undrar över. Jag frågar min himmelske Fader vad han vill att jag ska lära mig av det som jag läser. Jag gör samma sak när jag går till kyrkan.

"När jag ställer frågor, vare sig det handlar om något specifikt som jag ska göra i mitt liv eller om vad någonting betyder som jag läser om, kan jag lättare känna den Helige Andens vägledning. Jag vet att min himmelske Fader finns där och att han alltid svarar oss."



# ETT ÄRLIGT TIONDE, EN STOR VÄLSIGNELSE

Oscar Alfredo Benavides

När jag var nästan 17 år gammal döptes jag in i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga och fick en önskan att tjäna Herren som missionär. När missionskallelsen kom några år senare kallades jag att lämna Peru och predika det återuppräktade evangeliet i Salt Lake City.

Men när jag tänkte på de stora välsignelserna som skulle komma av att jag tjänade som missionär kände jag mig också orolig över allt som jag skulle komma att behöva: intyg, pass, visum, kläder och naturligtvis pengar. Jag arbetade men tjänade inte tillräckligt. Jag kände mig desperat! En och en halv månad innan jag skulle åka hade jag bara fått ihop en liten del av pengarna. Allt jag kunde göra var att vända mig till Herren i bön.

Eftersom jag inte tjänade så mycket var tiondet jag betalade varje månad litet. Men jag insåg snart att Herren inte bryr sig om hur litet beloppet är. Han vill att vi betalar de tio procent som han har bett om. Jag kände övertygelse och tillförsikt om att om jag fortsatte att betala tionde skulle Herren ge mig det jag behövde.

Allt började falla på plats. Jag fick ytterligare två jobb, och mina intyg. Många medlemmar i min församling, särskilt systrarna i Hjälpföreningen, hjälpte mig med det andra som jag behövde. Och medlemmarna i min stav erbjöd sig också att hjälpa till. Jag åkte iväg på min mission med det som krävdes.

Som heltidsmissionär undervisade jag om tiondelagen och dess löften (se Mal 3:10) med tacksamhet och ett vittnesbörd. ■



Er himmelske Fader vet att ni behöver allt detta. Nej, sök först Guds rike och hans rättfärdighet, så skall ni få allt det andra också" (Matt 6:32).

# VART KOMMER DINA VÄNNER ATT TA DIG?

John Bytheway

**H**ar det här någonsin hänt dig? Du sitter i kyrkan och lyssnar på talaren när du plötsligt hör ett oväsen från taket ovanför. Till din stora förvåning öppnas ett hål i taket, och du kan se den klarblå himlen och fyra mäns ansikten som kikar ner på församlingen. I nästa ögonblick firas en annan man på en bår ner på kapellets golv.

Har det någonsin hänt dig? Antagligen inte. Men något liknande hände under Frälsarens verksamhet.

## Ett mirakulöst helande

”Då kom några män som bar en lam man på en bår” börjar historien i Lukas 5:18. ”De försökte komma in med honom och lägga ner honom framför Jesus.” Enda problemet var att de inte kunde få in sin sjuka vän, för stället var fullpackat! Till och med dörröppningarna var blockerade av människor, och det var omöjligt att ta sig in.

Vid det här laget hade vännerna kunnat ge upp och gått hem. Men det gjorde de inte. Man kan nästan föreställa sig samtalet: ”Vad ska vi göra?” säger en. ”Jag har en idé”, säger en annan. ”Vi går upp på taket, gör ett hål och firar ned honom på golvet!” Man kan också föreställa sig hur den sjuka mannen hör de här ovanliga planerna och säger: ”Vad sa ni att ni tänker göra?”

Berättelsen fortsätter:

”[De gick] upp på taket och firade ner mannen på båren mellan takstenarna, mitt framför Jesus.

Jesus såg deras tro och sade: ’Min vän, du har fått förlåtelse för dina synder.’” (Luk 5:19–20).

De skriftlärda och fariséerna tyckte att han hädade, så Jesus svarade:

”Vilket är lättast att säga: Du har fått förlåtelse för dina synder eller att säga: Stig upp och gå!

Men ni skall veta att Människo-sonen har makt här på jorden att förlåta synder.’ Sedan sade han till



**Var den sortens vän som tar människor till Kristus.**

den lame: ’Till dig säger jag: Stig upp, ta din bår och gå hem!’” (Luk 5:23–24).

Berättelsen har ett vackert slut:





”Genast reste han sig i allas åsyn, tog bädden som han legat på och gick hem, under det att han prisade Gud.

Alla blev utom sig av häpnad och prisade Gud, och de uppfylldes av fruktan och sade: ’Det vi har sett idag är ofattbart’ (Luk 5:25–26).

### Om du känner dig andligt svag

Du kanske inte har varit med om en sådan händelse, men det finns flera sätt att tillämpa den här berättelsen på ditt liv. Du kan sätta dig själv i den sjuke mannens situation. Låt oss säga att du är svag — inte fysiskt men andligt. Vart kommer dina vänner att ta dig? Kanske finns det en fest eller en film eller en annan aktivitet att gå på, och du har inte så mycket att säga till om — vart kommer de att ta dig? Berättelsen lär oss något viktigt: Det kan komma en dag när du inte är så stark som du borde vara. Då kommer ditt val av vänner att vara avgörande. Välj vänner som tar dig till Kristus. Att ha vänner som alltid tar dig till högre mark är en ovärderlig välsignelse.

### Vilket slags vän är du?

Men det finns också ett annat sätt att se på det här skriftstället. Sätt dig själv i vännernas situation. Vilket slags vän är du? Det var Frälsaren som helade och förlät mannen, men vännerna är också värda att omnämnas. De älskade sin vän och ville hjälpa honom. De gav inte upp och gick hem när de stötte på svårigheter. Föreställ dig vilken glädje de måste ha känt när de tittade ner genom taket och såg sin vän ta sin bår och gå! Det är en annan sak vi kan lära oss: Var den sortens vän som tar människor till Kristus. De här vännerna var modiga, ihärdiga och kreativa. I varje ord, i varje handling, i varje val, kan du leda människor till Frälsaren som kan hela oss, inte bara fysiskt utan även andligt. ■







**Äldste  
Carlos A. Godoy**  
i de sjuttios kvarum



# EVANGELIET ÄR TILL FÖR ALLA

*Jag hade ofta undrat var sann lycka kom ifrån.  
Jag hittade den i "den stora lådan".*

**N**är jag var 16 år och bodde i Porto Alegre i Brasilien, hade min äldre bror en vän som ofta var hemma hos oss. En dag berättade den här vännen att han hade hittat en kyrka och att han tyckte om dess medlemmars sätt att leva.

Han berättade lite om hur han hade blivit medlem i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagens Heliga, men han var inte säker på att min bror och jag var riktigt lämpade som medlemmar i kyrkan. Han trodde att kyrkans normer skulle vara för svåra för min bror och mig att ta till oss.

Men vår syster var en god och vänlig flicka. Tack vare dessa egenskaper trodde vår vän att hon kanske skulle vara intresserad av det som de sista dagars heliga stod för, så hon frågade mamma om hon kunde få följa med vår vän på en aktivitet i kyrkan.

Mamma gick med på det, men bara om jag eller min bror också följde med. Min bror var snabbare än jag och sa: "Inte jag!" Så det bestämdes att jag skulle gå på aktiviteten med min syster.



*Min brors vän var inte säker på att min bror och jag (ovan) var riktigt lämpade som medlemmar i kyrkan. Men jag var nyfiken.*

Jag hade inget emot det. Jag hade varit nyfiken på kyrkan sedan första gången jag hade sett det stora fyrkantiga kapellet från min skola. Jag hade ofta sett människor komma och gå från kyrkan, och jag hade lagt märke till att männen hade vit skjorta och slips. Jag undrade vad som försiggick inuti "den stora lådan", som jag då kallade byggnaden.

## Min första aktivitet

Min syster och jag kom till kyrkan tillsammans med vår vän. Där inne, i mitten av en stor kulturhall, stod en liten grupp människor: två kvinnliga missionärer och kanske sex andra. De lekte en enkel lek och åt popcorn och drack juice. Alla skrattade och hade roligt.

"Vad är det här för människor", undrade jag, "och varför är de så glada?" Jag visste att det i alla fall inte kunde bero på leken de lekte eller den fysiska miljön eller godsakerna de åt. De var alla så enkla. Glädjen verkade komma inifrån.

Jag hade ofta undrat varifrån sann lycka kom och vad jag kunde göra för att finna den. Jag trodde att den kanske kom från spännande aktiviteter eller exotiska resor

eller nöjen som världen hade att erbjuda. Sedan gick jag till det där kapellet, där människorna var så glada, utan några av de sakerna. Det gjorde stort intryck på mig.

Efter aktiviteten stod missionärerna vid utgången och skakade hand med alla. När min syster och jag kom till dörren frågade de henne om hon skulle vara intresserad av att få veta mer om kyrkan. Hon sade: "Nej tack." Men jag var fortfarande nyfiken. Jag kände en önskan att tro (se Alma 32:27), så när de erbjöd mig att få lära mig mer om evangeliet sade jag ja.

Mina föräldrar var inte intresserade av missionärslektionerna och ville inte att de skulle hållas i vårt hem, så jag ordnade så att jag kunde få undervisningarna i kapellet. Under månaden som följde lärde jag mig om Jesu Kristi återupprättade evangelium — om vad det var som gjorde de där människorna i kulturhallen så glada. Jag lärde mig att lycka kommer av att göra det som Herren vill att vi ska göra, att den kommer inifrån, och att jag kunde vara lycklig oavsett vad som hände runtomkring mig. Den läran var "välbehaglig för mig" (Alma 32:28). Jag ville ha den i mitt liv.

En månad efter den där första aktiviteten beslöt jag mig för att bli medlem i kyrkan. Under åren som följde blev båda mina föräldrar också medlemmar.

### Prövningar efter dopet

Jag upplevde många svårigheter efter mitt dop. Förändringarna som jag behövde göra var stora. Dessutom kände



**Äldste Godoy som missionär i Brasilien 1982.**

*Min erfarenhet av omvändelse — min egen och andras — har lärt mig att Anden kan beröra vem som helst, var som helst, och att det inte finns någon mall för en potentiell medlem i kyrkan. Vi behöver alla Jesu Kristi evangelium.*



### EN INBJUDAN ATT SPRIDA EVANGELIETS GLÄDJE

"Till er unga män i aronska prästadömet och till er unga män

som ska bli äldster: Jag upprepar det som profeter länge har lärt — att varje värdig och duglig ung man bör förbereda sig att verka som missionär — en plikt som Herren förväntar sig av oss som har fått så mycket."

President Thomas S. Monson, "Vi möts tillsammans igen", *Liahona*, nov. 2010, s. 5-6.

jag ibland att jag inte hade några vänner i kyrkan, och det var lockande att gå tillbaka till mina gamla vänner. Men min önskan att känna glädje — och min insikt om att vi kan vara lyckliga oavsett yttre omständigheter — hjälpte mig att alltid komma tillbaka till kyrkan. Jag visste att jag inte kunde "lägga [min] tro åt sidan" (Alma 32:36). Med tiden fick jag vänner i kyrkan som hjälpte mig under övergångstiden. Och när jag fortsatte att leva efter evangeliet växte mitt vittnesbörd och min glädje (se Alma 32:37).

Min erfarenhet av omvändelse — min egen och andras — har lärt mig att Anden kan beröra vem som helst, var som helst, och att det inte finns någon mall för en potentiell medlem i kyrkan. Vi behöver alla Jesu Kristi evangelium. Vi försöker alla att bli mer lika honom.

Den insikten hjälpte mig som missionär i São Paulo i Brasilien, som missionspresident i Belem i Brasilien och som medlem i kyrkan. Det har hjälpt mig då min fru och jag har förberett våra barn för att tjäna som missionärer. Två av våra barn har redan tjänat som heltidsmissionärer, och innan de åkte påminde jag dem om att inte döma människor efter deras utseende eller sätt att leva. "Ge inte upp hoppet om någon bara för att han eller hon verkar vara annorlunda", sade jag till dem. "Försök att se insidan. Det kanske finns en till Carlos där ute."

Jag är tacksam för att jag vet att vi alla är Guds barn och att alla — inte bara några få — kan få uppleva den lycka som kommer genom att man lever efter Jesu Kristi evangelium. ■



# SPEGLA DIG I EVIGHETEN



Se L&F 131:1-4; 132:1-20.



# NÄR JAG BLEV OSYNNLIG



## Anonym

**V**i hade precis kommit till vårt motellrum när telefonen ringde. Jag visste att det måste gälla Jodi, min nio månader gamla syster. Hon hade legat i koma sedan hon föddes och krävt övervakning och sondmatning dygnet runt. Vi hade tillfälligt lämnat Jodi på ett sjukhus så att vår familj kunde åka på en välbehövlig semester.

Jag svarade i telefonen. Det var min farfar. Hans röst var bestämd: "Hämta pappa."

Samtalet tog snabbt slut. Mina onda aningar bekräftades. Jodi hade dött.

Nästa dag drog jag en suck av lättnad när vi hade kommit hem.





inte nästa dag heller, eller nästa, eller nästa. De väntade inte på mig på skolan heller.

Under den här tiden fick min familj mycket hjälp från Hjälpföreningen och andra medlemmar i församlingen. Men en kycklinggryta kunde inte trösta mitt 13-åriga ömmande hjärta. När jag började gå på veckoträffarna igen höll min ledare en lektion om livet efter döden. Jag började gråta. Min rådgivare tittade ner och fortsatte läsa. Mina klasskamrater stirrade framåt. Jag snyftade. Jag önskade så att någon kunde ha gråtit tillsammans med mig eller lagt armarna om mig.

När jag ser tillbaka på det som hände förstår jag att mina vänner inte

förlorar en vän också. Man kan få tröst av att göra vanliga saker.

**Känn inte att du behöver hålla ett föredrag om livet efter döden.** När en sådan lektion ges, gör då som Alma sade: "[Sörj] med dem som sörjer, ja, och trösta dem som står i behov av tröst" (Mosiah 18:9). Din vän vet troligtvis redan att hon kommer att få möta den hon älskar igen, och om hon inte gör det kommer ämnet att komma upp på ett naturligt sätt när hon uttrycker sina tankar och bekymmer. Det är då du ska bära vittnesbörd om frälsningsplanen.

Ett år efter min systers död avled min väns mamma. Jag kände en

Skolbussen kom nedför gatan. Mina vänner skulle komma. Jag skulle åtminstone ha någon i min egen ålder att dela smärtan med.

Men när jag stod på garageuppfarten och väntade på mina vänner hände något märkligt. Det var nästan som om jag hade blivit osynlig. Jag såg efter mina vänner när de gick över till andra sidan gatan och fortsatte prata med varandra. De tittade inte ens på mig.

Nästa morgon kom inte mina vänner förbi och hämtade mig som de brukade. "Det är förståeligt", tänkte jag. De visste säkert att jag inte skulle gå till skolan eftersom vi skulle planera för begravningen. Men de kom

var elaka eller inte brydde sig om mig. De visste bara inte hur de skulle hantera min smärta. De trodde att jag ville vara ifred med min sorg och att jag inte ville göra något roligt eftersom jag var ledsen.

Det här är vad jag önskar att mina vänner och min ledare hade vetat:

**Finns till hands för din vän.**

Ge henne ett brev eller en blomma, men allra viktigast, gå dit själv. Lägg armarna om henne och tala om att du bryr dig om henne. Och gå definitivt på begravningen.

**Ta med din vän i de saker du brukar göra.** Din vän försöker redan att anpassa sig till att ha förlorat någon hon älskar. Gör inte så att hon

otrolig sorg. Jag tänkte: "Nästa gång jag träffar henne ska jag tala om hur ledsen jag är för hennes skull." Men så mindes jag min egen upplevelse och förstod att min vän behövde mig med detsamma. När jag gick hem till henne kände jag mig osäker. Tänk om hon inte ville träffa mig? Tänk om hennes familj inte ville ha mig där. Borde jag vänta och tala med henne senare? Men när hon öppnade dörren märktes det att hon var glad att jag hade kommit. Hennes pappa och äldre syskon var upptagna med att planera begravningen. Vi gick på en promenad. Jag behövde inte oroa mig för vad jag skulle säga. Det var hon som pratade mest. ■



# Systrar som har mycket gemensamt

Adam C. Olson

Kyrkans tidningar

Som de flesta systrar som det bara är ett och ett halvt år emellan har Marilia och Nicole P. i Cuzco i Peru mycket gemensamt. Båda älskar *ceviche*, en traditionell peruansk maträtt gjord av fisk som är marinerad i lime- eller citronjuice. Båda säger att Lehis dröm är deras favoritberättelse i skrifterna. Och om "O, store Gud" var den enda psalmen i psalmboken skulle de båda glatt sjunga den om och om igen.



## Marilias favoriter

Favoritmat: Ceviche  
Favoritskriftställe: Lehis dröm (se 1 Nephi 8)  
Favoritpsalm: "O, store Gud" (*Psalmer*, nr. 48).  
Favoritämne i skolan: Naturkunskap  
Favorithobby: Sjunga, dansa och cykla



## Nicoles favoriter

Favoritmat: Ceviche  
Favoritskriftställe: Lehis dröm (se 1 Nephi 8)  
Favoritpsalm: "O, store Gud" (*Psalmer*, nr. 48).  
Favoritämne i skolan: Matte  
Favorithobby: Volleyboll



## Delar ett vittnesbörd om bön

En annan sak de delar är ett starkt vittnesbörd om att deras himmelske Fader besvarar böner.

"Jag vet att kyrkan är sann, för när jag ber svarar han", säger Nicole, som är 10 år. "När jag ber honom om hjälp så hjälper han mig."

Nicole berättar om en gång när hennes vän blev mycket sjuk och läkarna bestämde sig för att flyga henne till Perus huvudstad Lima eftersom de inte visste hur de skulle kunna göra henne frisk. "Jag ville inte att hon skulle åka för hon var min bästa vän", säger Nicole. "Jag bad min himmelske Fader att välsigna henne. Han hörde min bön och hon blev frisk."

Marilia som är 11 år säger att hon älskar berättelsen om Lehis dröm för att när Lehi var ensam i mörkret bad han och Herren svarade."

"Jag vet att kyrkan är sann för jag känner det i mitt hjärta när jag ber", säger hon. "Gud hör mig och när jag ber om någonting så svarar han."

En annan anledning till att båda systrarna tycker om den berättelsen är att Nephi och Sam var lydiga.



### Hjälper familjen på olika sätt

Även om systerarna är lika på många sätt är de också olika på vissa sätt. I skolan tycker Marilia om naturkunskap medan Nicole tycker om matte. Marilia tycker om att dansa, sjunga och cykla. Nicole tycker om volleyboll och djur.

Marilia är intresserad av matlagning. Hon tycker om att titta på matlagningsprogram på teve. Nicole tycker om att tjäna andra, och hon har lätt för att förlåta.



*Cuzco är en av de högst belägna städerna i världen och ligger ungefär 3 400 meter över havet. Staden är omkring 900 år gammal och en av de äldsta städerna på den amerikanska kontinenten.*

Flickorna använder sina gåvor och talanger för att hjälpa sin familj.

Marilia och Nicole bor högt upp i Anderna med sin mamma och pappa, två yngre systrar och en yngre bror. Kärleken till familjen är något av det allra viktigaste som de två systerarna delar. Och precis som Nephi och Sam delade en önskan att vara lydiga och hjälpa sin familj så hoppas Marilia och Nicole att deras likheter *och* deras olikheter kan vara till välsignelse för familjen. ■







President  
Thomas S. Monson

# Vi ska bära dig!

**N**är jag körde till kontoret en morgon åkte jag förbi en skylt. Det stod: "Det är serviceandan som räknas." Jag kunde inte glömma budskapet. Det är faktiskt serviceandan som räknas — i Herrens tjänst.

För många år sedan hade jag förmånen att ge en vacker tolvårig flicka, Jami Palmer, en välsignelse. Hon hade precis fått veta att hon hade cancer. Hon fick veta att hennes ben, där canceren fanns, skulle kräva flera operationer. Hon trodde att hon inte skulle kunna vara med på den länge planerade fotvandringen uppför en ojämn stig med sin klass i Unga kvinnor.

Jami talade om för sina vänner att de skulle behöva göra utflykten utan henne. Jag är säker på att hon var besviken.

Men då svarade de andra unga kvinnorna med eftertryck: "Nej, Jami, du ska följa med oss!"

"Men jag kan inte gå", svarade hon.

"Då bär vi dig upp till toppen!" Och det gjorde de.

Ingen av dessa fina unga kvinnor kommer någonsin att glömma den minnesvärda dag när en kärleksfull himmelsk Fader såg ner på dem med ett godkännande leende och var mycket nöjd.

I Mormons bok kan vi läsa om den ädle kung Benjamin. Han förkunnade: "Jag säger er detta för att ni skall kunna lära visdom, för att ni skall kunna förstå att när ni är i era medmänniskors

tjänst, är ni endast i er Guds tjänst" (Mosiah 2:17).

Detta är det slags tjänande som betyder något, det slags tjänande vi alla har kallats till: Att tjäna Herren Jesus Kristus. ■

*Från ett tal under generalkonferensen i oktober 2006.*





## VI HAR OCKSÅ TJÄNAT

*Se hur dessa barn har ansträngt sig för att tjäna andra.*

### Tjänade genom att sy

**N**är Sarah, 9 år, från Oklahoma i USA fick höra talas om jordbävningen i Haiti, tänkte hon på alla flickor som hade förlorat sina hem. Hon hade just fått en symaskin i födelsedagspresent och hon bestämde sig för att sy enkla kjolar till flickorna. Sarah fick ha tålmod när hon måste sprätta upp stygn och rätta till misstag. Men snart hade hon sytt arton nya kjolar. Hon skickade dem genom kyrkans hjälpcenter till flickorna i Haiti.



### Ryggsäcksprojektet

**A**lex, 9 år, och Noah, 6 år, från Oregon i USA, fyllde femton ryggsäckar med skolmaterial till barn som behövde dem. De samlade in pengar från vänner och familjemedlemmar som ville hjälpa till. "Det kändes bra att jobba med ryggsäckarna", säger Alex.



### Villiga händer

**R**ikkis gren i Kalifornien i USA behövde någon som kunde spela piano. Rikki var bara 9 år gammal, men hon hade villiga händer. Hon hade tagit pianolektioner i fem år men några av psalmerna var fortfarande svåra att spela. Nu väljer hon ut och spelar psalmerna på sakramentsmötet varje vecka. "Även om jag var nervös visste jag att det var viktigt att tjäna min gren", säger hon. "Jag får en fridfull känsla när jag spelar psalmerna."



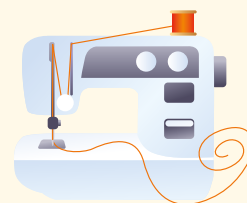
### Kakor mot tvål

**E**liana, 7 år, fick höra att hennes stav i Utah i USA behövde 300 tvålar till hygienpaket till jordbävningsoffer. Hon och hennes mamma bestämde sig för att baka massor av kakor och sälja dem för att kunna köpa tvålar. Alla deras grannar beställde minst ett dussin. De använde en rabattkupong och kunde köpa 172 tvålar. "Jag vet att min himmelske Fader välsignade mig och min familj för att vi ville göra vår del", säger Eliana.



## LEK EN MATCHNINGSLEK

*Dra ett streck mellan bilden på barnet eller barnen och en sak som det har talats om i deras berättelse. I en del av berättelserna finns mer än en sak.*



### Berätta om dina idéer

Om du har kommit på ett bra sätt att hjälpa någon som behövt din hjälp så vill vi gärna höra om det. Titta på sidan 3 för att få reda på hur du skickar din idé till oss.

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

# Skrifterna undervisar om vår himmelske Faders plan

*”Ty se, detta är mitt verk och min härlighet — att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan” (Mose 1:39).*

Ana Maria Coburn och Cristina Franco



**N**är vi åker till en stad som vi inte har varit i tidigare eller när vi reser någontans, har vi kartor som hjälper oss att komma dit. De här kartorna kan visa oss vägen och hjälpa oss att inte gå vilse.

Vår himmelske Fader har gett oss ”kartor” som kan vägleda oss genom livet. Dessa ”kartor” är skrifterna. De är heliga böcker som hjälper oss att förstå varför vi är här på jorden och hur vi kan komma tillbaka till vår himmelske Faders närhet.

Skrifterna lär oss att vi alla är söner och döttrar till vår himmelske Fader och att vi bodde hos honom innan vi föddes. Han skapade jorden för oss att leva på. Han sände sin son, vår Frälsare Jesus Kristus, att dö för oss och att hjälpa oss när vi gör fel eller när vi känner oss ledsna eller ensamma.

Vår himmelske Fader gav oss bud för att hjälpa oss att bli mer lika Jesus Kristus. För att kunna följa Guds plan behöver vi omvända oss när vi gör något fel, döpas och

ta emot den Helige Andens gåva som kan vägleda oss varje dag. Vår himmelske Faders plan är en plan för lycka. Han vill att vi ska komma tillbaka med våra familjer och bo hos honom och hans son, Jesus Kristus.

## Aktivitet

Läs varje skriftställe på sidan 65 och para ihop det med rätt bild. Din familj kan använda bilderna för att tala om frälsningsplanen på familjens hemafton. ■





Celestiaa riket



L&F 93:29



FÖRSTA MOSEBOKEN 1:1



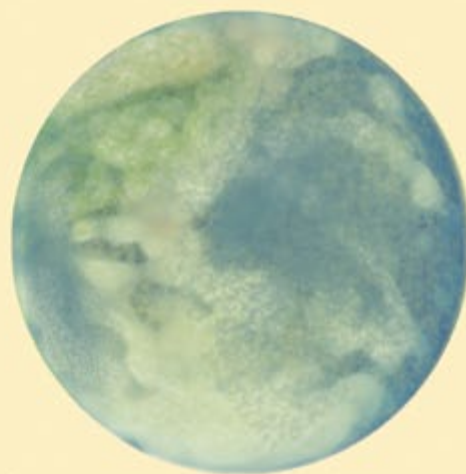
MOSE 5:4

3 NEPHI 17:18–24

3 NEPHI 12:13

ALMA 11:42

L&F 76:92–96



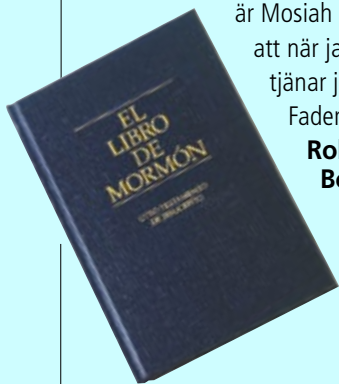
Föruttillvaron



# Vår sida

**E**n dag när vi var på väg hem från kyrkan kände jag något i mitt hjärta som gjorde mig väldigt lycklig. Jag kände att den Helige Anden var med mig och jag ville predika evangeliet till alla människor som inte känner till det här underbara verket som har förändrat mitt liv och min familj. När vi kom hem gick jag till mitt rum och läste i Mormons bok. Mitt favoritskriftställe är Mosiah 2:17, där det står att när jag tjänar andra så tjänar jag min himmelske Fader.

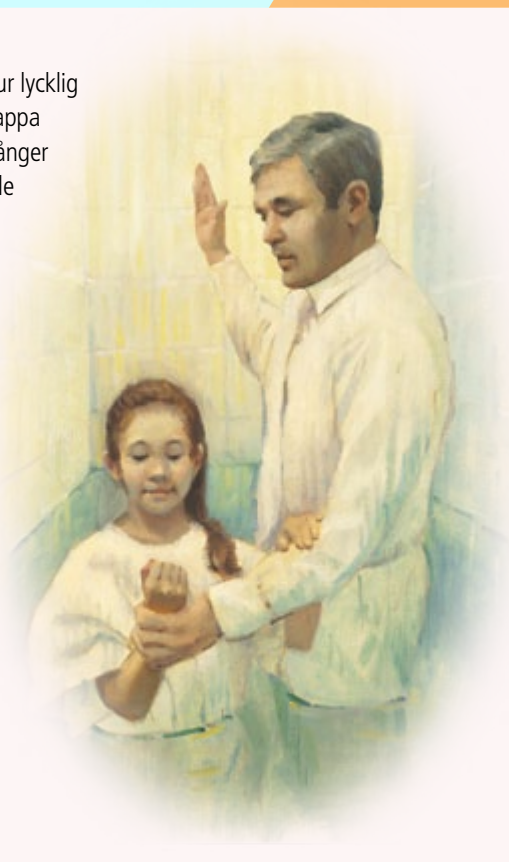
**Roberto C., 10 år,  
Bolivia**



**Elena Z., 9 år, Vitryssland**

**J**ag kommer aldrig att glömma hur lycklig jag kände mig när jag döptes. Pappa döpte mig och mina syskon sjöng sånger för mig. Mamma frågade om jag ville bära mitt vittnesbörd och jag sade att jag ville sjunga en primärsång som jag hade lärt mig som visade vad jag kände. Jag sjöng, "Ibland kan jag se regnbågen, då det fallit regn, och jorden blir så vacker, när den tvättats ren igen" ("Ibland kan jag se regnbågen", *Barnens sångbok*, s. 53). Medan jag sjöng kändes det som att mitt hjärta skulle hoppa ut! Jag kommer aldrig att glömma min familjs ansiktsuttryck och hur jag kände mig den dagen. Det var den mest speciella dagen i mitt liv.

**Esther F., 8 år, Costa Rica**



**M**arcelo B., 9 år, bor i Brasilien. Han har ett vittnesbörd om Frälsaren. Han vet att Jesus lever och han vet att han kan återvända till vår

himmelske Faders närhet om han lyder buden. Han älskar att läsa barnens sidor i *Liahona*.





**P**rimärbarnen i Cabudare församling i Barquisimeto, stav i Venezuela, skickar en hälsning till världens alla primärbarn. De tycker om att sjunga psalmer och de ber för sina vänner i Primär och för profeten, president Thomas S. Monson och för syster Monson.



*Joshua A., 12 år, Filippinerna*



**M**ina föräldrar döptes innan jag föddes så jag har gått till kyrkan i hela mitt liv. Pappa gav mig namnet Joseph för att hedra profeten Joseph Smith och Josef som såldes till Egypten. Josef i Egypten räddade många från svält och profeten Joseph Smith återupprättade den sanna kyrkan på jorden. De här två männen inspirerar mig att leva efter evangeliet.

Jag tycker om Primär och berättelserna i Mormons bok. Min favorit är i Alma 8, där Alma lyder Herren och återvänder för att predika evangeliet för folket i Ammonihah med Amulek. Jag vill bli en missionär med ett ståndaktigt hjärta som Alma.

**Joseph O., 11 år, Ghana**

**O**m du vill bidra till Vår sida, skicka då ett e-postmeddelande med ditt bidrag till [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) och skriv "Our Page" på ämnesraden.

Varje bidrag **måste** innehålla barnets fullständiga namn och ålder samt föräldrarnas namn, församling eller gren och stav eller distrikt samt ett skriftligt tillstånd från föräldrarna (e-postmeddelande går bra) att publicera fotot och bidraget. Brev kan komma att förtydligas eller förkortas.

# Spindeln

## och den stilla, milda rösten

*"Det var en stilla röst med fullkomlig mildhet, liksom en viskning" (Helaman 5:30).*

**Joshua W. Hawkins**

Baserad på en sann berättelse

**T**ack för att jag fick komma, Jake", sade Britton när han gick ut från sin väns hus. "Jag måste hem och äta lunch nu."

Vännerna vinkade till varandra när Britton började gå nedför grusvägen som han brukade ta till och från Jakes hus. Sedan sneglade han bort mot ängen som han kallade för "Djungeln". Det fanns inga tropiska växter eller vilda djur där, bara en smal stig genom ett hav av högt gräs och torrt ogräs. Det var den snabbaste vägen hem.

Britton funderade en liten stund och pressade sig sedan emellan spjälorna i staketet som omgav ängen.

Knak! Svish! Det knastrade av torra pinnar och gräs när Britton gick längs stigen. Den heta solen i ryggen fick skjortan att kännas klibbig. Det började blåsa lite och Britton bestämde sig för att springa ikapp med vinden hem.

Stigen blev smalare. Britton visste att det fanns en bäck längre fram, så han sprang lite fortare. När han hade rundat en





krök och precis skulle hoppa över bäcken hörde han plötsligt ordet **Stopp!**

Britton stannade genast och lyssnade. Det enda han hörde var vindens sus i gräset. Britton rynkade på ögonbrynen. Rösten hade varit tyst men alldeles tydlig, som om någon hade viskat i hans öra. Men han kunde inte se någon.

Britton ryckte på axlarna och vände sig om för att hoppa över bäcken. Då blev han som förstenad. Mitt framför ansiktet på honom

fanns ett enormt, glittrande spindelnät som sträckte sig tvärs över stigen intill bäcken. I mitten av nätet väntade en stor spindel.

I några sekunder stirrade Britton storögt på spindeln. Sedan vände han och sprang tillbaka på stigen ut ur Djungeln. Han bestämde sig för att ta grusvägen hem ändå.

”Mamma! Mamma! Vet du vad?” Britton for in genom dörren och sprang för att hitta mamma. Mellan andetagen berättade han för henne om sin tur genom Djungeln, rösten och hans möte med spindeln.

”Jag var så här nära den, mamma!” Han höll fram sina fingrar för att visa henne.

”Oj! Det måste ha varit läskigt”, sa mamma. ”Var tror du att rösten du hörde kom ifrån?”

”Jag vet inte”, sade Britton. ”Det var ingen där. Tror du att det kan ha varit vinden?”

”Kommer du ihåg vad vi lärde oss

på familjens hemafton om den stilla, milda rösten?” frågade mamma.

”Ja. Det är så vår himmelske Fader talar till oss ibland, eller hur?”

Mamma tog ned skrifterna från hyllan bredvid köksbordet och slog upp Helamans bok.

”Så här lät Herrens röst för nephiterna”, sade hon. ”Det ... var [inte] en åskans röst och inte heller var det rösten av ett våldsamt dån, men se, det var en stilla röst med fullkomlig mildhet, liksom en viskning” (Helaman 5:30).

”Just det! Det var precis så den lät — som en viskning! Jag hörde den stilla, milda rösten!”

Mamma log. ”Ja, det gjorde du. Och du lyssnade precis som man ska göra. Jag är väldigt stolt över dig.”

Britton gav mamma en kram. Det kändes bra inuti att han hade gjort henne stolt. Och det kändes ännu bättre att han hade lyssnat på den stilla, milda rösten. ■



”Vår himmelske Fader kan nås med en enkel bön, och den Helige Anden är så nära att han hör våra viskningar.”

Elaine S. Dalton, Unga kvinnors generalpresident, ”Under alla tider och i allting och överallt”, *Liahona*, maj 2008, s. 118.



# Jag kan också vara missionär

**Estherlynn Kindred Lee**

Baserad på en sann berättelse

*"Om ni därför har en önskan att tjäna Gud, är ni kallade till verket" (L&F 4:3).*

1. Brett var jätteglad. Han hade just fått ett brev från sin storebror Tony. Tony var missionär. Innan Tony hade åkt hade Brett lovat honom att han också skulle göra missionsarbete.



3. Mamma, jag vill tjäna andra så att jag kan göra missionsarbete precis som Tony. Vad kan jag göra?



2. Brett, visste du att du gör missionsarbete när du tjänar andra? Jag kan knappt vänta tills jag får höra om allt missionsarbete du gör. Hälsningar, Tony







4. Jag vet att fru Hampton skulle behöva lite hjälp med att kratta löv på lördag. Skulle det kunna vara ett bra sätt att göra missionsarbete?

Ja! Sedan kan jag skriva och berätta för Tony om det.

5. På lördagen satte sig Brett ner och skrev ett brev till Tony.

Hej Tony! Hoppas du har lika roligt som jag när du gör missionsarbete. Vi hjälpte fru Hampton i hennes trädgård idag. Hon gav oss ett fat med kakor. Pappa frågade henne om hon vill komma till kyrkan med oss och hon sa ja.  
Kram, Brett

6. Brett vek ihop pappret och stoppade ned brevet och ett löv från fru Hamptons trädgård i ett kuvert.

## TIPS TILL FÖRÄLDRAR

- Visa dina barn en bild på när Ammon skyddar kung Lamonis får och återge berättelsen (se Alma 17–18). Förklara att Ammons tjänande gjorde det möjligt för honom att dela med sig av sitt vittnesbörd, precis som Bretts tjänande i berättelsen hjälpte honom att dela med sig av evangeliet. Gör aktiviteten "Hitta kung Lamonis får" på sidan 72.
- Gör en lista tillsammans med barnen över saker som de kan göra för att vara missionärer. Hjälpt dem att sätta upp mål att göra några av sakerna på listan.

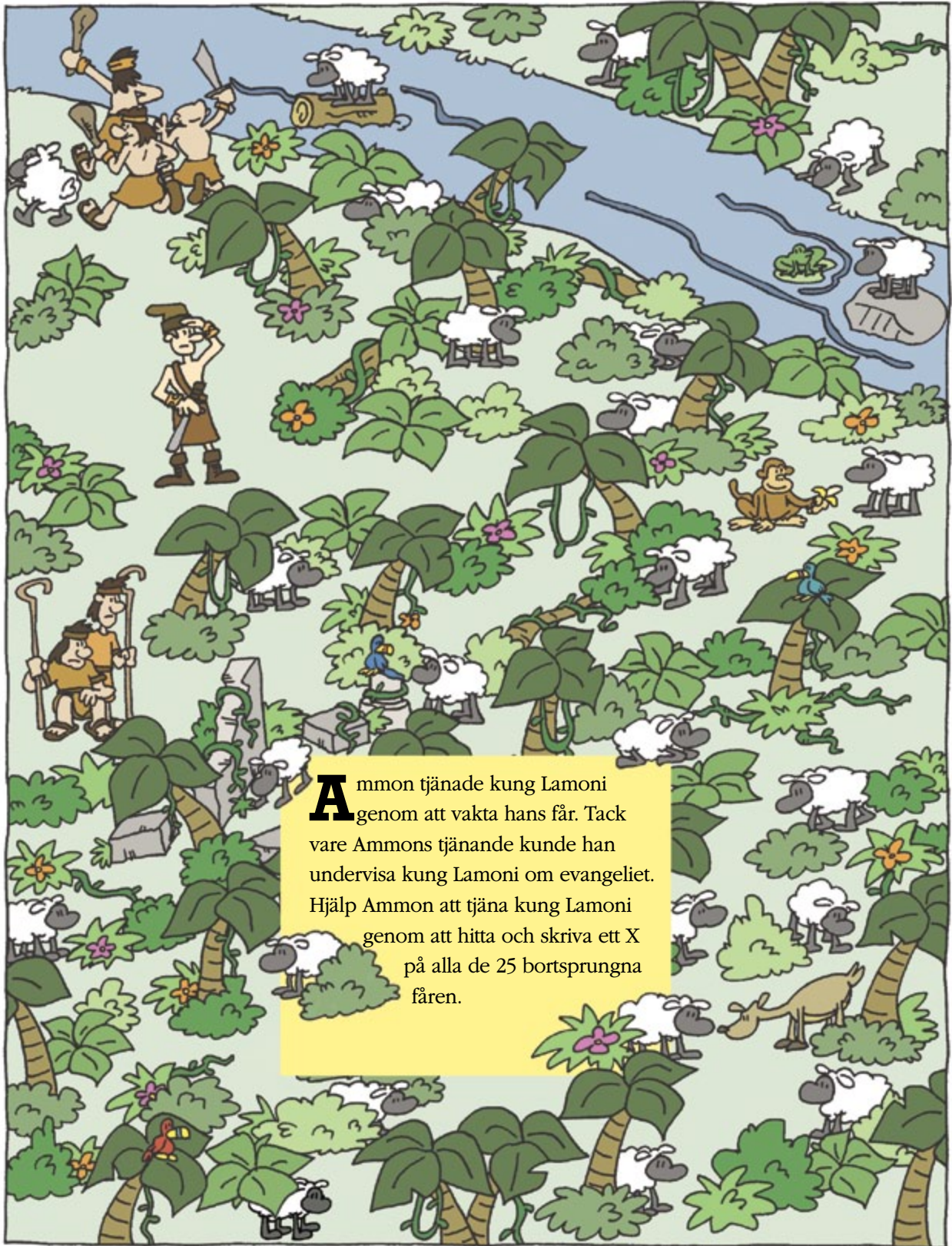


7. Jag kan också vara missionär!



# Hitta kung Lamonis får

Arie Van De Graaff



**A**mmon tjänade kung Lamoni genom att vakta hans får. Tack vare Ammons tjänande kunde han undervisa kung Lamoni om evangeliet. Hjälp Ammon att tjäna kung Lamoni genom att hitta och skriva ett X på alla de 25 bortsprungna fåren.





**Jesus Kristus skapade jorden åt mig**

”Ty se, detta är mitt verk och min härlighet —  
att åstadkomma odödlighet och evigt  
liv för människan”

(Mose 1:39).

## Utbildning betonar betydelsen av råd

Adam C. Olson

Kyrkans tidningar

Under det världsomfattande ledarutbildningsmötet i november 2010, där kyrkans nya handböcker presenterades, betonade kyrkans ledare betydelsen av att ha effektiva församlingsråd<sup>1</sup> som stöder överbelastade biskopar och utför frälsningens verk.

”Handbok 2 söker minska biskopens arbetsbörda genom att framhålla församlingsrådets och dess medlemmars roller”, sade äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum. Dessa roller inbegriper att man hjälper biskopen ”med sådant som är viktigt för hela församlingen” och ”hjälper till med att aktivera och behålla medlemmarna”.

### Betydelsen av råd

Under utbildningsmötet i november sade äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kvorum att ”kyrkan leds av råd på general-, områdes-, stavs- och församlingsnivå” och att ”de nya handböckerna kraftigt betonar rådslagets betydelse i kyrkan”.

Äldste Cook talade om tre grundläggande råd på församlingsnivå som är viktiga för att biskopen ska kunna tillse kyrkans angelägenheter och hur dessa råd påverkas av informationen i de nya handböckerna. Det är biskopsrådet, prästadörets verkställande kommitté och församlingsrådet.

Biskopsrådet ska fungera ungefär som tidigare. PVK fortsätter att ha regelbundna möten och kommer att ta hand om vissa frågor som tidigare togs upp av församlingens välfärdskommitté, men äldste Cook framhöll att PVK:s möten förmodligen

blir kortare eftersom församlingsrådets möten antagligen kommer att öka i antal.

”I den nya handboken upphöjs församlingsrådets roll till att administrera församlingen under biskopens ledning”, sade äldste Cook.

### Församlingsrådet upphöjs

Handböckerna upphöjer församlingsrådets roll genom att ge förslag på vad biskopen kan delegera och utöka rådsmedlemmarnas ansvar att hjälpa honom.

”Församlingsrådets främsta uppgift är frälsningsarbetet i församlingen”, sade äldste Cook. ”Många frågor går idag direkt till biskopen.

Förhoppningsvis förändras detta alltefter som biskopen delegerar fler frågor vid församlingsrådets möten och/eller enskilt till personer, det kan gälla välfärd, att behålla eller aktivera medlemmar och så vidare.”

Äldste Cook sade att biskopen fortsätter att handha ”problem som kräver en allmän domare i Israel”, men han kan, efter medgivande av medlemmen som söker omvända sig, delegera ”den tidskrävande rådgivning som kan behövas” till andra, för att hjälpa medlemmar återhämta sig från missbruk eller medlemmar som behöver hjälp med ekonomi, familjesvårigheter eller andra problem.

”Församlingsrådets medlemmar utför det mesta av sitt arbete utanför församlingsrådets möten” sade äldste Cook. ”De arbetar med sina rådgivare och med hemlärare, besökslärare och andra för att nå ut till och betjäna medlemmar i sin organisation och andra som behöver hjälp.”

Han uppmanade prästadöms- och biorganisationsledarna att fastställa vilka problem som på lämpligt sätt kan hanteras inom kvorumet eller organisationen för att underlätta biskopens och församlingsrådets arbete.

*”Församlingsrådets främsta uppgift är frälsningsarbetet i församlingen.”*

Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kvorum



## Varje medlem räknas

En panel bestående av äldste M. Russell Ballard, äldste Jeffrey R. Holland och äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum; äldste Walter F. González i de sjuttios presidentenskap och Julie B. Beck, Hjälpföreningens generalpresident, betonade betydelsen av att varje medlem i rådet bidrar.

”Jag tror många felaktigt tror att all uppenbarelse till församlingen måste komma genom biskopen”, sade äldste Bednar. ”På grund av de nycklar han har måste han erkänna och bekräfta den, men han måste inte nödvändigtvis vara den ende som får uppenbarelse.”

Äldste Bednar underströk betydelsen av enighet när den presiderande auktoriteten har fattat ett beslut för att rådet ska kunna verka under den Helige Andens inflytande.

Äldste Holland varnade för kulturella tendenser att åsidosätta kvinnans betydelse i råden.

Ytterligare ett världsomfattande ledarutbildningsmöte hålls den 12 februari 2011 där man i detalj tar upp stavspresidenternas och biskoparnas ansvarsuppgifter, kворumens och biorganisationernas arbete och de unika utmaningar som enheter med få medlemmar och ledare ställs inför när det gäller att till fullo genomföra kyrkans program.

”Vi har inte alltid inbjudit eller uppmuntrat ... kvinnorna i våra rådsförsamlingar som vi borde”, sade han. ”Vi måste ha kvinnornas medverkan.”

Panelen betonade att kloka ledare lyssnar.

”Urskillningens gåva fungerar bättre när vi lyssnar än när vi pratar”, sade äldste Bednar.

Äldste Ballard tillade att principen om att lyssna kan tillämpas på varje medlem i rådet och att ingen enskild medlem ska dominera samtalet.

”När [Anden] verkar inom kyrkans råd går verket framåt och vi kan rädda många fler av vår himmelske Faders barn”, sade äldste Ballard. ”Det är ett stort verk där vi alla lägger manken till.” ■

### SLUTNOT

1. *Församling, biskop och biskopsråd avser också gren, grens-president och grenspresidentskap. Stav, stavsresident och stavspresidentskap avser också distrikt, distriktsresident och distriktspresidentskap.*

## EFFEKTIVA FÖRSAMLINGSRÅD

Här följer några detaljerade råd för hur man har effektiva församlingsråd som gavs under det världsomfattande ledarutbildningsmötet i november 2010.

### Effektiva råd:

- Ägna minimal tid åt kalenderfrågor, planering av aktiviteter och andra administrativa ärenden.
- Fokus bör läggas på sådant som stärker den enskilde och familjen.
- Inbjud alla rådsmedlemmar att uttrycka sina åsikter, varefter de

förener sig bakom biskopens beslut.

- Föreorganisationernas insatser för att tillgodose enskildas, familjers och organisationers behov.
- Ha regelbundna möten, oftare än

vad som rekommenderas i tidigare handböcker, men de ska vanligtvis inte vara längre än 60 till 90 minuter.

- Håll all information konfidentiell. ■



# Nya LDS.org

Breanna Olaveson

Kyrkans tidningar

Det har nu gått omkring fem år sedan den nuvarande webbsidan LDS.org startades, som gjorde en hel databas med resurser tillgängliga för medlemmarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Men internet har genomgått en drastisk förändring sedan dess, och allteftersom teknologiska möjligheter har ökat, har möjligheterna för LDS.org också ökat.

Nya LDS.org, som också kallas LDS.org 3.0, har utformats för att utnyttja några av internets fördelar och blivit mer visuellt tillgänglig, mer användbar för medlemmarna och lättare att navigera.

Några delar av webbsidan håller fortfarande på att utvecklas och den har gett kyrkans ledare tillfälle att ändra inriktning när det gäller webbsidans strategi.

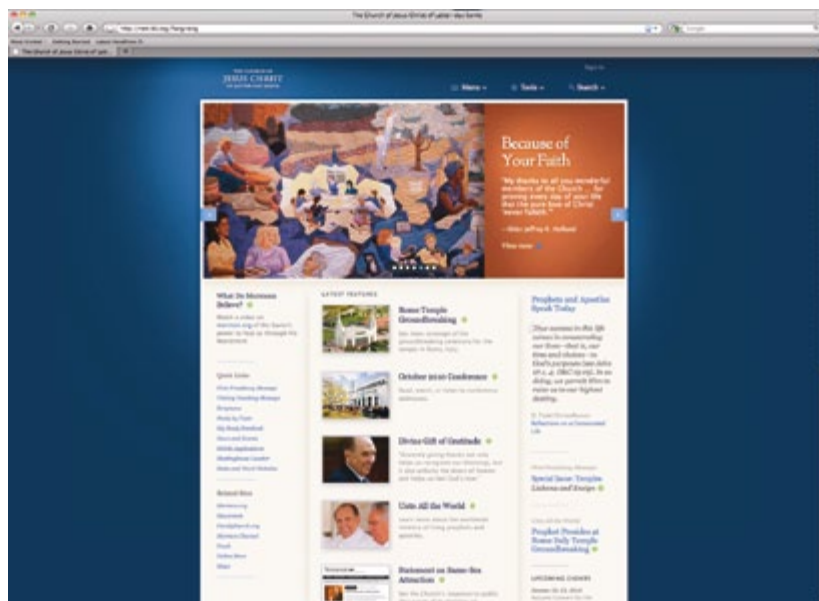
”Vi har haft LDS.org i många år, men innehållet har styrts mer av vad kyrkans avdelningar har behövt framhålla än av besökarnas behov”, säger äldste Craig C. Christensen i de sjuttios kворum. ”När vi utformade webbsidan frågade vi oss: ”Vad behöver kyrkans medlemmar och hur kan kyrkan hjälpa dem?””

LDS.org 3.0 lägger fokus på de levande profeternas lärdomar, underlättar evangeliestudier på internet, ger möjlighet för besökare att dela med sig av evangeliet, gör material lättare att hitta och tillhandahåller information på flera språk.

## De levande profeternas lärdomar

Med så många röster på internet som tävlar om uppmärksamheten fokuserar nya LDS.org på att föra fram en röst i förgrunden — den profetiska rösten.

Lee Gibbons, chef för LDS.org, säger att



**Nya LDS.org inriktas på de nutida profeternas lärdomar, har bättre redskap för studier på internet och innehåller fler sökmöjligheter.**

avsikten är att ge betoning åt nutida profeters och apostlars lärdomar genom att skapa en ”portal” med inriktning på deras verksamhet och vad de undervisar om idag.

Avdelningen The Prophets and Apostles Speak Today (Profeter och apostlar talar idag) visar aktuella budskap och delger personliga insikter från första presidentskapets och de tolv apostlarnas råds liv och verksamhet.

## Redskap för evangeliestudier på internet

De tidigare versionerna av LDS.org gav tillgång till skrifterna och annat kyrkomaterial men den nya sidan har redskap för att studera evangeliet på internet.

Användare som loggat in på sidan kan markera och stryka under skriftställen, göra anteckningar, föra en studiedagbok och organisera material i mappar för senare användning. De här funktionerna kan användas för allt material i studiedelen



av webbsidan som innehåller skrifterna, generalkonferenser, lektionsböcker, kyrkans tidningar med mera.

### Spridning av evangeliet

Webbsidans innehåll är rikt på media. Det finns filmer, ljudinspelningar, foton, evangeliebilder och andra bilder som berättar om evangeliet. Men innehållet är inte bara där för att vara till nytta för kyrkans medlemmar. Det, liksom evangeliet, ska spridas. Det mesta av webbsidans innehåll kan integreras med populära sociala nätverk och e-post så att användarna lätt kan dela med sig av innehållet och hjälpa sina vänner att lära sig mer om evangeliet.

”Det är inte bara en möjlighet utan kanske hellre ett rop om att medlemmarna ska dela med sig mer”, säger broder Gibbons. ”Vi försöker underlätta detta.”

### Ny sökmöjlighet

En annan viktig funktion som har förbättrats är webbsidans sökmöjligheter. Sökningsraden högst upp på nästan varje sida visar en kort lista av rekommenderade resultat, utvalda bland många vanliga sökämnen. En omfattande lista över allt material som matchar sökordet finns också.

Resultatsidan ger också förslag på synonymer som kan ge bättre resultat och alternativ för att förfina sökningen.

### Språk

New.LDS.org är en webbsida för den världsomfattande kyrkan som kommer att göras tillgänglig i stadier på 11 olika språk allteftersom översättningarna slutförs och godkänns. Omkring 90 procent av kyrkans medlemmar talar ett av dessa 11 språk: Engelska, franska, italienska, japanska, kantonesiska, koreanska, mandarin, portugisiska, ryska, spanska och tyska. ■

## Nya tempelpresidenter påbörjar sitt arbete

**M**ed början den 1 november 2010 påbörjar 53 nya tempelpresidenter och deras hustrur sin verksamhet i tempel runtom i världen. Det finns nu 134 tempel i verksamhet i världen, och 23 är tillkännagivna eller under uppbyggnad.

<b>Aba, Nigeria</b>	Alexander A. och Theresa A. Odume*
<b>Anchorage, Alaska, USA</b>	Melvin R. och Sharon V. Perkins
<b>Birmingham, Alabama, USA</b>	Kent R. och Geniel R. Van Kampen
<b>Campinas, Brasilien</b>	George A. och Jeannette N. Oakes
<b>Caracas, Venezuela</b>	Luis M. och Juana P. Petit
<b>Chicago, Illinois, USA</b>	Paul W. och Ann P. Castleton
<b>Ciudad Juárez, Mexiko</b>	Manuel och Elsa M. Araiz
<b>Cochabamba, Bolivia</b>	Lee W. och Connie C. Crayk
<b>Columbia River, Washington, USA</b>	T. Dean och Patrice A. Moody
<b>Columbus, Ohio, USA</b>	Edward J. och Carol B. Brandt
<b>Köpenhamn, Danmark</b>	H. Hjort Nielsen och Ellen Hailbrock
<b>Curitiba, Brasilien</b>	José M. och Aida C. Arias
<b>Dallas, Texas, USA</b>	Robert C. och Talmadge M. Packard
<b>Detroit, Michigan, USA</b>	Phillip G. och Margaret K. Pulsipher
<b>Draper, Utah, USA</b>	Russell E. och Christine C. Tueller*
<b>Edmonton, Alberta, Kanada</b>	Bryce D. och Kathryn Card
<b>Fresno, Kalifornien, USA</b>	Paul B. och Judith H. Hansen
<b>Guadalajara, Mexiko, USA</b>	Jaime F. och M. Teresa Herrera
<b>Halifax, Nova Scotia, USA</b>	Douglas M. och Carol Ann Robinson
<b>Hamilton, Nya Zeeland</b>	James och Frances M. Dunlop
<b>Hongkong, Kina</b>	John M. och Lydia C. Aki
<b>Johannesburg, Sydafrika</b>	Kenneth S. och Muriel D. Armstrong
<b>Kiev, Ukraina</b>	B. John och Carol Galbraith*
<b>Lima, Peru</b>	Robert W. och Kay Lees
<b>London, England</b>	C. Raymond och Irene M. Lowry
<b>Manhattan, New York, USA</b>	W. Blair och Suzanne J. Garff
<b>Medford, Oregon, USA</b>	David J. och Pauline Davis

*\*De här paren började verka tidigare under året.*



**Templet i Twin Falls i Idaho är ett av de 53 tempel som fick en ny president den 1 november 2010.**

Melbourne, Australien	Malcolm R. och Ruthje M. Mullis
Memphis, Tennessee, USA	T. Evan och Lou Anne W. Nebeker
Mérida, Mexiko	Zeniff och Elizabeth Mejía
Monterrey, Mexiko	C. Juan Antonio och Isabel S. Machuca
Nashville, Tennessee, USA	R. Lloyd och Judy R. Smith
Nauvoo, Illinois, USA	Spencer J. och Dorothea S. Condie
Nuku'alofa, Tonga	Pita F. och Lani A. Hopoate
Orlando, Florida, USA	David T. och Lana W. Halversen
Panama City, Panama	D. Chad och Elizabeth B. Richardson
Perth, Australien	Geoffrey J. och Lesley M. Liddicoat
Portland, Oregon, USA	Myron G. och Gearldine T. Child
Provo, Utah, USA	Robert H. och Janet L. Daines
Raleigh, North Carolina, USA	J. Mitchel och Z. Sue Scott
Reno, Nevada, USA	Franklin B. och Joyce C. Wadsworth
Rexburg, Idaho, USA	Clair O. och Anne Thueson
Santiago, Chile	Julio E. och Elena Otay
Santo Domingo, Dominikanska republiken	Larry K. och Joann W. Bair
Seattle, Washington, USA	Donald E. och Jane H. Pugh
Söul, Korea	Song Pyung-Jong och Yang Gye-Young
Spokane, Washington, USA	Charles H. och Elizabeth M. Recht
S:t George, Utah, USA	Bruce C. och Marie K. Hafen
S:t Paul, Minnesota, USA	C. Kent och Karen J. Hugh
Tampico, Mexiko	Barry R. och Risa L. Udall
Tuxtla Gutiérrez, Mexiko, USA	Jorge D. och Irma Del Toro Arrevillaga
Twin Falls, Idaho, USA	Karl E. och Beverly C. Nelson
Winter Quarters, Nebraska, USA	Maury W. och Joan Schooff ■

## NYHETER

### Internetbutik gör resurser mer tillgängliga

Det är svårt för många av de 14 miljoner medlemmarna i kyrkan att resa till en av kyrkans 130 butiker för att få tag på kyrkomaterial. Därför har kyrkans distributionstjänst ändrat på tillvägagångssättet. En ny internetbutik kan nu ta materialet till medlemmarna.

Store.lds.org gör det lättare att beställa studiematerial, musik, media, bilder, tempelklädnader, resurser för hemmet och familjen och annat material. Materialet skickas fraktfritt över hela världen, förutom en liten expeditionsavgift.

Besökare på webbsidan anger sitt land. Allteftersom internetbutiker för olika länder blir tillgängliga visar de vilka produkter som finns på det landets huvudspråk och priser anges i landets valuta. En del kostnadsfritt material kan laddas ner direkt från webbsidan.

Den nya webbsidan ersätter ldscatalog.com och finns först på engelska, spanska och ryska. Under kommande månader kommer webbsidan också att göras tillgänglig på portugisiska, franska, tyska, japanska, koreanska och kinesiska, i den ordningen. ■

## BREV TILL REDAKTIONEN

### Försöker vara ett exempel

Jag vill tala om att jag älskar att läsa *Liahona* och jag vet att den innehåller profetens ord. Jag har ett vittnesbörd om att Mormons bok är sann och om bön. Jag är tacksam för evangeliet i mitt liv och försöker vara ett exempel för andra ungdomar som inte känner till Herrens ord än.

Tatiana G., 15 år, Uruguay

### Min själ har uppfyllts av frid

Jag tillhör inte er kyrka än men har fyllts av glädje, kärlek och frid eftersom jag äntligen har hittat sanningen. En vän gav mig ett exemplar av *Liahona* och Mormons bok att läsa, och fastän jag fann sanningen i dem tvekade jag på grund av att några hade talat om för mig att det inte var någon bra kyrka.

Men eftersom jag kände att det här var Kristi sanningar började jag läsa igen, och nu har en ljuvlig känsla av frid fyllt min själ. Lärdomarna är tydliga och upplyftande — och det är Andens närvaro som känns. Det finns ingen enhet där jag bor men jag ber att Herren ska öppna dörrarna så att det återställda evangeliet kan komma till min stad och jag kan döpas.

Konan Alphrede, Elfenbenskusten

*Skicka dina kommentarer eller förslag till liahona@ldschurch.org. Brev kan komma att förkortas eller förtydligas. ■*



### Kyrkan söker aktörer till projekt om Nya testamentet

För att locka deltagare från hela världen till LDS Motion Picture Studios' filmprojekt om Nya testamentet har kyrkan skapat webbsidan [casting.lds.org](http://casting.lds.org), där intresserade medlemmar i kyrkan kan ansöka om att delta som aktörer eller statister i kyrkans filmproduktioner, bland annat projektet om Nya testamentet. Man börjar filma på våren 2011 i Salt Lake City i Utah, USA och fortsätter hela sommaren.

### Resurshandledning för ungdomar till hjälp för lärare

Nya resurshandledning kompletterar aronska prästadömet och unga kvinnors lektionsböcker *Aronska prästadömet 3* och *Unga kvinnor 3*, för 2011. Handledningarna innehåller några av de senaste generalkonferenstalen, diskussionsfrågor, ytterligare skriftställehänvisningar och aktivitetsförslag som knyter an till och förnyar de nuvarande lektionerna och gör dem mer relevanta för de frågor ungdomar ställs inför idag. Handledningarna finns på 27 språk på kyrkans distributionscentrer eller på internet på [resourceguides.lds.org](http://resourceguides.lds.org).

### Tre-i-ett på japanska på internet

En japansk utgåva av tre-i-ett med Mormons bok, Läran och förbunden och Den kostbara pärlan finns nu på internet på [scriptures.lds.org/jpn](http://scriptures.lds.org/jpn). En ljudinspelning finns också på webbsidan och görs snart tillgänglig på CD. Webbsidan innehåller fotnoter, kartor och fotografier, och möjliggör för läsare att markera i skrifterna och att utföra nyckelordssökningar. Skrifterna finns nu på internet på 19 språk.

### Nya DVD-filmer för studier av Läran och förbunden

En ny samling DVD-filmer har gjorts för att underlätta studier av Läran och förbunden och kyrkans historia. Samlingen innehåller interaktiva översikter, citat från nutida profeter och apostlar och målningar och inlärningsaktiviteter. De innehåller sådana filmer som *Arvet*, *Mountain of the Lord (Herrens berg)* och *Joseph Smith: Återställsens profet* som har visats i Joseph Smith Memorial Building sedan december 2005. DVD-filmerna *Doctrine and Covenants and Church History Visual Resources DVDs* (Läran och förbunden och kyrkans historia — visuella resurser) finns på engelska, portugisiska och spanska. Beställningar kan göras på internet på [store.lds.org](http://store.lds.org) eller genom att ringa 001-800-537-5971. Kontakta lokala distributionscentrer för att se om de finns tillgängliga. ■

## FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

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

### ”Lär dig höra och förstå Anden”, s. 24 och ”Spindeln och den stilla, milda rösten”, s. 68:

De här artiklarna lär oss hur viktigt det är att följa Andens maningar. Innan du läser en av artiklarna högt kan du be familjemedlemmarna lyssna efter hur de kan känna igen Anden. När du har läst artikeln kan du berätta om ett tillfälle när du kände den Helige Anden och inbjuda familjemedlemmarna att göra detsamma.



### ”Liknelser om de förlorade och återfunna”, s. 32:

För att lära familjemedlemmarna hur viktigt det är att söka upp dem som har gått vilse andligt sett kan ni leka kurragömma. Efter leken kan ni läsa en eller två berättelser från artikeln och berätta vad ni har lärt er om att söka upp dem som gått vilse. Ni kan kanske nämna grannar eller vänner som ni kan hjälpa. Samtala sedan om hur ni kan inbjuda dem att komma tillbaka till kyrkan.

### ”Evangeliet är till för alla”, s. 54:

I den här artikeln står det att ”det inte finns någon mall för en potentiell medlem i kyrkan”. För att undervisa om det här begreppet kan du byta etiketter på konserverad mat eller hälla socker i saltströaren. Inbjud familjemedlemmarna att välja en burk mat att äta ur eller att smaka på ”saltet”. Läs äldste Godoys artikel efter den här aktiviteten. Som familj kan ni tänka på några som ni kan dela med er av evangeliet till — även personer som inte passar ”mallen” för en framtida medlem i kyrkan.

### ”Vi ska bära dig!”, s. 62:

Läs artikeln tillsammans som familj och samtala om tillfällena när familjemedlemmarna har hjälpt andra eller fått hjälp av andra. Fundera sedan på olika sätt att tjäna andra. Ni kan genomföra er plan under en framtida hemafton. ■

# EN PLATS PÅ BRUDGUMMENS FEST

Melissa Merrill

Kyrkans tidningar

Det är inte alltid trevligt att gå ensam på en bröllopsmottagning. Men när en gammal vän bjöd in mig till sin bröllopsmiddag visste jag att jag inte kunde missa tillfället att fira tillsammans med honom och hans nyblivna hustru.

På bröllopsdagen kom jag precis innan middagen skulle börja. Jag hittade en tom stol och frågade en av kvinnorna vid bordet om den var upptagen.

”Ska du verkligen vara *här*?” frågade hon och såg misstänksamt på mig.

Jag hade ingen aning om varför hon frågade — eller varför hon frågade på det sättet. Det fanns ingen som prickade av en gästlista. Det fanns ingen bestämd bordsplacering. Jag hade kommit i tid och var lämpligt klädd. Så vad var problemet?

Jag log nervöst. ”Jag är en vän till brudgummen”, försäkrade jag henne. Hon nickade så jag satte mig ner och försökte inleda en vänlig konversation med de sex paren som satt vid bordet. Om jag hade känt mig illa till mods tidigare blev det mycket värre av ”välkommandet” jag fick. Jag såg mig desperat om i rummet och försökte hitta någon — vem som helst — som jag kände, men förutom brudgummen såg jag inte ett enda bekant ansikte.

Men då hände något. Min vän, som satt bredvid sin brud längst fram i den överfyllda salen, ställde sig upp. Och när han gjorde det fick han



*En känsla av lättnad och glädje kom över mig. I brudgummens ögon hörde jag hemma här — oavsett vad alla andra tyckte.*

syn på mig i andra änden av rummet. Han stannade upp, log, och lade handen över hjärtat som för att säga: ”Tack för att du kom. Jag vet att det var en uppoffring för dig. Det betyder så mycket att du är här med oss.”

En känsla av lättnad och glädje kom över mig. I brudgummens ögon hörde jag hemma här — oavsett vad alla andra tyckte. Jag log och gjorde samma gest som han hade gjort. Jag hoppades att min vän visste hur gärna jag ville fira och dela hans och hans hustrus lycka. Allt obehag jag

hade känt försvann under det där tio sekunder långa utbytet, och resten av kvällen kände jag mig full av självförtroende.

Några dagar senare, när jag förberedde en lektion för Hjälpföreningen, studerade jag Matteus 22 och läste om en kung som förberedde en bröllofsfest för sin son, som representerar Frälsaren. Profeten Joseph Smith lärde oss följande om dessa verser: ”Endast de som håller Guds bud och vandrar efter hans förordningar intill slutet får närvara vid bröllofsfesten ... De som har bevarat

tron kommer att krönas med en rättfärdighetens segerkrans, bli klädda i vita kläder, bli mottagna på bröllofsfesten, bli befriade från varje bedrövelse och regera med Kristus på jorden.”<sup>1</sup> Det löftet är kraftfullt när som helst, men det blev ännu mer kraftfullt på grund av det som jag hade upplevt tidigare samma vecka.

När jag höll lektionen insåg jag att lydnad är det enda kravet för att man ska kunna tacka ja till en inbjudan från Jesus Kristus att glädjas tillsammans med honom, för att få en plats på hans fest. Och på den festen behöver gästerna aldrig känna sig osäkra, för de *hör* hemma där. Även om jag ännu är långt ifrån perfekt i min lydnad, hoppas jag att jag en dag ska uppnå kravet för att få möta brudgummen och med handen över hjärtat — ett hjärta underkastat hans vilja — få säga: ”Jag är så glad att vara här.” ■

#### SLUTNOT

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 165, 167.





KRISTI ORD

*Barn som leker vid ett trästaket,  
av Anne Marie Oborn*

*"Och varför gör ni er bekymmer för kläder? Se på  
ängens liljor, hur de växer. De arbetar inte och  
spinner inte.*

*Men jag säger er att inte ens Salomo i all sin*

*prakt var klädd som en av dem.*

*Om nu Gud ger sådana kläder åt gräset, som idag står  
på ängen och i morgon kastas i ugnen, hur mycket mer  
skall han då inte klä er?" (Matt 6:28-30).*



**L**iknelserna i Lukas 15 irrar fåret bort, silvermyntet försvinner och den förlorade sonen slösar bort sitt arv. Men herden söker i öknen, kvinnan sopar huset och den förlåtande fadern väntar på att sonen ska komma tillbaka. På liknande sätt kan vi följa president Thomas S. Monsons uppmaning att "sträcka oss efter och rädda dem som har hamnat vid sidan av, så att inte en enda dyrbar själ går förlorad". Läs fyra berättelser om räddning i "Liknelser om de förlorade och återfunna", sidan 32.