

# Liakhona

A photograph of a woman with a white headscarf and a yellow top, looking down at a baby in a hospital bed. The scene is dimly lit, with a warm, golden light source from the left. The woman's expression is one of quiet contemplation or concern. The baby is lying in a bed, partially visible in the lower left corner.

**Vi følger Jesus  
Kristus, s. 16,  
22, 28**

**Hvorfor vi trenger  
organisert religion, s. 44**

**Hvordan kommer jeg  
over smerten? s. 46**

**La oss spille! ... eller  
ikke? s. 70**



*“Ydmykhet er en fruktbar jord der åndelighet vokser og frembringer frukt i form av inspirasjon til å vite hva vi skal gjøre.”*

Eldste Richard G. Scott i De tolv apostlers quorum, “Slik kan du få åpenbaring og inspirasjon for ditt eget liv”, *Liahona*, mai 2012, 47.



## BUDSKAP

- 4 Budskap fra Det første presidentskap: Råd til den nølende misjonær**  
Av president Dieter F. Uchtdorf
- 8 Besøkende lærerinnens budskap: Omvendt til Herren**

### OMSLAGSSIDEN

Forsiden: Fotografi av en kvinne som hjelper til etter jordskjelvet på Haiti i 2010, av Jeffrey D. Allred og Mike Terry © *Deseret News*. Siste omslagsside: Foto: Howard Collett © IRI. Annen omslagsside: Foto: Royce Bair © Flickr/Getty Images.

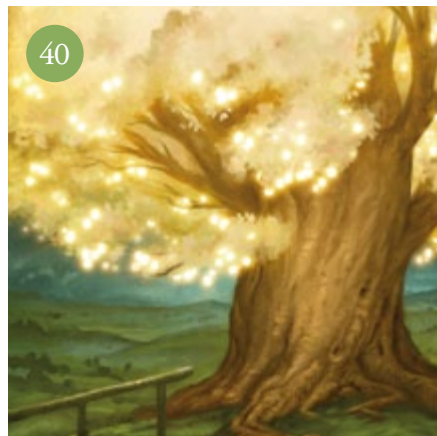


## HOVEDARTIKLER

- 16 Integritet: Grunnlaget for et Kristus-lignende liv**  
Av eldste Tad R. Callister  
*Disse syv prinsippene vil inspirere oss til å gjøre integritet til et grunnleggende karaktertrekk i vårt personlige liv.*
- 22 Disippelskap til alle tider, i alle ting, på alle steder**  
Av Melissa Merrill  
*Seks medlemmer forteller hva de har lært av et "disippeleksperiment".*
- 28 Balanse mellom sannhet og toleranse**  
Av eldste Dallin H. Oaks  
*Vi må forsvare sannheten, selv når vi praktiserer toleranse og respekt for tro og oppfatninger som er forskjellige fra våre egne.*

## AVDELINGER

- 9 Undervise i *Til styrke for ungdom*: Underholdning og media**
- 10 Notater fra oktoberkonferansen**
- 13 Våre hjem, våre familier: Pappas unnskyldning**  
Av David Hixon
- 14 Hva vi tror på: Vi må bli født av vann og ånd**
- 36 Sagt av siste-dagers-hellige**
- 76 Nytt fra Kirken**
- 79 Ideer til familiens hjemmeaften**
- 80 Til vi ses igjen: Minnes Ham på sabbaten**  
Av Michael R. Morris



40

**40 Normer for alle tider**

Av Lori Fuller

*Hva gjør du når du står overfor det som synes å være en gråsoner mellom rett og galt? Disse fem prinsippene fra Mormons bok kan gi deg veiledning.*



*Se om du kan finne liahonaen som er gjemt i dette nummeret. Tips: Se på himmelen.*

50



**44 Vi trenger Kristi Kirke**

Av David A. Edwards

*Noen lurer på hvorfor organisert religion er nødvendig. Her er fem grunner.*

**46 Spørsmål og svar**

*En av mine venner såret meg virkelig. Jeg vet at det forventes at jeg skal tilgi, men hvordan kommer jeg over smerten?*

**48 Til styrke for ungdom: Lys ... kamera ... opptak!**

Av Adrián Ochoa

**50 Avhengig av videospill**

Navn ønskes ikke oppgitt

*Da jeg begynte å hoppe over kirken og skrifstudium slik at jeg kunne spille videospill, innså jeg at jeg trengte å finne balansen igjen.*

**52 Fokuser på verdinormer**

Av eldste Russell M. Nelson

*Å utvikle disse åtte verdinormene vil hjelpe deg å bli det vår himmelske Fader ønsker at du skal bli.*

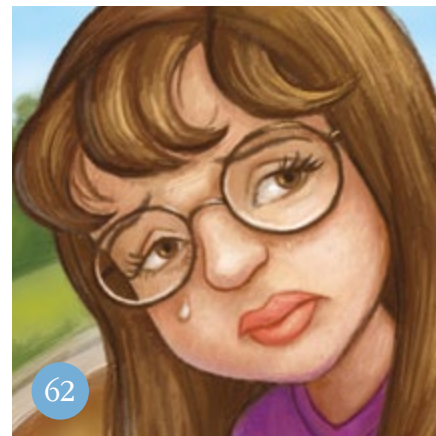
**56 Vår spalte**

**58 Svar på spørsmål om frelsesplanen**

*Korte svar på fire spørsmål dine venner kan ha.*

**60 Hvordan leder jeg et møte?**

*Prøv å følge disse syv forslagene når du leder et møte.*



62

**61 Et spesielt vitne: Hvordan kan Skriftene hjelpe meg?**

Av eldste Richard G. Scott

**62 Det som virkelig betyr noe**

Av Charlotte Wood Wilson

*Når mine skolekamerater gjorde narr av meg, lærte mamma meg at det er bare to meninger som egentlig betyr noe.*

**64 Vår side**

**65 En glimrende idé**

**66 Bring Primær hjem: Jordan ble skapt for vår himmelske Faders barn**

**68 Skjønnhet på alle kanter**

Av Marissa Widdison

*Se kunst og treskurd som president Boyd K. Packer laget som gutt.*

**70 Aldersgrense-regelen**

Av Jennifer Maddy

*Hva vil Ethan gjøre når Chase begynner å spille et spill som ikke holder normen til Ethans familie?*

**72 For små barn**

**81 Portrett av en profet: Brigham Young**

FEBRUAR 2013 ÅRG. 77 NR. 2  
LIAHONA 10782 170

Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Helliges internasjonale tidsskrift

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

**De tolv apostlers quorum:** 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

**Redaktør:** Craig A. Cardon

**Rådgivere:** Shayne M. Bowen, Bradley D. Foster, Christoffel Golden Jr., Anthony D. Perkins

**Administrerende direktør:** David T. Warner

**Director of Family and Member Support:** Vincent A. Vaughn

**Director of Church Magazines:** Allan R. Loyborg

**Økonomiansvarlig:** Garff Cannon

**Redaksjonssjef:** R. Val Johnson

**Assisterende redaksjonssjef:** Ryan Carr, LaRene Porter Gaunt

**Produksjonsassistent:** Melissa Zenteno

**Writing and Editing Team:** Susan Barrett, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Mindy Raye Friedman, Garry H. Garff, Hikari Loftus, Michael R. Morris, Richard M. Romney, Paul VanDenBerghe, Julia Woodbury

**Kunstnerisk ansvarlig:** J. Scott Knudsen

**Bilredaktør:** Tadd R. Peterson

**Design Team:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas Child, Kerry Lynn C. Herrin, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy, Brad Teare

**Koordinator for opphavsrett:** Collette Nebeker Aune

**Produksjonssjef:** Jane Ann Peters

**Produksjonsteam:** Connie Bowthorpe Bridge, Howard G. Brown, Julie Burdett, Bryan W. Gygi, Kathleen Howard, Denise Kirby, Ginny J. Nilson, Ty Pilcher, Gayle Tate Rafferty

**Forhåndstrykking:** Jeff L. Martin

**Trykkerisjef:** Craig K. Sedgwick

**Distribusjonssjef:** Evan Larsen

**Øversettelse:** Statsautorisert translator Petter Svanevik

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

Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring vennligst kontakt kundetservice

Telefon: +46 (0) 8500 655 20

E-post: rcstockholm@ldschurch.org

Internett: store.lds.org

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

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

Liahonas lokalredaksjon:

Redaksjonens adresse:

Ole Podhorny

Vestbrynet 13

1519 MOSS

Tlf.: 69 27 17 04

Nyhetsredaktør: Ole Podhorny

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

© 2013 Intellectual Reserve, Inc. Ettertrykk forbudt.

Trykt i USA.

Tekst og bildemateriale i *Liahona* kan kopieres til leilighetsvis, ikke-kommersielt bruk i kirken eller i hjemmet. Bildemateriale kan ikke kopieres hvis det er påført anmerkning om at kopiering ikke er tillatt. Spørsmål om opphavsrett rettes til Intellectual Property Office, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post: [cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org).

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

February 2013 Vol. 77 No. 2. LIAHONA (USPS 311) Norwegian (ISSN 1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (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 på Internett Liahona.lds.org



## FOR VOKSNE

Hva vi tror på (side 14) forklarer grunnleggende læresetninger med et enkelt språk. Mange andre enkle forklaringer på ulike læresetninger og prinsipper finnes på Internett på [lds.org/topics](http://lds.org/topics).

## FOR UNGDOM

På side 48 forklarer Adrián Ochoa, annenrådgiver i Unge menns generalpresidentskap, hvorfor det er viktig å velge med omhu hvilke medier vi ser på og lytter til. Du kan lære mer om normer for media og underholdning i *Til styrke for ungdom* på [youth.lds.org](http://youth.lds.org).

På side 52 kommenterer eldste Russell M. Nelson i De tolv apostlers quorum alle åtte Unge kvinners verdinormer. Unge kvinner kan lære mer om disse verdinormene og arbeide med Personlig fremgang på Internett på [PersonalProgress.lds.org](http://PersonalProgress.lds.org).

## PÅ DITT SPRÅK

*Liahona* og annet av Kirkens materiale er tilgjengelig på mange språk på [languages.lds.org](http://languages.lds.org).

## EMNER I DETTE NUMMERET

*Tallene viser til første side av artikkelen.*

**Aktivisering, 8**  
**Bekreftelse, 14**  
**Besøkende lærerinner, 8**  
**Disippelens vei, 22**  
**Dåp, 14**  
**Egenverd, 52, 60**  
**Eksempel, 4, 28, 36, 38, 39**  
**Familie, 13**  
**Fellesskap, 8**  
**Forhold til andre trossamfunn, 28, 38**  
**Generalkonferanse, 10**  
**Holde på konvertitter, 8**

**Integritet, 16, 52**  
**Jesus Kristus, 22**  
**Kristendommen, 38, 44**  
**Lydighet, 40**  
**Matvarelager, 37**  
**Medier, 9, 13, 48, 50, 70**  
**Misjonærarbeid, 4**  
**Møter, 60**  
**Normer, 9, 13, 28, 39, 40, 48, 70**  
**Pakter, 14**  
**Respekt, 28**  
**Sabbat, 80**  
**Sannhet, 28**

**Selvhjelpenhet, 37**  
**Seminar, 56**  
**Skapelsen, 66, 68, 72**  
**Skriftstudium, 22, 56, 61**  
**Språk, 56**  
**Tilgivelse, 46**  
**Tjeneste, 22**  
**Toleranse, 28**  
**Undervisning, 9**  
**Vennskap, 57**  
**Verdinormer, 52**  
**Young, Brigham, 81**  
**Ærlighet, 36**



Av president  
Dieter F. Uchtdorf

Annenrådgiver i  
Det første presidentskap

# RÅD TIL DEN nølende misjonær

Jesu Kristi disipler har alltid vært forpliktet til å bringe hans evangelium ut til verden (se Markus 16:15-16). Likevel er det noen ganger vanskelig for oss å åpne munnen og snakke med menneskene rundt oss om vår tro. Mens noen medlemmer av Kirken har et naturtalent for å snakke med andre om religion, er andre litt nølende eller kan føle seg litt keitete, flau eller til og med redde for å gjøre det.

Derfor vil jeg foreslå fire ting som alle kan gjøre for å følge Frelserens befaling om å forkynne evangeliet “for enhver skapning” (L&P 58:64).

## Vær et lys

Et av mine favorittordtak som ofte tilskrives Frans av Assisi, lyder: “Forkynn evangeliet til enhver tid, bruk om nødvendig ord.”<sup>1</sup> Underforstått i dette ordtaket ligger forståelsen av at de mest kraftfulle prekener ofte er uuttalte.

Når vi har integritet og lever i samsvar med våre normer, legger folk merke til det. Når vi utstråler glede og lykke, legger de enda mer merke til det.

Alle ønsker å være lykkelige. Når vi medlemmer av Kirken utstråler evangeliets lys, kan folk se vår lykke og føle at Guds kjærlighet fyller oss og flyter over i vårt liv. De ønsker å vite hvorfor. De ønsker å forstå vår hemmelighet.

Dette får dem til å stille spørsmål som “Hvorfor er du så glad?” eller “Hvorfor har du alltid en slik positiv

innstilling?” Svarene på disse spørsmålene leder selvfølgelig fullkomment inn på en samtale om Jesu Kristi gjengitte evangelium.

## Ha en avslappet tone

Å bringe temaet religion på banen – spesielt overfor våre venner og kjære – kan virke skremmende og utfordrende. Det behøver det ikke være. Å nevne åndelige opplevelser eller snakke om aktiviteter eller begivenheter i Kirken i en uformell samtale kan være lett og behagelig hvis vi investerer litt mot og sunn fornuft.

Min hustru Harriet er et flott eksempel på dette. Da vi bodde i Tyskland, fant hun alltid en måte å bringe kirke-relaterte emner inn i sine samtaler med venner og bekjente. For eksempel, når noen spurte om helgen hennes, pleide hun å si: “På søndag hadde vi en gripende opplevelse i vår menighet! En 16 år gammel ung mann holdt en vakker tale foran 200 mennesker i menigheten om å leve et rent liv.” Eller: “Jeg fikk høre om en 90 år gammel kvinne som strikket mer enn 500 tepper og ga dem til vår kirkes humanitærprogram, som vil sende dem til mennesker i nød over hele verden.”

Som oftest ønsket folk som hørte dette, å få vite mer. De stilte spørsmål. Og det førte til muligheter til å snakke om evangeliet på en naturlig, trygg, ikke påtrengende måte.



## UNDERVIS FRA DETTE BUDSKAPET

**E**n effektiv måte å undervise på er å “oppfordre dem du underviser, til å sette seg ... mål som kan hjelpe dem å etterleve det prinsippet du har snakket om” (*Undervisning, intet større kall* [1999], 160). Overvei å be dem du underviser, med bønnens hjelp å sette seg som mål å dele evangeliet med en eller flere personer denne måneden. Foreldre kan drøfte hvordan yngre barn kan hjelpe til. Du kan også hjelpe familiemedlemmene å tenke ut eller rollespille måter de kan komme inn på evangeliet i en vanlig samtale, og tenke på kommende aktiviteter i Kirken som de kan invitere en venn til.

Nå som vi har Internett og sosiale medier, er det lettere å snakke om disse tingene på en avslappet måte enn noen gang før. Det vi trenger er rett og slett mot til å gjøre det.

### Vær full av nåde

Dessverre er det så lett å være ubehagelig. Det skjer altfor ofte at vi argumenterer, fornædler og fordømmer. Når vi blir sinte, uhøflige eller sårende mot andre, er det siste de ønsker å lære mer om oss. Det er umulig å vite hvor mange mennesker som enten har forlatt kirken eller aldri blitt medlem fordi noen sa noe som såret eller fornærmet dem.

Det er så mye uhøflighet i verden i dag. På grunn av anonymiteten som Internett gir, er det enklere enn noensinne å si spydige eller skurrende ting på nettet. Burde ikke vi, de håpefulle disipler av den milde Kristus, ha en høyere, mer nestekjærlig norm? Skriftene lærer oss: “La deres tale alltid være vennlig, men krydret med salt, så dere vet hvordan dere skal svare enhver” (Kolosserne 4:6).

Jeg liker tanken på at våre ord kan være klare som en solrik himmel og fulle av nåde. Kan du forestille deg hva våre familier, menigheter, nasjoner og til og med vår verden ville være dersom vi kunne ta i bruk dette enkle prinsippet?

### Vær full av tro

Noen ganger kan vi påta oss for mye ære eller for mye skyld med hensyn til om andre tar imot evangeliet eller ikke. Det er viktig å huske at Herren ikke forventer at vi skal omvende andre.

Omvendelse til evangeliet kommer ikke ved våre ord, men ved Den hellige ånds himmelske betjening. Noen ganger er alt som

trenge en enkel setning av vårt vitnesbyrd eller om en opplevelse for å sette i gang den oppmykning av et hjerte eller åpning av en dør som kan lede andre til å oppleve opphøyde sannheter gjennom Åndens tilskyndelser.

President Brigham Young (1801-77) sa han visste at evangeliet var sant da han “så en mann uten veltalenhet eller talent for å tale offentlig, som bare kunne si: ‘Jeg vet ved Den hellige ånds kraft at Mormons bok er sann, at Joseph Smith er en Herrens profet’”. President Young sa da han hørte dette ydmyke vitnesbyrdet: “Den hellige ånd som hvilte på denne personen, opplyste min forståelse, og lys, herlighet og udødelighet [var] foran meg.”<sup>2</sup>

Brødre og søstre, ha tro. Herren kan foredle ordene dere uttaler og gjøre dem mektige. Gud ber dere ikke om å omvende, men om å åpne munnen. Oppgaven med å omvende er ikke deres – den tilhører vedkommende som lytter og Den hellige ånd.

### Ethvert medlem en misjonær

Mine kjære venner, i dag er det flere måter enn noen gang for oss å åpne vår munn på og dele med andre den gledelige nyheten om Jesu Kristi evangelium. Det finnes en måte for alle – selv den nølende misjonær – å delta i dette store arbeidet. Vi kan alle finne en måte å bruke våre egne spesielle talenter og interesser til støtte for det store arbeidet med å fylle verden med lys og sannhet. Når vi gjør det, vil vi finne den glede som kommer til dem som er trofaste og modige nok til “å stå som Guds vitner til alle tider” (Mosiah 18:9). ■

#### NOTER

1. Frans av Assisi, i William Fay og Linda Evans Shepherd, *Share Jesus without Fear* (1999), 22.
2. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Brigham Young* (1997), 67.



## Dele med en venn

Av Adriana Vásquez, Columbia

**E**n dag mens jeg leste til min Seminar-klasse, fikk jeg en vakker og tydelig tilskyndelse. Mens jeg leste gjennom leksjonen til neste dag, så jeg for meg ansiktet til en venn fra skolen og fikk en sterk følelse av at jeg skulle bære mitt vitnesbyrd for henne.

Til tross for tydeligheten i denne tilskyndelsen, var jeg redd. Jeg var bekymret for at min venn ville avvise meg, spesielt fordi hun ikke syntes å være den type jente som ville være interessert i å bli medlem av Kirken.

Jeg tenkte tilbake på en tale av søster Mary N. Cook i Unge kvinners generalpresidentskap, der hun utfordret oss til å jobbe hardt og være tapre.<sup>1</sup> Jeg ønsket å være slik, så jeg skrev et brev til denne unge kvinnen og vitnet om Kirkens sannhet og min kjærlighet til Mormons bok. Dagen etter puttet jeg et



eksemplar av Mormons bok, sammen med brevet mitt, i vesken hennes.

Til min overraskelse, var min venn svært mottakelig for evangeliet. Fra og med den dagen fortalte hun meg om hva hun hadde lært i sitt studium av Mormons bok. Noen uker senere presenterte jeg henne for misjonærene. Nesten umiddelbart fikk hun en bekreftelse fra Den hellige ånd om at det hun lærte var sant. Misjonærene og jeg gråt da hun fortalte oss om sine følelser. Min venn ble snart døpt, og hennes foreldre ble overrasket over å se hvor forandret hun var.

Jeg er så glad for at jeg klarte å overvinne min frykt og bidra til å bringe evangeliet inn i hennes liv.

**NOTE**

1. Se Mary N. Cook, "Gi aldri, aldri, aldri opp!" *Liahona*, mai 2010, 117-19.

## BARN

### Jeg kan være et lys for andre

**P**resident Uchtdorf sier at for å være et lys for andre, skulle våre ord være "klare som en solrik himmel og fulle av nåde". Våre ord bør være muntre, ærlige og vennlige. Hva kan du gjøre eller si for å være et lys for andre? For å finne en skjult melding i boksene nedenfor, fargelegger du boksene som sier eller gjør ting som er slemme eller sårende svart.

Du kan skrive i din dagbok fem hyggelige ting du har tenkt å si til familiemedlemmer eller venner.

"Takk"	Vær lykkelig	Vær en fredsstifter	"Jeg skal dele med deg"	Vær høflig
"Unnskyld"	Krangle	"Det er godt å se deg"	Slåss	"Jeg vil gjerne hjelpe"
"Vær så snill"	Vær snill	"Unna vei"	"Jeg er glad i deg"	"Bare hyggelig"
Bli sint	"Godt gjort"	Gi en kompliment	"La oss være venner"	Ignorere
Hjelpe noen	Fornærme	Sladre	Tyrannisere	Være mild

Studér dette lesestoffet ydmykt, og drøft det med søstrene du besøker, slik det er aktuelt. Bruk spørsmålene som hjelp til å styrke søstrene og til å gjøre Hjelpeforeningen til en aktiv del av ditt eget liv. Du finner mer informasjon på [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org).

## Omvendt til Herren

Nye søstre i Kirken – inkludert Unge kvinner som kommer inn i Hjelpeforeningen, søstre som vender tilbake til aktivitet og nye konvertitter – trenger støtte og vennskap fra besøkende lærerinner. “Medlemmenes engasjement er avgjørende for å holde på nye medlemmer og bringe mindre aktive medlemmer tilbake til full aktivitet,” sa eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum. “Vær klar over at Hjelpeforeningen ... kan bli [en av] de mektigste vennskapsfremmende ressurser vi har i Kirken. Strekk dere tidlig ut til dem som blir undervist og reaktivert, og elsk dem inn i Kirken gjennom deres organisasjon.”<sup>1</sup>

Som medlemmer av Hjelpeforeningen kan vi hjelpe nye medlemmer å lære grunnleggende praksis i kirken, som for eksempel å:

- Holde tale.
- Bære vitnesbyrd.
- Etterleve fasteloven.
- Betale tiende og andre offergaver.
- Delta i slektshistorisk arbeid.
- Utføre dåp og bekreftelse for sine avdøde forfedre.

“Det trengs oppmerksomme venner for at nye medlemmer skal føle seg komfortable og velkommen i kirken,” sier eldste Ballard.<sup>2</sup> Alle, men spesielt



besøkende lærerinner, har et viktig ansvar for å utvikle vennskap med nye medlemmer som en måte å hjelpe dem til å bli trygt “omvendt til Herren” på (Alma 23:6).

### Fra Skriftene

2 Nephi 31:19-20; Moroni 6:4

#### NOTER

1. M. Russell Ballard, “Medlemmer er nøkkel”, *Liahona*, sep. 2000, 18.
2. M. Russell Ballard, *Liahona*, sep. 2000, 17.
3. Gordon B. Hinckley, “Enhver konvertitt er dyrebar”, *Liahona*, feb. 1999, 9.
4. Joseph Fielding Smith, i *Døtre i mitt rike: Hjelpeforeningens historie og arbeid* (2011), 97.



## Tro, familie, hjelp

### Fra vår historie

“Med det økende antallet konvertitter,” sa president Gordon B. Hinckley (1910-2008), “må vi gjøre en stadig kraftigere innsats for å hjelpe dem å finne seg til rette. Hver enkelt av dem trenger tre ting: en venn, en ansvarsoppgave og næring i form av ‘Guds gode ord’ (Moroni 6:4).”<sup>3</sup>

Besøkende lærerinner er i posisjon til å hjelpe dem de våker over. Vennskap kommer ofte først, slik det gjorde for en ung søster i Hjelpeforeningen som var besøkende lærerinne for en eldre søster. De hadde vært trege til å utvikle et vennskap, helt til de jobbet side om side under et rengjøringsprosjekt. De ble venner, og mens de snakket om Besøkende lærerinnens budskap, fikk de begge næring av “Guds gode ord”.

President Joseph Fielding Smith (1876-1972) sa at Hjelpeforeningen “er av avgjørende betydning for Guds rike på jorden og ... hjelper sine trofaste medlemmer å oppnå evig liv i vår Faders rike”.<sup>4</sup>

### Hva kan jeg gjøre?

1. Ber jeg for min ledsager og om at Ånden vil lede oss når vi tjener våre søstre?

2. På hvilke måter tjener vi hver søster vi våker over, slik at hun vet at vi virkelig bryr oss om henne?

## UNDERHOLDNING OG MEDIA

Samfunnet er fullt av medievalg. Vi må være forsiktige med hvilke bilder og tanker vi slipper inn i vårt sinn fordi “alt [vi] leser, lytter til eller ser på påvirker [oss]” (*Til styrke for ungdom* [hefte, 2011], 11). Adrián Ochoa, annenrådgiver i Unge menns generalpresidentskap, skriver om underholdning og medier på side 48 i dette nummeret.

“Husk at i virkeligheten er du her i dette livet for å utvikle din tro, for å bli prøvet og for å lære og være lykkelig,” skriver han. “Som medlem av Kristi sanne kirke, har du store ressurser bak deg. Du har Den hellige ånds kraft til å advare deg når noe foran deg ikke er riktig. Du har også handlefrihet, slik at du kan velge hva du vil og ikke vil gjøre.”

### Forslag til hvordan man underviser ungdom

- Snakk med dine tenåringer om filmene dere ser som familie. Lytt til musikken de har. Reflekter sammen over hvordan disse mediene måler seg mot normene i *Til styrke for ungdom*.
- Gå til [youth.lds.org](http://youth.lds.org) og klikk så “For the Strength of Youth” under Youth Menu. Der vil du

finne videoer, skriftstedshenvisninger, Mormon Channel-radioprogrammer, spørsmål og svar og artikler (se for eksempel “Getting Real”), inkludert taler av generalautoriteter.

- Vurder å holde en familiens hjemmeaften om viktigheten av å velge gode medier (en god ressurs er David A. Bednar, “Tingene som de virkelig er”, *Liahona*, juni 2010, 22-31.

### Forslag til hvordan man underviser barn

I artikkelen “Aldersgrense-regelen” på side 70, visste Ethan hvilke medier som var trygge for ham å bruke fordi hans familie hadde snakket om det. Du kan lese denne artikkelen sammen med dine barn og starte en samtale ved hjelp av disse spørsmålene:

- *Hvem* kan hjelpe oss å ta gode beslutninger om media og underholdning?
- *Hvilke* medier er bra for oss å se, lese eller lytte til?
- *Når* er det i orden å bruke medier?
- *Hvor* skulle vi bruke medier?
- *Hvorfor* er det viktig å være nøye med underholdning?



*“Vi trakter etter alt som er dydig, skjønt, prisverdig og godt” (13. trosartikkel).*

Vurder å lage en familiens media-guide ved å brette blanke ark i to og stifte dem sammen i folden for å lage et hefte. På hver side kan du skrive en medietype som brukes hjemme hos dere, sammen med familiens normer og profetiske råd som gjelder for dette mediet.

Du kan også lese “Slå av og fortell” av Danielle Kennington (*Liahona*, juni 2011, 64) for å hjelpe dere i gang med en samtale om passende mediebruk. ■

# NOTATER FRA OKTOBERKONFERANSEN

*“Det jeg, Herren, har talt, har jeg talt, ... enten ved min egen røst eller ved mine tjeneres røst, det være det samme” (1&P 1:38).*

*Når du repeterer generalkonferansen som fant sted i oktober 2012, kan du bruke disse sidene (og konferansenotater i fremtidige numre) som hjelpemiddel til å studere og anvende de nyeste læresetningene fra de levende profeter og apostler og andre ledere i Kirken.*

## HISTORIER FRA KONFERANSEN

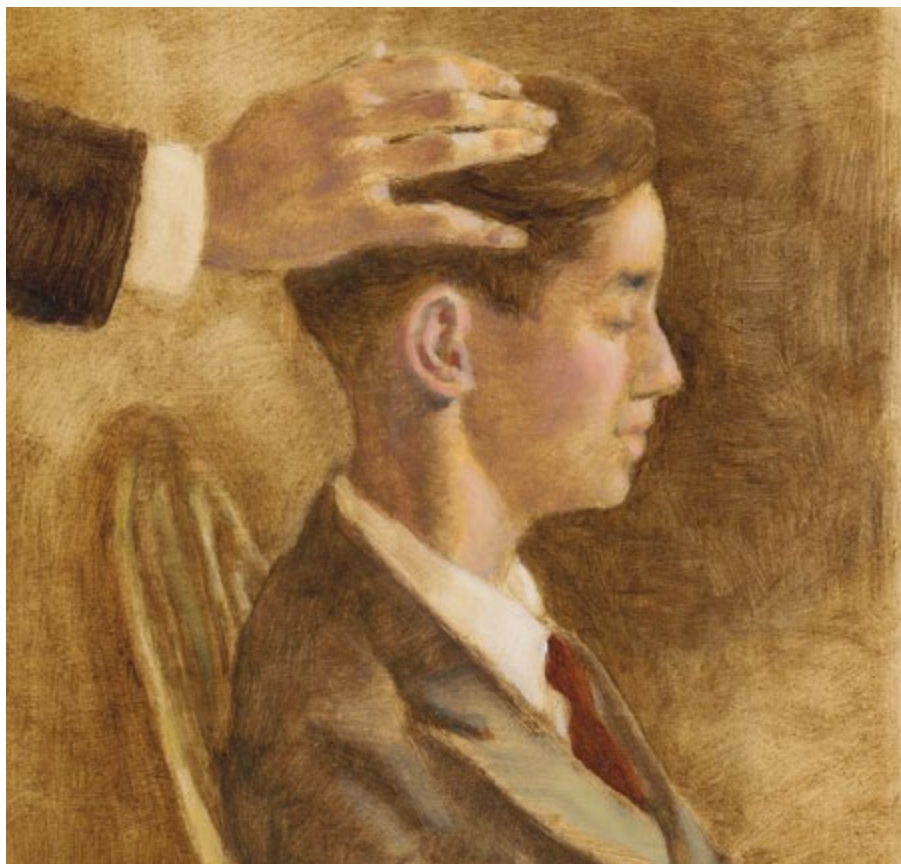
### Gud kjenner våre gaver

**D**a jeg ble diakon i en alder av 12, bodde jeg i New Jersey, 8 mil fra New York City. Jeg drømte om å bli en stor baseball-spiller. Min far gikk med på å ta meg med til en

kamp som ble spilt i den gamle og sagnomsuste Yankee Stadium i Bronx. Jeg kan fortsatt se for meg slaget da Joe DiMaggio slo en “home run” opp på tribunen mens far satt ved siden

av meg, den eneste gangen vi noen sinne gikk på en Major League-kamp sammen.

Men en annen dag sammen med min far formet livet mitt for alltid. Han tok meg med fra New Jersey til hjemmet til en ordinert patriark i Salt Lake City. Jeg hadde aldri sett mannen før. Min far forlot meg på dørstokken. Patriarken ledet meg til en stol, la sine hender på hodet mitt og uttalte en velsignelse som en gave fra Gud



### Et profetisk løfte

“Jeg kan love dere at dere vil velsigne [andre] med å hjelpe dem å gjenkjenne de åndelige gaver de ble født med. Enhver er forskjellig og har et eget bidrag å gjøre. Ingen er dømt til å mislykkes.”

President Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det første presidentskap, “Hjelp dem å sikte høyt,” *Liahona*, nov. 2012, 60.

som innbefattet en erklæring om mitt hjertes store ønske.

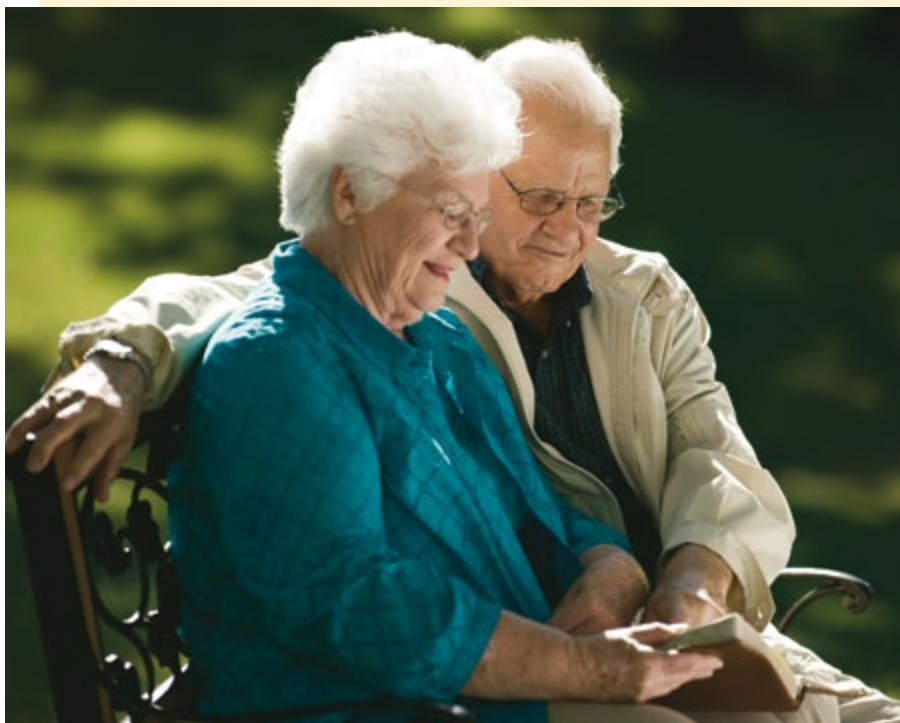
Han sa at jeg var en av dem som det hadde blitt sagt om: "Salige er de som stifter fred." [Matteus 5:9.] Jeg ble så overrasket over at en vilt fremmed kunne kjenne mitt hjerte at jeg åpnet øynene for å se rommet hvor et slikt mirakel fant sted. Denne velsignelsen om mine muligheter har formet mitt liv, mitt ekteskap og min prestedømstjeneste.

Av den erfaringen og det som har fulgt den, kan jeg bekrefte: "For alle har ikke fått enhver gave, for det finnes mange gaver, og enhver er gitt en gave ved Guds Ånd" (L&p 46:11).

Ved at Herren har åpenbart en gave til meg, har jeg vært i stand til å gjenkjenne og forberede muligheter til å utøve den til velsignelse for dem jeg elsker og tjener.

Gud kjenner våre gaver. Min utfordring til dere og meg er å be for å få vite hvilke gaver vi har fått, å vite hvordan vi kan utvikle dem og å se de muligheter til å tjene andre som Gud gir oss. Mest av alt ber jeg imidlertid om at dere vil bli inspirert til å hjelpe andre å finne sine spesielle gaver fra Gud til å tjene.

*President Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det første presidentskap, "Hjelp dem å sikte høyt," Liahona, nov. 2012, 67.*



### Anvend dette budskapet

- Når du leser og grunner på Lære og pakter 46:11-26, skulle du be for å få vite hvilke åndelige gaver du kan ha.
- Hvordan kan tjeneste for andre hjelpe deg å utvikle dine åndelige gaver?
- Hvis du ennå ikke har mottatt din patriarkalske velsignelse, skulle du overveie å motta den.

Vurder å skrive dine tanker i dagboken din eller snakke med andre om dem.

Ytterligere ressurser om dette emnet: *Tro mot pakten* (2004), "Åndelige gaver," 176-77; "Spiritual Gifts" i Gospel Topics på LDS.org.

## FINN STYRKE UNDER PRØVELSER

"Hvordan forblir du 'standhaftig og urokkelig' [Alma 1:25] under en prøve på tro? Du fordyper deg i de tingene som bidro til å bygge kjernen i troen:

- Du utøver tro på Kristus,
- du ber,
- du grunner på Skriftene,
- du omvender deg,
- du holder budene
- og du tjener andre."

Eldste Neil L. Andersen i De tolv apostlers quorum, "Deres prøvede tro," *Liahona*, nov. 2012, 40; punktmerker tilføyd.

## SETT INN DET SOM MANGLER

1. "Beslutningen om å reise på misjon vil forme \_\_\_\_\_ for misjonæren, hans eller hennes ektefelle og deres etterkommere i kommende generasjoner" (Russell M. Nelson, "Spør misjonærene! De kan hjelpe deg!" *Liahona*, nov. 2012, 18).
2. "For å hjelpe oss å bli bedre \_\_\_\_\_, vil jeg gjerne foreslå fire ord å huske: 'først iaktta, så tjene'" (Linda K. Burton, "Først iaktta, så tjene," *Liahona*, nov. 2012, 78).
3. "Tempel og \_\_\_\_\_ arbeid er ett arbeid delt i to deler" (Richard G. Scott, "Gleden ved å forløse de døde," *Liahona*, nov. 2012, 93).
4. "Det fremste kjennetegn på kjærlighet [er] alltid \_\_\_\_\_" (Jeffrey R. Holland, "Det første og største bud," *Liahona*, nov. 2012, 84).

Svar: 1. den åndelige fremtid; 2. til å elske hverandre; 3. slektshistorie; 4. lojalitet



FOTOILLUSTRASJON: CODY BELL © IRI

## SKAP FAMILIEKULTURER

Eldste L. Tom Perry i De tolv apostlers quorum lærte oss fem ting foreldre kan gjøre for å skape sterkere familiekulturer. Han sa: "Disse forslagene for å skape sterkere *familiekulturer* fungerer i tospann med Kirkens kultur. Våre styrkede familiekulturer vil være en beskyttelse for våre barn."

1. "Foreldre kan be oppriktig til vår evige Fader om hjelp."
2. "De kan ha familiebønn, skriftstudium og familiens hjemmefest og spise sammen så ofte som mulig."
3. "Foreldre kan fullt ut benytte seg av Kirkens støttenettverk."
4. "Foreldre kan bære sitt vitnesbyrd ofte for sine barn."
5. "Vi kan organisere våre familier basert på klare, enkle familieregler og forventninger, sunne familieaktiviteter tradisjoner og ritualer, samt 'familieøkonomi'."

Fra "Bli gode foreldre," *Liahona*, nov. 2012, 28.

For å lese, se på eller lytte til taler fra generalkonferansen, kan du gå inn på [conference.lds.org](http://conference.lds.org).

# PAPPAS UNNSKYLDNING

*Det var sterkere enn  
tusen prekener.*

Av David Hixon

Jeg var 16 og spilte mitt nye rock-and-roll-album for første gang. Dessverre ble jeg skuffet over å høre et vulgært ord i den siste sangen. Jeg ble flau. Jeg visste at mor og far ikke ville like det – platen oppfylte ikke familiens normer. Men jeg likte resten av sangene, så når jeg spilte platen, skrudde jeg ned volumet rett før det støtende ordet ble sunget.

Min velmenende søster fortalte min far om albumet mitt. Senere, da han og jeg satt i spisestuen, uttrykte han sin bekymring for upassende ord. Selv om hans kommentar ble uttalt på en vennlig måte, satte jeg meg på bakbena og forsvarte hardnakket mitt standpunkt.

Jeg brukte ethvert argument jeg kunne komme på for å overbevise min far om at jeg burde få beholde platen. “Jeg visste ikke at det ordet var på albumet da jeg kjøpte det,” sa jeg, “og når den sangen spilles, skrur jeg ned.”

Da han sa at jeg likevel burde kvitte meg med platen, sa jeg: “Hvis du syns det, så burde jeg slutte å gå på skolen også! Jeg hører det ordet – og *verre* enn det – hver dag på skolen!”



Jeg begynte å bli frustrert. Han understreket igjen at vi ikke skulle ha vulgær musikk i vårt hjem. Krangelen eskalerte da jeg sa at det var verre synder jeg kunne begå, og at jeg aldri brukte det ordet.

Jeg prøvde å snu opp-ned på tingene: “Jeg prøver så hardt å være god, og så fokuserer du på denne ene lille tingen og syns jeg er en ond synder!”

Likevel ville ikke far gi etter. Ikke jeg heller. Jeg marsjerte opp på rommet mitt, smalt igjen døren og la meg på sengen, sydende. Jeg øvde på argumentene mine om og om igjen i tankene, og gravde meg enda dypere ned i min feilaktige logikk og overbeviste meg selv om at jeg hadde rett.

Ti minutter senere banket det forsiktig på døren. Det var pappa. Ansiktsuttrykket hans hadde forandret seg. Han var ikke der for å krangle. “Jeg beklager at jeg ble sint,” sa han. “Vil du tilgi meg?” Han sa hvor høyt han elsket meg og at han hadde høye tanker om meg. Han preket ikke. Han

ga meg ikke råd. Så snudde han seg og gikk rolig ut av rommet.

Tusen prekener om ydmykhet kunne aldri ha gjort større inntrykk på meg. Jeg var ikke lenger sint på ham, bare på meg selv for å ha vært så sta og vanskelig. Jeg hentet platen, knakk den i to og kastet den. Jeg vet ikke om jeg noen gang fortalte pappa hva jeg gjorde, men det spilte ingen rolle. Det som betydde noe, var at jeg hadde lært at min far verdsatte forholdet vårt mer enn sin egen stolthet, selv om han hadde hatt rett. ■

*David Hixon, Texas, USA.*

## ET MILDT SVAR

“Mildt svar demper harme, men et sårende ord vekker vrede.”

Ordspråkene 15:1

## VI MÅ BLI FØDT AV VANN OG ÅND

Vi tror vi må bli døpt og motta Den hellige ånds gave (gjennom ordinansen bekreftelse) for å bli frelst i himmelens rike. Frelseren sa: “Uten at en blir født av vann og Ånd, kan han ikke komme inn i Guds rike” (Johannes 3:5).

Herren sa også at dåpens ordinans – i likhet med alle andre ordinanser – må utføres av en verdig prestedømsbærer: “Den person som er kalt av Gud og har myndighet fra Jesus Kristus til å døpe, skal gå ned i vannet med den person som har fremstilt seg til dåp... Så skal han senke ham eller henne helt ned i vannet og løfte vedkommende opp av vannet” (L&P 20:73-74).

Dåp ved nedsenkning er et symbol på synderens død og begravelse og

vedkommendes åndelige gjenfødelse for å “vandre i et nytt liv” (Romerne 6:4). Ved dåpen legger vi bak oss vårt gamle liv og starter et nytt liv som Jesu Kristi disipler. Når vi blir bekreftet, blir vi medlem av hans kirke.

Dåpen omfatter også en hellig pakt, et løfte, mellom vår himmelske Fader og den som blir døpt. Vi inngår en pakt om å holde hans bud, tjene ham og hans barn og påta oss Jesu Kristi navn. Han lover å tilgi våre synder, “utøse sin Ånd over [oss] i enda rikere grad” (Mosiah 18:10) og tilby oss evig liv.

Frelseren selv holdt budet om å bli døpt, selv om han var syndfri (se Matteus 3:13-17). Han ble døpt for å være lydig og sette et eksempel for oss,

og for å “fullbyrde all rettferdighet” (se 2 Nephi 31:5-9). Dermed følger de som velger å bli døpt, Frelserens eksempel. ■

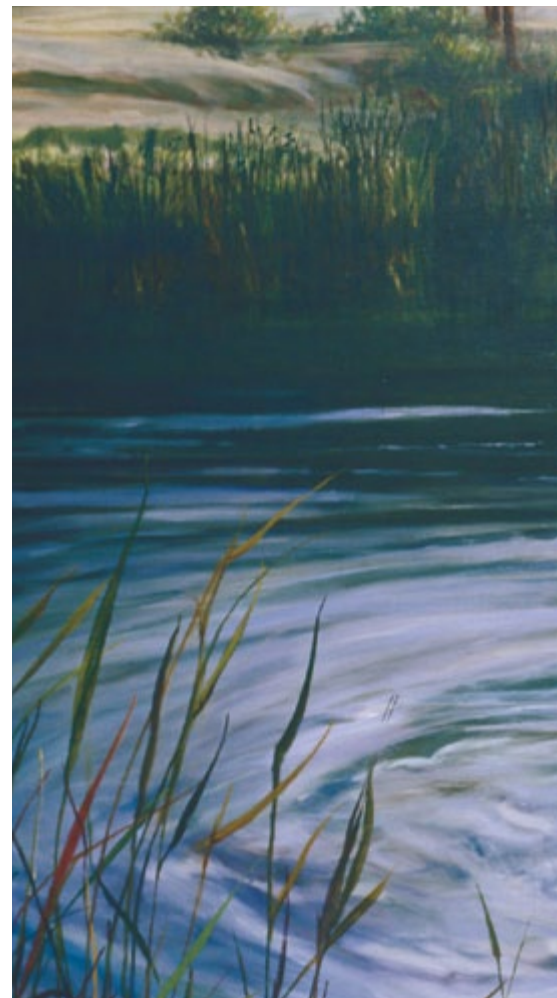
---

Du finner mer informasjon i kapittel 2 i *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Lorenzo Snow* (2012).

### EN HELLIG PAKT

“Dåp ... er en ordinans som betyr at man inngår en hellig og bindende pakt mellom Gud og menneske. Menneskene lover å gi avkall på verden, å elske og tjene sine medmennesker, besøke de farløse og enkene i deres lidelser, forkynde fred, forkynde evangeliet, tjene Herren og holde hans bud. Herren lover å ‘utøse sin Ånd over [oss] i enda rikere grad’ (Mosiah 18:10), forløse sine hellige både timelig og åndelig, la dem komme frem i den første oppstandelse og tilby evig liv.”

Eldste L. Tom Perry i De tolv apostlers quorum, “Jesu Kristi evangelium”, *Liahona*, mai 2008, 46.

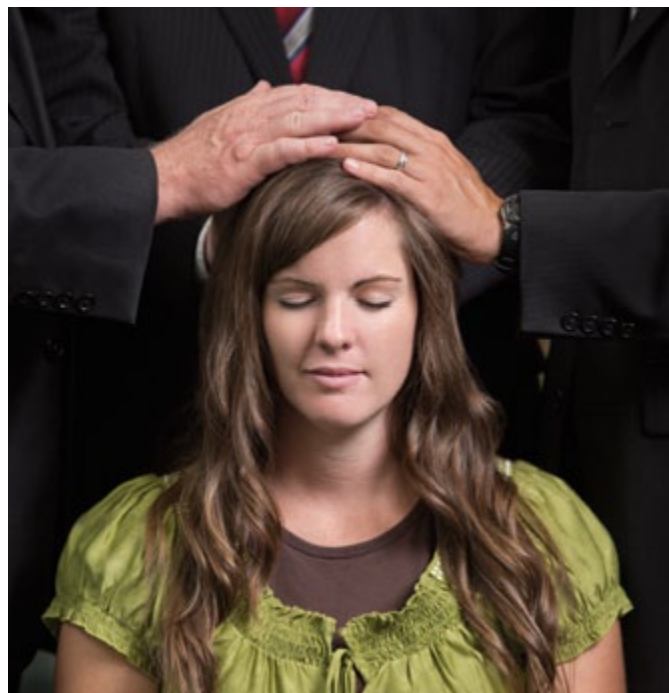




Etter dåpen blir vi bekreftet som medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige og mottar Den hellige ånds gave. Dåp og bekreftelse lar Jesu Kristi forsoning tilveiebringe en åndelig rensing i vårt liv, inkludert "en forlatelse for ... synder" (L&p 33:11).

De som ønsker å bli døpt, må "[ydmyke] seg for Gud, ... [og vitne] for kirken at de i sannhet har omvendt seg fra alle sine synder og er villige til å påta seg Jesu Kristi navn" (L&p 20:37).

"Vi tror [på] ... dåp ved nedsenkning" (4. trosartikkel).



Ved dåp og bekreftelse blir vi "de helliges medborgere" og "Guds husfolk" (Efeserne 2:19).



Av eldste  
**Tad R. Callister**

i De syttis presidentskap

**R**obert Bolts klassiske skuespill *A Man for All Seasons* er historien om Sir Thomas More. Han hadde markert seg som vitenskapsmann, advokat, ambassadør og til slutt som lordkansler av England. Han hadde absolutt integritet. Stykket åpner med disse ordene fra Sir Richard Rich: "Alle har sin pris! ... I penger også... Eller glede. Titler, kvinner, murstein og mørtel, det er alltid noe."<sup>1</sup>

Dette er skuespillets tema. Det er også livets tema. Finnes det en mann eller kvinne i denne verden som ikke kan kjøpes, hvis integritet står over enhver pris?

# Integritet

*Integritet er mot  
til å gjøre det rette  
uavhengig av  
konsekvensene og  
besværet.*

Etter hvert som stykket utspiller seg, ønsker kong Henry VIII å skille seg fra dronning Catherine og gifte seg med Anne Boleyn. Men det er en hake: skilsmisse er forbudt av den katolske kirke. Av sine undersåtter forlanger da kong Henry VIII, som ikke går med på å få sine ønsker forpurret, at de inngår en ed som vil støtte ham i skilsmissen. Men det er enda et problem.

Sir Thomas More, som er elsket og beundret av vanlige folk, står i veien – hans samvittighet vil ikke la ham undertegne eden. Han nekter å underkaste seg, selv etter kongens personlige forespørsel. Så kommer prøvene. Hans venner anvender sin personlige sjarm og press, men han vil ikke gi etter. Han blir fratatt sin rikdom,



GRUNNLAGET  
FOR ET KRISTUS-  
LIGNENDE LIV

sin stilling og sin familie, men han vil ikke undertegne. Til slutt risikerer han dødsdom i en falsk rettergang, men han vil ikke gi etter.

De har tatt fra ham pengene, hans politiske makt, hans venner og hans familie – og kan ta livet av ham – men de kan ikke ta fra ham hans integritet. Den er ikke til salgs for noen pris.

Ved skuespillets høydepunkt blir Sir Thomas More feilaktig stilt for retten for forræderi. Sir Richard Rich begår den mened som er nødvendig for å få ham dømt. Idet Sir Richard forlater rettssalen, spør Sir Thomas More ham: “Det er et embedskjede du har på deg... Hva [er det]?”

Aktor Thomas Cromwell svarer: “Sir Richard er utnevnt til kronjurist for Wales.”

More ser deretter Rich i øynene med stor forakt og svarer skarpt: “For Wales? Richard, det gavner ikke en mann noe å gi sin sjel for hele verden... Men for Wales!”<sup>2</sup>

I livet som kommer, vil utvilsomt mange se seg tilbake mellom ukontrollerbare hulk og gjenta igjen og igjen: “Hvorfor byttet jeg min sjel i Wales eller midlertidig fysisk nytelse eller berømmelse eller en karakter eller mine venners anerkjennelse? Hvorfor solgte jeg min integritet for en pris?”

## Prinsipper for integritet

Jeg ønsker å ta opp syv prinsipper for integritet som jeg håper vil inspirere oss til å gjøre denne Kristus-lignende egenskapen til et grunnleggende karaktertrekk i vårt eget liv.

*1. Integritet er grunnlaget for vår karakter og alle andre dyder.* I 1853 startet de hellige byggingen av Salt Lake tempel. Gjennom mesteparten av to lange, harde år gravde de hellige ut tomten og la fundamentet: over 2,4 m dypt, laget av sandstein. En dag kom formannen til president Brigham Young med denne overveldende nyheten: det var sprekker i sandsteinsblokkene. Brigham Young sto overfor dette dilemmaet: (1) gjøre sitt beste for å flikke på sprekken og bygge et tempel som var mye lettere og mindre storslagent enn forventet eller (2) rive opp to års arbeid og erstatte det med et granittfundament som kunne bære det storslåtte



Guds tempel de så for seg. Heldigvis valgte president Young det sistnevnte.<sup>3</sup>

Integritet er fundamentet som karakter og et Kristus-lignende liv er bygget på. Hvis det er sprekker i dette fundamentet, da vil det ikke tåle vekten av andre Kristus-lignende egenskaper som må bygges på det. Hvordan kan vi være ydmyke hvis vi mangler integritet til å erkjenne våre egne svakheter? Hvordan kan vi utvikle nestekjærlighet til andre hvis vi ikke er helt ærlige i vår omgang med dem? Hvordan kan vi omvende oss og bli rene hvis vi bare delvis legger frem sannheten for vår biskop? Ved roten av alle dyder er integritet.

Den kristne forfatteren C. S. Lewis bemerket at når vi gjør en feil i en matematisk ligning, kan vi ikke bare gå videre: “Når jeg har startet et regnestykke på feil måte, jo raskere jeg innrømmer dette og går tilbake og starter på nytt, jo raskere kommer jeg videre.”<sup>4</sup>

På samme måte kan vi ikke fullt ut fortsette å tilegne oss andre Kristus-lignende dyder før vi først gjør integritet til vårt livs granittfundament. I noen tilfeller kan dette kreve at vi gjennomgår den smertefulle prosessen med å rive opp et eksisterende fundament bygget på falskhet, og erstatte det

stein på stein med et fundament av integritet. Men det er mulig.

*2. Integritet er ikke bare å gjøre det som er lovlig, men det som er moralsk eller Kristus-lignende.* Det kan være lovlig å drive hor, det kan være lovlig å ha fysiske forhold før ekteskapet, det kan være lovlig å sladre, men ingen av disse handlingene er moralske eller Kristus-lignende. Integritet er ikke bare tilslutning til lovverket, det er også tilslutning til høyere moral. Det er som USAs president Abraham Lincoln sa: Å leve i samsvar med “de bedre sider av vår natur”.<sup>5</sup>

Enhver ung mann har moralsk plikt til å beskytte og bevare dyden til den han går ut med, og enhver ung kvinne har den samme moralske plikt overfor den hun går ut med. Det er en prøve på hans eller hennes integritet. Mannen eller kvinnen som streber etter integritet, vil utvikle en besluttsomhet og en disiplin som overgår selv de fysiske følelsenes sterke lidenskaper. Det er denne integriteten overfor Gud og seg selv og andre som holder dem oppe og styrker dem selv når Satan slipper løs sitt arsenal av moralske fristelser over dem. Til denne generasjon sa Herren: “Jeg vil oppreise meg et rent folk” (L&p 100:16). Gud regner med at vi skal være denne generasjonen.

For noen år siden måtte forretningspartnere min og jeg si opp en ansatt. Etter noen diskusjoner kom vi frem til et forlik for å kompensere ham for hans tjenester. Jeg følte at forliket var mer enn rettferdig, men forhandlingene førte likevel til noen anstrengte forhold. Den kvelden følte jeg et tungsinn komme over meg. Jeg prøvde å fordrive det ved å resonnerer inni meg med

at jeg hadde vært rettferdig, men følelsen ville ikke gi seg. Så kom følgende tilskyndelse: “Det er ikke nok å være rettferdig, du må også bestrebe deg på å være Kristus-lik.” Etterlevelse av den høyeste moralkodeks er et kjennetegn på en mann eller en kvinne med integritet.

*3. Integritet tar beslutninger basert på evige konsekvenser.* En av de unge kvinnene i menigheten vår tok en prøve på skolen. Idet hun så opp, så hun en av hennes venner jukse. De fikk øyekontakt. I forlegenhet trakk vennen hennes på skuldrene og formet ordene “Jeg trenger karakteren” med munnen. På en eller annen måte hadde denne unge damen mistet sitt evige mål av syne – det er ikke karakterer, men guddommelighet som er vårt mål. Hva hjelper det vel å komme inn på det mest prestisjetunge universitetet hvis vi mister vår opphøyelse underveis? Hver gang noen jukser, bytter han bort sin åndelige fødselsrett for en gryte velling (se 1 Mosebok 25:29-34). I sin kortsiktighet har han valgt en krone i dag fremfor uendelig rikdom i livet etter dette.

En skuffet far fortalte meg en gang at hans tenåringsdatter ønsket å “leve livet” og så, tre måneder før hun skulle gifte seg, ordne opp slik at hun kunne få en tempelanbefaling. Jeg vet ikke om noen stavsprezident som ville gi en anbefaling under slike omstendigheter. Men selv om den ble gitt, ville det være en forbannelse, ikke en velsignelse. Integritet er ikke kortsiktig – det er ikke bare en midlertidig endring av adferd, det er en permanent endring av naturen.

Kong Benjamin fortalte oss hvordan vi kan endre vår natur fra et naturlig menneske



*Vi kan ikke fullt ut fortsette å tilegne oss andre Kristus-lignende dyder før vi først gjør integritet til vårt livs granitt-fundament. I noen tilfeller kan dette kreve at vi gjennomgår den smertefulle prosessen med å rive opp et eksisterende fundament bygget på falskhet, og erstatte det stein på stein med et fundament av integritet.*



*Å endre vår natur, ikke bare vår adferd, blir mulig ved å ha det evige perspektiv at vi er Guds barn, at vi har hans guddommelige gnist i oss, og at vi gjennom forsoningen kan bli ham lik – det fullkomne eksempel på integritet.*

til et åndelig menneske: “For det naturlige mennesket er en fiende av Gud og har vært det fra Adams fall og vil evinnelig og alltid være det, *med mindre* det føyer seg etter Den hellige ånds tilskyndelser og avlegger det naturlige menneske og blir en hellig gjennom den Herre Kristi forsoning og blir som et barn, lydige, saktmodige, ydmyke, tålmodige, full av kjærlighet, villig til å bøye seg for alt som Herren finner gagnlig å pålegge det, likesom et barn bøyer seg for sin far” (Mosiah 3:19; uthevelse tilføyd).

Å endre vår natur, ikke bare vår adferd, blir mulig ved å ha det evige perspektiv at vi er Guds barn, at vi har hans guddommelige gnist i oss, og at vi gjennom forsoningen kan bli ham lik – det fullkomne eksempel på integritet.

*4. Integritet er å si hele sannheten og ingenting annet enn sannheten.* Jeg tror Herren kan leve med våre svakheter og feil, forutsatt at vi viser et ønske og gjør en innsats for å omvende oss. Det er dette forsoningen dreier seg om. Men jeg tror ikke han like lett kan tåle et svikefullt hjerte eller en falsk tunge.

For noen år siden var jeg på en misjonsrundreise. Noen av misjonærene strevde med lydighet. Den kvelden gjennomførte misjons-presidenten og jeg intervjuer med noen av misjonærene. Neste morgen åpnet misjons-presidenten vår sonekonferanse med en mesterlig tale om integritet. Jeg følte meg tilskyndet til å tale videre om temaet. Vi nevnte at vi snart ville gjennomføre flere intervjuer. Vi ba om at misjonærene ikke lekte leken der man bare forteller sannheten om man blir stilt det perfekte, spissformulerte spørsmålet.

Ånden var tilstede, og fire misjonærer fra kvelden før trådte i fortrolighet frem og sa: “Vi har noe mer å fortelle.” En av dem sa: “Jeg ønsker å være en ærlig mann.” Den dagen byttet han sitt fundament av sand i et granittfundament av integritet.

*5. Integritet kjenner ingen alibier eller unnskyldninger.* Det er noe foredlende ved en mann eller kvinne som innrømmer sine svakheter og tar skylden uten unnskyldning eller alibi. Ved flere anledninger skrev Joseph Smith om sine svakheter i Lære og pakter så alle kunne lese om dem. Dette forteller oss at han ikke var fullkommen, men det forteller oss også at han ikke hadde noe å skjule – han var en mann av integritet. Hva gjør dette for troverdigheten hans når han forteller historien om det første syn eller beretningen om Moronis besøk? Det forteller oss at vi kan stole på ham, at vi kan tro hvert ord han sier, fordi han virkelig er en mann med integritet.

*6. Integritet er å holde våre pakter og våre forpliktelser, selv når det ikke er beleilig.* Integritet er mot til å gjøre det rette uavhengig av konsekvensene og besværet. President N. Eldon Tanner (1898-1982), førsterådgiver i Det første presidentskap, fortalte om følgende opplevelse:

“En ung mann kom til meg nylig og sa: ‘Jeg inngikk en avtale med en mann som krever at jeg foretar bestemte innbetalinger hvert år. Jeg er på etterskudd og kan ikke betale, for hvis jeg gjør det, vil det føre til at jeg mister huset mitt. Hva skal jeg gjøre?’

Jeg så på ham og sa: ‘Hold avtalen.’

‘Selv om det koster meg huset?’

Jeg svarte: ‘Jeg snakker ikke om huset ditt. Jeg snakker om avtalen din, og jeg tror din



hustru heller vil ha en mann som holder sitt ord, lever opp til sine forpliktelser, holder sine pakter og løfter, og måtte leie et hus, enn å ha et hus med en mann som ikke holder sine pakter og løfter.”<sup>6</sup>

Han hadde et vanskelig valg: sitt hjem eller sin integritet. En mann eller kvinne av integritet vil ikke gi etter eller bukke under bare fordi det er vanskelig eller dyrt eller upraktisk. I denne sammenheng er Herren det fullkomne eksempel på integritet. Han har sagt: “Hvem er jeg, ... som har gitt et løfte som ikke er blitt oppfylt?” (L&p 58:31).

En av de avgjørende prøvene på vår integritet er om vi holder de forpliktelser og løfter vi har gitt, eller om det er smutthull i våre ord.

7. *Integritet styres ikke av andres tilstedeværelse. Den er internt, ikke eksternt drevet.* Eldste Marion D. Hanks (1921-2011) i De sytti fortalte om mannen og hans lille sønn som “stoppet ved en avsondret maisåker ved en avsidesliggende landevei” og stirret på den deilige maisen på den andre siden av gjerdet. Etter å ha kikket fremfor seg, bak seg, til venstre og til høyre, begynte faren å klatre over gjerdet for å ta noen aks. Hans sønn så på ham og sa bebreidende: “Pappa, du glemte å se opp.”<sup>7</sup>

I Shakespeares skuespill *Hamlet* sier Polonius til sin sønn Laertes:

*Vær sann mot deg selv.  
Og det må følge, som natten følger dagen,  
at du da ikke kan være falsk mot en annen.*<sup>8</sup>

For et fantastisk råd! Vi har et valg. Vi kan enten gripe øyeblikket og ta kontroll over vårt liv eller bare være marionetter for vårt miljø og våre likestilte.

Ville du sett på pornografi foran din mor, din kjæreste, din ektefelle eller din biskop? Hvis det er galt i andres nærvær, er det like galt i deres fravær. Mannen med integritet som er tro mot seg selv og mot Gud, vil velge det rette uavhengig av om noen ser på, fordi han er selvdreven, ikke ytre styrt.

Måtte vår sjels integritet ha et skilt med fete, svarte bokstaver: “IKKE TIL SALGS FOR NOEN PRIS”, slik at det kan bli sagt om oss, som det ble sagt om Hyrum Smith: “Velsignet er min tjener Hyrum Smith, for jeg, Herren, elsker ham på grunn av hans hjertes oppriktighet” (L&p 124:15).

Måtte vi alle bli menn og kvinner med integritet – ikke fordi vi må, men fordi vi vil. Herren kunngjorde belønningen for dem som gjør det: “Sannelig sier jeg dere, alle blant dem som vet at deres hjerter er ærlige ... og er villige til å holde sine pakter ved å ofre, ... *vil jeg ta imot*” (L&p 97:8; uthevelse tilføyd).

Måtte vi bli mottatt av Gud fordi vi strever etter å bli menn og kvinner med integritet. ■

*Fra en tale holdt under en andakt ved Brigham Young University 6. desember 2011. Du finner hele teksten på engelsk på [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu).*

#### NOTER

1. Robert Bolt, *A Man for All Seasons: A Play of Sir Thomas More* (1960), 2.
2. Bolt, *A Man for All Seasons*, 95.
3. Se Richard Neitzel Holzapfel, “Every Window, Every Spire ‘Speaks of the Things of God’”, *Ensign*, mars 1993, 9.
4. C. S. Lewis, *Mere Christianity* (1960), 22.
5. Abraham Lincoln, første tiltredelsestale, 4. mars 1861.
6. N. Eldon Tanner, i Conference Report, okt. 1966, 99.
7. Marion D. Hanks, i Conference Report, okt. 1968, 116.
8. William Shakespeare, *Hamlet*, red. W. J. Craig (1914), akt 1, scene 3, linje 85-87.

*Idet hun ønsket å  
tjene andre slik  
Frelseren gjorde,  
innså en travel mor  
at hun hadde mange  
muligheter til å tjene  
– ikke utenfor, men  
i hjemmet.*





# Disippelskap

TIL ALLE TIDER,  
I ALLE TING,  
PÅ ALLE STEDER

Av Melissa Merrill

**D**a Alma forklarte dåpens pakt ved Mormons vann, lærte han oss at den innebærer å stå som et vitne for Gud “til alle tider og i alle ting og på alle steder” (Mosiah 18:9). Det er en norm Frelserens disipler fortsatt prøver å etterleve i dag, og en pakt som fornyes hver uke under nadverden, når Kirkens medlemmer lover å “alltid minnes” Frelseren (L&p 20:77).

Nøyaktig hvordan ser et slikt disippelskap ut? Kirkens tidsskrifter inviterte siste-dagers-hellige over hele verden til å delta i det vi kalte et “disippeleksperiment”. I hovedsak inviterte vi disse medlemmene til å fokusere på en bestemt læresetning av eller historie om Jesus Kristus, for så å studere og grunne på dette utvalget av Skriftene i en uke, og rapportere om hvordan et dedikert studium av Frelserens liv og lære påvirket hvordan de fulgte ham “til alle tider” i sitt liv.

## Disippelskap til alle tider

Kara Laszczyk fra Utah hadde lenge sett på disippelskap som et ønske om å etterligne og bli mer lik Jesus Kristus, og som en villighet til å ofre og tjene for å spre hans evangelium. Men

hun følte seg noe hemmet av sin innadvendte personlighet.

“Jeg har en tendens til å tenke kun innenfor min sfære fordi det er ubehagelig for meg å gjøre meg tilgjengelig for andre,” forklarer hun. “Jeg bekymrer meg altfor mye om hva andre folk syns om meg, istedenfor hva jeg syns om meg selv og hva min Frelser syns om meg.”

Men søster Laszczyk sier hennes ukelange eksperiment med å studere Lukas 7, som handler om Frelserens tjeneste for en rekke personer, fikk henne til å revurdere sine motiver. Hun spurte seg selv: “Er mine handlinger drevet av et genuint ønske om å bli som Frelseren og omsorg for andre, eller krysser jeg bare av punkter på listen min slik at det kan føles godt å vite at jeg har utført en oppgave? Er jeg mest opptatt av andres velvære eller av hva andre vil synes om mine handlinger?”

Hun sier at det gikk opp for henne at en del av å følge Frelseren – å gjøre det han ville gjort i en gitt situasjon – innebar å elske og tjene *når det var behov for henne*, ikke bare når det var beleilig.





## **UTFORDRIN- GENE VED DISIPPELSKAP**

“Når vi lover å følge Frelseren, å vandre i hans fotspor og være hans disipler, lover vi å gå der hvor den guddommelige vei leder oss. Og veien til frelse har alltid på en eller annen måte gått gjennom Getsemane. Så hvis Frelseren gjennomgikk den slags urett og motløshet, forfølgelse, urettferdighet og lidelse, kan vi ikke forvente at vi ikke må gjennomgå noe av dette hvis vi fremdeles mener å kalle oss hans sanne disipler og trofaste følgesvenner.”

**Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum, “Lessons from Liberty Jail”, *Ensign*, sep. 2009, 31.**

“Disippelskap er ikke passivt,” sier hun. “Det er ikke alltid lett. Tid, energi og midler som vi ofrer i ekte kjærlig tjeneste for andre, vil hjelpe oss å komme nærmere Frelseren.” Og hun legger til at det gir henne oppmuntring å vite at Herren ikke ber oss om hverken å løpe raskere enn vi er i stand til (se Mosiah 4:27) eller å gjøre ting vi ikke kan gjøre uten hans hjelp.

Å kjenne disse prinsippene hjalp søster Laszczyk å delta i en faste for familiemedlemmer, selv om fasting har vært et svakt punkt for henne tidligere. Denne kunnskapen har også motivert henne til å forandre seg på et mer generelt nivå.

“Jeg ønsker å være mer proaktiv med hensyn til å yte tjeneste, istedenfor bare å vente til et påmeldingsark blir sendt rundt,” sier hun. “Jeg ønsker å bli en bedre besøkende lærerinne. Jeg ønsker å se etter en eller annen måte jeg kan tjene utenfor Kirken i mitt lokalsamfunn på. Jeg vil at min første tanke skal være: ‘Hva kan jeg gjøre for dem?’ eller ‘Hva er det de trenger?’ ikke ‘Har jeg tid?’ eller ‘Hvordan vil dette påvirke meg?’ ”

“Vi trenger vår Frelser,” konkluderer hun, “men vår Frelser trenger også oss. Han trenger at vi hjelper og løfter hverandre.”

Francisco Samuel Cabrera Perez i Chihuahua i Mexico sier han ikke anser seg selv som et dårlig menneske, han har forsøkt å adlyde budene og oppfylle sine plikter overfor sin familie og sine medmennesker siden han ble døpt som 16-åring. Men eksperimentet med å studere Frelserens liv hjalp ham å omgjøre sin forståelse av disippelskap fra teoretisk til praktisk.

Da han studerte Johannes 6:27-63, prekenen der Frelseren kaller seg livets brød, oppdaget

bror Cabrera at han hadde en tendens som mange har: å tenke på sitt eget velvære først.

“Jeg finner alltid en eller flere ‘grunner’ – unnskyldninger – til å utsette mine plikter,” forklarer han. Tanker som “om en stund” eller “i morgen” eller “det er ingen hast” kommer inn i hans sinn, sier han, “svevende som gribber som blokkerer min families, min økonomiske, min sosiale og fremfor alt min evige fremgang.”

Å bare følge Frelseren etter at vi har gjort det vi liker, gjør oss til “nesten-disipler”, ikke sanne disipler, sier han. Å lese om Frelserens forpliktelse til å underkaste seg Faderens vilje økte bror Cabreras egen forpliktelse, og han fikk større forståelse av hvordan det å ta nadverden hver uke hjelper ham å “legge av det naturlige menneske” (Mosiah 3:19).

“Jeg underkaster meg Den hellige ånds innflytelse og lar forsoningens kraft gjøre meg til en hellig,” forklarer bror Cabrera. “For at dette skal skje, må jeg utvikle Kristi egenskaper – bli som et barn, lydig, saktmodig, ydmyk, tålmodig, kjærlig og villig til å underkaste meg Herrens vilje” (se Mosiah 3:19).

Da bror Cabrera gjorde en konsekvent innsats for å legge av det naturlige menneske, fant han økt kjærlighet til vår himmelske Fader og Jesus Kristus, sin familie, sine ledere og andre omgangsfeller. Han oppdaget at hans arbeidskapasitet økte. Og mest av alt oppdaget han at han likte – ikke led av – å gjøre ting for å bygge opp Guds rike.

“Mens jeg før så på disippelskap for Frelseren som en byrde, ser jeg nå at hans åk er gagnlig og hans byrde er lett” (se Matteus 11:30), sier bror Cabrera. “Det er det den store plan for lykke er: å følge Jesus Kristus og glede oss med ham nå og i evigheten.”

*Å være en Jesu Kristi disippel er ikke bare en periodisk aktivitet, men en livsstil.*

### Disippelskap i alle ting

Chioma N., 15 år, fra Nigeria, studerte Johannes 7 og 3 Nephi 14 som en del av et ønske om å være mer lydige. Hun innrømmer at det er vanskelig å “gjøre visse ting jeg hater å gjøre – spesielt å rydde kjøkkenet når jeg er sliten”. Men hun har også et ønske om å “elske menneskene rundt seg”, og lydighet, oppdaget hun, var en måte å vise denne kjærligheten på (se Johannes 14:15).

Da Chioma studerte Frelserens læresetninger om lydighet og leste om hans underkastelse til vår himmelske Faders vilje, skjønnte hun at fordi vår himmelske Fader og Jesus Kristus visste at vi ville synde og gå oss vill, ga de oss bud for å hjelpe oss å holde oss på den snevre og smale sti. Hun lærte også at uten lydighet kan vi ikke komme inn i Guds rike.

“Jeg lærte at ingen er fullkommen, men med lydighet kan vi alle strekke oss etter fullkommenhet,” sier hun. “Og jeg har lært at vi skulle være lydige slik at vår himmelske Fader kan velsigne oss.”

Hun fant en mulighet til å vise lydighet på skolen da hun ble bedt om å feie klasserommet når det ikke var hennes tur.

“Jeg adlød ydmykt idet jeg følte Den hellige ånd be meg adlyde og feie klasserommet. Mine medelever ble overrasket, og det ble læreren også. På grunn av denne hendelsen, kjenner folk meg nå som en lydige og ydmyke jente. Jeg følte meg glad hele uken fordi jeg var lydige.”

Michelle Kielmann Hansen vokste opp på Grønland, og bor nå i Danmark, og begge steder har en kultur av å “vise vennlighet og være hjelpsom”, sier hun. På mange måter, sier hun, har de stedene hvor hun har bodd,



bidratt til å gjøre det lettere å leve et Kristus-lignende liv.

Men på andre måter, sier hun, er det vanskelig å hjelpe folk å forstå at det å være en Jesu Kristi disippel ikke bare er en periodisk aktivitet, men snarere en livsstil. Hun sier at hennes jevnaldrende, inkludert to romvenninner som ikke er medlem av Kirken, ofte har vanskelig for å forstå en livsstil som innebærer “alle disse timene i kirken”, tempelbesøk, skriftstudium og månedlig faste. Å leve en disippels liv blir enda vanskeligere når hun møter dårlige media, grov språkbruk eller andre negative ytre påvirkninger. “Med disse påvirkningene,” sier hun, “kan det være svært vanskelig å huske at jeg faktisk er en Jesu Kristi disippel.”

Søster Hansen innrømmer at det er vanskelig å være en ung voksen i en verden der moralen synes å være i stadig endring. I noen tilfeller er skillet mellom rett og galt klart. I andre tilfeller er det ikke det. Men, sier hun, selv om situasjonene hun møter noen ganger er kompliserte, så er Skriftene enkle.

“Det er vanskeligere å være en Jesu Kristi disippel hvis du ikke kjenner ham,” sier søster Hansen. “Skriftene er redskaper for å bli kjent med ham. Hver gang jeg ikke visste hva jeg skulle gjøre, vendte jeg meg automatisk til det jeg hadde studert morgen og kveld,” sier hun. “Å studere [Frelserens] liv og lære hjalp meg bedre å forstå at han gjorde det

*Ett medlem sa: “Vi kan finne en ny måte å være lik Frelseren på hver gang vi studerer hans liv. Og så fortsetter vi å lære ved å følge hans eksempel.”*



han gjorde fordi han elsker hver og en av oss.

Etter hvert som jeg lærte mer om ham, forsto jeg at det å være en Jesu Kristi disippel betyr å vite hvem han er. Og det hjalp meg å handle på måter som han lærte oss. Disippelskap er å vite [og velge] hva Jesus Kristus ville gjøre i enhver situasjon – derfor er det viktig å studere hans læresetninger ofte.”

### Disippelskap på alle steder

Stacey White, en firebarnsmor i Indiana, USA, lengtet etter en mulighet til å hjelpe en nabo, venn eller til og med en fremmed i løpet av uken hun studerte Matteus 25:35-40, hvor Frelseren lærer oss at å tjene “den minste av disse” faktisk er å tjene ham (vers 40).

“Fordi jeg er en travel hjemmeverende husmor med fire små barn, blir jeg noen ganger frustrert over at jeg ikke er i stand til å stå til tjeneste så ofte som jeg ønsker,” forklarer søster White. “Jeg er så opptatt med å ivareta min egen families behov at jeg har liten tid til noe annet.”

Søster White bemerket at når hun fortsatte å studere, krysshenvise og grunne på disse skriftstedene, samtidig som hun ba om muligheter til å tjene, “syntes uken å anta et høyere stressnivå enn det som normalt følger med morsrollen” – absolutt ikke hva hun hadde håpet på.

“Det var skoleprosjekter å hjelpe med, mer enn det vanlige rotet å

rydde opp, søskenkrangler å moderere og et fjell av skittentøy som syntes å fornye seg selv. Listen over gjøremål syntes å aldri nærme seg fullføring. Min bønn syntes å forbli ubesvart mens jeg lengtet etter ledig tid og energi til å tjene noen andre enn min mann og mine barn.”

Men så, et stykke ut i uken, gikk det opp et lys for søster White: Bare fordi hun ikke hadde mulighet til å tjene utenfor hjemmet, betydde det ikke at Herren hadde latt være å besvare hennes bønn, og det betydde ikke at hun ikke hadde utført tjeneste på meningsfulle måter.

“Herren *besvarte* min bønn ved å gi meg disse mulighetene innenfor min egen familie,” sier hun. “Til tider føler jeg at tjenesten innen egen familie liksom ikke teller, at for å bli regnet som tjeneste må den være utenfor hjemmet, utført for noen andre enn et familiemedlem. Men med min nye forståelse, mens jeg redde senger, vasket tøy, skyssset barn og gjorde alle mine daglige plikter som mor, gjorde jeg dem med større glede. Mine oppgaver syntes ikke fullt så kjedelige, og jeg innså at det jeg gjorde, var viktig for min familie.”

For Dima Ivanov fra Vladivostok i Russland kom oppfordringen om å delta i “disippeleksperimentet” på en hektisk tid. Bror Ivanov hadde sluttet i jobben for å starte sin egen virksomhet, og fordi han hadde så mange arbeidsrelaterte oppgaver å tenke på,

lurte han på om han ville ha problemer med å ha disippelskap fremst i sine tanker.

Likevel gikk han med på å delta, og siden disippelskap for ham betydde å “adlyde og følge en lærers rettleiding eller råd”, fordypet han seg i Bergprekenen, som finnes i Matteus 5 og 3 Nephi 12.

Det bror Ivanov oppdaget da han studerte egenskapene i denne prekenen, sa han, var sine egne svakheter. Men siden han visste at Frelseren hadde lovet at de som ydmyker seg, ville få det svake gjort sterkt (se Ether 12:27), henvendte bror Ivanov seg til ham, idet han søkte muligheter til å vokse.

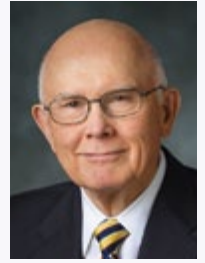
“Jeg følte at Frelseren var nærmere meg,” rapporterte bror Ivanov. “Jeg lærte at han er den største læreren, og jeg har lært hvordan jeg kan bli mer lik ham. Da jeg studerte om disippelskapets natur, lærte jeg at vi kan finne en ny måte å være lik Frelseren på hver gang vi studerer hans liv. Og så fortsetter vi å lære det ved å følge hans eksempel. Vi må praktisere det vi lærer.”

Han sa at hans forståelse av disippelskap forandret seg i løpet av uken. “Å følge Frelseren er ikke bare å studere evangeliets prinsipper eller adlyde hans bud,” forklarer han. Uansett hvor vi er eller hva vi gjør, kan vi ha et “ektefølt ønske om å følge hans eksempel og ha til hensikt å bli som ham”. ■

Melissa Merrill, Idaho, USA.



Av eldste  
Dallin H. Oaks  
i De tolv  
apostlers quorum



# Balanse

## MELLOM SANNHET OG TOLERANSE

**S**annhetens eksistens og natur er et av jordelivets grunnleggende spørsmål. Jesus fortalte den romerske guvernøren Pilatus at han kom til verden for å “vitne for sannheten”. Den vantro svarte: “Hva er sannhet?” (Johannes 18:37-38). Tidligere hadde Frelseren erklært: “Jeg er veien og sannheten og livet” (Johannes 14:6). I nyere åpenbaring har han erklært: “Sannhet er kunnskap om ting som de er og som de var og som de skal bli” (L&p 93:24).

Vi tror på *absolutte sannheter*, herunder at det finnes en Gud og at rett og galt er fastlagt ved hans bud. Vi vet at Guds og absolutte sannheters eksistens er grunnleggende for livet her på jorden, enten man tror på det eller ikke. Vi vet også at det finnes ondskap, og at visse ting ganske enkelt er alvorlig og evig galt.

***Toleranse for adferd er som en tosidig mynt. Toleranse eller respekt står på den ene siden av mynten, men sannhet står alltid på den andre.***

Sjokkerende meldinger om omfattende tyveri og løgn i siviliserte samfunn tyder på et moralsk vakuum hvor mange har lite sans for rett og galt. Utbredte opptøyer, plyndring og juks har fått mange til å lure på om vi mister det moralske

grunnlag vestlige land har fått fra sin jødisk-kristne arv.<sup>1</sup>

Vi bekymrer oss med rette over vår moralske grunnvoll. Vi lever i en verden hvor stadig flere innflytelsesrike personer forfekter og praktiserer en tro på at det ikke finnes noe absolutt rett og galt – at all myndighet og alle adferdsregler er menneskers valg som kan ha fortrinn over Guds bud. Mange stiller til og med spørsmål ved om det finnes en Gud.

Moralrelativismens filosofi, som hevder at hver enkelt er fri til å velge hva som er rett og galt, begynner å bli den uoffisielle trosbekjennelse for mange i Amerika og andre vestlige land. I ytterste konsekvens blir onde handlinger som pleide å begrense seg til

ett område og dekkes til som en byll, nå legalisert og holdt opp som et banner. Overbevist om denne filosofien blir mange av den oppvoksende generasjon involvert i selvsk søking etter fornøyer, pornografi, hedensk maling og piercing av kroppsdeler, stygt språk, avslørende klær, uærlighet og nedbrytende seksuell aktivitet.

Mange religiøse ledere forkynner at Gud er den øverste Lovgiver og avgjør om visse handlinger er absolutt rette og sanne, mens andre handlinger er absolutt gale og usanne.<sup>2</sup> Profeter i Bibelen og Mormons bok forutså denne tiden, da menneskene ville “[elske] sine lyster høyere enn Gud” (2 Timoteus 3:4), og da menneskene

**V**i må forsvare sannheten, selv når vi praktiserer toleranse og respekt for tro og oppfatninger som er forskjellig fra våre egne.

ville fornekte Gud (se Judas 1:4; 2 Nephi 28:5; Moroni 7:17; L&p 29:22).

I slike vanskelige omstendigheter har vi som tror på Gud og dermed også på absolutt rett og galt, utfordringen med å leve i en ugudelig og stadig mer moralløs verden. I disse omstendighetene har vi alle – ikke minst den oppvoksende generasjon – plikt til å reise oss og erklære at Gud finnes og at det finnes absolutte sannheter fastsatt ved hans bud.

Mange lærere på skoler, høyskoler og universiteter forfekter og praktiserer relativ moral. Dette former holdningene til mange unge som inntar sine plasser som lærere

for våre barn og er skapere av rådende oppfatninger gjennom media og populærunderholdning. Denne filosofi av moralsk relativisme fornekte det millioner av troende kristne, jøder og muslimer anser som grunnleggende, og denne fornektelse skaper alvorlige problemer for oss alle. Det troende skulle gjøre med dette, bringer oss til det andre av mine tvillingemner, toleranse.

*Toleranse* defineres som en vennlig og rettferdig holdning til uvante eller annerledes meninger og handlemåter eller til personene som forfekter eller praktiserer dem. Etter hvert som moderne transport og kommunikasjon har bragt oss alle nærmere forskjellige mennesker og ideer, har vi større behov for toleranse.

Denne større eksponering for mangfold beriker og forvansker vårt liv på samme tid. Vi blir beriket ved å omgås forskjellige mennesker, noe som minner oss om det storartede mangfold blant Guds barn. Forskjeller i kultur og verdinormer utfordrer oss imidlertid også til å klarlegge hva som er forenelig med vår evangeliekultur og våre verdinormer, og hva som ikke er det. På denne måten øker mangfoldet muligheten for konflikter og fordrer at vi tenker nøyer gjennom hva vår toleranse innebærer. Hva er toleranse, når er den gjeldende og når er den det ikke?

Dette er vanskeligere spørsmål for dem som tror på Gud og absolutt sannhet, enn for dem som tror på moralsk relativisme. Jo svakere vår tro på Gud er og jo færre moralske absolutter vi har, jo færre blir tilfellene hvor andres oppfatninger eller handlemåter vil sette vår toleranse på prøve. For eksempel har ikke en ateist noe behov for å avgjøre hvilke tilfeller av banning eller blasfemi som kan tolereres og hvilke som bør konfronteres. Personer som ikke tror på Gud eller absolutt sannhet i moralspørsmål, kan se på seg selv som de meste tolerante av alle. For dem er nesten hva som helst akseptabelt. Med en slik tro kan man tolerere nesten all adferd og nesten alle mennesker. Dessverre ser enkelte som tror på moralsk relativisme ut til å ha vanskelig for å tolerere dem som insisterer på at det finnes en Gud som skulle respekteres, og at det er visse moralske absolutter som skulle overholdes.





*Ettersom Jesu Kristi etterfølgere skal være i verden, men ikke av verden, må vi søke toleranse fra dem som hater oss fordi vi ikke er av verden.*

### Tre absolutte sannheter

Hva betyr så toleranse for oss og for andre troende, og hvilke utfordringer har vi med å anvende den? Jeg begynner med tre absolutte sannheter. Jeg uttrykker dem som en Herren Jesu Kristi apostel, men jeg tror at de fleste av disse tankene er felles for troende flest.

*For det første:* Alle mennesker er brødre og søstre for Gud, og lærer i sine forskjellige religioner å elske og gjøre godt mot hverandre. President Gordon B. Hinckley (1910-2008) uttrykte denne tanken for siste-dagers-hellige: “Vi [fra ulike religiøse trosretninger] tror alle på Gud som far, selv om vi kan ha ulike tolkninger av ham. Vi tilhører alle en stor familie, den menneskelige familie, sønner og døtre av Gud, og er derfor brødre og søstre. Vi må arbeide hardere for å bygge opp gjensidig respekt, en tålmodig holdning, og ha toleranse for hverandre uansett hvilke læresetninger eller filosofier vi måtte forfekte.”<sup>3</sup>

Legg merke til at president Hinckley talte om gjensidig respekt *så vel som* toleranse. Å leve sammen med gjensidig respekt for hverandres ulikheter er en utfordring i dagens samfunn. Imidlertid – og her uttrykker jeg en *annen* absolutt sannhet – er det å leve med ulikheter på denne måten, det Jesu Kristi evangelium lærer oss at vi må gjøre.

Guds rike er som en surdeig, forkynte Jesus (se Matteus 13:33). Surdeig – gjær – skjuler seg i den større massen til alt sammen er syret, eller hevet på grunn av dens

innflytelse. Vår Frelser forkynte også at hans tilhengere vil oppleve prøvelser i verden (se Johannes 16:33), at deres antall og herredømme ville være lite (se 1 Nephi 14:12), og at de vil bli hatet fordi de ikke er av verden (se Johannes 17:14). Men det er vår rolle. Vi er kalt til å leve sammen med andre Guds barn som ikke deler vår tro eller våre verdier, og som ikke har den paktsforpliktelse som vi har påtatt oss. Vi lærer å være *i* verden, men ikke *av* verden.

Ettersom Jesu Kristi etterfølgere er befalt å være surdeig, må vi søke toleranse fra dem som hater oss fordi vi ikke er av verden. Som et ledd i dette, må vi noen ganger utfordre lover som kan innskrenke vår frihet til å praktisere vår tro, noe vi gjør i kraft av vår grunnlovsfestede rett til fri religionsutøvelse. Det viktige er “at mennesker, uansett tro, skal kunne finne ut av sitt forhold til Gud og hverandre uten at myndighetene titter dem over skulderen”.<sup>4</sup> Derfor trenger vi forståelse og støtte når vi blir nødt til å kjempe for vår religionsfrihet.

Vi må også praktisere toleranse og respekt overfor andre. Som apostelen Paulus forkynte, skulle kristne “jage etter det som tjener til fred” (Romerne 14:19) og i størst mulig grad “[holde] fred med alle mennesker” (Romerne 12:18). Følgelig skulle vi være rede til å hedre det gode vi skulle se i alle mennesker og i mange synspunkter og handlemåter som er annerledes enn våre egne. Mormons bok lærer oss:

“Derfor kommer alt som er godt, fra Gud...  
... Derfor er alt som innbyr og lokker til å gjøre godt og til å elske Gud og til å tjene ham, inspirert av Gud.

Derfor, vokt dere ... så dere ikke regner ... det som er godt og av Gud, for å være av djevelen” (Moroni 7:12-14).

Denne tilnærmingen til ulikheter vil medføre både toleranse og respekt for oss.

Vår toleranse og respekt for andre og deres tro, innebærer ikke at vi blir mindre trofaste mot de sannheter vi forstår og de pakter vi har inngått. Dette er den *trede* absolutte sannhet. Vi kjemper i krigen mellom sannhet og villfarelse. Det finnes ingen mellomting. Vi må forsvare sannheten, samtidig som vi viser toleranse og respekt for tro og oppfatninger som skiller seg ut fra våre egne, og for menneskene som har dem.

### Toleranse for adferd

Selv om vi må vise toleranse og respekt for andre og deres tro, herunder rett til å forklare og fremme sine synspunkter, trenger vi ikke respektere og tolerere gal *adferd*. Vår plikt overfor sannheten krever at vi søker oppreisning for adferd som er gal. Dette er lett når det er snakk om ekstreme handlinger som de fleste troende og ikke-troende anser som gale eller uakseptable.

Når det gjelder mindre ekstreme handlinger, hvor selv troende er uenige om de er gale eller ikke, er beskaffenheten og omfanget av hva vi skulle tolerere, langt vanskeligere å definere. Derfor skrev en sindig siste-dagers-hellig kvinne til meg og sa: “Verdens definisjon av ‘toleranse’ synes i stadig større grad å bli brukt om å tolerere ugudelighet.” Hun spurte hvordan Herren ville definere *toleranse*.<sup>5</sup>

President Boyd K. Packer, president for De tolv apostlers quorum, har sagt: “Ordet *toleranse* står ikke alene. Det må et objekt og en reaksjon til for at det skal være en dyd... Toleranse er noe som ofte forlanges, men sjelden gjengjeldes. Vær forsiktige med ordet *toleranse*. Det er en svært ustabil dyd.”<sup>6</sup>

Denne inspirerte advarsel minner oss på at for dem som tror på absolutt sannhet, er toleranse for adferd som en



*Som apostelen Paulus forkynte, skulle kristne “jage etter det som tjener til fred” og i størst mulig grad “[holde] fred med alle mennesker”.*

tosidig mynt. Toleranse eller respekt står på den ene siden av mynten, men sannhet står alltid på den andre. Man kan ikke ha eller bruke toleransens mynt uten å være bevisst på begge sider.

Vår Frelser brukte dette prinsippet. I møte med kvinnen som var grepet i hor, uttalte Jesus følgende ord av trøst og toleranse: “Heller ikke jeg fordømmer deg.” Men idet han sendte henne bort, uttalte han sannhetens bydende ord: “Gå bort, og synd ikke mer!” [Johannes 8:11]. Vi skulle alle bli oppbygget og styrket av dette eksemplet på å forfekte både toleranse og sannhet: godhet i kommunikasjonen, men fasthet i sannheten.

En annen sindig siste-dagers-hellig skrev: “Jeg hører ofte misbruk av Herrens navn, og jeg har bekjente som forteller meg at de bor sammen med sine kjærester. Jeg opplever at overholdelse av sabbaten er nesten avleggs. Hvordan kan jeg holde min pakt om å stå som vitne, uten å fornærme disse menneskene?”<sup>7</sup>

Jeg begynner med vår personlige adferd. Med hensyn til sannhetens og toleransens noen ganger rivaliserende krav i disse tre tilfellene – bannskap, samboerforhold og brudd på sabbatsdagen – og mange andre, skulle vi ikke være tolerante med oss selv. Vi skulle styres av sannhetens krav. Vi skulle være sterke med hensyn til å holde budene og

våre pakter, og vi skulle omvende oss og forbedre oss når vi kommer til kort.

President Thomas S. Monson har sagt: “Syndens ansikt bærer i dag ofte toleransens maske. La dere ikke lure. Bak fasaden skjuler det seg hjertesorg, elendighet og smerte... Hvis deres såkalte venner oppfordrer dere til å gjøre noe dere vet er galt, skulle *dere* være den som står for det rette, selv om dere står alene.”<sup>8</sup>

Undervisning kan naturligvis bare gi frukt gjennom andres handlefrihet, så det må alltid gjøres med kjærlighet, tålmodighet og overtalelse.

Så til vår plikt overfor sannhet og toleranse i vår personlige omgang med andre som banner i vår nærhet, lever i samboerskap eller ikke overholder sabbaten slik de skulle.

Vår plikt til toleranse innebærer at ingen av disse handlingene – eller andre vi regner som avvikende fra sannheten – noensinne skulle få oss til å reagere med hatefulle kommunikasjon eller uvennlige handlinger. Men vår plikt overfor sannheten medfører egne krav og velsignelser. Hvis vi “[taler] sannhet, hver med [vår] neste”, og hvis vi er “sannheten tro i kjærlighet” (Efeserne 4:15, 25), handler vi som vår Herre Jesu Kristi tjenere og utfører hans arbeid. Engler vil stå sammen med oss, og han vil sende sin hellige Ånd til å veilede oss.

På denne fintfølende måten skulle vi først vurdere om – eller i hvilken grad – vi bør formidle til våre omgangsfeller det vi vet er sant med hensyn til deres adferd. I de fleste tilfeller kan denne avgjørelsen avhenge av hvor direkte vi selv påvirkes av den.

Banning og blasfemi i vår nærhet er en passende grunn til å kommunisere det faktum at dette er støtende for oss. Hvis ikke-troende banner utenfor vår umiddelbare nærhet, er det trolig ikke riktig av oss å konfrontere dem.

Samboerskap er en alvorlig synd som siste-dagers-hellige ikke må befatte seg med. Når dette praktiseres av andre rundt oss, kan det enten være privat adferd eller noe vi blir bedt om å gå god for, støtte eller legge til rette for. I balansen mellom sannhet og toleranse, kan toleransen

være fremherskende når adferden ikke involverer oss personlig. Men hvis samboerskapet involverer oss personlig, skulle vår plikt overfor sannheten styre oss. Det er for eksempel én ting å ignorere alvorlige synder når de er private, men noe helt annet å bli bedt om å støtte eller underforstått gå god for dem, som ved å la dem bo i vårt eget hjem.

Når det gjelder helligholdelse av sabbaten, bør vi kanskje forklare vår tro på at vår helligholdelse av sabbaten, herunder deltagelse i nadverden, restituerer oss åndelig og gjør oss til bedre mennesker resten av uken. Overfor andre troende kan vi uttrykke vår takknemlighet for at vi har en felles plattform når det gjelder det som er

**S**elv om vi må vise toleranse og respekt for andre og deres tro, herunder deres grunnlovsfestede frihet til å forklare og fremme sine synspunkter, trenger vi ikke respektere og tolerere gal adferd.

aller viktigst: Vi tror alle på Gud og absolutte sannheter, selv om vi definerer disse grunnprinsippene ulikt. I tillegg skulle vi huske Frelserens lære om at vi skulle unngå strid (se 3 Nephi 11:29-30), og at vårt eksempel og forkynnelse skulle “være en advarselens røst, idet enhver taler til sin neste i mildhet og saktmodighet” (L&p 38:41).



**Vi skulle alle bli oppbygget og styrket av Frelserens eksempel på å forfekte både toleranse og sannhet: godhet i kommunikasjonen, men fasthet i sannheten.**

I alt dette skulle vi aldri driste oss til å dømme våre naboer eller omgangsfeller med hensyn til den endelige virkning av deres adferd. Denne dommen er Herrens ansvar, ikke vårt.

### Prinsipper i det offentlige rom

Når troende entrer det offentlige rom for å prøve å påvirke lovgivning eller utøvelse av lover, motivert av sin tro, skulle de anvende noen andre prinsipper.

*For det første:* De må søke Herrens inspirasjon og visdom til å velge hvilke sanne prinsipper de vil prøve å fremme ved lov eller offentlige tiltak. De skulle som regel unngå å søke lover eller offentlige tiltak for å fremme tro som er særegen for enkelte grupper, for eksempel å

fremtvinge religiøse handlinger, også underforstått. Troende kan være mindre forbeholdne med å søke offentlige tiltak for å fremme prinsipper som er bredere enn bare det som gjelder deres trosutøvelse, for eksempel lover angående offentlig helse, sikkerhet og moral.

Troende kan og må søke lover som vil beskytte religionsfrihet. I tillegg til florende moralsk relativisme opplever USA og andre land en urovekkende nedgang i den allmenne aktelse for religion. Religion, som en gang var en alminnelig anerkjent del av amerikaneres liv, vekker nå manges mistanke. Enkelte innflytelsesrike personer stiller til og med spørsmål ved i hvilken grad vår grunnlov bør beskytte fri religionsutøvelse, herunder retten til å praktisere og forkynde religiøse prinsipper.

Dette er et avgjørende spørsmål hvor vi som tror på et høyeste vesen som har fastlagt absolutt rett og galt for menneskers adferd, må stå sammen og fastholde vår hevdvunne rett til å utøve vår religion,

til å stemme ifølge vår samvittighet i offentlige spørsmål og til å delta i valg og debatter i det offentlige rom og i rettsvesenet. Vi må stå skulder ved skulder med andre troende for å bevare og styrke friheten til å forfekte og praktisere vår tro, uansett hva den måtte være. I denne hensikt må vi vandre sammen på den samme vei for å sikre vår frihet til å gå vår egen vei når det er nødvendig i henhold til vår egen tro.

*For det annet:* Når troende fremmer sitt syn i det offentlige rom, skulle de alltid vise toleranse overfor andres meninger og standpunkter som ikke deler deres tro. Troende må alltid tale med kjærlighet og vise tålmodighet, forståelse og medfølelse overfor sine motstandere. Kristne troende er befalt å elske sin neste (se Lukas 10:27) og tilgi

(se Matteus 18:21-35). De skulle også minnes Frelserens lære om å “velsign[e] dem som forbanner [dem], gjør[e] vel imot dem som hater [dem], og be for dem som forfølger [dem]” (Matteus 5:44).

**V**i må stå skulder ved skulder med andre troende for å bevare og styrke friheten til å forfekte og praktisere vår tro.

*For det tredje:* Troende skulle ikke la seg hindre av den gjengse beskyldning om at de prøver å lovfeste moral. Mange deler av loven bygger på jødisk-kristen moral, og har gjort det i mange hundre år. Vestlig sivilisasjon er tuftet på moral, og kan ikke eksistere uten. Som USAs andre president, John Adams, erklærte: “Vår grunnlov er kun utformet for et moralsk og religiøst folk. Den er fullstendig uegnet til å styre noe annet folk.”<sup>9</sup>

*For det fjerde:* Troende skulle ikke være redde for å søke lover for å opprettholde offentlige forhold eller politikk som hjelper dem å praktisere sin tro, hvis disse betingelsene eller denne politikken også er gunstig for offentlig helse, sikkerhet eller moral. For eksempel, selv om religiøs tro ligger til grunn for mange straffelover og noen familiever, har slike lover en lang historikk av betimelighet i demokratiske samfunn. Men der hvor troende er i flertall, skulle de alltid være hensynsfulle overfor minoritetens synspunkter.

*Til slutt* finner vi balansen mellom sannhet og toleranse uttrykt i disse ordene av president Hinckley: “La oss strekke oss ut til dem blant oss som ikke deler vår tro. La oss være gode naboer, vennlige, storsinnede og imøtekommende. La oss engasjere oss i gode fellessaker. Det kan være situasjoner hvor vi, når det gjelder alvorlige moralspørsmål, ikke kan bøye våre prinsipper. I slike tilfeller kan vi imidlertid være uenige uten å være ubehagelige. Vi kan anerkjenne oppriktigheten hos andre som har standpunkter vi ikke kan godta. Vi kan snakke om prinsipper istedenfor personligheter.”<sup>10</sup>

### Vaktmann i tårnet

Bibelen lærer oss at en av en profets funksjoner er å være en “vekker” for å advare Israel (se Esekiel 3:17; 33:7). I åpenbaring har Herren tilføyd dette rådet til vår tids Sion: “Sett ... en vokter i tårnet” som vil se “fienden mens han ennå [er] langt borte” og advare for å redde olivenhagen “fra ødeleggerens hender” (L&p 101:45,54).

Jeg snakker som en av disse vekterne. Jeg kan forsikre dere om at mitt budskap er sant. Jeg erklærer min kunnskap om at Gud lever. Jeg vitner om at Jesus Kristus er Guds Sønn, korsfestet for verdens synder, og at han strekker seg ut til hver enkelt av oss med den tidløse invitasjon om å motta hans fred ved å lære av ham og vandre på hans vei (se L&p 19:23). ■

*Fra en tale på en temakveld for Kirkens skoleverk 11. september 2011. Du finner hele teksten på engelsk på [mormonnewsroom.org/article/truth-and-tolerance-elder-dallin-h-oaks](http://mormonnewsroom.org/article/truth-and-tolerance-elder-dallin-h-oaks).*

### NOTER

1. “Is US a Nation of Liars? Casey Anthony Isn’t the Only One”, *The Christian Science Monitor*; 19. juli 2011, 20; “Anarchy in the UK”, *The Economist*, 13. aug. 2011, 144.
2. Se for eksempel Joseph G. Donders, red., *John Paul II: The Encyclicals in Everyday Language* (2005), 212-13; se også Rabbi Harold Kushner, *Who Needs God* (2002), 78.
3. *Teachings of Gordon B. Hinckley* (1997), 665.
4. Eric Rassbach, i William McGurn, “Religion and the Cult of Tolerance”, *Wall Street Journal*, 16. aug. 2011, A11.
5. Brev til Dallin H. Oaks, 14. mai 1998.
6. Boyd K. Packer, “Be Not Afraid” (tale ved Ogden Utah religionsinstitutt, 16. nov. 2008), 5; se også Bruce D. Porter, “Defending the Family in a Troubled World”, *Ensign*, juni 2011, 12-18.
7. Brev til Dallin H. Oaks, 22. des. 1987.
8. Thomas S. Monson, “Rettferdige eksempler”, *Liahona*, mai 2008, 65.
9. I Charles Francis Adams, red., *The Works of John Adams, Second President of the United States*, 10 bind (1850-56), 9:229.
10. *Teachings of Gordon B. Hinckley* (1997), 131.

## FRISTET TIL Å LYVE

Møtehuset vårt i Nigeria ligger nær en skole hvis rektor ikke vil ha noe å gjøre med Kirken. Ved én anledning ba rektoren en lærer om aldri å komme tilbake til skolen etter å ha funnet ut at læreren var en siste-dagers-hellig. Et medlem av Kirken som meldte seg frivillig til å besøke og forklare Kirkens misjon, ble avfeid.

Som selger for laboratoriums- og medisinsk utstyr, besøker jeg ofte

Rektor stilte meg spørsmålet jeg hadde bedt om at hun ikke ville stille: "Hvilket trossamfunn er du medlem av?"

skoler og sykehus i jobben. Etter en dårlig måned hadde jeg ikke noe valg, annet enn å besøke denne skolen. Min plan var å selge produktet mitt og dra, i håp om at rektor ikke ville finne ut at jeg var medlem av Kirken. Ånden fortalte meg imidlertid at hun *ville* ønske å vite om min religion.

Mitt møte med lederen for skolens naturfagavdeling gikk bra, og han

tok meg med til rektor for betaling. Etter å ha fylt ut sjekken, begynte hun å stille spørsmål for å bli bedre kjent med meg. Da hennes spørsmål ble personlige, begynte jeg å føle ubehag. Så stilte hun spørsmålet jeg hadde bedt om at hun ikke ville stille: "Hvilket trossamfunn er du medlem av?"

Jeg ble fristet til å lyve, ta sjekken min og gå fordi jeg så sårt trengte salget. Men jeg følte at jeg skulle fortelle henne sannheten. Tross alt hadde de tidlige hellige opplevd verre enn denne lille prøven på min tro.

Med fornyet mot, så jeg henne rett inn i øynene og sa: "Jeg er medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige." Så bar jeg vitnesbyrd. Til min overraskelse smilte hun, sa vi alle tilber den samme Gud og ga meg sjekken.

Idet jeg dro, kom følgende skriftsted til mitt sinn: "Nå var dette en stor prøvelse for dem som var faste i troen. Likevel var de standhaftige og urokkelige i å holde Guds bud, og de bar med tålmodighet alle de forfølgelser de ble utsatt for" (Alma 1:25).

Jeg var glad for ikke å ha skuffet min himmelske Fader eller meg selv. På grunn av denne erfaringen, bestemte jeg meg for alltid å være en god salgsrepresentant. Men først og fremst forpliktet jeg meg til alltid å være en god representant for Jesu Kristi evangelium. ■

Aderogba Aderemi, Nigeria



## VELSIGNET AV VÅRT MATVARELAGER

**M**in hustru Brittney og jeg begynte å kjøpe mat til lagring tidlig i vårt ekteskap. I de første månedene etter bryllupet, kjøpte vi noen få varer til lagring hver gang vi handlet dagligvarer. Ved å legge til litt om gangen, ble det etter hvert et brukbart matvarelager. Vi visste ikke når vi ville trenge å bruke det, men vi visste at det var viktig.

Ett år inn i ekteskapet flyttet vi til den andre siden av landet for å studere, og vi tok matvarelageret med oss. Økonomisk var det vanskelig. Vi hadde brukt alle sparepengene på bolig, og Brittney hadde ingen inntekt som assistentlærer. Vi var avhengige av min assistentlønn i masterstudiet for å betale regninger, men den rakk ikke langt.

Vår økonomi tok en ny vending til det verre den andre natten i vårt nye hjem. Brittney våknet opp med alvorlige magesmerter, og da de ikke avtok etter flere timer, dro vi til sykehuset. Hun fikk blindtarmen fjernet senere samme dag.

Etter at hun hadde kommet seg, satte vi oss ned for å sette opp et budsjett. Da vi beregnet de neste fire måneders regninger – som inkluderte den akutte operasjonen – oppdaget at vi fremdeles kunne klare oss uten å sette oss i gjeld. For å få det til, kunne vi imidlertid ikke bruke mer enn \$ 25 i måneden på dagligvarer. Det var om lag en fjerdedel av hva vi var vant til å bruke.

Matvarelageret vi hadde akkumulert i løpet av det siste året, ble uvurderlig. Det var nok til å dekke våre grunnleggende behov i fire måneder, og vi brukte de budsjetterte \$ 25 til å kjøpe melk og andre ferskvarer. Vi spiste ingen flott mat, men vi gikk ikke sultne.

Ved at vi levde sparsommelig og tjente andre villig, fikk vi andre velsignelser. En av mine medstudenter fullførte sine studier og ba oss om å hjelpe familien hans å flytte. Mens vi hjalp til, spurte han om vi hadde lyst

på maten som var igjen i fryseren. På grunn av hans godhet, hadde vi nå kjøtt til å supplere matvarelageret vårt.

Herren velsignet oss fordi vi hadde lagret mat, betalt vår tiende og vist vilje til å tjene. Vi klarte oss gjennom disse månedene uten å låne penger. Etter dette semesteret fikk min hustru en heltidsjobb, og vi hadde råd til å bruke mer penger på dagligvarer. Vi bygget opp matvarelageret igjen, og vi blir stadig velsignet når vi adlyder Herrens bud. ■

Bruce Richards, Illinois, USA

**H**erren velsignet oss fordi vi hadde lagret mat, betalt vår tiende og vist vår vilje til å tjene.



## VI DELTOK

Vi flyttet fra en stor by med mange siste-dagers-hellige, til en by med 5000 innbyggere i et landbruksområde i Sydstatene, hvor vi bodde i mer enn syv år. Da jeg forlot den lokale jernvarehandelen på vår første dag på stedet, sa en tenåring som jobbet der: "Ha en god dag, Mrs. Grant."

Jeg spurte: "Hvordan vet du hva jeg heter?"

Han svarte: "Dere er de eneste nye i byen."

Vi fant et hus over gaten fra en protestantisk kirke og et kvartal fra en annen, men vi bodde 45 minutter unna Kirkens nærmeste møtehus. Hver søndag, samt et par ganger i løpet av uken, tok vi turen til møtehuset vårt. I løpet av disse syv årene virket min mann i biskopsrådet, og jeg var Primær-president og deretter Unge kvinners president.

Vi visste at småbyers sosiale liv og puls var å finne i de lokale kirkene. For å bli akseptert, visste vi at vi måtte engasjere oss. Våre tre små barn knyttet snart bånd med andre barn i menigheten, men vi ønsket også at de skulle føle tilhørighet til vårt nabolag. Vi oppfordret dem til å delta i løpet av uken i lokale kirkelige aktiviteter, inkludert familiemåltider på onsdagskvelder i én kirke.

Vi lot vår sønn og våre jenter delta i lokale ungdomsprogrammer. Våre barn deltok også på bibelskoler i feriene ved begge kirkene i nærheten. Jentene våre sang i et ungdomskor i

en kirke, og den ene ble til og med solist i koret. Sønnen vår deltok i en lokal ungdomsgruppe i en kirke.

Ofte forkynte en besøkende vekselspredst mot "mormonene", men våre naboer visste at vi slett ikke var som folkene predikantene advarte dem mot.

Vi visste at småbyers sosiale liv og puls var å finne i de lokale kirkene. For å bli akseptert, visste vi at vi måtte engasjere oss.

Hver sommer arrangerte de regionale kirkene i en protestantisk sekt en ungdomsleir på St. Simons Island i Georgia. Etter en slik leir sa presten fra talerstolen: "Den eneste ungdommen som dro på leiren i sommer, var vår gode lille mormonjente, Kelly Grant."





## GJALDT RETNINGSLINJENE MEG?

Våre protestantiske naboer tok imot oss fordi vi hadde tatt imot dem. Vi måtte aldri gå på akkord med våre normer eller prinsipper.

Etter hvert som barna vokste, gjorde deres vitnesbyrd om den gjenopprettede kirke det samme. Det de lærte av de andre kirkenes bibelfortellinger, gjorde dem i stand til bedre å se sammenhengen mellom Bibelen og Mormons bok. I tillegg så de prestedømmets vitale rolle i vår kirke, og de kunne føle forskjellen.

Da våre barn nærmet seg alderen for stevnemøter, overførte min manns selskap ham til Atlanta, Georgia. Jeg gråt da vi skrev skjøtet på huset vårt over på de nye eierne. Advokaten vår klemte meg og sa kjærlig: "Ingen kan noen gang si at mormonene ikke har vært her."

Våre barns småby-protestantiske erfaring lærte dem toleranse, tålmodighet og forståelse. De fant felles grunn med dem som tilhørte andre trosretninger, noe som hjalp dem å være ambassadører for Kirken. Og de lærte å forstå verdien av Den hellige ånd, prestedømmet og den store kjærlighet Frelseren har til oss alle.

Vi omvendte ingen i løpet av de syv årene, men vi sådde frø. Vi er velsignet i dag fordi menneskene i den lille byen kom inn i vårt liv. Jeg håper de blir velsignet fordi vi kom inn deres. ■

Nancy Grant, Georgia, USA

**A** velge å være sømmelig har alltid vært lett for meg. Jeg vokste opp i et hus hvor normene var høye, og da jeg giftet meg i templet, minnet tempelkledningen meg om å kle meg sømmelig.

Men å kjøpe badetøy skulle vise seg å være en kamp for meg. Uten veiledning i form av tempelkledningen, oppdaget jeg at jeg ønsket å gå i badetøy som jeg ville skamme meg over, hvis noen jeg kjente fikk se meg i det.

Min mann og jeg planla et cruise for bare oss to. Jeg tenkte cruiset ville være den perfekte anledning til å gå med slikt badetøy. Jeg ville ikke se noen jeg kjente, og derfor ville jeg ikke ha dårlig samvittighet. Ingen ville vite at jeg var en siste-dagers-hellig, og alle de andre kvinnene på skipet vil mest sannsynlig være kledd som meg.

Ettersom jeg allerede var gift, var det ingen reell grunn for meg til å ha sømmelig badetøy, eller jeg trodde iallfall det. Retningslinjer for sømmelighet var bare for tenåringer, ikke sant? Men jeg hadde en nagende følelse i

bakhodet. Jeg var gift i templet. Jeg hadde nådd mitt mål om å holde meg verdig og finne en verdig mann. Og jeg ønsket å fortsette å velge det rette.

Jeg bestemte meg for å slå opp "Påkledning og fremtreden" i *Til styrke for ungdom*. Det hadde gått en stund siden jeg hadde lest heftet, så ordene gjorde inntrykk: "Ved din påkledning og opptreden kan du vise at du forstår hvor dyrebart ditt legeme er. Du kan vise at du er en Jesu Kristi disippel og at du elsker ham" ([2011], 6).

Disse ordene lød som et ekko i hodet mitt. Var jeg en Jesu Kristi disippel? Var jeg villig til å være trofast til *alle* tider og på *alle* steder (se Mosiah 18:9)?

Siden den gang har jeg besluttet at selv i slutten av 20-årene, må jeg fastholde prinsippene jeg lærte i min ungdom. Disse prinsippene gjelder definitivt fortsatt for meg. Jeg ønsker å være et godt eksempel for barna mine. Jeg vil at de skal vite at jeg er en Jesu Kristi disippel. ■

Julie Letner, Arizona, USA

**E**ttersom jeg allerede var gift, var det ingen reell grunn for meg til å ha sømmelig badetøy, eller jeg trodde iallfall det.



# Normer

## FOR ALLE TIDER

Av Lori Fuller

*Fem unge voksne forteller hvordan eksempler på lydighet fra Mormons bok veileder dem når de gjør valg mellom rett og galt.*

**T**idlig i vår evangelieopplæring lærer vi å skille mellom rett og galt. Vi lærer at valg har konsekvenser, at lydighet gir velsignelser og at gode valg bringer oss nærmere Gud. Når vi er tenåringer, får vi heftet *Til styrke for ungdom*, som tydelig angir normene for etterlevelse av evangeliet.

Men noen ganger for unge voksne som sliter med å leve i verden, men ikke av verden (se Johannes 17:14), kan valg og normer ikke lenger synes like klare. Kanskje det synes å være en bred middelvei å velge mellom, en stor gråsoner mellom rett og galt.

Selv om valgene kan virke vanskeligere etter hvert som vi blir eldre, gjelder fortsatt de samme normene som da vi var yngre. Prinsippet om lydighet er konstant. Å velge å være lydige nå, er like viktig som det noen sinne har vært. Når vi står overfor avgjørelser, kan prinsipper fra Mormons bok – som ble skrevet for vår tid – lede oss til å gjøre de beste valgene og minne oss på at de største velsignelser kommer av den største

lydighet. I denne artikkelen forteller fem unge voksne hvordan de anvender disse prinsippene.

### **Lydighet bringer oss nærmere Gud**

*“Hva skal jeg gjøre så jeg kan bli født av Gud, ... så jeg kan bli fylt med glede så jeg ikke blir forkastet på den siste dag? ... Jeg vil forsake alle mine synder for å kjenne [Gud]” (Alma 22:15, 18).*

Da kong Lamoni hørte Guds ord, besluttet han å forsake alle sine synder for å kjenne ham. Da han lærte Guds normer, var han fast bestemt på å holde dem for å holde seg nær til Gud. Sammen med de andre antinephi-lehittene, inngikk han og holdt sine pakter med vår himmelske Fader og “falt aldri fra” (Alma 23:6).

Prinsippet om lydighet gjelder i unge voksnes liv i dag også. Som Vijay Patha fra India forklarer: “Lydighet bringer oss nærmere Gud. Det gir fred i sinnet, tro, lykke, kjærlighet og optimisme. Det finnes ingen annen vei til disse, enn gjennom evangeliet.

“Når vi står overfor vanskelige beslutninger,” fortsetter han, “kan Den



hellige ånd veilede oss. Når det ikke er noen grenser, er vi i økt fare for å falle. Å holde mine pakter gir meg grenser. Disse grensene beskytter meg mot å komme inn på ukjente stier og har hjulpet meg mange ganger med å representere Kristus og avstå fra å gjøre ting som å bruke stygt språk. Å sette grenser gir klarhet.”

#### **Gud vil hjelpe oss å adlyde**

*“Jeg vil gå og gjøre det som Herren har befalt, for jeg vet at Herren ikke gir menneskenes barn noen befaling uten at han åpner en utvei for dem, så de kan utføre det han befaler dem” (1 Nephi 3: 7).*

Noen ganger kan bud synes vanskelige å følge, men vår himmelske Fader har lovet at han alltid vil gjøre det mulig for oss å adlyde. I likhet med Nephi, kan unge voksne som er fast bestemt på å være trofaste, vende seg til vår himmelske Fader for å finne styrke og evne til å være lydige. Duncan Purser fra England forteller hvordan dette skjedde for ham:

“Tiende er et bud med faste grenser: vi betaler 10 prosent av det vi

tjener. Men med fasteoffer får vi en større grad av fleksibilitet i vår lydighet.

Mens jeg sparte til å gå på universitetet, var det å skulle betale fasteoffer en utfordring for meg. Jeg kjempet virkelig på fastesøndag med å avgjøre om jeg skulle betale og hvor mye som utgjorde et 'rundhåndet' offer. Jeg vendte meg til bønn, og ikke bare følte jeg meg alltid tilskyndet til å betale fasteoffer, men jeg følte også en økt lyst til å gjøre det.

Jeg vet at Herren velsigner dem som holder dette budet, og når jeg adlyder, er jeg aldri uten livets nødvendigheter. Når vi etterlever evangeliet, holder budene og forstår at vi er eksempler for alle rundt oss, vil vårt ønske om å bli bedre øke, og Herren vil vise oss hva vi skal gjøre.

Herren har gitt oss normer til vårt beste. Vi kan velge i hvilken grad vi etterlever disse normene og om vår lydighet vil forandre oss eller ikke. Jeg har sett velsignelser komme når jeg følger tilskyndelser."

### **Herren ønsker at vi skal adlyde med nøyaktighet**

*"De adlød og passet på å utføre hver befaling helt nøyaktig. Ja, og det gikk dem ifølge deres tro" (Alma 57:21).*

Å strebe etter nøyaktig lydighet, slik de unge krigerne gjorde, vil hjelpe Jesus Kristi etterfølgere å bli ham lik.

Men vår Frelser og vår himmelske Fader forstår at ingen er fullkommen. For de gangene vi kommer til kort, har de gjort det mulig for oss å omvende oss og gjøre det bedre.

"Jeg mistet min drømmejente fordi vi brøt kyskhetsloven – bare litt," sier Tyler (navnet er forandret). "Men å bryte kyskhetsloven 'bare litt' er fremdeles å bryte kyskhetsloven. Jeg mistet stadig de dyrebare velsignelsene av lydighet. Jeg ønsket Ånden i mitt liv.

Jeg ønsket ikke å gjøre noen av de små tingene folk tror er OK 'så lenge vi ikke trenger å snakke med biskopen'. Jeg ønsket å holde loven 100 prosent. Men min beslutning om å være lydig kom for sent til å redde forholdet vårt. Våre brudd på kyskhetsloven hadde tilsmusset det.

Kyskhetsloven er til for vår beskyttelse. Det er ikke en grense for vår kjærlighet. I stedet er det den ultimate måten å uttrykke vår kjærlighet på. Ved å holde den sier vi: 'Jeg elsker deg nok til å respektere deg og holde Guds bud. Jeg elsker deg nok til å holde vårt liv Kristus-sentret.'

Som enslige voksne må vi også etterleve normene i *Til styrke for ungdom*. Kyskhetsloven er lik for alle, uansett alder eller situasjon. Jeg er takknemlig for dette nyvunne vitnesbyrdet fordi det vil hjelpe meg å komme nærmere Frelseren og min evige ledsager når jeg finner henne."



*Mormons bok lærer oss prinsipper for lydighet som kan hjelpe oss å klamre oss til jernstangen når vi står overfor beslutninger.*

## Streng lydighet holder oss unna fare

*“Og det skjedde at da Lehonti motok budskapet, våget han ikke å gå ned til foten av fjellet... Og det skjedde at da Amalickiah forsto at han ikke kunne få Lehonti til å komme ned fra fjellet, gikk han opp i fjellet” (Alma 47:11-12).*

Lehonti var bestemt på å holde stand. Men han kom frem til at å gå ned bare litt, for å møte sin fiende halvveis, ville være greit. Selv om Lehonti var sikker på at han hadde kontroll, begynte Amalickiah å gi ham “gift, litt om gangen” (Alma 47:18) til Lehonti døde, kanskje uten å ha blitt klar over faren før det var for sent.

Claudia R. fra Colorado i USA forteller hvordan hun holdt stand:

“Jeg føler at samfunnet beveger seg mot en gråsoner. For eksempel sier folk om alkohol: ‘En slurk kommer ikke til å skade deg.’ Den slags rasjonalisering er i bunn og grunn å spille et psykologisk spill med deg selv. Og det er i slike situasjoner – de som virker harmløse – at handlefriheten virkelig blir satt på prøve.

Så man må lære seg å stoppe, å sette ned foten. Noen mennesker tar det som starter som en gråsoner, og denne gråsonen blir virkelig mørk. Og da sitter man på en måte fast.

Jeg hadde vært på flere morsomme stevnemøter med en gutt, men én gang var vi alene i bilen i mørket,

gjorde han tilnærmelser mot meg. Jeg visste at det han ønsket å gjøre, kunne føre til andre ting. Jeg hadde ikke tenkt å la det skje, så jeg gikk ut av bilen.

Som enslige voksne, når noe er i strid med våre normer, må vi ta et standpunkt. Med stevnemøter ønsker man selvfølgelig å holde hverandre i hånden, klemme og kysse. Men Satan vil forføre oss til å tro at kyskhetsloven er en gråsoner der delvis lydighet er OK.

Våre normer må være fastere enn noensinne. Vi må bestemme oss før vi står overfor de vanskelige beslutningene. Vi må sette foten ned når ting er galt. Jeg vet at vår verden er ikke lett – vi har så mange ting som foregår. Men profetene og apostlene har gitt oss normer og retningslinjer. Jeg har en *Til styrke for ungdom* i lommeformat med meg, og det hjelper meg gjennom vanskelige tider.”

## Vi kan være lydige når andre rundt oss ikke er det

*“Hvis de ikke har kjærlighet, så angår det ikke deg. Du har vært trofast, derfor skal dine klær gjøres rene” (Ether 12:37).*

Da Moroni ba om at hedningene i fremtiden måtte bli velsignet, sa Gud til ham at det viktigste var at han hadde holdt seg trofast. Verden gjør det ikke enkelt for trofaste unge voksne å etterleve sine normer. Men

selv når andre velger en annen vei, er det mulig å velge en høyere vei.

I likhet med mange andre unge voksne, har Victor Kim i Sør-Korea opplevd situasjoner der andre ikke deler hans normer:

“På jobben gikk mine kolleger og jeg noen ganger ut for å spise som et team, og de drakk alltid. Det var mye press om å delta, og det var ikke lett å si nei til alle sammen. Jeg sørget alltid for at de visste på forhånd at jeg ikke drikker. Likevel måtte jeg være sterk og vise tillit til mine grenser.

Min erfaring er at de som ikke setter klare grenser, kan bli selvtilfreds, og kan til slutt overbevise seg selv om at en liten synd er OK. De kan bli numne for Ånden og ikke lenger se hva som er galt og hvorfor det er galt.

Gruppepress kan også være veldig sterkt. De som ikke er sterke, blir til slutt kanskje med fordi det vennene sier synes å være fornuftig, selv om det ikke passer med våre normer. Men det finnes ingen mellomting. Omsider må man velge.

For å holde seg sterk, hjelper det å ha en god venn slik at man kan snakke med hverandre og stole på hverandre. Slik kan man holde seg sterk sammen. Når jeg holder mine normer, føler jeg meg trygg. Jeg er verdig til å be Gud om beskyttelse. Jeg har tro på at hvis jeg lydige, vil han hjelpe meg.” ■

*Lori Fuller, Utah, USA.*

# VI TRENGER KRISTI KIRKE

*En trendy holdning er en djevelsk løgn.*

Av David A. Edwards

Kirkens tidsskrifter

Hvis du kunne ta en titt i djevens verktøykasse, ville du sett presisjonsinstrumenter for å lede folk på villspor, samt noen velbrukte verktøy som åpenbart finnes i hans reisepakning.

En bestemt sag han har tatt i bruk stadig oftere i vår tid, kommer i form av denne utspekulerte løggen: “Du trenger ikke organisert religion for å være et godt menneske, for å være åndelig eller for å elske Jesus. Alle kirkene er ufullkomne og fordervet uansett.”

Dette bedraget er utspekulert fordi det er avhengig av et par sannheter for å få deg til å svelge den store løggen. Det er sant at vi bør styrke vårt

forhold til Gud og at mennesker er ufullkomne, men disse kjensgjerningene betyr ikke at selve ideen om en kirke er gal.

Denne typen tenkning er falsk, og her er bare fem grunner til hvorfor:

### **1. Kristus opprettet sin kirke.**

I evangeliene til Matteus, Markus, Lukas og Johannes vil du se at en god del av Frelserens virke besto i å kalle folk, gi dem myndighet, lære dem opp i lederskap og lære dem hvordan de skulle opptre som gruppe. Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum har sagt: “De som avviser behovet for organisert religion, avviser Mesterens verk, som organiserte sin kirke og dens funksjonærer i tidenes midte, og som igjen organiserte dem i nyere tid.”<sup>1</sup>

### **2. Kirken forvalter evangeliet og dets ordinanser.**

Frelseren forkynte tydelig at dåpen og Den hellige Ånd er nødvendig for frelse (se Johannes 3:5) og at myndigheten til å forkynde evangeliet og utføre disse ordinansene, var regulert. Eldste Oaks har sagt: “Bibelen er klar på at prestedømsmyndighet er nødvendig og at denne myndigheten måtte overdras ved håndspåleggelse av personer

som innehadde den. Man mottar ikke prestedømmets myndighet på grunn av et ønske om å tjene eller ved å lese Skriftene.”<sup>2</sup>

**3. Kirken hjelper oss å bli bedre mennesker.** Eldste Donald L. Hallstrom i De syttis presidentskap sa nylig: “Vi trenger evangeliet og Kirken. Faktisk er hensikten med Kirken å hjelpe oss å etterleve evangeliet.”<sup>3</sup> Selv om Kirken består av ufullkomne mennesker, hjelper den oss å bli mer lik Jesus Kristus ved å lære oss hans lære, gi oss anledninger til tjeneste og personlig vekst og la oss inngå og fornye pakter med Gud.

**4. Enhet er viktig.** Herren har befalt oss: “Vær ett, og hvis dere ikke er ett, er dere ikke mine” (L&p 38:27). Denne enheten er en viktig del av vår himmelske Faders plan for oss. President Henry B. Eyring, førsteråd giver i Det første presidentskap, har sagt:

“Som vår himmelske Faders åndebarn, lengter vi etter den glede vi en gang hadde sammen med ham i livet før dette. Han ønsker å oppfylle dette hellige ønsket om enhet av kjærlighet til oss.

Han kan ikke gi oss det som enkeltpersoner. Den glede av enhet





som han så gjerne vil gi oss, er ikke isolert. Vi må søke den og kvalifisere oss for den sammen med andre. Da er det ikke rart at Gud oppfordrer oss til å komme sammen så han kan velsigne oss.”<sup>4</sup>

**5. “Organisert” er ikke synonymt med “dårlig” eller “fordervet”.** Vanligvis når folk kaller noen eller noe “organisert”, er det en kompliment. Men når det gjelder religion, er det av en eller annen grunn noe negativt. Ifølge eldste Neal A. Maxwell (1926-2004) i De tolv apostlers quorum, var en av grunnene til at Kristus organiserte sin kirke “at tilfeldig,

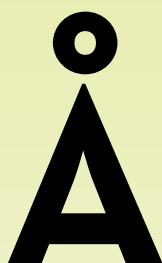
individuell godhet ikke er nok i kampen mot det onde”.<sup>5</sup> Herren gjorde saken klar da han sa: “Se, mitt hus er et ordens hus, sier Gud Herren, og ikke et forvirringens hus” (L&P 132:8). Organisert er akkurat det en religion trenger å være.

Når du støter på løgnene som er djevelens verktøy, husk at du har ditt eget sett med verktøy for å hjelpe deg å etterleve evangeliet – verktøy som er tilgjengelig for oss gjennom Jesu Kristi Kirke: Skriftene, Den hellige ånds gave, ditt vitnesbyrd og sannheter som er åpenbart gjennom profeter i vår tid. ■

**NOTER**

1. Dallin H. Oaks, “To kommunikasjonslinjer”, *Liahona*, nov. 2010, 85.
2. Dallin H. Oaks, “Den eneste sanne og levende kirke”, *Liahona*, aug. 2011, 50.
3. Donald L. Hallstrom, “Omvendt til evangeliet gjennom Hans kirke”, *Liahona*, mai 2012, 14.
4. Henry B. Eyring, “Våre hjerter knyttet sammen i enighet”, *Liahona*, nov. 2008, 69.
5. Neal A. Maxwell, “Why Not Now?” *Ensign*, nov. 1974, 13.

## “En av mine venner såret meg virkelig. Jeg vet at det forventes at jeg skal tilgi, men hvordan kommer jeg over smerten?”



**A**tilgi din venn og gi slipp på sårede følelser kan være vanskelig. Å tilgi og komme over såre følelser vil kreve barmhjertighet – din og Herrens. Din oppgave er ikke å prøve å komme over det vonde, men å tilgi: å vise barmhjertighet mot din venn (se L&p 64:8-10). Hvis du gjør det, vil Herren vise barmhjertighet mot deg hvis du søker hans hjelp. Det vil si, han kan erstatte såre følelser med kjærlighet og fred.

Snakk med din venn. Forsøk å forstå hva som skjedde. Du vil kanskje finne ut at din venn ikke mente å såre deg, noe som kan gjøre det lettere å tilgi og komme over det vonde.

Selv om tilgivelse er vanskelig eller tar lang tid, må du fortsette å prøve. Omsider vil du ønske å la vennen din få vite at du tilgir ham eller henne og fortsatt ønsker å være venner. Å bære nag på bekostning av et vennskap kan aldri føre til den fred som kommer av sann tilgivelse.

Husk at vi alle er avhengige av Frelserens forsoning for å bli tilgitt for våre synder. Be om å være i stand til å tilgi, og ha tro på at Herren vil hjelpe deg. Han har makt til å helbrede det vonde i hjertet ditt.

### La Herren dømme

La Herren være dommer over skadelige handlinger utført av andre. Husk at Herren sier: “Jeg, Herren, tilgir den jeg vil tilgi, men av dere fordres det at dere tilgir alle mennesker” (L&p 64:10). Det er vanskelig å glemme såre følelser, men hvis du ber om hjelp, vil du innse at tilgivelse kan helbrede forferdelige sår og erstatte hat med den fred og kjærlighet som bare Gud kan gi.

*Genesis H., 16 år, Antofagasta, Chile*

### Tilgi alle



Vår Herre Jesu Kristi lidelser fikk ham til å blø fra hver pore, men han overvant smertene og hadde styrke til å tilgi

mens han hang på korset. Ikke fordi han ikke følte smerte, men fordi for ham var Faderens vilje det eneste som betydde noe. For oss er også Guds vilje det eneste som bør bety noe, og han krever at vi tilgir alle. Selv om våre sår leges sakte, kan vi overvinne vår smerte gjennom bønn og oppriktig å tilgi dem som krenker oss.

*Ahou O., 17 år, Elfenbenskysten*

### Vær glad i dem



Jeg har funnet ut at den beste måten å takle vonde følelser på, er å elske vedkommende som fornærmet deg. Når

noen fornærmer meg, prøver jeg å gi dem komplimenter og vise ekstra godhet mot dem så mye som mulig. Ved å gjøre dette, får ikke sinnet feste seg i deg. I stedet forsvinner det fullstendig. Du vil få et styrket forhold til den som fornærmet deg.

*Katie A., 18 år, Utah, USA*

### Husk nestekjærlighet

Nephi forkynte: “Gud Herren [har] gitt et bud om at alle mennesker skal ha kjærlighet, og denne kjærlighet er nestekjærlighet” (2 Nephi 26:30). For meg er nestekjærlighet den beste måten å komme over det vonde på når en av vennene mine har fornærmet meg.



Nestekjærlighet innebærer å godta at andre er annerledes, godta svakheter og feil, å ha tålmodighet med noen som har sviktet oss, eller motstå innskyttelsen til å bli fornærmet når andre ikke gjør ting slik vi hadde håpet. Hvis vi har kjærlighet til våre venner, vil vi bli velsignet.

*Liezel V., 21 år, Negros Occidental, Filippinene*

### Se dem gjennom Herrens øyne

Jesus Kristus har følt din smerte slik at du kan bli tilgitt for dine synder, og også slik at du kan tilgi andre. Når du ber om evnen til å se noen gjennom hans øyne, vil du oppdage at du forstår dem bedre. Ettersom ukene går, vil du legge merke til at de vonde følelsene vil avta.

*Kimberly B., 18 år, Nebraska, USA*

### Be om å føle barmhjertighet



Be til vår himmelske Fader om at du og din venn må ha mot til å tilgi hverandre. Å tilgi noen som har såret deg, er en

Kristus-lignende handling. Tilgivelse kurerer selv de mest såre følelser.

*Lehi E., 16 år, Abu Dhabi, De forente arabiske emirater*

### Be om at du må lære å tilgi

Du må be om at du må lære å elske og tilgi andre. Selv om tilgivelse noen ganger kan være svært vanskelig, er vår himmelske Fader alltid villig til å hjelpe oss. Husk det eksemplet som Frelseren satte ved å tilgi alle.

Kolosserne 3:13 lyder: "Så dere tåler hverandre og tilgir hverandre dersom en skulle ha noe å anklage en annen for. Likesom Kristus har tilgitt dere, skal også dere tilgi hverandre." Ekte tilgivelse er en prosess, noen ganger en lang en. Men når vi virkelig tilgir, føler vi stor lettelse og glede. Jeg vet at med innsats vil du være i stand til å kvitte deg med smerten og finne ekte lykke.

*Leonardo L., 20 år, Buenos Aires, Argentina*

### Stol på forsoningen

Mitt hjerte fylles med glede når jeg husker at Jesu Kristi forsonende kraft kan ta bort vår smerte. Vi har alle vonde opplevelser fra tid til annen, men ved å holde fast ved vår himmelske Faders ord, kan vi motta den styrke vi trenger for å holde ut. Selvmens soldatene naglet ham til korset, ba Jesus Kristus Faderen om å tilgi dem. Hans indre var fylt med kjærlighet og nåde for alle mennesker. Jeg

vet at hvis vi kommer til ham og ber om hans hjelp, vil vi bli innhyllet i hans uendelige kjærlighet.

*Virginia M., 20 år, Peru*



### FØLG FRELSE-RENS EKSEMPEL

"Under den mest smertefulle delen av korsfestelsen kunne Frelseren si: 'Far, forlat dem, for de vet ikke hva de gjør' (Lukas 23:34). Det er en vanskelig ting å be om når vi har blitt fornærmet, er slitne eller stresset eller lider uskyldig. Men det er da kristen adferd betyr aller mest."

**Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum, "Lessons from Liberty Jail", Ensign, sep. 2009, 32.**

## KOMMENDE SPØRSMÅL

"Templet er så langt unna at jeg ikke får til å dra dit så ofte. Hvordan kan templet bli en større del av livet mitt i dag?"

Send svaret som e-post innen 15. mars til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org), eller send det i posten til:

*Liahona, Questions & Answers 3/2013*  
50 E. North Temple St., Rm. 2420  
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Svar kan bli redigert på grunn av lengde eller klarhet.

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



# LYS ... KAMERA ...

**D**u har sikkert hørt uttrykket “Hele verden er en scene” fra William Shakespeares berømte skuespill *As You Like It*. Tanken Shakespeares rollefigur uttrykte, er at vi alle spiller roller i livets store skuespill. Mitt spørsmål til deg er nå: “Hva er din rolle i livet?” eller enda bedre: “Hva ønsker du at din rolle i livet skal være?”

President David O. McKay (1873-1970) sa: “Tanker er handlingers frø, og kommer forut for dem.”<sup>1</sup> Men hva får dine tanker til å bli manuset i hjernen din? Du vet sikkert at hjernen

*Du er den som bestemmer hvordan du vil skrive manuset for ditt liv.*

er som en datamaskin: Du kan bare få ut det du har lagret i den. Hvis du bare legger inn søppel, så er det alt du noensinne vil få ut. Du må innse at alt du ser, leser eller lytter til, vil bidra til skrive manuset for ditt liv.

## **Sterke bilder og tanker**

Siden en stor del av min yrkeskarriere var innen markedsføring, har jeg mye erfaring med å se hvordan media kan skape sterke bilder og tanker i folks bevissthet. Å lage en stor TV-reklame kan være akkurat som å lage en Hollywood-film, bortsett fra at opptakene vanligvis gjøres i løpet av noen få dager istedenfor måneder.

Etter å ha brukt lang tid på å undersøke og planlegge en mediekampanje, kunne jeg leie inn filmfotografer fra Hollywood, modeller fra Italia og musikkprodusenter fra New York City. Så begynte arbeidet. Ifølge en frentisk produksjonsplan, startet vi så en reklamekampanje i alle typer medier. Det var fascinerende, spennende og morsomt arbeid.

Med denne erfaringen kan jeg fortelle deg at jeg vet at annonsene du ser på nettet, på TV eller i blader, ikke

Av Adrián Ochoa

Annenrådgiver  
i Unge menns  
generalpresidentskap



# OPPTAK!

er ekte. Bildene du ser, er bare kunstneriske kreasjoner, laget i den hensikt å lokke folk til å kjøpe det annonserte produktet. Derfor gikk jeg aldri med på å lage reklame for produkter jeg ikke trodde på. De fleste forstår disse kjensgjerningene om reklame, men det samme generelle prinsippet gjelder for filmer, TV-programmer, Internett- og mobilt innhold og elektroniske spill: de er alle laget med beregnede budskap og motiver.

## Kraftig beskyttelse

Fordi Satan bruker media til å prøve å forføre oss til å bryte Guds bud, bør du med urokkelig besluttsomhet følge rådene i *Til styrke for ungdom*: “Velg klokt når du bruker media, for alt du leser, lytter til eller ser på påvirker deg. Velg bare medier som virker oppløftende.”<sup>2</sup>

Husk at i virkeligheten er du her i dette livet for å utvikle din tro, for å bli prøvet, for å lære og for å være lykkelig. Som medlem av Kristi sanne kirke, har du stor makt på din side. Du har Den hellige ånds kraft til å advare deg når noe foran deg ikke er riktig. Du har også handlefrihet, slik at du kan velge hva du vil og ikke vil gjøre.

Hvis du ikke har vært klok til tider og tidvis har valgt å se eller lytte til feil innhold, bestem deg nå for å gjøre en endring. Hvis de dårlige valgene har redusert din evne til å føle Ånden, gå ned på kne og be din himmelske Fader om styrke og tilgivelse. Og hvis du fortsatt har problemer, be om hjelp fra dine foreldre eller din biskop. Du kan føle skam eller redsel for å snakke med dem, men det betyr at du trenger å gjøre det enda mer. Med mot og ydmykhet kan du overvinne dine utfordringer, og når du gjør det, vil du føle omvendelsens strålende fred og glede.

Du er ikke bare en skuespiller på en scene. Du er et Guds barn i en prøvetid som er fylt med gode og dårlige medier. Hvis du fører din ånd med rett innhold, vil din rolle i livet være en lykkelig en, og du vil være som et lys som skinner for å hjelpe og veilede andre. Det er alltid mørke rundt oss, men det er alltid en evig og opplyst sti som veileder oss til kilden til all godhet og alt lys. ■

## NOTER

1. David O. McKay, *Stepping Stones to an Abundant Life*, red. Llewelyn R. McKay (1971), 206.
2. *Til styrke for ungdom* (2011), 11.



### **ER DET VERDT VÅR TID?**

“Tenk over hvordan vi bruker vår tid på de valgene vi tar når det gjelder å se på TV, spille videospill, surfe på Internett eller lese bøker eller blader. Naturligvis er det bra å se sunn underholdning eller å innhente interessant informasjon. Men ikke alt av den karakter er verdt den store porsjonen av vårt liv som vi vier det. Noen ting er bedre, og andre ting er best.”

Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum, “Bra, bedre, best”, *Liahona*, nov. 2007, 105.

# AVHENGIG AV VIDEOSPILL

## Navn ønskes ikke oppgitt

**D**a jeg var 13, ga mor meg et videospill til fødselsdagen. Videospill var relativt nytt for meg, og dette hadde flott grafikk og var svært underholdende. Det var skoleferie, og jeg bestemte meg for at jeg ville fullføre spillet så snart som mulig slik at jeg ville få mer tid til å leke ute med vennene mine.

En torsdag ettermiddag begynte jeg å spille mitt nye videospill. Før jeg visste ordet av det, var det over midnatt, og jeg hadde ikke holdt aftenbønn. Men jeg fortsatte å spille.

Ting ble bare verre. Da jeg våknet neste dag, var det første jeg gjorde å

slå på spillet og begynne å spille igjen. Jeg stoppet knapt nok for å spise eller sove, og alt jeg tenkte på var hvordan jeg skulle komme til neste nivå i spillet mitt.

På lørdag kveld advarte mor meg og sa at hvis jeg ikke gikk og la meg tidlig, ville det bli vanskelig å våkne neste morgen for å gå i kirken. Men jeg fortsatte å spille, og sovnet ikke før klokken tre. Da jeg kom til kirken, var jeg så sliten at jeg hadde problemer med å konsentrere meg. Jeg var ikke i stand til å dele ut nadverden, og jeg dro hjem for å sove, fullstendig utmattet.

Jeg sov gjennom hele søndag og våknet ikke før mandag morgen, og jeg våknet bare så jeg kunne fortsette å spille. Den uken visste jeg at jeg måtte få en god natts søvn og prøve å gå tidlig til sengs, men selv da fortsatte jeg å kaste bort tiden min på videospill. Jeg begynte å bruke mer tid på å spille videospill enn på å lese Skriftene. Faktisk sluttet jeg til og med å lese i flere dager. Da skolen begynte igjen, forbød mamma meg å spille i løpet av uken, så jeg utnyttet helgene til å spille, også på søndager.

Ved ikke lenger å delta på søndagsmøter, sluttet jeg å gjøre det som egentlig betydde noe, for noe så uviktig som et videospill. Jeg fulgte ikke rådet fra min bestefar, som en gang sa: "Du må aldri forsake de tingene som virkelig betyr noe, for noe trivielt." Dette rådet har jeg alltid husket.

Jeg innså at jeg trengte å finne balanse i livet. En ting som hjalp meg, var min Seminar-klasse. På min ungdomsskole ble Seminar holdt som en del av den daglige timeplanen, og det hjalp meg mye. Det ga meg mulighet til å lære å få orden på prioriteringene mine og sette Herren foran alt annet. Hvis vi stoler på ham, og hvis vi ber ham av et oppriktig hjerte om å hjelpe oss med et eller annet aspekt av vårt liv, vil Herren høre oss. Hvis vi virkelig ønsker å forandre oss, så kan vi det.

Heldigvis trengte jeg ikke å gjennomgå noen stor krise for å slutte å spille. Å få orden på mine prioriteringer og begrense tiden jeg brukte på spilling, var nok. Det skjedde imidlertid ikke før jeg ba Herren om hjelp, og han hjalp meg. ■



# FOKUSER på VERDINORMER

*Å utvikle evige verdier vil hjelpe oss å bli alt vår himmelske Fader ønsker at vi skal være.*



**Av eldste  
Russell M. Nelson**  
i De tolv apostlers  
quorum

*Jeg ønsker å snakke om noen av de verdiene dere bør være fokusert på i det daglige liv. Dere unge kvinner vil gjenkjenne dem. Og dere unge menn, de er ikke utelukkende for de unge kvinnene. Disse verdiene er like verdige deres oppmerksomhet som de er for de unge kvinnene.*

## **Tro**

Unge kvinners første verdinorm er tro. Tro er faktisk evangeliets første prinsipp. Deres tro skulle fokusere på vår kjærlige himmelske Fader og hans elskede Sønn, vår Herre Jesus Kristus. Dere skulle også kontinuerlig styrke deres tro på Guds frelsesplan.

Det er viktig å utvikle tro for å holde alle Guds bud, vel vitende om at de er gitt for å velsigne dere og gi dere glede. Dere vil møte folk som velger hvilke bud de vil holde og hvilke de vil ignorere. Å velge og vrake på denne måten vil ikke fungere. Det vil føre til elendighet. For å forberede dere til å møte Gud, må dere holde alle hans bud. Det krever tro å adlyde dem, og denne troen vil bli styrket ved å holde hans bud.

## **Guddommelige egenskaper**

Unge kvinners andre verdinorm er guddommelige egenskaper. Det er en voksen måte å si: "Jeg er Guds barn." Dere har guddommelighet i dere. Vår himmelske Fader skapte dere.

Har dere noen gang tenkt på å være takknemlig for hjertet deres? Se på jobben det gjør. Det pumper nok væske hver dag

til å fylle en jernbanetankvogn, cirka 7500 liter. Inne i hjertet er det fire sett med ventiler som åpner og lukker seg 100 000 ganger om dagen, mer enn 36 millioner ganger i året, og de går ikke i stykker. Ingen kunstige materialer – papir, plast, metall eller stål – kan åpne og lukke seg så mange ganger, med den frekvensen, uten å gå i stykker. Alle organer i kroppen er så godt designet og så fantastiske i sin funksjon.

Dere vet at hvis dere prøver å svømme under vann uten å puste, holder dere bare ut en viss tid. Hva er det som driver dere opp for å puste? Karbondioksid blir målt med to små målere i halsen, og de gir melding til hjernen som om de sier: "Ditt karbondioksidnivå er for høyt. Kvitt deg med det." Så dere svømmer opp til overflaten og puster, og blir kvitt karbondioksid.

For noen fantastiske evner kroppen har! Ta godt vare på kroppen. Ikke gjør noe som ville besudle den naturlige skjønnheten i dette fantastiske, gudgitte skaperverket.

### Egenverd

Unge kvinners neste verdinorm er egenverd. En trofast Jesu Kristi disippel vil bli en hengiven sønn eller datter av Gud – mer opptatt av å være rettskaffen enn å være egoistisk, mer ivrig etter å utøve medfølelse enn å utøve herredømme, mer forpliktet til integritet enn til popularitet.

Dere kjenner deres uendelige verdi. Faktisk erklærer hver trofast ung kvinne i Kirken at egenverd er en av hennes mest skattede verdier. Hun erklærer: "Jeg har uendelig verdi, og jeg har min egen guddommelige misjon som jeg vil strebe etter å oppfylle" (*Unge kvinner – personlig fremgang* [hefte, 2009], 29). Det samme gjelder unge menn. Hver sønn og datter av Gud er av uendelig verdi på grunn av sin guddommelige misjon.



T.H.: FOTOUILLSTRASJON: DEREK ISRAEISEN



Egenverd omfatter også utvikling av tro som et individ. Ingen andre kan utvikle deres tro for dere. Dere kan ønske at dere hadde troen til president Thomas S. Monson eller en annen helt, men dere må utvikle den selv. Når dere gjør en feil, må omvendelsen fra disse tidligere problemene foregå individuelt. Da dere ble døpt og mottok Den hellige ånd, ble det gjort individuelt. Dere inngår også pakter individuelt. Disse frelsende ordinanser er alle en individuell sak.

De største ordinanser og velsignelser ved medlemskap i Kirken kommer i templet. Der har vi ordinansene begavelse og besegling til foreldre, ektefeller og forfedre. Alle opphøyelsens ordinanser er et familieanliggende. Ser dere forskjellen? De *frelsende* ordinanser er individuelle, men *opphøyelsens* ordinanser involverer mer enn én person.

### Kunnskap

Unge kvinners neste verdinorm er kunnskap. I Kirken er det å skaffe seg utdanning og oppnå kunnskap et religiøst ansvar. Vi utdanner vårt sinn slik at vi en dag kan yte tjeneste som er verdt noe for noen andre. Å være utdannet er forskjellen mellom å ønske at dere kan gjøre noe godt og å kunne gjøre noe godt.

Ofte spør folk meg hvordan det er å være lege. De spør: "Hvor lenge studerte du?" Vel, det var ganske lenge. Fra jeg fikk min medisinske grad og til jeg mottok min første betaling for utførte profesjonelle tjenester, gikk det 12 og et halvt år. Det var en lang tid, men hvor gammel ville jeg ha vært 12 og et halvt år senere om jeg ikke hadde gjort det? Akkurat like gammel. Så dere kan like gjerne gjøre deres beste for å bli alt det dere kan bli.

Min medisinske utdanning gjorde meg i stand til å utføre en hjerteoperasjon på

president Spencer W. Kimball (1895-1985) i 1972. Så se ikke bort fra kunnskap. Guds herlighet er virkelig intelligens (se L&P 93:36).

### Valg og ansvarsbevissthet

Unge kvinners neste verdinorm er valg og ansvarsbevissthet. Dette er en annen måte å si "handlefrihet" på. Handlefrihet er en del av livet fordi vår himmelske Fader ønsket at hver og en av oss skulle handle på egen hånd og bli det vi ønsker å være.

Valg og ansvarsbevissthet forteller deg at for hvert valg du gjør, er du ansvarlig for konsekvensene av det valget. Så vi trenger å ta ansvarlige beslutninger. Det spiller sannsynligvis ingen særlig rolle om dere bruker et blått slips eller et rødt slips eller en lilla kjole eller en grønn kjole, men det som betyr noe er hvorvidt valget bringer dere nærmere eller lenger bort fra Herren og hans livsstil. Og hvorfor gir vi dere råd og ber dere innstendig om å følge Herrens vei? Det er rett og slett fordi det er veien til lykke.

### Gode gjerninger

Deretter kommer Unge kvinners verdinorm gode gjerninger. Denne verdinormen bygger på Jesu Kristi liv, som elsket mennesker. For å vise sin kjærlighet til mennesker, tjente han dem. Når vi elsker noen, viser vi det ved å gjøre noe godt. Så lær å tjene: finn et behov og oppfyll et behov. Overrask andre med en god gjerning de ikke hadde regnet med. Vi har denne muligheten hjemme, på skolen og i kirken.

Jeg husker første gang jeg dro til Afrika som generalautoritet. Min reisefelle var eldste Russell C. Taylor. Hver morgen når jeg våknet, oppdaget jeg at han hadde pusset skoene mine. Han trengte ikke å pusse



skoene mine, men det var hans måte å si: “Jeg er glad i deg” på.

### Integritet

Unge kvinners neste verdinorm er integritet. Ordet *integritet* kommer av ordet *integer*, som betyr “hel” eller “intakt”. I medisiner snakker vi om hjertets strukturelle integritet. Så når noe går galt – for eksempel en skade på hjertet – sier vi at det har mistet sin integritet – det gjør ikke lenger hva det er ment å gjøre. Anvendt på et menneske, betyr integritet at du er pålitelig – at man kan regne med deg.

I Skriftene leser vi at profeten Joseph Smiths bror Hyrum var elsket av Herren på grunn av “hans hjertes oppriktighet” (L&P 124:15). Herren snakket ikke om hjertets anatomi. Han snakket om integriteten til Hyrums ånd.

### Dyd

Unge kvinners nyeste verdinorm er dyd. *Dyd* er et fantastisk ord. Hva sier dette dere? *Dyd* betyr “renhet”. Men det er også en annen betydning. Husker dere i Det nye testamente da kvinnen som hadde blødninger, rørte ved kanten av Frelserens kappe? Frelseren sa: “Noen rørte ved meg, for jeg kjente at en kraft gikk ut fra meg” (Lukas 8:46). I dette tilfellet har *dyd* en annen betydning. I det greske språket er det ordet *dunamis* som er roten til ordene *dynamo* og *dynamitt*. Det betyr “kraft”. Vi ønsker begge typer dyd for dere dyrebare unge menn og unge kvinner.

### Bli alt dere kan være

Kunnskap gir kraft, renhet gir kraft, kjærlighet gir kraft. Vi vil at dere skal ha kraft

til å bli alt det Herren ønsker at dere skal bli. Dere vokser, dere forandrer dere og dere er ansvarlige for hva dere vil ende opp med å bli.

Jeg tror ikke det spiller noen rolle om dere er møbelselger, kirurg, advokat eller arkitekt. Ethvert verdig yrke, hva som enn passer dere, er fantastisk. Men det som virkelig teller, er hva dere blir.

Still dere selv disse spørsmålene: Har jeg integritet? Har jeg renhet? Har jeg kjærlighet? Har jeg medfølelse? Alle disse egenskapene er uvurderlige. Og når dere tenker på og lever i samsvar med Unge kvinners verdinormer, vil de hjelpe dere å bli alt det dere kan være. ■

*Fra en tale til ungdom i Nairobi i Kenya i november 2011.*



## MIN SEMINAR-LÆRER HADDE DET LIKE TRAVELT

**P**å Filippinene er det videregående skoler med hovedvekt på naturfag og et sterkt fokus på akademia. Elever ved disse skolene tar flere fag, tilbringer mer tid på skolen og har mye lekser. Dette er den type miljø jeg var i som ung kvinne.

Jeg ga opp mange aktiviteter da jeg begynte på videregående, fordi jeg visste at jeg kom til å bruke så mye tid på å studere. Jeg gikk nesten aldri på Kirkens aktiviteter og hoppet av og til over kirken på søndager på grunn av skolens arrangementer. Jeg slet også med å delta i Seminar.

En lørdag fortalte min Seminar-lærer oss hvor travelt hun

hadde det da hun gikk på videregående. Til tross for sin timeplan, klarte hun å gjøre sine Seminar-oppgaver og studere Skriftene på biblioteket.

Jeg bestemte meg for å ta hennes utfordring om å gjøre det samme. Jeg hadde med meg Kjenn Skriftene-kortene mine hele tiden og repeterte dem på fritiden. Jeg ba om hjelp til å balansere mitt Seminar-studium med skolens krav. Jeg lærte skriftsteder utenat på vei til og fra skolen. Jeg tok frem kortene mens jeg snakket med venner. I friminuttene og i lunsjen likte mine venner å spørre meg om mestringskortene. Og så begynte noen av dem å ha med seg sine skrifter og snakke om aktiviteter i sine kirker. Jeg følte at stemningen rundt meg forandret seg, og skolen føltes lettere og bedre.



Mine tre yngre søstre fulgte mitt eksempel, og nå høster min familie Skriftenes velsignelser i vårt hjem. Å lære mine Kjenn Skriftene-vers var en veldig enkel handling, men viktigere enn de innlærte ordene var det at jeg lærte hvilken innvirkning Skriftene kunne ha på meg og menneskene rundt meg. Jeg vet at uansett utfordring eller prøvelse vi står overfor, vil vi alltid finne styrke og veiledning i vår kjærlige Frelasers ord.

Av Maria Andaca, Metro Manila, Filippinene

## DET BESTE SPRÅK

**F**ordi vi bruker samme munn til å be, bære vitnesbyrd og velsigne den hellige nadverd som den vi bruker til å snakke, må vi passe på å holde våre ord rene og ubesmittede. Måten vi snakker på sier mye om hvem vi er og hva slags liv vi lever. Apostelen Paulus sa: "La ikke råttent snakk gå ut fra deres munn, men god tale som er nødvendig til oppbyggelse og som blir til velsignelse for dem som hører på" (Efeserne 4:29). Det fornærmer vår himmelske Fader når vi misbruker hans navn. Det motsatte av bespottelse er bønn. Når vi ber, bruker vi det beste språket vi kan. Når vi kommuniserer med vår Fader i himmelen som elsker oss, er det viktig for oss å gjøre det med renhet og ydmykhet. På denne måten vil vi bli ledet og til å kunne se evangeliets uendelige velsignelser i vårt liv.

Av Jared Rodriguez, Maryland, USA

## EN NY VENN

Jeg satt ved et lunsjbord sammen med mine venner da jeg la merke til at en ny gutt som het Michael, hadde blitt overført til vår lunsjpause. Det virket som han ikke egentlig kjente noen, men var villig til å få noen nye venner. Han bestemte seg for å sitte sammen med en gruppe eldre gutter, som lot til å være hans venner en stund, men endte opp med å gjøre narr av ham. De fortsatte å gjøre narr av ham til han begynte å gråte. Jeg så dette skje, og det plaget meg

virkelig. Senere fikk jeg vite at Michael har autisme.

Jeg bestemte meg for å spørre Michael om han ønsket å sitte sammen med mine venner og meg. Han sa nei, trolig av frykt for at folk skulle gjøre narr av ham igjen. Han bestemte seg for at han heller ville sitte alene.

Neste dag gikk jeg bort til ham og presenterte ham for vennene mine. Jeg skjønte at han ble glad for at jeg ikke hadde gitt ham opp, og vi begynte å snakke sammen. Jeg fikk vite at han er proff i bondesjakk. Han er nesten uslåelig. Jeg har også skjont hvor utrolig smart han er. Han kan alle de amerikanske presidentene og

kan fortelle deg hvilke år de satt som president. Han er fantastisk, men ikke mange var villige til å se forbi hans funksjonshemming. Noen av de andre elevene ertet meg fordi jeg satt sammen med ham, men jeg brydde meg ikke om dem. Jeg likte å være sammen med Michael.

Hver dag som vi møttes til lunsj, kunne jeg se at Michael var blitt en gladere person. Han gledet seg til lunsj hver dag, og det samme gjorde jeg. Det jeg så på ganske enkelt som en tjenestetjerning, var i virkeligheten begynnelsen på et fantastisk vennskap.

Av Laura Potts, Illinois, USA



Svar på spørsmål

# OM FRELSSESPLANEN

Av Michael R. Morris  
Kirkens tidsskrifter

“Og hva mener mormoner om ekteskap?” spurte min spansk lærer på videregående meg.

Alle mine klassekamerater snudde seg for å høre svaret mitt. Jeg svelget idet jeg lurte på hvordan vår klassediskusjon hadde vandret fra Don Quixote og Dulcinea til stevnemøter og ekteskap.

Det var ingen andre medlemmer av Kirken i klassen. Hva skulle jeg si? Hvor mange detaljer skulle jeg gi? Ville alle gjøre narr av meg hvis snakket om evig ekteskap?

“Vi, eh . . .” stammet jeg, fortsatt usikker på hva jeg skulle si.

Akkurat da kom min venn Denise meg til unnsetning. “Mormoner har et vakkert syn på ekteskapet,” sa hun. “De tror at ekteskap utført i deres templer kan vare evig.”

“Det er vakkert,” svarte læreren. Selv mine klassekamerater virket fornøyd.

Dermed fortsatte leksjonen, og jeg lurte på hvorfor jeg hadde svettet over et spørsmål som min venn som ikke var medlem, svarte så lett på.

Etter hvert som stadig flere hører om Kirken, vil siste-dagers-hellige få flere

muligheter til å svare på spørsmål om evangeliet. På videregående skole lærte jeg at vi ikke trenger å gi lange svar, og vi trenger ikke å være redde. De vakre, enkle læresetningene i evangeliet taler for seg.

Neste gang vennene dine stiller spørsmål om det vi kjenner som “frelsesplanen”, kan du vurdere å bruke følgende korte svar. De gir detaljene folk flest ønsker å vite, så du trenger ikke å føle at du må vise hele frelsesplanen i et diagram.

Hvor kommer vi fra?

Vi er evige personer. Før vi ble født, levde vi sammen med Gud, våre ånders Far. Alle personer på jorden er bokstavelig talt brødre og søstre, sønner og døtre av den samme Fader i himmelen. I vårt førjordske liv var hver enkelt av oss en person med en guddommelig natur og fremtid. Gud ga oss alle handlefrihetens gave, eller retten til å velge selv, både i det førjordske liv og her på jorden. Fordi han er våre ånders Far, kaller vi ham vår himmelske Fader.

Hvorfor er vi her?

Jordelivet er en del av Guds plan for vår evige lykke. Denne planen omfatter å få en fysisk kropp og lære å velge mellom godt og ondt. Vår nålevende profet, president Thomas S. Monson, har sagt: "Hvor takknemlige vi skulle være for at en klok Skaper dannet en jord og plasserte oss her med et glemselens slør over vår tidlige tilværelse, slik at vi kan oppleve en prøvetid, en mulighet til å vise oss verdige så vi kan kvalifisere oss for alt som Gud har forberedt for oss" ("Livets løp," *Liahona*, mai 2012, 91).

som er rettferdige, blir ønsket velkommen i en lykkens tilstand som kalles paradiset, en hvilens tilstand, en fredens tilstand hvor de skal hvile fra alle sine vanskeligheter og fra all bekymring og sorg" (Alma 40:11-12).

Hvis vi anvender Jesu Kristi forsoning, eller offer, omvender oss fra våre synder og forsøker å leve slik han levde, vil hans forsoning rense oss og gjøre det mulig for oss å leve evig sammen med vår himmelske Fader.

De som velger å ikke følge Kristus og ta imot hans evangelium, vil ikke motta disse velsignelsene (se Alma 40:13-14).

Hvor går vi hen etter dette livet?

Vårt liv fortsetter etter at vi dør, men vårt fremtidige liv kommer an på hvordan vi lever nå. Hvis vi etterlever evangeliet, gjør vår Herre Jesu Kristi nåde oss i stand til å omvende oss, bli tilgitt og bli rene for Gud.

I Mormons bok lærer vi "at alle menneskers ånder så snart de har forlatt dette dødelige legeme, . . . enten de er gode eller onde, blir tatt hjem til den Gud som ga dem liv.

Og da skal det skje at deres ånder

Hva er Jesu Kristi rolle?

Vår himmelske Fader sendte sin Sønn, Jesus Kristus, for å være vår Frelser og vise oss hvordan vi skal etterleve Guds plan. Frelserens forsoning kan vaske bort våre synder og gjøre oss verdige til å vende tilbake til Guds nærhet. Etter Frelserens korsfestelse lå hans legeme i graven i tre dager før hans ånd vendte tilbake. Som følge av Jesu seier over graven (se Mormon 7:5), vil vi oppstå etter at vi dør og leve evig i fullkomne legemer. ■



## DELTA I DISKUSJONEN



I hele februar vil du studere frelserplanen i Søndagsskolen, Unge kvinner-klasser og i prestedømsquorumene. Søndagsskolen vil spesielt fokusere på hvordan du kan *undervise om* frelserplanen. Vurder å lage en liste over spørsmål du eller vennene dine kan ha om frelserplanen, og del dem med læreren din og de andre ungdommene i menigheten eller grenen.

Sammen kan dere finne måter å undervise andre i denne læren på.



### FORBEREDT TIL Å UNDERVISE

"Hvis dere etterlever evangeliets prinsipper [istedenfor] bare å studere dem, vil denne spesielle kombinasjonen av kunnskap hjelpe dere å være trygge og beredt til å undervise om det dere vet er sant."

Eldste M. Russell Ballard i *De tolv apostlers quorum*, i Michael Otterson, "Svar på spørsmål om vår tro," *Liahona*, aug. 2012, 78.



# Hvordan leder jeg et møte?

**D**u har fylt 12 og gått over fra Primær til Unge kvinner eller Det aronske prestedømme. Ting går bra, og du elsker noen av de nye tingene du får gjøre. Du har imidlertid oppdaget at denne endringen også medfører nye ansvarsoppgaver.

En av disse oppgavene som kan være litt skummel for deg, er at du nå kan bli bedt om å lede møter.

Avhengig av hvilket møte du leder (GUF-aktivitet, søndagsmøter, quorums- eller klassepresidentskapsmøter), kan kravene og dagsordenen være litt

forskjellig, men her er noen generelle forslag og retningslinjer å overveie når du skal ivareta dette ansvaret:

- Bruk en dagsorden som skisserer hva som vil skje på møtet. Spør dine ledere om de har en dagsorden-mal som du kan fylle ut.
- Velg musikk som vil innby Ånden.
- Planlegg åpnings- og avslutningsbønn.
- Gi oppdrag på forhånd hvis du kan.
- Kom tidlig og sørg for at alt er klart.
- Bekjentgjør hvem som skal be, lede musikken, undervise og gjøre andre ting på møtet.
- Vær ærbødig når du leder, og la Ånden lede deg. Vær et godt eksempel for andre ungdommer som deltar på møtet.

Å lære å lede et møte kan være litt skremmende i starten, men det vil bli lettere etter hvert som du gjør det mer, og det vil hjelpe deg å få noen av de ferdighetene du trenger som en fremtidig leder i Kirken. ■



## EKSEMPEL PÅ DAGSORDEN

De fleste møter i Kirken følger et lignende mønster. Her er det din dagsorden mest sannsynlig vil inneholde:

- Velkommen
- Åpningssalme
- Åpningsbønn
- Presentasjon av besøkende
- Saker til behandling og bekjentgjørelser
- Leksjon eller aktivitet
- Avslutningsbønn

ET SPESIELT VITNE



Av eldste Richard G. Scott  
i De tolv apostlers quorum

*Medlemmene i De tolv apostlers quorum er spesielle vitner om Jesus Kristus.*

# Hvordan Skriftene hjelper meg?

**V**år himmelske Fader forsto at vi ville møte vanskelige utfordringer. Han ga oss hjelpemidler for å hjelpe oss å lykkes. Et av disse hjelpemidlene er Skriftene.

Skriftene åpner kanalen for kommunikasjon med vår himmelske Fader og Jesus Kristus.

Skriftene kan bli trofaste venner for oss. De er alltid tilgjengelig når vi trenger dem.

Stor kraft kan komme av å lære skriftsteder utenat.

Å grunne på et skriftsted kan være en nøkkel til å motta åpenbaring og Den hellige ånds veiledning.



*Fra "Skriftenes kraft",  
Liahona, nov. 2011, 6-8.*

# Det som virkelig betyr



## Av Charlotte Wood Wilson

Basert på en sann historie

*“Jeg har en Fader god. Jeg vet han har meg kjær. Ja, Ånden hvisker det til meg og sier: Han er nær”* (“Jeg har en Fader god”, Barnas sangbok, 8.)

**F**emte klasse var et vanskelig år for meg. Jeg hadde hatt den samme gruppen venner gjennom flere klasser, og jeg trodde at vi alltid ville være venner. Men snart etter at femte klasse begynte, begynte vennene mine å bruke dårlig språk og oppføre seg på måter jeg

visste at vår himmelske Fader ikke ville like. De begynte også å være slemme mot andre barn i klassen, og snakke om andre bak deres rygg.

Til slutt ble jeg en av dem mine venner gjorde narr av. De ga meg til og med et vemmelig kallenavn: Storleppa Charlotte, eller forkortelsen “SLC”. Det gjorde veldig vondt. Jeg begynte å prøve å unngå mine venner på skolen, men det var vanskelig fordi vi var i samme klasse.

“Hei, folkens!” sa jeg en dag i lunsjen, og prøvde å være vennlig og munter.

“Hei, SLC! Storleppa Charlotte!” sa de i kor mens de gjorde grimaser til meg.

Jeg løp min vei og prøvde å holde tilbake tårene. Jeg spiste lunsj alene og telte minuttene til jeg kunne gå hjem.

“Hva er i veien, vennen?” spurte mamma da hun la merke til mine tårevåte kinn etter skolen.

“De som pleide å være mine venner, har begynt å kalle meg et grusomt navn. Jeg forstår bare ikke hvorfor de må være så slemme mot

Charlotte i femte klasse ...





## noe

meg.” Jeg begynte å gråte igjen.

“De barna burde ikke oppføre seg på den måten. Men det spiller egentlig ingen rolle hva andre mennesker mener om deg. Du er vakker, og du har ingen grunn til å lytte til hva de slemme barna sier.”

“Men mamma,” sa jeg. “Jeg ser dem hver dag. Jeg *bryr* meg om hva de syns om meg. Og andre hører på hva de sier om meg. Hvordan kan jeg bare ignorere *alle*?”

“Charlotte, de eneste meningene som egentlig betyr noe, er dine og Herrens. Hvis du er tilfreds med deg selv og det du gjør, og hvis vår himmelske Fader er tilfreds med valgene dine, spiller det ingen rolle hva folk kaller deg eller sier om deg. Jeg lover.”

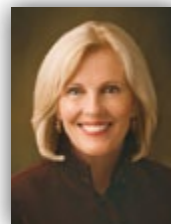
På skolen de neste ukene lo fortsatt mine gamle venner av meg og kalte meg ting. Men jeg fant snart ut at jeg kunne gå omkring med fred i hjertet. Jeg visste at hvis min himmelske Fader var tilfreds med mine store lepper, så kunne jeg være det også.

Jeg klarte å komme gjennom resten av femte klasse. Jeg endte opp



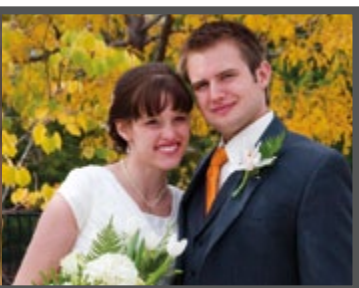
med å få nye venner som ikke kalte meg ting, og som hjalp meg å føle godt med meg selv. Ikke minst lærte jeg at hvis vår himmelske Fader er fornøyd med den jeg er, så trenger jeg ikke å bekymre meg for hva andre mener. ■

*Charlotte Wood Wilson, Oregon, USA.*



“Det finnes ikke noe vakrere syn enn en ung kvinne som gløder av Åndens lys, som er trygg og modig fordi hun er dydig.”

Elaine S. Dalton, Unge kvinners generalpresident, “Husk hvem du er!” *Liahona*, mai 2010, 122.



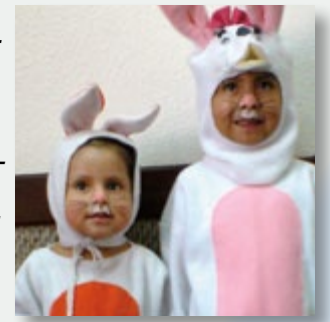
og på bryllupsdagen sin.

# Vår side



Liza P., 7 år, Russland

Josheline og Camila C., 5 og 2 år, fra Bolivia, liker å gå i kirken for å lære om vår himmelske Fader. De gjør seg raskt klar til kirken og hjelper sine foreldre å skynde seg for å komme dit i tide. De liker å be, og de elsker sine Primær-klasser.

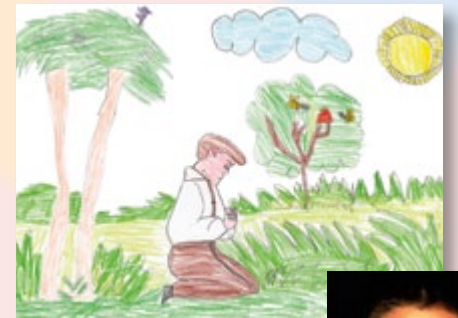


Jeg elsker historiene i Mormons bok om Nephi – spesielt de om når han drar ut i villmarken sammen med sin familie, og når han bygger en båt.

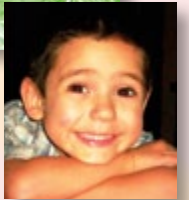
Saul T., 11 år, Mexico



MISSIONARY



Tomas P., 5 år, Argentina



En gang tok min bror og jeg bussen sammen med våre tante hjem til henne for en ukes ferie. Min far ga oss en velsignelse før vi dro. Etter en stund spurte en mann som også var på bussen, om å få gå av. Mens sjåførens assistent hjalp ham med bagasjen hans, fortalte en hvisken meg stille: "Bagasjen deres har blitt stjålet." Jeg kikket ut, og bagasjen hadde faktisk blitt tatt av bussen og gjemt i gresset. Jeg ropte ut at det var vår bagasje og ikke mannens. Jeg vet det var Den hellige ånd som talte til meg, og jeg var så takknemlig.

Vaniala R., 10 år, Madagaskar

Misjonær, av Emilia A., 11 år, Finland



Fidel N., 11 år, Den demokratiske republikken Kongo

“Jeg er en mormon.  
Jeg vet det.  
Jeg lever det.  
Jeg elsker det.”

Ann M. Dibb,  
annenrådgiver  
i Unge kvinners  
generalpresidetskap

Fra generalkonferansen  
i oktober 2012

ILLUSTRASJON: CRAIG STAPLEY



# Jorden ble skapt for vår himmelske Faders barn

“O!” sa Ana. “Se på alle stjernene.” Alle i Anas familie så opp fra bålet.

Det virket som om det var millioner av stjerner på den mørke himmelen.

“Tenk,” sa mor, “at hver av disse stjernene er et av vår himmelske Faders skaperverk.”

“La oss alle nevne en av våre favoritt-ting som vår himmelske Fader har skapt for oss,” foreslo pappa.

“Jeg vet det,” sa Daniel raskt. “Jeg liker de store bølgene vi så ute på havet i fjor.”

Ana visste ikke hva hun skulle velge. Hun tenkte på den varme solen, den lyse månen og velduftende blomster. Så husket hun hvor glad hun var i alle slags myke, lodne dyr. “Dyr!” sa hun.

Ana begynte å skjelve, så pappa la et teppe rundt henne. “Etter at vår himmelske Fader hadde skapt alle disse vakre tingene til sine barn, så han at de var gode,” sa pappa.

Ana følte godt inni seg. Hun trakk teppet opp til haken og så opp på stjernene igjen. “Takk, himmelske Fader,” hvisket hun. ■

## SANG OG SKRIFTSTED

- “Min himmelske Fader elsker meg” (*Barnas sangbok*, 16-17)
- Moses 2:3-27

## IDEER TIL FAMILIESAMTALER

- Du kan gi hvert familiemedlem en papirpose og be familien gå ut og samle tre ting som vår himmelske Fader har skapt. Alternativt kan dere tegne bilder eller lage en liste over vår himmelske Faders skaperverk. Snakk så om hvordan disse og andre skaperverk viser vår himmelske Faders kjærlighet til oss.
- Dere kan bytte på å lese høyt fra skriftstedene på hver av stjernene og finne matchende stjerner.

Du kan bruke denne leksjonen og aktiviteten til å lære mer om denne månedens Primær-tema.



## EN HIMMEL FULL AV VELSIGNELSER

Sett hvert av skriftstedene ovenfor sammen med et bilde som viser et av vår himmelske Faders skaperverk.  
Fargelegg hvert matchende par av bildestjerner og skriftstedsstjerner med samme farge.

# Skjønnhet på alle kanter

Av Marissa Widdison  
Kirkens tidsskrifter



**T**enk deg at du besøker Afrika. Når du ser på ville dyr gjennom kikkerten, legger du merke til en skikkelse som kommer mot deg. Det er en hubro! Når den kommer nærmere, holder du opp armen for å forsvare deg. Men i stedet for å angripe, lander hubroen forsiktig på armen din, lager små lyder og ser på deg et øyeblikk før den flyr av sted igjen. Dette skjedde virkelig med president Boyd K. Packer, president for De tolv apostlers quorum. Han elsker dyr og særlig fugler.

En måte president Packer viser hvor glad han er i naturen på, er gjennom kunst. Helt siden han var barn, har han likt å tegne, male og skjære i tre. "Alle mine observasjoner bekrefter for min sjel at det finnes en Gud, som har skapt det hele," sier president Packer. ■



*President Packer tegnet disse dyrene da han var 11 år gammel. Faren pleide å ta med seg hjem ekstra papir som lokalavisen ikke brukte, og president Packer pleide å ligge på magen og tegne. "Hvis tegning er en sykdom, er jeg visst alvorlig rammet," sier han.*



*President Packer var cirka 10 år gammel da han laget denne av kongler han fant på en campingtur med familien.*



*Mens han tjenestegjorde som pilot i Forsvaret, sendte president Packer brev hjem i konvolutter som han dekorerte i ledige stunder.*



*President Packer klippet ut og malte skogsfuglene nedenfor da han var barn, med tre fra gamle kasser og maling som en nabo ga ham.*



*President Packer har skåret ut dusinvis av fugler i årenes løp. Han sier at treskjæring hjelper ham å slappe av og tenke på hva han skal si i kommende taler.*

**Av Jennifer Maddy**

Basert på en sann historie

*“Dere barn: Vær lydige mot deres foreldre i alle ting, for det er til behag for Herren” (Kolosserne 3:20).*

**E**than stirret på de fargerike videospill-omslagene som fylte hyllene. Foreldrene sa han kunne velge seg ut ett spill som bursdagspresang, og det var så mange å velge mellom! Ethans blick hoppet fra et kjørespill til et eventyrspill til et dansespill. Til slutt valgte han kjørespillet og ga det til sin far.

“Fant du et du liker?” spurte far.

“Jeg tror jeg vil ha dette kjørespillet,” sa Ethan.

“Ser gøy ut,” sa far. “Hvilken aldersgrense har det?”

Ethan snudde omslaget. Han visste at han bare kunne spille spill med visse aldersgrenser. Da han fikk datamaskinen, snakket foreldrene

med ham om viktigheten av å følge familiens regel om aldersgrenser for videospill. Ethan visste at mange spill hadde dårlige ting i seg, og han ønsket å være lydig.

Ethan fant aldersgrensen på omslaget og viste den til pappa. “Det passer for alle,” sa han.

“Flott,” sa pappa. “La oss gå og betale for det. Gratulerer med dagen, Ethan!”

“Takk, pappa.” Ethan gliste og gledet seg til å komme hjem og prøve det nye spillet.

Et par dager senere gikk Ethan hjem til sin venn Chase for å spille. Han og Chase var i samme Primærklasse, og de spilte mye sammen. Ethan tok med seg sitt nye videospill.

“Hei, Ethan,” sa Chase da han åpnet døren. “Kom inn. Jeg har et nytt videospill vi kan spille!”

“Jeg også!” sa Ethan, og holdt frem spillet sitt.

Guttene slo seg ned i foran datamaskinen, og Chase satte i spillet sitt. Tittelen blinket over skjermen, og det samme gjorde aldersgrensen. Ethan stivnet. Det var en aldersgrense som han ikke fikk lov til å spille.

Chase navigerte ivrig gjennom menyene med kontrollen sin og startet spillet. Ethan så ikke noe dårlig ennå. Han klikket med

# ALDERSGRENSE-REGELEN

## MINE EVANGELIENORMER

“Jeg vil bare lese og se på ting som min himmelske Fader finner behag i.”



sin egen kontroll for å bevege figuren sin i spillet. Det var moro, men jo lenger han spilte, jo mer utilpass følte han seg. Han hadde ennå ikke sett noe dårlig, men han ønsket å følge sin families regel.

“Du Chase, jeg får ikke lov til å spille spill med denne aldersgrensen,” sa Ethan.

“Å, det går bra,” sa Chase. “Det er ikke noe dårlig i det.”

“Er du sikker?” spurte Ethan.

“Ja,” sa Chase. “Familien min spiller det. Jeg tror det har fått feil aldersgrense.”

Akkurat da stakk Chases mor hodet inn i rommet. “Hei, gutter,” sa hun. “Er alt i orden?”

Ethan svelget hardt. “Hei, søster Murphy,” sa han. “Det er bare det at jeg ikke får lov til å spille videospill med denne aldersgrensen.”

“Jeg fortalte ham at det ikke var noe dårlig i det,” sa Chase.

Chases mor vinket hånden. “Ikke bekymre deg, Ethan,” sa hun. “Jeg vet at mange av spillene med den aldersgrensen ikke er bra, men jeg er sikker på at moren din ville latt deg spille dette.” Hun

smilte og gikk så ut av rommet.

Chase fortsatte å spille, men Ethan la fra seg kontrollen. “Chase, kan vi ikke spille kjørespillet jeg tok med meg?” spurte Ethan.

Chase trakk på skuldrene og fortsatte å stirre på skjermen. “Nei, jeg vil heller spille dette.”

Ethan reiste seg stille og gikk inn på Chases rom, hvor han fant noen lekebiler å leke med. De var ikke like morsomme som videospillet hans, men Ethan følte godt med å vite at han fulgte sin families regel. ■

*Jennifer Maddy, Utah, USA.*



# Bygg sammen

Av Michelle Tripp, Idaho, USA

Basert på en sann historie



VROOM. VROOM. VROOM. Ashley kikket ut av vinduet. Hun så en blå lastebil. Hun så store hauger med jord. Naboene bygget et nytt hus.



“Hvorfor blir det jordhauger?” spurte Ashley. “Hvem lager hus?”  
“Lastebiler lager jordhauger,” sa mamma. “Bygningsarbeidere lager hus.”



“Læreren min sa at Jesus har laget alt,” sa Ashley.  
“Ja,” sa mamma. “Jesus har laget alt de bygger hus med.”



Ashley så ut i hagen. “Som trær og steiner og jord?” spurte Ashley.  
“Ja,” sa mamma. “Jesus har også laget kroppene våre. Kroppene våre kan bygge ting.”



Ashley var fornøyd. Jesus hjalp naboene hennes å kunne bygge et hus. Hun visste at han kunne hjelpe henne å lage ting også. ■

## EN VAKKER JORD

Ashley lærte at vår himmelske Fader og Jesus har laget alt. Se på dette vakre stedet de har skapt. Se om du kan finne og sette ring i bildet rundt bildene nederst på siden.



# NYTT FRA KIRKEN

Gå inn på [news.lds.org](http://news.lds.org) og finn flere kirkerelaterte nyheter og begivenheter.

## Kirken oppfordrer medlemmer over hele verden til å yte tjeneste lokalt

Av Heather Whittle Wrigley

Kirkerelaterte nyheter og begivenheter

Det siste året eller så har Kirkens velferdsavdeling lagt fornyet vekt på at medlemmer rundt om i verden hjelper til i sitt eget lokalsamfunn.

Humanitærhjelpsdelen av LDS.org foreslår: "Hvilke behov eller utfordringer ser eller hører du om? ... Hvis du ser et behov i ditt lokalsamfunn, men ikke kan finne et etablert program som ivaretar dette behovet, ta initiativ til å finne en løsning" (på LDS.org

**Medlemmer i Chile pakket tusenvis av hygienepakker etter et kraftig jordskjelv som rammet landet i 2010.**



klikker du **Resources, Welfare, Humanitarian Service**).

Lynn Samsel, Kirkens beredskapsleder, påpekte noen fordeler ved humanitærhjelp på lokalplan: "Det går raskere, vi har færre problemer med toll, det gjør Kirken i stand til å kjøpe lokale produkter som medlemmene i området er kjent med, det støtter den lokale økonomien og det bidrar til å utvikle relasjoner."

I 2011 førte politiske omveltninger i flere arabiske land til at tusener ble jaget på flukt. I stedet for å sette sammen hygienepakker i Salt Lake og deretter sende dem til Midtøsten, gjorde Kirken midler tilgjengelig for det lokale områdepresidentskapet. De 50 medlemmene som bor i Jordan, kunne så samarbeide med andre lokale organisasjoner for å sette sammen og distribuere 40 000 hygienepakker og matpakker i løpet av bare fem dager.

Over hele verden kan enkeltmedlemmer ta initiativ til egne tjenesteprojekter. I andre tilfeller kan grenen, menigheten, distriktet eller staven organisere muligheter for medlemmer og andre til å utføre tjeneste.

Lokale løsninger, forklarte Gustavo Estrada fra Velferdsavdelingen, ivaretar ofte behovene bedre enn løsninger som tenkes ut flere tusen mil unna.

Etter jordskjelvet og tsunamien som herjet Japan 11. mars 2011, fremskyndet Kirken sin respons. De sendte penger til lokale ledere, som så kjøpte mat og andre forsyninger i landet. Medlemmer i Japan som ikke var direkte berørt av jordskjelvet, satte forsyninger sammen til pakker som ivaretok de unike behovene til katastrofeofrene bedre enn generiske pakker kunne ha gjort.

"Når medlemmer kommer seg ut og utfører tjeneste i sine lokalsamfunn, kan de knytte kontakt med sine naboer og nyte den tillit som utvikler seg ved å samarbeide om et felles problem," sier Sharon Eubank, leder for Kirkens humanitærtjeneste.

I et forsøk på å redusere barnedødeligheten i utviklingsland, sendte frivillige i Kirken i Ghana i 2012 1,5 millioner tekstmeldinger til sine landsmenn for å informere om et vaksineprogram som ble drevet av en samarbeidspartner av Kirken.

"Hvis et annet problem dukker opp i fremtiden, er det nå grunnlag for å samarbeide igjen," sier søster Eubank. "Å utføre tjeneste sammen bygger forståelse og utvikler ekte kristent brorskap raskere enn noe annet jeg kan tenke meg." ■

# Apostler fokuserer på tro på den Herre Jesus Kristus under et besøk til Filippinene

Av nyhetskomiteen i området Filippinene

**E**ldste David A. Bednar og eldste Quentin L. Cook i De tolv apostlers quorum, sammen med andre ledere i Kirken, besøkte området Filippinene fra 24. august til 2. september 2012.

På prestedømmets lederskapskonferanser, andakter for unge enslige voksne, stavskonferanser og misjonsmøter underviste Brødrene i læren og oppfordret de hellige til å styrke sin tro på Jesus Kristus.

I Laguna besvarte eldste Bednar unge enslige voksnes spørsmål under et spesielt møte. Han forklarte: "Frelseren benyttet spørsmål som et av sine viktigste undervisningshjelpemidler. Hvis vi forsøker å stille inspirerte og effektive spørsmål mens vi grunner og ber, kan dere og jeg delta i en læringsprosess som gjør oss i stand til å motta inspirasjon og finne våre egne svar fra Den hellige ånd."

På søndag var kirkesalen, fest- og aktivitetssalen og andre rom i Legazpi stavssenter proppfulle av medlemmer da eldste Cook sa: "Ikke la deres tvil forstyrre deres tro."

Han understreket viktigheten av at ektemenn og hustruer er likeverdige partnere i ekteskapet som fremsatt i "Familien – En erklæring til verden" (*Liahona* og *Ensign*, nov. 2010, 129).

Eldste Cook hilste på medlemmene etter møtet.



Medlemmer og misjonærer i Iloilo på øya Panay, reiste så mye som fem timer med båt og buss for å delta på møtene der eldste Bednar underviste dem om å styrke sin tro på Jesus Kristus og hjelpe andre å komme til Kristus.

"Vi er her for å forkynne Jesu Kristi evangelium, men vi skulle alltid huske at den sanne lærer er Den hellige ånd," oppsummerte søster Manguil, en heltidsmisjonær i Filippinene Iloilo misjon.

I Cagayan de Oro fortalte eldste Cook lokale unge voksne: "Deres rettferdighet er nødvendig, og denne nasjonen trenger å bli sterkere. Det vil være en innflytelse som følge av Kirkens styrke på Filippinene, som vil velsigne mennesker over hele Asia."

Han oppfordret medlemmene til å fokusere på det som er viktigst, overvinne tvil, utøve tro og gifte seg i templet.

"Tidspunktet for å undervise i prinsippene og skriftstedene de delte med oss, var av [stor] betydning," sa presidenten for Iligan Filippinene stav, Carlo V. Crisanto. "Disse prinsippene er helt klart det vi trenger i dag. ... Av alle kall vi har, er det viktigste i familien."

Apostlene avsluttet sitt besøk på Filippinene ved å møte to filippinske senatorer og delta på et kulturarrangement med lokal ungdom. ■

***I 10 dager i august og september besøkte eldste David A. Bednar og eldste Quentin L. Cook i De tolv apostlers quorum byer over hele Filippinene for å møte ledere, medlemmer og misjonærer.***

### Mormons bok nå på lao

Mer enn 4500 medlemmer av Kirken i Laos, Thailand og mindre grupper i USA og Canada har nå tilgang til hele Mormons bok på lao.

Den nye oversettelsen er tilgjengelig i myk innbinding på Kirkens lokale distribusjonssentre og på Internett på [store.lds.org](http://store.lds.org) (art.nr. 35607331) og [LDS.org](http://LDS.org).

### Bibliotek for lederopplæring hjelper medlemmer i nye kall

Over et år etter lanseringen fortsetter [LeadershipLibrary.lds.org](http://LeadershipLibrary.lds.org) å være en verdifull ressurs for medlemmer – med omtrent 100 videoer på 11 språk med hjelp til en rekke kall i Kirken.

Videoene inkluderer opptak

som er gjort uten manuskript i virkelige menigheter og grener i en rekke land. Etter hvert som områdepresidentskaper avdekker ytterligere opplæringsbehov, blir nytt materiale lagt til i biblioteket kvartalsvis.

“Formålet med [biblioteket for lederopplæring] er å hjelpe lokale ledere å lære, undervise i og anvende prinsipper og retningslinjer fra håndboken,” har eldste Russell M. Nelson i De tolv apostlers quorum sagt.

### Ledere oppretter stav nummer to i Russland, og den åttende i Italia

9. september 2012, den dagen han ble 88, opprettet eldste Russell M.

*Unge enslige voksne sammen med eldste Russell M. Nelson og søster Nelson i Sommerhagen i St. Petersburg i Russland.*

Nelson i De tolv apostlers quorum St. Petersburg Russland stav – den andre staven i Russland.

Syv dager senere delte eldste Ronald A. Rasband i De syttis presidentskap Milano Italia stav for å opprette den nye Milano Italia øst stav. Milano Italia stav ble omdøpt til Milano Italia vest stav.

### Kirkeledere besøker statsoverhoder i Kroatia og Bosnia

Eldste Ronald A. Rasband i De syttis presidentskap og eldste Kent F. Richards, annenrådgiver i presidentskapet for området Europa, møtte statsoverhoder i Kroatia og Bosnia-Herzegovina i september 2012.

I Kroatia møtte eldste Rasband president Ivo Josipovic og [lovet](#) Kirkens vedvarende engasjement for å styrke familien.

12. september møtte eldste Rasband Željko Komšić, en av de tre presidentene i Bosnia-Herzegovina, det første møtet noensinne mellom en leder i Kirken og et statsoverhode fra Bosnia.

President Komšić beskrev det mangfoldige religiøse fellesskapet som finnes i Bosnia, og ønsket Kirken velkommen som medlem av dette fellesskapet. Eldste Rasband forklarte at familien er høyt prioritert i Kirken og at dens medlemmer ser frem til å støtte dette felles målet i Bosnia-Herzegovina.



© RT



## Studere, grunne og anvende

*Liahona* styrker min ånd og mitt vitnesbyrd om evangeliets sannheter. Ikke minst beskytter det meg mot Satans snarer ved å hjelpe meg å konsentrere meg om det som virkelig betyr noe. Hver måned er det et budskap som synes å være skrevet spesielt for meg. Jeg vet det er Faderens vilje at vi studerer og grunner på budskapene hver måned og anvender dem daglig i vårt liv.

**Pamela Ananta Barbosa da Silva, Brasil**

## En lysets vei

Skriftene er en uvurderlig skatt. Men jeg anser også *Liahona* for å være en skatt. Det er et stort lys som skinner fra dets sider. Det gir oss muligheter til å korrigere våre feil og fullkommengjøre oss ved hjelp av dets budskap, akkurat som Skriftene. På hver side er det en verdifull læresetning, en mulighet, en lysets vei.

**Manuel de Araújo Fernandes, Mosambik**



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

**“Disippelskap til alle tider, i alle ting, på alle steder,”** side 22: Vurder å be familien gjennomføre “disippel-eksperimentet” som omtales i denne artikkelen. I én uke skal de med bønnens hjelp studere en bestemt læresetning av eller historie om Jesus Kristus. På neste familiens hjemmeaften kan familiemedlemmene rapportere om sine erfaringer og sin innsikt.

**“Lys ... kamera ... opptak!”**, side 48: Etter å ha lest denne artikkelen, snakker du med familien din om viktigheten av å velge gode medier. Vurder å be familiemedlemmene fortelle om et favoritt-eksempel på gode medier og hvordan det

har hjulpet dem. Det kan være lurt å vise et bilde av Jesus Kristus mens dere snakker om hvordan vi bør velge medier som vi ville være komfortable med å vise eller lytte til om Herren var sammen med oss. (Flere forslag for å undervise i dette emnet finnes på side 9.)

**“Bring Primær hjem,”** side 64: Vurder å gå en tur som familie for å finne ut hvor mange ting dere kan se som vår himmelske Fader har skapt. Familiemedlemmene kan gjerne samle gjenstander, tegne tegninger eller ta bilder av de skaperverkene de liker best. Dere kan avslutte med å synges “Min himmelske Fader elsker meg” (*Barnas sangbok*, 16-17).

## Min misjonær-familiens hjemmeaften

Som ny konvertitt til Kirken, likte jeg alltid å hjelpe misjonærene i menigheten min. Jeg har ofte sett at selv når undersøkere ikke er komfortable med å høre diskusjonene, deltar de gjerne på familiens hjemmeaften.

En gang inviterte jeg heltidsmisjonærene og en hel familie som ikke var medlemmer, til min familiens hjemmeaften. Før de kom, fastet og ba jeg om at Ånden ville være tilstede og ville åpne deres hjerter for evangeliet. Vi så på en misjonærvideo om å hjelpe familier å gå fremover og utvikle tillit. Etterpå uttrykte vi våre følelser om videoen. Ånden var svært sterk.

Nå er denne fantastiske familien villig til å lære mer om evangeliet ved å møte misjonærene. Vi har alle blitt oppfordret til å delta i misjonærarbeidet, og jeg har sett at familiens hjemmeaften er en effektiv måte å dele med andre den glede jeg får av å ha evangeliet i mitt liv.

**Maria de los Angeles Vilca Zeballos, Peru**

# MINNES HAM PÅ SABBATEN

Av Michael R. Morris

Kirkens tidsskrifter

Vår Søndagsskole-leksjon om å holde sabbaten hellig hadde gått bra – helt til noen nevnte TV.

Da folk stemte i med sine meninger om hvorvidt TV-titting på søndag var riktig, ble noen av klassens medlemmer bestemmende. Det varte ikke lenge før andre i klassen ble fornærmet. Ånden, som til å begynne med hadde ledsaget vår diskusjon, ble erstattet av en følbart anspenhet.

Da han så spliden som oppsto, ba Kenneth Payne, et medlem av stavsprezidentskapet, om å få ordet. Han reiste seg og begynte å fortelle oss om sin sønn Brian, som hadde tjenestegjort i Japan Tokyo nord misjon. Da president Payne og hans familie møtte Brian på flyplassen da han kom hjem fra sin misjon i mars 2003, klaget han over en stiv, sår kjeve. I løpet av noen uker ble Brian diagnostisert med non-Hodgkins lymfom.

En måned senere begynte han med cellegiftbehandling og deretter stråling. President Payne sa at legene hadde planlagt en benmargstransplantasjon 22. september, men like



*Hvis søndagens aktiviteter distraherer oss fra å huske Frelseren og tjene på sabbaten slik han ville ha tjent, så bør vi kanskje revurdere vårt valg.*

etter den første i den måneden, “begynte Brian å få vanskeligheter.”

Han ble innlagt på sykehus den andre uken i september. På grunn av kreftens aggressive natur, fastslo legene da at det var for sent for en transplantasjon. Familien tok Brian med hjem fra sykehuset den 21. september. Han gikk bort neste morgen.

“22. september er en spesiell dag for min familie og meg,” sa president Payne. På den dagen roer vi ned og tenker på Brian, hans bidrag til vår familie og at han ga de to siste årene av sitt liv til Herren og til det japanske folk, som han elsket. Vi savner ham, og den dagen reflekterer vi over hans liv og ærer hans minne.”

For oss alle, sa president Payne, er søndag er en dag til å roe ned og minnes.

“Vi tar oss tid til å delta på våre møter i Kirken, ta del i nadverden, sørge over våre synder og grunne på Frelserens lidelse på våre vegne,” sa han. “Vi tjener, vi elsker, og vi prøver å ikke bli distraheret av aktiviteter som kan forhindre oss i å tilbe Ham.”

President Payne sa at hvis søndagens aktiviteter er i tråd med denne ånden, da kan vi føle godt når vi driver med dem. Men hvis de distraherer oss fra å huske Frelseren og tjene på sabbaten slik han ville ha tjent, så bør vi kanskje revurdere vårt valg.

Han satte seg ned og sa ikke mer. Det behøvde han ikke. Ånden hadde kommet tilbake til klasserommet, og alle sammen lyttet. ■



ILLUSTRASJON: ROBERT T. BARRETT

## BRIGHAM YOUNG

**Brigham Young** ledet **pionerene** fra Nauvoo, Illinois til Saltsjødalen. Mens han var Kirkens president, var han også guvernør i Utah-territoret. **Ørneporten** markerte inngangen til eiendommen hans. Brigham Young brukte sin **stokk** til å markere stedet der **Salt Lake tempel** skulle bygges. Han var Kirkens president i 30 år, lenger enn noen annen profet i de siste dager.



iahona inviterte siste-dagers-hellige over hele verden til å delta i et “disippeleksperiment”. De ble bedt om å studere en bestemt læresetning av, eller historie om, Jesus Kristus i en uke og rapportere om hvordan deres studium påvirket måten de levde på. På side 22 finner du en rapport fra seks medlemmer som deltok i eksperimentet. De beskriver hva de lærte og hvordan det forandret måten de nå følger Frelseren på.

JESU KRISTI  
KIRKE  
AV SISTE DAGERS HELLIGE