

Liahona

Wegwijzer naar Jezus Christus



DE WAARDE
VAN ELKE ZIEL
IS GROOT

BEMOEDIGING VAN LEIDINGGEVENDEN

Door bekering en de doop kunnen wij vergeving
en liefde van God ontvangen, p. 8, 16

BEDIENING IN DE GEVANGENIS

Boodschappen voor en
over gedetineerden, p. 32, 36



Vestland, Noorwegen

Vestland, een provincie in het zuidwesten van Noorwegen, heeft een kust die bezaaid is met kleine dorpjes. Bergen is de op een na grootste stad in de provincie. De kerk is al sinds 1851 in Noorwegen. In dat jaar werd het eerste lid er gedoopt.



4.564 leden



20 wijken en gemeenten



2 ringen, 1 zendingsgebied

Samen leren

'Wij vinden *Kom dan en volg Mij* een fijn hulpmiddel om samen de Schriften te bestuderen', zegt Tor Martin Løvstad, die hier samen met zijn vrouw, Tove, te zien is. Zij zijn lid van de wijk Bergen.





'Bedenk dat de waarde van zielen groot is in de ogen van God.'

LEER EN VERBONDEN 18:10

Mededogen voor wie door misdaad en gevangenschap geraakt zijn

Een vrouw van midden twintig deed haar haar in een strakke paardenstaart. Op de rug van haar bloes stond *Gedetineerde*. Toen we kennisgemaakt hadden, stelde ze voor dat ik haar Ella zou noemen (niet haar echte naam). Toen de kerkdienst voor gedetineerden begon, vroeg ik me af waarom ze in de gevangenis zat, en waarom ze besloten had om vandaag een kerkdienst bij te wonen. De uren daarna kreeg ik antwoord op mijn vragen.

Ella was veroordeeld wegens drugshandel. Op haar 15e was ze al verslaafd, en omdat ze de daaropvolgende vijf jaar verscheidene malen gearresteerd was, moest ze een straf van zeven jaar uitzitten. We hadden een groepsgesprek over ons geloof in Jezus Christus. Ik vroeg Ella waarom ze vandaag naar de kerkdienst was gekomen.

Ze had vlot een antwoord klaar: 'Zusterschap', zei ze. 'Ik ben een dochter van God, dit zijn mijn zusters, en dit is mijn ZHV-groep.'

Toen Ella dit zei, en ik aan de kracht van haar getuigenis dacht en aan Gods liefde voor haar, sprongen de tranen mij in de ogen.

In de loop der jaren heb ik veel gedetineerden en ex-gedetineerden bezocht. Velen van hen proberen te veranderen en hun leven op de leringen van Jezus Christus te baseren. Door deze bezoeken heb ik geleerd dat iedereen Gods eeuwige plan kan ontdekken en zich geïnspireerd kan voelen om te groeien.

In dit nummer leest u hoe ook leden in de gevangenis veel aan het evangelie kunnen hebben (zie pagina 32, 36). De digitale versie van dit nummer bevat nog enkele persoonlijke verhalen over dit onderwerp.

Ik hoop dat u bij het lezen Gods liefde voor al zijn kinderen zult voelen, en dat u zult ontdekken hoe u zelf uw mededogen voor gedetineerden kunt vergroten, voor hun gezinsleden, en voor anderen die door misdaad zijn geraakt.

Met vriendelijke groeten,



Doug Richens
Bedieningsmanager gedetineerden



‘Het is geweldig om te weten dat onze hemelse Vader al zijn kinderen liefheeft. Wij zijn voor Hem van grote waarde.’

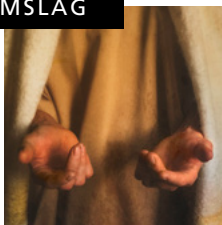
– Broeder Jan E. Newman, p. 16

THEMA-ARTIKEL

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

Februari 2021
Vol. 121 No. 2
Liahona 17464

OMSLAG



Kom tot Mij, Eva Koleva Timothy

INHOUD

- 6 Evangeliebasis**
God heeft gezegd dat we ons moeten laten dopen
- 8 De gave van vergeving**
Ouderling Neil L. Andersen
De Heiland biedt allen die tot Hem komen vergeving van zonde.
- 12 Onder heiligen der laatste dagen**
Geloofsverhalen van kerkleden uit de hele wereld.
- 16 De waarde van elke ziel**
Broeder Jan E. Newman
Waarom zijn wij zo veel waard voor de Heer?
- 20 Voor ouders**
Uw waarde is groot
Ideeën waarmee de kerktijdschriften u en uw gezin tot zegen zijn.
- 22 Kinderen op de doop voorbereiden**
Lucy Stevenson Ewell
Help uw kind om vol vertrouwen de volgende stap op het verbondspad te zetten.
- 25 Vrouwen aan de wieg van de herstelling**
Eliza sprak met gezag
Jennifer Reeder
Een hoogtepunt uit het leven van Eliza R. Snow.
- 30 Beginselen voor uw bediening**
Bediening aan mensen met financiële problemen
Hoe kunnen we hulp bieden als mensen het moeilijk hebben?
- 32 Bediening aan gedetineerden**
Marissa Widdison
Wat we moeten weten over, en kunnen doen voor, wie door een gevangenschap geraakt zijn.

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

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

Adviseurs: Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Larry S. Kacher, Jan E. Newman, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

Algemeen directeur: Richard I. Heaton
Directeur kerktijdschriften: Allan R. Loyborg
Zakelijk manager: Garff Cannon
Hoofredacteur: Adam C. Olson
Assistent-hoofredacteur: Ryan Carr, Matthew D. Flitton, Mindy Selu, Marissa Widdison

Publicatie-assistente: Enish C. Dávila

Teksten en redactie: Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh Herbert, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Richard M. Romney, Margaret Willes

Artdirector: Tadd R. Peterson

Vormgeving: Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Aleni Regehr

Coördinatrice intellectueel eigendom: Collette Nebeker Aune

Productiemanager: Ammon Harris

Productie: Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Bryan W.

Gygi, Ginny J. Nilson, Marrissa M. Smith

Drukvoorbereiding: Joshua Dennis, Ammon Harris

Directeur drukwerk: Steven T. Lewis

Directeur distributie: Nelson Gonzalez

Postadres: Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

De Liahona (een woord uit het Boek van Mormon dat ‘kompas’ of ‘aanwijzer’ betekent) verschijnt in de volgende talen: Albanees,

36 Een boodschap van hoop voor mensen in de gevangenis

Douglas G. Richens

Wie u bent, en hoe u door kunt gaan met Gods hoop en genezing.

40 Getrouwd ouder worden Zegeningen en uitdagingen van vrouwen op latere leeftijd

Christy Monson

Verhalen en tips voor echtparen van alle leeftijden.

KOM DAN EN VOLG MIJ

26 Leer en Verbonden 10–19

Wekelijkse artikelen ter verdieping van uw studie van de Leer en Verbonden.

JONGVOLWASSENEN

42 Drie manieren waarop je met verandering in het leven kunt omgaan

Jody Moore

Maak in tijden van verandering goed gebruik van je brein en verminder je angst.

46 Vol hoop doorgaan in onverwachte omstandigheden

Natalie Smith

Een teruggekeerde zendeling heeft geloof in Christus als haar plannen overhoop gegooid worden.

48 Meer voor jou!

Kijk welke andere digitale thema-artikelen er deze maand voor jongvolwassenen zijn.

REGIONALE BIJLAGE

Bij voldoende kopij is er middenin de *Liahona* een bijlage met regionaal nieuws.

DIGITALE THEMA-ARTIKELEN

Deze artikelen vindt u onder deze maand in de app Evangeliebibliotheek.

Als je niet weet wat je moet zeggen

Ed Hunt

Genade in overvloed

Emily Belle Freeman

Crime, Incarceration, and the Worth of a Soul (uitsluitend in het Engels)

Coralie M. Huff

Finding Healing after My Dad Was Incarcerated (uitsluitend in het Engels)

Hannah Hauck

True Love This Valentine's Day (uitsluitend in het Engels)

David Dickson



VOEL U MEER VERBONDEN

U vindt nummers van het tijdschrift in audio-vorm, digitaal en afdrukbaar op **liahona.ChurchofJesusChrist.org**. Daar vindt u ook opties om vragen te stellen, feedback te geven en ervaringen te delen.

Bovendien kunt u ons e-mailen: **liahona@ChurchofJesusChrist.org**. Of stuur een brief naar: Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, VS

Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans, Cebuano, Chinees, Chinees (vereenvoudigd), Deens, Duits, Engels, Ests, Fiji, Fins, Frans, Grieks, Hongaars, IJslands, Italiaans, Japans, Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees, Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Pools, Portugees, Roemeens, Russisch, Samoaans, Sloveens, Spaans, Tagalog, Tahitiaans, Thai, Tongaans, Tsjechisch, Urdu, Vietnamees en Zweeds. (De frequentie verschilt per taal.)

© 2020 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America.

Auteursrecht: tenzij anders aangegeven, mag materiaal in de *Liahona* voor eigen, niet-commercieel gebruik (waaronder kerkroepingen)

gekopieerd worden. Dat recht kan op elk moment ingetrokken worden.

Beeldmateriaal mag niet gereproduceerd worden als de bronvermelding dat aangeeft. Auteursrechtelijke vragen kunt u richten aan het Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 5, Salt Lake City, UT 84150, VS; e-mailadres: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

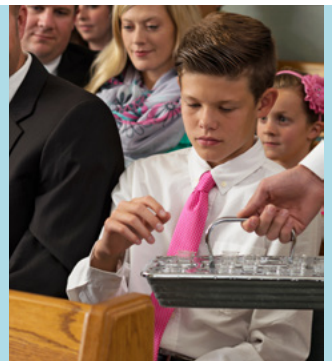
For Readers in the United States and Canada: February 2021 Vol. 121 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480) Dutch (ISSN 1522-9173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake

Distribution Center at address below. Subscription help line: +1 800 537 5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.ChurchofJesusChrist.org. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). **NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES:** Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

God heeft gezegd dat we ons moeten laten dopen

Jezus Christus gaf het goede voorbeeld toen Hij Zich door iemand met Gods gezag liet dopen.



Hoewel er niet veel details van het persoonlijke leven van Jezus Christus bekend zijn, weten we wel dat Hij werd gedoopt toen Hij ongeveer 30 jaar oud was (zie Lukas 3:23). Van zijn voorbeeld leren we een en ander over de doop.

Voor iedereen

Als we oud en wijs genoeg zijn om onderscheid tussen goed en kwaad te maken, wil onze hemelse Vader dat we ons laten dopen (zie Leer en Verbonden 18:42). Jezus was volmaakt, maar toch besloot Hij Gods gebod te gehoorzamen en Zich te laten dopen (zie Mattheüs 3:13–17; 2 Nephi 31:7). Zelfs mensen die al gestorven zijn, kunnen de doop aanvaarden. Wij bieden ze die mogelijkheid door ons in de tempel voor ze te laten dopen. (Zie Leer en Verbonden 128:15–18.)

Met het juiste gezag

Jezus liet Zich niet door zomaar iemand dopen. Hij ging naar zijn neef Johannes, die priesterschapsgezag van God had. Na de dood van Jezus en zijn apostelen verdween dat priesterschapsgezag van de aarde. In 1829 verscheen Johannes de Doper aan Joseph Smith en gaf hem het gezag om in Gods naam te dopen. Doordat dit gezag hersteld is, kunnen wij ons nu met het juiste gezag laten dopen.

Een wederzijdse belofte

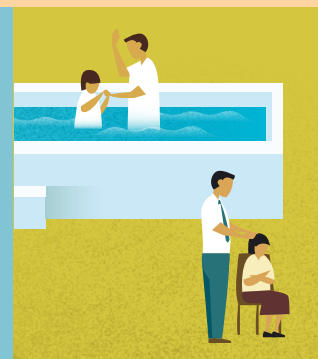
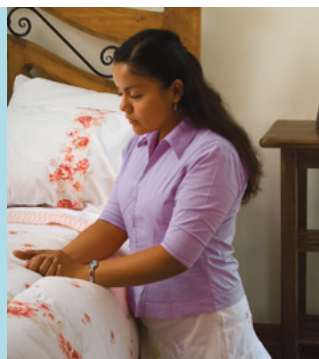
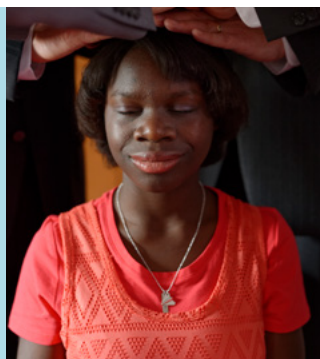
De doop is een wederzijdse belofte, oftewel een *verbond* dat we met God sluiten. Wij beloven:

1. de naam van Christus op ons te nemen;
2. altijd aan Hem te denken;
3. zijn geboden te onderhouden.

Op die voorwaarden belooft God ons dat zijn Geest altijd bij ons zal zijn. De woorden van de avondmaalsgebeden herinneren ons elke week aan dit verbond. (Zie Leer en Verbonden 20:77, 79.)

IDEEËN VOOR OUDERS

Als u een kind op de doop voorbereidt, zie dan het artikel op pagina 22.



De Heilige Geest maakt een belangrijk deel uit van de doop

In de Schriften staat dat de Heilige Geest na Jezus' doop als een duif verscheen (zie 2 Nephi 31:8). Tegenwoordig worden mensen die net gedoopt zijn, ook *bevestigd*. Dit betekent dat ze een bijzondere zegen krijgen waarin ze worden uitgenodigd om de geestelijk reinigende gave van de Heilige Geest te ontvangen (zie 2 Nephi 31:17). De Heilige Geest kan ons waarschuwen voor gevaar, ons leiden, ons ertoe brengen om goede beslissingen te nemen, en ons helpen om Gods liefde te voelen (zie Leer en Verbonden 39:6).

We kunnen ons altijd bekeren

God weet dat we elke dag vergissingen zouden begaan. Zelfs als we ons best deden, zouden we zondigen en tekortschieten in de naleving van onze doopbeloften. Daarom geeft Hij ieder van ons de kans om ons te bekeren. (Zie Leer en Verbonden 18:13.) We kunnen dagelijks ons best doen om ons te verontschuldigen voor wat we fout doen, en het goed te maken. We kunnen om Gods vergeving bidden. Als we daarna met een nederig hart aan het avondmaal deelnemen, kan de Heilige Geest tot ons komen en worden onze zonden vergeven, net alsof we weer gedoopt werden.

Wat staat er over de doop in de Schriften?

Ouders behoren hun kinderen op de doop voor te bereiden (zie Leer en Verbonden 68:25).

Kinderen onder de 8 jaar hoeven niet gedoopt te worden (zie Moroni 8).

Bij onze doop beloven we 'te treuren met hen die treuren; [...] hen te vertroosten die vertroosting nodig hebben, en om te allen tijde en in alle dingen en op alle plaatsen [...] als getuige van God op te treden' (Mosiah 18:9). ■

WOORDEN OM TE ONTHOUDEN

We hopen dat u van de artikelen over de *doop* hebt genoten. Hier volgen nog enkele evangeliewoorden uit dit nummer:

Bekering: als we ons van zonde afkeren en we in plaats daarvan besluiten God te volgen. (Zie pagina 8, 10.)

Roeping: kerkleiders worden geïnspireerd om leden te vragen met bepaalde taken te helpen. (Zie pagina 25.)

Drie getuigen: drie mensen die Gods stem hoorden en de gouden platen zagen waarvan Joseph Smith het Boek van Mormon had vertaald. (Zie pagina 28.)



De gave van vergeving



Ouderling Neil L. Andersen

van het Quorum
der Twaalf
Apostelen

De Heer staat met open armen klaar om allen vergeving te schenken die zich van hun zonden bekeren en tot Hem komen.

We krijgen blijvend geluk en vreugde door geloof in onze hemelse Vader en zijn geliefde Zoon, Jezus Christus. Al wat goed en mooi is, al wat heilig is, komt van Hen. Daar hoort vergeving bij, die onze ziel hernieuwt en onze status voor Hen bevestigt.

In ons voorsterfelijk leven verheugden we ons in de kans om naar de aarde te gaan, een stoffelijk lichaam te krijgen en meer op onze hemelse Vader te gaan lijken (zie Job 38:4–7). Maar wij wisten dat we met teleurstelling, ziekte, pijn, onrechtvaardigheid, verleiding en zonde te maken zouden krijgen.

Die moeilijkheden waren voorzien in het verlossingsplan van de Vader, en Hij riep zijn eniggeboren Zoon als onze Verlosser en Heiland. Jezus Christus zou op unieke wijze naar de aarde gaan en door zijn rechtschapenheid de banden van de dood verbreken. Als wij besluiten Hem te volgen en ons van onze zonden te bekeren, verwijdt Hij door zijn oneindige verzoening onze vergissingen en zonden uit het boek des levens.

Gebed en geloof

Onze bekering, gevolgd door vergeving door de Heiland van de wereld, is het fundament van onze gebeden en pogingen om naar ons hemelse thuis terug te keren. Ieder van ons die in Jezus Christus gelooft, dagelijks bidt, probeert de Heiland te volgen, regelmatig aan het avondmaal deelneemt en daarbij bereidwillig zijn naam op zich neemt, combineert dat alles met het verlangen om de aantrekkingskracht van de wereld te weerstaan en telkens een stap dichterbij onze Heiland te komen.



Zoals ouderling Neal A. Maxwell (1926–2004) van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft uitgelegd: ‘Als we de weg [...] kiezen [...] van het discipelschap [...], dan [...] kunnen [we] van alleen maar Jezus erkennen overgaan op Jezus bewonderen, en uiteindelijk op Jezus navolgen. Tijdens dat proces om meer op Hem te gaan lijken [...], moeten we een bekeerlijke houding hebben.’¹

Bekering wordt dan een constante gedachte, een voortdurende inspanning. President Russell M. Nelson heeft gezegd:

‘Niets is meer bevrijdend, louterend of cruciaal voor onze vooruitgang dan regelmatige, dagelijkse bekering. [...]

‘U zult merken dat u sterker wordt door dagelijkse bekering – door elke dag meer te doen om een beter mens te worden.’²

In gebed nemen we de gebeurtenissen van de dag door, en vragen we: ‘Waarom heb ik de hand van de Heer gezien? In welke opzichten waren mijn daden eerlijk en onzelfzuchtig? Wat had ik nog meer kunnen doen? Welke gedachten en emoties moet ik beheersen? Hoe had ik het voorbeeld van de Heiland beter kunnen volgen? Hoe had ik

vriendelijker, liefdevoller, vergevingsgezinder en barmhartiger voor anderen kunnen zijn? In welke opzichten was ik niet helemaal wat mijn hemelse Vader van me verwachtte?’

Houd dan stil en luister. Ons persoonlijke gebed doet het raam open dat persoonlijke openbaring van onze hemelse Vader binnenlaat.

Met geloof in Jezus Christus erkennen wij openlijk tegenover onze hemelse Vader welke dingen we verkeerd hebben gedaan, wat we over het hoofd hebben gezien, en in welke opzichten we niet attent genoeg zijn geweest. We vragen nederig om vergeving, luisteren naar de stille ingevingen van de Geest, en beloven onze hemelse Vader dat we beter op de dingen zullen letten die we kunnen verbeteren. We belijden onze zonden en verzaken

ze (zie Leer en Verbonden 58:43). We maken met degenen die we hebben gekwetst of beledigd, goed wat er goed te maken is. Dat kan een excuus aan een huwelijkspartner of kind zijn, een boodschap aan een vriend of collega, of een voornemen om gehoor aan een in de wind geslagen ingeving te geven.

Als we van het avondmaal nemen en zo mogelijk regelmatig naar de tempel gaan, versterken en vergroten we ons geloof in Jezus Christus en ons verlangen om Hem te volgen.

‘Kom tot Mij’

Het is frappant hoe vaak de herrezen Heiland Jezus Christus in 3 Nephi het woord ‘bekeren’ met de woorden ‘kom tot Mij’ in verband brengt.

‘U [moet u] *bekeren* van uw zonden en *tot Mij komen* met een gebroken hart en een verslagen geest’ (3 Nephi 12:19; cursivering toegevoegd).

‘Wilt u [zich] niet [...] van uw zonden *bekeren* en tot inkeer komen [...].

‘Indien u *tot Mij komt*, zult u het eeuwige leven hebben. Zie, de arm van mijn barmhartigheid is naar u uitgestrekt, en wie ook *komt*, hem zal Ik aannemen; en gezegend zijn zij die *tot Mij komen*’ (3 Nephi 9:13–14; cursivering toegevoegd).

‘Daarom, wie zich bekeert en als een klein kind *tot Mij komt*, *die zal Ik aannemen* [...]. *Daarom, bekeer u*, en *kom tot Mij*, u einden der aarde, en laat u redden’ (3 Nephi 9:22; cursivering toegevoegd).

Jezus sprak ook over hen die, uit eigen beweging of door

omstandigheden, geen plekken van aanbidding meer bezoeken. Hij zei: 'Zulke mensen zult u het woord blijven bedienen; want u weet niet of zij niet zullen terugkomen en *zich bekeren*, en met een volmaakt voornemen van hart *tot Mij komen* en Ik hen zal genezen' (3 Nephi 18:32; cursivering toegevoegd).

President Nelson heeft gezegd: 'Jezus Christus [staat] met open armen klaar [...] en [wil] ons maar al te graag [...] genezen, vergeven, reinigen, sterken en heiligen.'³

Wij willen uiteraard alles doen wat we kunnen. Ons berouw, ons voornemen om te veranderen, en ons gebroken hart, onze verslagen geest en goddelijke droefheid zijn allemaal belangrijk. Wij verlangen ernaar om ons gedrag te veranderen en het goed te maken met mensen die we gekwetst hebben.

Vergeving is een geschenk

Maar we moeten bedenken dat het goddelijke geschenk van vergeving niet verdiend kan worden, alleen maar ontvangen. Ja, we moeten geboden gehoorzamen en verordeningen verrichten om vergeving te krijgen, maar onze persoonlijke inzet, hoe groot die ook is, is niets in vergelijking met de prijs van verlossing. In feite zijn ze niet te vergelijken.

Vergeving is een geschenk, en de Enige die dit geschenk kan geven, is de Verlosser en Heiland van de wereld, Jezus Christus. (Zie Romeinen 5:1–12 en met name 15–18; zie ook Romeinen 6:23; 2 Korinthe 9:15; Efeze 2:8.) Hij biedt zijn geschenk van onschatbare waarde aan allen die zich tot Hem wenden om het te ontvangen (zie Leer en Verbonden 88:33).

President Nelson heeft gezegd: 'Onder [de] voorwaarden en door [de] verzoening [van de Heiland] zouden alle zielen van de straffen voor hun zonden worden verlost.'⁴

Laten we genieten van onze levensreis! Onze hemelse Vader heeft ons deze ware woorden gegeven: 'Indien u zich bekeert, en uw hart niet verstokt, dan zal Ik barmhartig jegens u zijn door middel van mijn eniggeboren Zoon; [en u zult] aanspraak hebben op barmhartigheid door middel van mijn eniggeboren Zoon, tot vergeving van [uw] zonden; en [u zult] ingaan tot mijn rust' (Alma 12:33–34).

Als een van de apostelen van de Heer beloof ik u dat deze woorden van onze Vader waar zijn. Past u ze toe, dan zal de goddelijke bestemming die de Heiland voor u in petto heeft, u ten deel vallen. ■

NOTEN

1. Neal A. Maxwell, 'Getuigen van de grote en heerlijke verzoening', *Liahona*, april 2002, 9.
2. Russell M. Nelson, 'We kunnen meer doen om een beter mens te worden', *Liahona*, mei 2019, 67.
3. Russell M. Nelson, 'We kunnen meer doen om een beter mens te worden', 67.
4. Russell M. Nelson, 'De schepping', *Liahona*, juli 2000, 102.



DE BELOFTE VAN DE VERZOENING VAN CHRISTUS

'Behalve voor de zeer weinigen die naar Satan overlopen, is er geen gewoonte, geen verslaving, geen opstandigheid, geen overtreding, geen afvalligheid, geen wandaad uitgesloten van de belofte van volledige vergeving. Dat is de belofte van de verzoening van Christus.'

President Boyd K. Packer (1924–2015), president van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'The Brilliant Morning of Forgiveness', *Ensign*, november 1995, 20.

Een volheid van vreugde

Naam bekend bij de redactie, Utah (VS)

Het is moeilijk om te beschrijven welke immense vreugde mijn ziel vervulde toen ik die dag de kliniek verliet.

Ik zat in de wachtkamer van een medisch centrum toen ik een moeder met haar dochter opmerkte. Het kind droeg een mondkapje en hoestte geregeld. Haar ogen lagen diep in hun kassen en haar gezicht was bleek. Ik had medelijden met haar. Haar moeder zag er afgemat uit.

Doordat het een kleine wachtkamer was, kon ik alles horen wat ze zei. Toen ze de eigen bijdrage voor haar bezoek had betaald, herinnerde de receptioniste haar aan

een uitstaande rekening die dubbel zo hoog was als ze die dag betalen moest.

De vrouw hield haar emoties nauwelijks in bedwang toen ze uitlegde dat ze de rest van de maand geen geld meer had. Ze zei dat ze nauwelijks haar huur kon betalen. De receptioniste zei dat ze moest proberen de openstaande rekening zo snel mogelijk te betalen. Vervolgens werden de vrouw en haar kind voor hun afspraak naar de behandelkamer gebracht.

Ik zat aan die vrouw en haar situatie te denken. Ik ben echt niet rijk, maar toen ik bedacht hoe goed de Heer voor mijn gezin en mij was geweest, kreeg ik een groot verlangen om deze vrouw en haar dochter te helpen.

Ik liep naar de receptie, me afvragend of wat ik wilde wel mogelijk was. Ik legde uit dat ik had

opgevangen dat deze vrouw zich in een moeilijke situatie bevond, en dat ik haar openstaande rekening wilde betalen. Dat verbaasde de receptioniste, maar ze wilde met alle plezier aan mijn verzoek voldoen.

Ik vroeg haar om de vrouw te vertellen dat haar rekening betaald was, en dat ze zich er geen zorgen meer om hoefde te maken. Ik zei ook dat ze de vrouw niet moest vertellen wie de rekening had betaald. Vervolgens betaalde ik het bedrag, en ging ik naar mijn afspraak. Ik heb de vrouw en haar dochter niet meer gezien, maar ik bad dat hun situatie gauw beter mocht worden.

Het is moeilijk om te beschrijven welke immense vreugde mijn ziel vervulde toen ik die dag de kliniek verliet. Geen wonder dat de Heiland het over een volheid van vreugde heeft (zie Leer en Verbonden 93:33). Ik wist meer dan ooit tevoren dat ik meer als mijn Heiland wilde zijn, en dat ik vaker de vreugde wilde voelen die we krijgen als we Hem dienen. ■



Karina Guerra, Oregon (VS)

'Ik weet dat ik gewoon verder moet, en dat ik dagelijks dichter tot mijn hemelse Vader moet komen. Zo kan ik voor altijd bij mijn kinderen zijn.'

MEER WETEN

- Lees Karina's verhaal op ChurchofJesusChrist.org/go/22113.

De kracht en moed om te vliegen

Cristian Gabriel Iraheta Portillo, San Salvador (El Salvador)

Door onze goddelijke afkomst hebben wij het potentieel om geestelijk te vliegen.

Kort geleden bouwde een koppel duiven een nest in een boom in mijn tuin. Ik zag ze takjes verzamelen om een nest te bouwen dat hun thuis zou worden.

Een tijdje later zag ik lege eierdoppen in het gras. Er waren twee jonge vogeltjes uitgekomen. Ze groeiden zo snel dat ze al gauw bijna net zo groot waren als hun moeder.

Op een ochtend keek ik toe terwijl een van de jonkies op de rand van het nest stond en enkele pogingen deed om te vliegen. Uiteindelijk zette het duifje af en vloog het naar het dak van ons huis. Binnen enkele dagen was de moedige duif met zijn moeder aan het rondvliegen.

Intussen keek het andere jong vanuit het nest toe. Het dacht waarschijnlijk dat het zich op een dag bij hen zou voegen. Ik had mijn twijfels. Dit duifje leek geen verlangen te hebben om te vliegen.

Maar tot mijn verrassing zag ik het jonge vogeltje enkele dagen later in het gras onder het nest lopen. Blijkbaar had het geprobeerd te vliegen. Een paar dagen lang deed het jonkie veel onhandige pogingen om te vliegen. Uiteindelijk slaagde het daarin. Het vloog terug naar het nest en vervolgens weer de lucht in.

Door onze goddelijke afkomst hebben wij het potentieel om geestelijk te vliegen. Maar wij kunnen de vergissing begaan om onze vooruitgang te meten zoals ik de vooruitgang van het weifelende jonge vogeltje had afgemeten aan de vooruitgang van zijn broertje. Als we onze geestelijke vooruitgang vergelijken met die van anderen die we als geestelijk superieur beschouwen, dan denken we waarschijnlijk dat we niet veel vooruitgang maken.

De tegenstander wil ons wijsmaken dat we geen geestelijke vooruitgang kunnen maken. Hij wil ons laten geloven dat alleen stoffelijke zaken ertoe doen, daarom verleidt hij ons met afleidingen zoals de trends en de ijdele dingen van de wereld.

Al vroeg in onze aardse proeftijd maken we veel bezoeken, ellende en mislukkingen mee. Maar onze hemelse Vader heeft ons gezegd: 'Wees sterk en moedig, schrik niet en wees niet ontsteld, want de Heere, uw God, is met u, overal waar u heen gaat' (Jozua 1:9). Als we tekortschieten, verwacht de Heer van ons dat we het blijven proberen, dat we ons potentieel voor ogen houden, en dat we, net als het jonge vogeltje, onze blik op de hemel gericht houden. ■

Als ik nu eens niet was gegaan?

Patricia E. Brockett, Oregon (VS)

Deze ervaring doordrong mijn hart en ziel van de reden waarom ik daar die avond moest zijn.

Ik had mezelf bijna wijsgemaakt dat ik die avond niet hoefde te gaan. Ik wist dat een herdenkingsavond me misschien zou helpen omgaan met het verlies van mijn moeder, maar ik wist ook dat er tranen zouden vloeien omdat ik nog rouwde en treurde om haar heengaan.

Toen de tijd voor de herdenking naderde, begon ik me ondanks mijn eerdere aarzeling toch klaar te maken om te gaan. Ik had besloten dat het goed voor me zou zijn om de avond bij te wonen.

De avond ter herdenking van enkele mensen die onlangs waren overleden, werd gehouden door het uitvaartcentrum dat mijn moeders begrafenis had verzorgd. Behalve de directeur van het uitvaartcentrum en zijn gezin kende ik geen van de aanwezigen. Tijdens de bijeenkomst werd de naam van elke persoon voorgelezen, waarna een vertegenwoordiger van de familie ter nagedachtenis aan de overledene een kaarsje aanstak.

Na de bijeenkomst stond ik op om naar de versnaperingen te gaan. De mensen die achter me zaten, waren allemaal al weg, behalve een broos uitziende dame met

een beademingsapparaat naast haar looprek. Ik kon haar verdriet en pijn voelen. En ik had het gevoel dat ik haar een knuffel moest geven.

Ik wist niet wat ze ervan zou vinden als een vreemde haar een knuffel gaf, maar ik gaf gehoor aan de eenvoudige ingeving. Ik ging met uitgestrekte armen op haar af. Ze stak beide armen uit en trok me omlaag. Ze kuste me op de wang en zei: 'Bedankt dat je wist dat ik een knuffel nodig had. Je bent een engel.' We hadden een kort gesprek.

Deze ervaring doordrong mijn hart en ziel van de reden waarom ik daar die avond moest zijn. Had iemand anders die vrouw die avond een knuffel gegeven als ik niet was gegaan? Dat zal ik nooit te weten komen, maar ik weet wél dat we allebei rijk gezegend werden toen ik gehoor gaf aan de ingeving om haar een knuffel te geven. ■





**Broeder Jan E. Newman**Tweede raadgever
in het algemeen
zondagsschoolpre-
sidium

De waarde van elke ziel

Waarom zijn wij zo belangrijk voor onze hemelse Vader?

Onlangs had ik het gevoel dat ik weer contact moest opnemen met een gezin dat mijn collega en ik bijna veertig jaar geleden op zending in Brussel hadden onderwezen en gedoopt. Ik had ze al heel lang niet meer gesproken.

Door het wonder van de hedendaagse technologie vond ik op sociale media de moeder van het gezin. En ik had vervolgens een fijne videochat met haar. We haalden heilige herinneringen op aan de tijd, zo veel jaren geleden, dat haar gezin over het herstelde evangelie hoorde.

Ze sukkelde met haar gezondheid, en door omstandigheden maakte ze geen deel meer uit van het gezin. Ik voelde tijdens ons gesprek de enorme liefde die onze hemelse Vader en de Heiland voor deze fijne zuster koesteren. Ik voelde dat ze grote eeuwige waarde had, hoewel ze enigszins van de kerk was afgedwaald. Ik sprak mijn liefde voor haar uit en getuigde dat God van haar houdt en Zich van haar bewust is. Toen we elkaar onze genegenheid betuigden, kreeg ze tranen in haar

ogen. We spraken af om elkaar vaker te spreken. Ik was erg dankbaar dat onze alwetende, liefdevolle God mij had geïnspireerd om die dag contact met mijn lieve vriendin op te nemen.

De 'reden' voor Gods liefde

Toen een engel aan Nephi vroeg of hij de goedgunstigheid van God kende, antwoordde Nephi: 'Ik weet dat Hij zijn kinderen liefheeft; toch ken ik niet de betekenis van alle dingen' (1 Nephi 11:17). Ik heb me vaak afgevraagd hoe Nephi dit eenvoudige, mooie feit was gaan begrijpen: God houdt van zijn kinderen. Het is duidelijk dat zijn 'goede ouders' hem de leer van Christus hadden bijgebracht (1 Nephi 1:1). Maar hij kende ook de 'reden' die de Heiland daarvoor heeft. En wat is die 'reden'?

Wat was de reden waarom God bereid was om zijn Zoon op te offeren? *Wat was de reden waarom* Hij ons hier naartoe stuurde om beproefd te worden? Die reden is een andere prachtige waarheid, namelijk dat 'de waarde van zielen groot is in de ogen van God' (Leer en Verbonden 18:10).

Waarom is onze waarde voor Hem zo groot? Dat komt uiteraard doordat wij zijn kinderen zijn en Hij ons liefheeft. Maar in de volgende verzen beschrijft Hij de grote gave die Hij ons

allemaal heeft gegeven omdat Hij ons liefheeft: zijn eniggeboren Zoon, Jezus Christus. Hij heeft zijn Zoon gestuurd om 'de dood in het vlees [te] ondergaan; aldus heeft Hij de pijn van alle mensen geleden, opdat alle mensen zich zouden kunnen bekeren en tot Hem komen. En Hij is uit de doden weer opgestaan, opdat Hij alle mensen tot Zich zou kunnen brengen, op de voorwaarden van bekering' (Leer en Verbonden 18:11–12). Hij heeft gezegd: 'Dit is mijn werk en mijn heerlijkheid: de onsterfelijkheid en het eeuwige leven van de mens tot stand te brengen' (Mozes 1:39).

Bekering en vreugde

Geen wonder dat de Heer zo blij is als wij ons bekeren. Onze bereidheid om ons te bekeren is het bewijs van onze grote dankbaarheid voor de magnifieke, weergaloze gave van de Heiland en Verlosser van de wereld. Alleen dankzij en door middel van Jezus Christus kunnen wij rein worden zodat we vol vertrouwen in de tegenwoordigheid van God kunnen verkeren (zie Leer en Verbonden 121:45).

President Russell M. Nelson heeft uitgelegd: 'Te veel mensen beschouwen bekering als een straf – iets wat we absoluut moeten vermijden, tenzij we ons in een heel ernstige situatie bevinden. Maar dat gevoel komt van Satan. Hij probeert te voorkomen dat we op Jezus Christus vertrouwen die met open armen klaarstaat en ons maar al te graag wil genezen, vergeven, reinigen, sterken en heiligen. [...]

'Niets is meer bevrijdend, louterend of cruciaal voor onze vooruitgang dan regelmatige, dagelijkse bekering. Bekering is geen eenmalige gebeurtenis, maar een proces. Bekering is de sleutel tot geluk en gemoedsrust. In combinatie met geloof geeft bekering ons toegang tot de kracht van de verzoening van Jezus Christus.'¹

Aanmoediging om te assisteren

De Heer heeft zijn kinderen die Hem dienen in openbaringen in de laatste dagen vaak aangemoedigd om Hem en zijn Zoon bij het werk van het heil en de verhoging te assisteren (zie Leer en Verbonden 18:14).



'Weet dat het niet uw verantwoordelijkheid is om mensen te bekeren. Dat is de taak van de Heilige Geest. Het is uw taak om te vertellen wat u in uw hart voelt, en in overeenstemming met uw overtuiging te leven.'

Ouderling Dieter F. Uchtdorf

Denk daar maar eens over na! De God van het heelal vraagt ons, in onze onvolmaakte toestand, om zijn kinderen, die van grote waarde zijn, te helpen om bij Hem terug te keren. Hij weet dat dit werk moeilijk is. Veel mensen zullen onze uitnodiging 'Hoor Hem' niet aannemen. Maar Hij bevestigt dat Hij de God van het individu is. 'En al ware het zo dat u al uw dagen arbeidde om dit volk bekering toe te roepen, en slechts één ziel tot Mij bracht, hoe groot zal dan uw vreugde met hem zijn in het koninkrijk van mijn Vader!' (Leer en Verbonden 18:15; cursivering toegevoegd.)

U kunt zich afvragen hoe u iemand kunt helpen om tot Christus te komen, zich te bekeren, en de zegeningen van zijn zoenoffer te krijgen.

Ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft deze raad gegeven over onze deelname aan het werk van het heil en de verhoging: 'Weet dat het niet uw verantwoordelijkheid is om mensen te bekeren. Dat is de taak van de Heilige Geest. Het is uw taak om te vertellen wat u in uw hart voelt, en in overeenstemming met uw overtuiging te leven.

'Raak niet ontmoedigd als iemand de evangelieboodschap niet onmiddellijk aanvaardt. Dat is geen mislukking.

'Het is een zaak tussen die persoon en onze hemelse Vader.

'Het is uw taak om God en uw naasten, zijn kinderen, lief te hebben.

'Geloven, liefhebben, doen.

'Volg dat pad, dan zal God door middel van u wonderen verrichten om zijn dierbare kinderen te zegenen.'²

Aan beide kanten van de sluier

De uitnodiging om door bekering tot Christus te komen, is niet alleen voor hen die op deze aarde leven. 'De doden die zich bekeren, zullen worden verlost door gehoorzaamheid aan



Ieder van ons heeft een heilige verantwoordelijkheid om de kinderen van onze hemelse Vader aan beide kanten van de sluier te dienen.

de verordeningen van het huis van God' (Leer en Verbonden 138:58). Tempelwerk en familiegeschiedenis zijn belangrijke onderdelen van de vergadering van het verstrooide Israël aan beide kanten van de sluier. Wij kunnen grote vreugde ondervinden als we het werk doen voor hen die naar de geestenwereld zijn gegaan, wetend dat er in die sfeer, zoals president Wilford Woodruff (1807–1898) heeft gezegd, 'maar weinig [zullen] zijn, wellicht niet een, die het evangelie niet aan-nemen.'³ Zij zullen ongetwijfeld uitzien naar de dag waarop de verlos-sende verordeningen voor hen in het huis des Heren worden verricht.

Ouderling Dale G. Renlund van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Laten wij onze familiegeschiedenis uitzoeken en voor onze voorouders naar de tempel gaan. Dan vervult God veel van die beloofde zegeningen in één klap aan beide kanten van de sluier. Zo worden we ook gezegend als we anderen in onze wijk of ring daarin bijstaan. Leden die niet dicht bij een tempel wonen, kunnen die zegeningen ook ontvangen. Zij kunnen familiehistorisch werk doen, de namen van hun voorouders opzoeken en de tempelverordeningen laten verrichten.'⁴

Het is geweldig om te weten dat onze hemelse Vader al zijn kinde-ren liefheeft. Wij zijn voor Hem van grote waarde. Ieder van ons heeft een heilige verantwoordelijkheid om zijn kinderen aan beide kanten van de sluier te helpen, en ze hun grote waarde te laten inzien.

Laat ze hun waarde inzien

Ik nodig u uit om contact te leggen met hen die ooit deel van uw leven hebben uitgemaakt, en die misschien al een tijdje vergeten zijn.

Leg contact met mensen die het verbondspad verlaten hebben. Dien mensen die behoefte aan christelijke naastenliefde hebben. Ontwik-kel door middel van tempelwerk en familiege-schiedenis, inclusief indexeren, een band met hen die zich aan de andere kant van de sluier bevinden. Laat andere mensen Gods liefde voelen.

Zoals beloofd spraken mijn dierbare Belgische vriendin en ik elkaar vier maanden lang elke zondag. Ik vroeg haar de app Evangeliebibliotheek te installeren. De plaatselijke gemeentepresident werd over haar op de hoogte gebracht, de voltijdzendingen bezochten haar en gaven haar een priester-schapszegen. De week daarop, voor de eerste keer in dertig jaar tijd, ging ze op zondag naar de kerk. De laatste keer dat we elkaar spra-ken, was ze blij dat ze terug in de kerk van Jezus Christus actief was. Ze vertelde me ook dat haar oudste dochter nog actief in de kerk was. Ik nam onmiddellijk in een videochat contact met haar dochter op. Ze stelde me aan haar vier mooie kinderen voor, en ver-telde toen dat de voltijdzendingen die avond bij haar zouden komen eten. Wat was het een zegen om te zien dat ze nog een trouw lid van de kerk was!

Toen ik haar sprak, begreep ik de bood-schap van deze Schrifttekst enigszins: 'En nu, indien uw vreugde groot zal zijn met één ziel die u tot Mij hebt gebracht in het koninkrijk van mijn Vader, hoe groot zal dan uw vreugde zijn indien u vele zielen tot Mij brengt!' (Leer en Verbonden 18:16.)

De waarde van *elke* ziel is groot! ■

NOTEN

1. Russell M. Nelson, 'We kunnen meer doen om een beter mens te worden', *Liahona*, mei 2019, 67.
2. Dieter F. Uchtdorf, 'Zendingswerk: verkondigen wat u in uw hart voelt', *Liahona*, mei 2019, 17.
3. *Leringen van kerkpresidenten: Wilford Woodruff* (2004), 199.
4. Dale G. Renlund, 'Familiegeschiedenis en tempelwerk: verzegeling en genezing', *Liahona*, mei 2018, 49.

Uw waarde is groot

Beste ouders,

God heeft ons lief en waardeert ons meer dan we ons kunnen voorstellen. Deze maand vindt u in de kerktijdschriften diverse artikelen en activiteiten om uw kinderen iets over bekering, de doop en de herstelling van het priesterschap te leren, en ze duidelijk te maken dat hun ziel voor u en hun hemelse Vader grote waarde heeft.

EVANGELIEBESPREKINGEN

Hoor Hem en zie elkaars waarde

Laat de afbeelding en de uitspraak van de Heiland op pagina 2 zien. Bedenk met uw gezinsleden voorbeelden uit de Schriften waarbij de Heiland de waarde van iemands ziel zag. Op pagina 32 en 36 vindt u hedendaagse voorbeelden waaruit blijkt wat de Heer vindt van hen die in de maatschappij als minder waardevol worden beschouwd. Vertel hoe de Heiland u heeft geholpen om uw eigen waarde of die van iemand anders in te zien.

Anderen laten zien dat u vindt dat ze waardevol zijn

Een manier om anderen het gevoel te geven dat ze waardevol zijn, is ze te dienen. Bestudeer het artikel van broeder Jan E. Newman op pagina 16 en kijk welke persoonlijke aanmoedigingen u eruit kunt halen. Bespreek als gezin onder gebed wie u volgens de Geest moet dienen. Plan hoe en wanneer u liefdevol met die persoon contact gaat opnemen.

Of bespreek na het lezen over gedetineerden op pagina 32 hoe u aan de hand van de ideeën in dat artikel gedetineerden kunt helpen, of hun gezinsleden steun, liefde en vriendschap kunt bieden.

Kinderen op de doop voorbereiden

U kunt dit nummer gebruiken om uw kinderen op hun doop voor te bereiden. 'Kinderen op de doop



voorbereiden' op pagina 22 bevat ideeën voor ouders. U kunt in 'Evangeliebasis' op pagina 6 antwoorden op veelgestelde vragen vinden. In de *Vriend* van deze maand staan nog meer ideeën.

Hulp bij Kom dan en volg Mij

Zie pagina 26 voor materiaal ter verdieping van uw wekelijkse studie van *Kom dan en volg Mij*.



PLEZIER MET DE GEZINSSTUDIE

Waardecirkel

Leer en Verbonden 10–19

Oliver Cowdery en David Whitmer kregen de raad om te bedenken dat ‘de waarde van zielen groot is in de ogen van God’ (Leer en Verbonden 18:10). Als we anderen helpen om hun waarde in te zien, brengen we hen en onszelf dichter tot Christus.

1. Laat de gezinsleden in een kring zitten.
2. Ieder krijgt een beurt om in het midden van de kring te staan.
3. De mensen die in de kring zitten, zeggen tegen de persoon in het midden: ‘Jij bent belangrijk voor me omdat _____’, en geven een reden waarom die persoon veel voor hen betekent.
4. De persoon in het midden vult dan zelf een uitspraak over eigenwaarde aan: ‘Ik ben belangrijk voor God en mijzelf omdat _____.’

Bespreking: Waarom is het belangrijk om te bedenken dat zowel wijzelf als de mensen om ons heen van belang zijn? Als Christus in de kring zat, wat zou Hij dan over ons zeggen? Lees *Leer en Verbonden 18:10–13* en bespreek wat Christus heeft doorgemaakt omdat Hij ons op waarde schat. ■

Dit idee is van Mitzi Schoneman



DEZE MAAND IN VOOR DE KRACHT VAN DE JEUGD:

Vraag en antwoord

Geef uw tiener deze antwoorden van jongeren over manieren om meer uit de Schriften te halen.

Regel op regel: Vrees niet

Hier leren jongeren hoe ze een Schrifttekst in *Kom dan en volg Mij* kunnen analyseren. Dit onderwerp zal ze in moeilijke tijden vertrouwen geven.

Aanschouwelijk onderwijs voor de thuisavond

Probeer dit eens met uw gezin. Het is een leuke activiteit om te leren hoe we een verandering van hart kunnen ondergaan.

Het verhaal van de getuigen

Dit stripverhaal is een uitstekende manier om jongere lezers iets te leren over de drie getuigen van het Boek van Mormon.

Ingevingen op een bankje in het park en Herkennen hoe de Heilige Geest tot je spreekt

Vinden uw jongeren het wel eens moeilijk om ingevingen van de Geest te herkennen? In deze twee verhalen vertellen mensen hoe ze dat hebben geleerd.



DEZE MAAND IN DE VRIEND:

Alles over de doop

De *Vriend* van deze maand is een bijzondere uitgave over de doop. U vindt er verhalen, activiteiten en lesideeën in om uw kind op de doop voor te bereiden, of het te herinneren aan het bijzondere verbond dat het bij de doop gesloten heeft.

Schriftenpret

Wekelijkse activiteiten als aanvulling op uw gezinsstudie van *Kom dan en volg Mij*, onder meer met een rubriek vol ideeën voor peuters.

Schriftverhalen voor jonge lezers

Lees uw kinderen het verhaal over de herstelling van het Aäronisch priesterschap door Johannes de Doper voor.

Helpende handen in de hele wereld

Lees hoe Raiarii uit Tahiti Jezus volgt, en help uw kinderen met de opdracht van deze maand.

Een getuigenis krijgen

‘Sabrina vindt haar getuigenis’ is een verhaal waardoor kinderen kunnen ontdekken dat ze een groter getuigenis hebben dan ze denken.

Kinderen op de doop voorbereiden



Lucy Stevenson Ewell
Kerktijdschriften

Zich laten dopen en bevestigen is voor kinderen in de kerk een opwindende mijlpaal. Hoewel veel kinderen naar deze verordeningen uitkijken, komt het ook veel voor dat ze er zenuwachtig of bang van worden.

Als auteur van artikelen voor de *Vriend*, het kerktijdschrift voor kinderen, hoor ik vaak dat kinderen bang zijn dat ze niet klaar zijn om dit verbond te sluiten. Sommige kinderen vragen zich af of hun getuigenis wel sterk genoeg is. Andere zijn bang voor water. En weer andere hebben het gevoel dat ze onder druk staan om volmaakt te zijn.

Hier volgen enkele manieren om uw kind met de voorbereiding te helpen en het vertrouwen te krijgen om de volgende stap op het verbondspad te doen.

Doelgericht onderwijzen

Het is al te makkelijk om de doop als een overgangsrite te zien of gewoon als iets dat gebeurt wanneer uw kind 8 jaar wordt. Eigenlijk is de doop een heilige keus, wat betekent dat kinderen moeten begrijpen *waarom* die belangrijk is. Als u ze dat leert, kan dit de doop zinvoller (en minder beangstigend) voor ze maken. Leer ze wat iemand over de kerk moet weten voordat hij zich laat dopen.

Het is belangrijk om kinderen te leren wat het doopverbond

Wij kunnen onze kinderen geduldig, doelgericht en onder gebed helpen om deze stap op het verbondspad te zetten.

inhoudt. En het goede nieuws is dat we dat niet in één dag of één week hoeven te doen (of te proberen). De beste manier om uw kind op dit verbond voor te bereiden, is met uw gezin regelmatig het evangelie te bestuderen. Als de doop van uw kind nadert, kunt u zich het beste vooral op deze dingen concentreren:

- Leg op een eenvoudige manier uit dat de doop betekent dat je belooft om Jezus Christus te volgen.
- Lees Schriftteksten over de doop, bijvoorbeeld Mosiah 18:8–10. Leg de verzen zo uit dat uw kind ze begrijpt, en aan u kan uitleggen wat ze betekenen. Een pasgedoopt meisje uit Hawaï (VS) zei bijvoorbeeld dat ‘elkaars lasten dragen’ betekent dat we ‘iedereen helpen als ze dat nodig hebben’.
- Bespreek beslist ook de gave van de Heilige Geest met ze, en vertel wat u zelf aan de invloed van de Heilige Geest hebt gehad.



Sommige kinderen maken zich misschien zorgen over de doop omdat ze zich afvragen of hun getuigenis wel sterk genoeg is. Herinner uw kinderen aan het fijne gevoel dat ze hadden als ze iets liefs voor iemand deden, in het jeugdwerk een liedje zongen, of het evangelie bespraken. Laat ze bedenken hoe ze weten dat onze hemelse Vader van ze houdt. Leg uit dat al deze dingen het begin van een getuigenis zijn, en dat dit getuigenis in de loop der tijd zal groeien als ze goede keuzes blijven maken.

Laat zien hoe het in zijn werk gaat

Als kinderen zenuwachtig zijn omdat ze gedoopt gaan worden – of zelfs als ze dat goed verstoppen – dan kan het nuttig zijn om te bespreken hoe het in zijn werk gaat. Daar kunt u mee beginnen door ze voor te bereiden op het gesprek dat ze met hun bisschop of gemeentepresident zullen hebben. U kunt kinderen hierop voorbereiden door met ze te praten over vragen zoals ‘Waarom is de doop

belangrijk?’ en ‘Wat betekent het om de naam van Christus op je te nemen?’. Leg uit dat de bisschop er is om ze te helpen met de voorbereiding op de doop, niet om ze een test af te nemen of in het nauw te brengen. En bedenk dat u uw kinderen desgewenst altijd naar het gesprek kunt vergezellen.

U kunt uw kind ook op het praktische verloop van de doopdag voorbereiden. Laat zien waar u in de vont gaat staan. U kunt zelfs de priesterschapsdrager die de doop zal verrichten droog met uw kinderen laten oefenen, zodat ze weten hoe het voelt om achterover te buigen, en naar beneden en weer omhoog gebracht te worden. Leg uit wat er tijdens de bevestiging zal gebeuren.

Als kinderen bang zijn om kopje onder te gaan, bedenk dan onder gebed manieren om die angst vóór de doop te overwinnen. Misschien kunt u samen met uw kind naar de doop van iemand anders gaan om te zien dat ze maar eventjes onder water gaan. Of misschien kunnen uw kind en u allebei de neus dichtknijpen en enkele seconden lang met het gezicht onder water gaan. Misschien is er een zwemleraar in uw omgeving die raad kan geven. Wat u ook doet, doe het met liefde en geduld.

Hoe beter kinderen zich op de fysieke details van de doop voorbereid voelen, hoe beter ze zich kunnen ontspannen en zich kunnen richten op het geestelijke verbond dat ze gaan sluiten.

Concentreer u op vooruitgang, niet op volmaking

Soms bespreken we misschien het reinigende aspect van de doop zo uitgebreid dat de kinderen het verkeerd begrijpen en denken dat ze na de verordening volmaakt moeten zijn. Een van de verhalen die wij bij de *Vriend* het meest horen, is dat kinderen in paniek raken als ze na de doop voor het eerst een vergissing begaan. Als ze zich helemaal rein en zuiver voelen, kan een ruzie met een broertje of zusje, of een vergeten karweitje ze het idee geven dat ze dat fijne gevoel voor altijd verknoeid hebben!

Het is voor ons als ouders en leidinggevenden van essentieel belang dat we onze kinderen het beginsel van bekering leren. Begrijpen onze kinderen dat we hier op aarde leren en groeien door onze fouten in te zien en ervan te leren? Weten ze dat we altijd om vergeving kunnen bidden? En dat ze elke week dat ze aan het avondmaal deelnemen hun doopverbond hernieuwen? Getuig dat de kans om je te bekeren een zegening en een geschenk is. Bij de doop draait het er niet om volmaakt te zijn, maar meer dat we ons op het verbondspad begeven en dagelijks stappen doen om meer op Jezus Christus te lijken.

Een prachtig begin

In plaats van de doop en de bevestiging als een bestemming te beschouwen, kunnen we onze kinderen helpen om het als een prachtig begin te zien: het begin van een nieuw leven als verbondsdiscipel van Jezus Christus. Of kinderen nu opgewonden of zenuwachtig zijn, of allebei, u kunt ervoor zorgen dat ze daar niet alleen in staan. Als u doelgericht, geduldig en onder gebed met ze omgaat, kunnen uw kinderen vreugde voelen bij het nemen van deze stap op het pad terug naar hun hemelse thuis. ■

Uw kind en u kunnen in de *Vriend* van deze maand alles over de doop lezen! Hieronder staan enkele informatiebronnen die u misschien nuttig vindt:

- 'Sabrina vindt haar getuigenis.' Sabrina komt er vlak voor haar doop achter dat ze een groter getuigenis heeft dan ze dacht. (Zie pagina 4.)
- 'Bekeren en opnieuw proberen.' Een jongen komt erachter dat hij niet volmaakt hoeft te zijn om gedoopt te worden. (Zie pagina 20.)
- 'Maak je eigen doopboekje.' Laat uw kind de pagina's van dit boekje uitknippen en inkleuren om ze aan de bijzondere kanten van hun doopdag te herinneren. (Zie pagina 24.)



Eliza sprak met gezag

Jennifer Reeder

Afdeling kerkgeschiedenis

*Net als Eliza R. Snow kunnen wij
onze angsten onder ogen zien en
moedig ons zegje doen.*

Op 18 april 1884 ging een oudere vrouw met een door zorgen getekend gezicht in Utah voor zusters van de zustershulpvereniging staan. Het was de algemeen presidente van de zustershulpvereniging, Eliza R. Snow, en in een krantenartikel stond later dat ze ondanks haar tachtig jaren 'energiek en oprecht sprak, en met haar krachtige stem het grote gebouw vulde'.¹

Na haar doop beloofde Eliza God om 'zijn naam in de gemeente van de heiligen altijd te loven'.² Ze bleef die belofte trouw en hield meer dan duizend toespraken. Maar het zou haar luisteraars verbaasd hebben dat spreken in het openbaar haar erg zenuwachtig maakte. Zelfs toen ze in Nauvoo les gaf en de notulen van de ZHV-vergaderingen bijhield, aarzelde ze om haar mond open te doen.

In 1868 kreeg ze de kans om die angst onder ogen te zien. President Brigham Young vroeg Eliza om met de oprichting van zustershulpverenigingen door heel Utah te helpen. 'Ik wil dat u de zusters instrueert', zei hij.



Het idee was zo afschrikwekkend dat Eliza's hart een tel oversloeg.³ Maar ze verzamelde voldoende moed om haar best te doen, en na verloop van tijd ondervond ze dat ze moeilijke roepingen kon aannemen, omdat ze dan kracht kreeg die ze uit zichzelf niet had.

Eliza legde op een dag aan haar gehoor uit dat de president van de kerk haar op zending had geroepen, en ze getuigde dat het 't makkelijkst is om 'te doen wat er van ons wordt gevergd'.⁴ Bij een andere gelegenheid gaf Eliza toe dat ze zichzelf geen goede spreekster vond. 'Maar met uw geloof en gebeden, en met de Geest van de Heer, kan ik misschien iets zeggen dat u zal troosten en zegenen.'⁵ Ze leerde door ervaring hoe ze de Geest moest uitnodigen zodat ze met overtuigingskracht kon spreken.

Eliza moedigde de vrouwen aan om dapper hun getuigenis te geven:

'Als u uw beste gedachten uitspreekt, worden ze vermeerderd en versterkt.'⁶ Ze leerde niet alleen om zelf met gezag te spreken, maar leerde anderen om hun angst onder ogen te zien en hun mond open te doen. ■

NOTEN

1. 'Editorial Notes', *Woman's Exponent*, jaargang 12, nr. 23 (1 mei 1884), 180.
2. Notulen van de Senior and Junior Co-operative Retrenchment Association, 22 juni 1872, Bibliotheek voor kerkgeschiedenis, Salt Lake City (Utah, VS).
3. Zie Eliza R. Snow, 'Sketch of My Life', 35.
4. Notulen en verslagen van de zustershulpvereniging in de wijk American Fork, 29 oktober 1868, Bibliotheek voor kerkgeschiedenis.
5. Notulen en verslagen van de zustershulpvereniging in de wijk Lehi, 27 oktober 1868, Bibliotheek voor kerkgeschiedenis.
6. Notulen en verslagen van de zustershulpvereniging in de wijk Alpine, 29 oktober 1868, Bibliotheek voor kerkgeschiedenis.

Lees meer over zuster Snow in de app Evangeliebibliotheek en op iahona.ChurchofJesusChrist.org.



Hoe worden wij door de wijsheid van de Heer gezegend?

Toen Martin Harris 116 manuscriptpagina's van het Boek van Mormon kwijtraakte, zei de Heer tegen Joseph Smith: 'Bedenk dat het niet het werk van God is dat wordt verijdel, maar het werk van mensen' (Leer en Verbonden 3:3).

Op deze tijdbalk is te zien hoe de Heer voor vervanging zorgde van de pagina's waarvan Hij wist dat ze verloren zouden gaan.

600 v.C. – Nephi's kroniek

De Heer inspireert Nephi om een tweede kroniek te maken (de kleine platen van Nephi). Nephi begrijpt niet waarom, maar hij gelooft dat het 'een wijs doel' heeft (1 Nephi 9:5).



Geboorte
van
Christus

400 n.C. – Mormons samenvatting

De Heer inspireert Mormon om de kleine platen van Nephi bij zijn samenvatting van de grote platen van Nephi te voegen. Hoewel beide sets platen voor een groot deel hetzelfde materiaal bevatten, heeft ook hij geloof dat het 'een wijs oogmerk' heeft (Woorden van Mormon 1:7).



BESPREKING

Hoe heeft de wijsheid van de Heer uw zwakheden of vergissingen goedgemaakt? Wanneer hebt u iets aan zijn wijsheid gehad?



1828–1829 – Openbaring aan Joseph Smith

De Heer zei tegen Joseph dat hij de 116 verloren pagina's niet opnieuw moest vertalen omdat 'Satan [...] het [goddeloze mensen] in het hart [heeft] gegeven de woorden te veranderen' om het werk van Joseph in diskrediet te brengen (zie Leer en Verbonden 10:10–13). De ontbrekende pagina's en de kleine platen gingen over hetzelfde tijdvak (600–130 v.C.)

2021 – De Heer bereidt een weg

Net zoals God voor vervanging van de verloren pagina's heeft gezorgd, heeft Hij de weg bereid waardoor Satans huidige pogingen tot het verzwakken van ons geloof worden gedwarsboomd. Wij moeten 'getrouw [zijn] en doorgaa[n]' zodat 'de poorten van de hel [ons] niet [zullen] overweldigen' (Leer en Verbonden 10:3, 69).



Leer en Verbonden 12-13

8-14 FEBRUARI

Hoe kunnen we de profeet volgen?

Joseph en Polly Knight geloofden vanaf het begin dat Joseph Smith een profetische roeping had. Ze steunden Joseph terwijl hij de gouden platen vertaalde, en ze bevonden zich onder de eerste dopelingen.

Hun huis werd verscheidene keren vernield, en ze raakten veel vrienden kwijt, maar het echtpaar Knight geloofde in het evangelie en ze wijdden hun leven aan het volgen van de profeet en vestigen van de kerk.

Een openbaring voor Joseph Knight

In 1829 ontving Joseph Smith een openbaring waarin stond hoe Joseph Knight een bijdrage aan Gods werk kon leveren. Joseph Knight kreeg opdracht om ernaar te streven 'de zaak van Zion voort te brengen en te vestigen' vol nederigheid, liefde, geloof, naastenliefde en zelfbeheersing (zie Leer en Verbonden 12:6-8). Hoe helpen die eigenschappen ons om de profeet te volgen en bij te staan?

Levenslange toewijding

De Knights raakten hun geloof in het evangelie nooit kwijt en bleven standvastig achter Joseph Smith staan. Hun leven was een getuigenis van datgene waarvan zij wisten dat het waar was. Joseph Smith heeft over Joseph Knight gezegd: 'Hij is trouw en gelovig gebleven, en evenwichtig en voorbeeldig, en deugdzaam en minzaam, zonder naar links of naar rechts af te wijken. Hij is een rechtschapen man.' (*History of the Church*, deel 5, 124.)

BESPREKING

Hoe kunnen uw gezinsleden en u net als broeder en zuster Knight zelfs in moeilijke tijden de levende profeet volgen?





Leer en Verbonden 14–17

15–21 FEBRUARI

De Heer koos drie getuigen die de gouden platen van het Boek van Mormon zouden zien om te 'getuigen van de waarheid van het boek en de dingen daarin' (2 Nephi 27:12). David Whitmer was een van die getuigen.

BESPREKING

Ook al krijgen wij de gouden platen niet te zien, we kunnen wél een getuige zijn. Hoe kunt u van evangeliewaarheid getuigen?



Wie was David Whitmer?

Een helpende hand

David bezocht Oliver Cowdery, die tijdens de vertaling als Joseph Smiths schrijver optrad, en hoorde over de gouden platen. Oliver schreef David later een brief en vroeg of Joseph en hij bij hem mochten logeren tot ze klaar waren met vertalen.

David reisde 483 kilometer naar Pennsylvania om Joseph en Oliver naar de woning van zijn ouders in de staat New York te brengen. Davids belangstelling nam toe toen hij Joseph het Boek van Mormon zag vertalen.

1829



Altijd een getuige

Een engel liet David, Oliver Cowdery en Martin Harris de platen zien, en ze hoorden Gods stem die hun gebod om te getuigen van wat ze hadden gezien.

Helaas verliet David enkele jaren later de kerk, en hij kwam niet terug, maar hij heeft zijn getuigenis nooit ontkend. Tegen het eind van zijn leven schreef David: 'Als een van de drie getuigen heb ik nooit geheel of gedeeltelijk het getuigenis ontkend, dat al zo lang [in het Boek van Mormon] verschijnt. Wie mij het beste kennen, weten dat ik altijd bij mijn getuigenis ben gebleven. Daarom wil ik nu, om te voorkomen dat iemand bedrogen uitkomt of zou twijfelen aan mijn huidige standpunt over deze zaak, opnieuw de waarheid bevestigen van al mijn verklaringen die ik toen heb gedaan, en die zijn gepubliceerd.' (*An Address to All Believers in Christ* [1887], 8–9.)



Leer en
Verbonden 18–19
22–28 FEBRUARI

Wat is het evangelie van Jezus Christus u waard?

Martin Harris had één van de beste boerderijen in Palmyra (New York). Toen het tijd was om het Boek van Mormon te publiceren, overwoog Martin een hypotheek op zijn boerderij te nemen om de drukkerij te betalen. Maar dat hield een groot risico in.

Een eervolle daad

Martin nam een hypotheek op zijn boerderij, waardoor de eerste 5.000 exemplaren van het Boek van Mormon konden worden gedrukt. President Dallin H. Oaks, eerste raadgever in het Eerste Presidium, heeft gezegd: 'Een van Martins belangrijkste bijdragen aan de kerk, waarvoor hij voor altijd geëerd zou moeten worden, was de financiering van de publicatie van het Boek van Mormon.' ('The Witness: Martin Harris', *Ensign*, mei 1999, 36.)

Een beslissend moment

Als Martin de publicatie van het Boek van Mormon financierde, maar het boek niet goed verkocht, kon hij zijn boerderij verliezen. Martin moest een moeilijke beslissing nemen.

Wat helpt u om belangrijke beslissingen te nemen? Wordt u bij het nemen van beslissingen beïnvloed door de waarde die het evangelie van Jezus Christus voor u heeft?

Gewillig offeren

Joseph Smith ontving een openbaring waarin Martin werd gezegd dat hij zijn bezit niet moest begeren, maar dat hij er vrijelijk van moest geven om het drukken van het Boek van Mormon te bekostigen (zie Leer en Verbonden 19:26).

Dat zou een offer zijn, maar de Heer herinnerde Martin eraan dat niemand méér voor Gods kinderen heeft opgeofferd dan Hij (zie Leer en Verbonden 19:18).

Waarom maakt offers brengen deel van het evangelie van Jezus Christus uit?



Bediening aan mensen met financiële problemen

Hoe kunnen we hulp bieden als mensen het economisch moeilijk hebben?

Oh Jin Sook, een zuster uit de wijk Chum-dan in Zuid-Korea, maakte na veel verdrietige jaren een moeilijke echtscheiding mee. Haar dienende zusters onderhielden tijdens de echtscheidingsprocedure nauw contact met haar en gaven haar steun. De ZHV-presidente en de bisschop begonnen met zuster Oh plannen te ontwikkelen om zelfredzaam te worden. Zij stelden een verhuizing naar een kleinere, goedkopere woning voor, zodat ze beter in staat zou zijn om in haar eerste levensbehoeften zoals voedsel, kleding, onderdak en dergelijke te voorzien.

Toen zuster Oh de bijeenkomsten van een zelfredzaamheidsgroep over het opzetten en laten groeien van een eigen zaak bijwoonde, overwoog ze om gebruik van haar talenten te maken door een schoonheidssalon te openen. Haar leidinggevenden en haar dienende zusters moedigden haar daarin aan, en steunden haar.

In het begin leken de hindernissen onoverkomelijk. Maar zuster Oh vertrouwde op God, werkte hard en opende uiteindelijk haar salon met het weinige geld dat ze had.

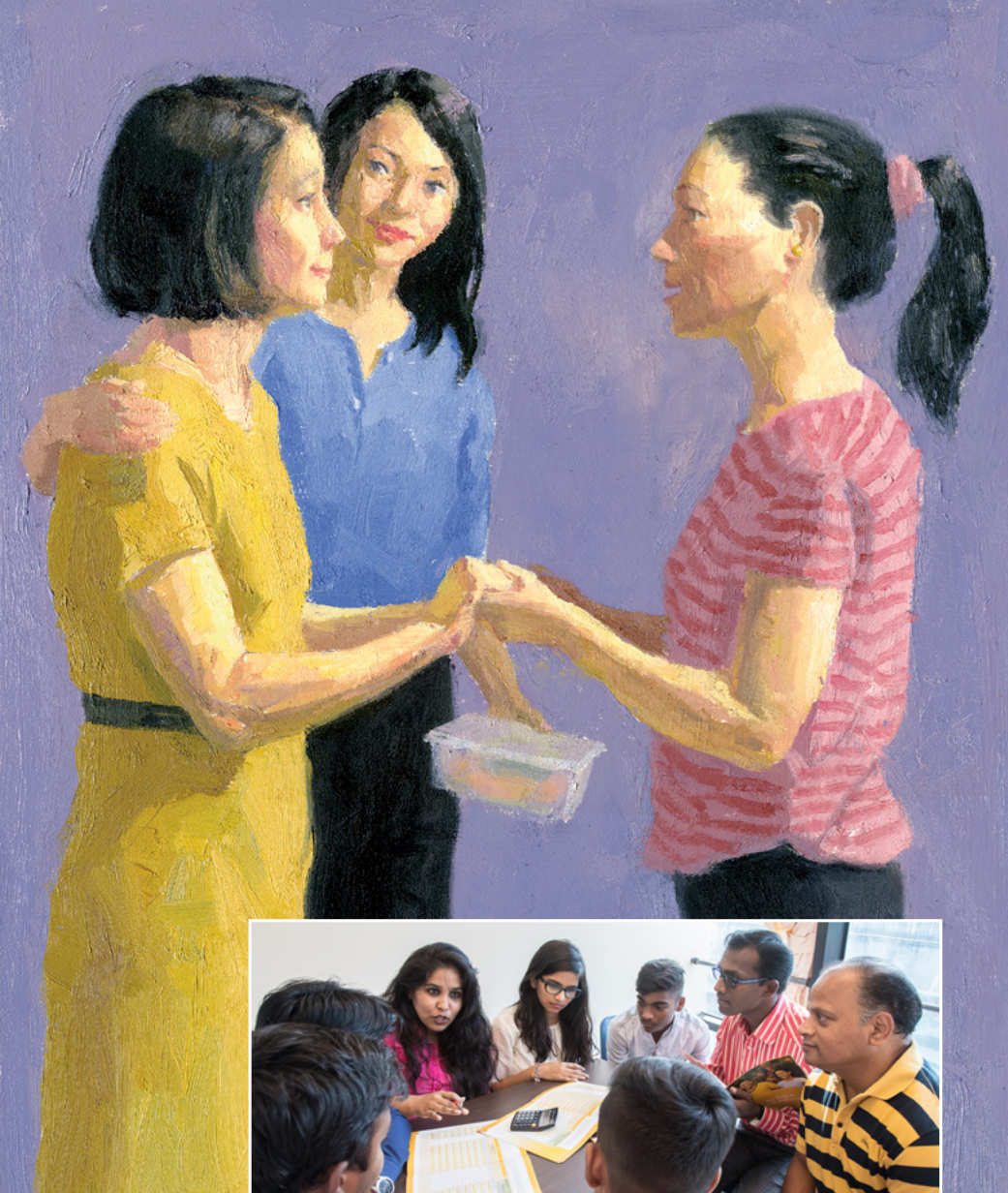
Aanvankelijk waren de inkomsten niet voldoende om ermee in het onderhoud van haar gezin te voorzien. Maar de schoonheidssalon gaf haar het cruciale vertrouwen en de moed om te concluderen dat ze onafhankelijk en zelfredzaam kon worden.

Zusters brachten haar maaltijden, belden haar om haar te troosten, gaven haar raad voor haar nieuwe zaak, en dienden haar liefdevol op allerlei manieren. Een broeder drukte en distribueerde duizenden strooibiljetten om reclame voor haar salon te maken. Andere wijkleden boden haar kinderen liefde, vriendschap en steun.

Zuster Oh had maar weinig wereldse bezittingen, maar ze zei dat het de gelukkigste periode van haar leven werd. De bron van haar geluk was haar geloof in Jezus Christus en de leden die haar christelijke naastenliefde betoonden. Zelfs in haar beproevingen voelde ze door het voorbeeld en de bediening van haar wijkfamilie hoezeer de Heiland haar liefhad.

Suggesties om mensen met financiële problemen bij te staan:

1. Stel u liefdevol op en geef geen kritiek. Denk aan de waarschuwingen van koning Benjamin om mensen met financiële problemen niet te veroordelen (zie Mosiah 4:17–19).
2. God wil ons zowel stoffelijk als geestelijk zegenen. Als we blijik geven van geloof door een en ander op zijn wijze te doen, verandert dat ons leven en dat van de mensen om ons heen.
3. Pas op dat u in uw bediening niet voor ze doet wat ze zelf zouden kunnen doen, of dat u ze kansen ontnemt om zelfredzamer te worden.
4. Geld geven, is niet de juiste oplossing voor elk financieel probleem. Vaak biedt tijd, naastenliefde of dienstbetoon een zinvollere oplossing. Als u bijvoorbeeld aanbiedt om op kinderen te passen of de tuin te onderhouden, kan dat geld besparen. Als u ze bij u thuis te eten vraagt, kunnen ze geld op een maaltijd besparen. Daarnaast kan de persoonlijke band ze steun bieden en tot genezing leiden.
5. Denk in uw verlangen om anderen te dienen ook aan uw eigen financiële omstandigheden. De Heer zal u



Een zelfredzaamheidscursus in Mumbai (India).

zegenen als u offers brengt om andere mensen te helpen, maar ons is aangeraden om niet meer te doen dan we kunnen (zie Mosiah 4:26–27). U kunt anderen misschien beter helpen als u in een zelfredzaamheidsgroep meer over persoonlijke financiën leert.

6. Wees tactvol en overschrijd geen grenzen door anderen hulp op te dringen, hoe goedbedoeld dat ook mag zijn. Accepteer dat ze ‘Nee,

bedankt’ zeggen als ze dat het beste vinden.

7. Dien anderen zonder een bedankje te verwachten. Mensen in financiële moeilijkheden voelen zich vaak vernederd en beschaamd, en dan kan het moeilijk voor ze zijn om dank te zeggen. Dien ze en geef ze naastenliefde zonder ze onder druk te zetten. Soms is het tactvoller om anonieme hulp te verlenen. ■

HULPBRONNEN

- Mensen kunnen met de zelfredzaamheids cursussen van de kerk heel goed zelfredzamer worden. U zou iemand over zijn of haar schroom om naar zo’n groep te gaan heen kunnen helpen door aan te bieden om mee te gaan. Nadere informatie over deze cursussen vindt u op de zelfredzaamheidswebsite van de kerk, srs.ChurchofJesusChrist.org.
- Lees ‘Het geestelijke fundament van financiële zelfredzaamheid in de kerk’ van bisschop Gérald Caussé in de *Liahona* van augustus 2018.
- Lees ‘Hoe de Geest u kan (en zal) helpen bij uw bediening’ in de *Liahona* van september 2019.
- De kerk heeft twee nuttige formulieren om na te gaan hoe goed u een crisis aan kunt, of een ander in een crisis kunt helpen. Ga naar ChurchofJesusChrist.org en zoek ‘Moeilijkheden het hoofd bieden: leidraad voor zelfhulp’ en ‘Wat kan mijn bediening betekenen voor mensen in nood?’ op.



*Misdaad doet
niets af aan
de waarde
van een ziel.*



BEDIENING AAN gedetineerden

Marissa Widdison

Kerktijschriften

Over de hele wereld zitten meer dan tien miljoen mensen gevangen.¹ Jezus Christus heeft iedereen lief, begrijpt al onze moeilijkheden, en vraagt ons om alle kinderen van onze hemelse Vader te dienen – inclusief gedetineerden. ‘Dan zullen de rechtvaardigen Hem antwoorden: Heere, wanneer hebben wij U [...] in de gevangenis [gezien] en zijn bij U gekomen?’

‘En de Koning zal hun antwoorden en zeggen: Voorwaar, Ik zeg u, voor zover u dit voor een van deze geringste broeders van Mij gedaan hebt, hebt u dat voor Mij gedaan’ (Mattheüs 25:37–40).

Hoe kunnen wij doen wat de Heiland vraagt en veilig gedetineerden dienen? In dit artikel staan wat uitgangspunten. Bid erover, en bespreek met plaatselijke kerkleiders wat er bij u ter plaatse gepast en verstandig is.

Ook Gods kinderen

Hoewel rechtssystemen verschillen, is opsluiting van misdadigers een gewoonte in veel landen en culturen. Doug Richens is als manager verantwoordelijk voor de contacten met kerkleden die in de gevangenis zitten. Hij

coördineert bovendien met andere kerken en plaatselijke organisaties de hulp aan mensen die door gevangenschap geraakt worden, wat hun achtergrond of godsdienstige overtuiging ook is.

‘Een veel voorkomende karakterisering van gedetineerden is dat ze allemaal onbetrouwbaar, gewelddadig en gevaarlijk zijn’, aldus broeder Richens. ‘Maar ik heb ondervonden dat de meeste helemaal niet zo zijn. De meeste hebben berouw van hun daden. Zij proberen de slechte keuzes uit hun verleden achter zich te laten, en een goed leven te leiden.’

In sommige landen heeft bijna een op de twee leden van de bevolking een naast familielid dat in de gevangenis zit of heeft gezeten.² Die gedetineerde broers, zussen, ouders en kinderen hebben niet alleen een aardse relatie met ons, maar zijn bovendien net als wij kinderen van God.

Aards en eeuwig oordeel

Hoewel we in het leven weleens ergens een oordeel over moeten vellen, zijn onze hemelse Vader en Jezus Christus de enigen die iemand perfect kunnen beoordelen op hun situatie, daden en verlangens (zie 1 Samuel 16:7). Dat volmaakte oordeel zal beslist de omstandigheden in overweging nemen waarin men is geboren waardoor de kans op gevangenschap groter is, zoals familietrauma's, de armoede van generaties, drugscultuur enzovoort. Veel andere factoren kunnen iemands vermogen beïnvloeden om de juiste keuzes te maken, bijvoorbeeld hun gezondheid en welzijn.³ Hoewel het belangrijk voor de samenleving is om wetten te handhaven die de gemeenschap veilig

houden, kunnen we dat vol mededogen doen, en met een eeuwig perspectief, in het besef dat er veel is wat we niet begrijpen.

‘Denk eens na hoe u zich zou voelen als u voor de rest van uw leven werd beoordeeld op het allerslechtste wat u ooit had gedaan’, zegt Tanja Schaffer, een kerklid dat voor een advocatenkantoor werkte voordat ze een groep oprichtte die de belangen van gedetineerden behartigt. ‘Het is aan God om te vergeven wie Hij wil vergeven, maar Hij gebiedt ons om iedereen te vergeven’ (zie Mattheüs 18:21–22).

Dat God een volmaakt oordeel velt, kan ook een bron van troost zijn voor misdaadslachtoffers. Sommige mensen die anderen iets aandoen, worden daarvoor op aarde niet gestraft. En een slachtoffer lijdt soms nog lang onder gevolgen nadat de gevangenisstraf van een dader is afgelopen. Veel mensen die een gevangenisstraf uitzitten, zijn op verschillende tijden in hun leven slachtoffer én dader geweest, wat ons eraan herinnert dat het leven een ingewikkeld web is van relaties en beslissingen waarmee we anderen raken. We kunnen troost krijgen door erop te vertrouwen dat onze hemelse Vader en Jezus Christus alles begrijpen. Zij zullen een volmaakt oordeel vellen. De genezing die Zij zowel de onschuldige als de bekeerlijke bieden, zal volledig zijn (zie Openbaring 21:4).

Het liefdevolle voorbeeld van leiders

Ouderling Gerrit W. Gong van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft een bijeenkomst beschreven waarin iedereen om hem heen in het wit gekleed was. Ze zongen en baden, en Gods liefde was overvloedig aanwezig.⁴ Maar in tegenstelling tot wat velen van ons zich hierbij voorstellen, was dat geen bijeenkomst in de tempel. Het was een bedieningsbezoek in een gevangenis waar witte overalls het standaarduniform zijn.

‘De kerkleiders geven om ieder die door een misdaad of gevangenzetting geraakt is’,

*God doet
allen die Hem
besluiten te
volgen grote
beloften, of ze
nu in de zon-
dagsschool of
in de gevangenis
voor het
eerst over Hem
horen.*

aldus broeder Richens, die vervolgens vertelt dat een van onze leiders bij zijn maandelijke bezoek aan een gevangenis altijd zijn eigen exemplaar van een kerktijdschrift aan iemand geeft. ‘Ze leggen vaak bezoeken aan gedetineerden af, voorzien hun gezinsleden van ondersteuning, en geven liefdevolle zorg aan slachtoffers.’

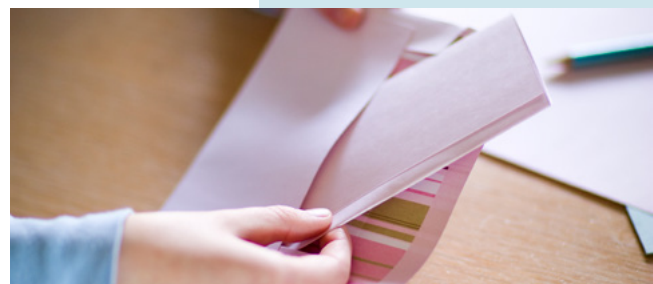
Bediening in de gevangenis is de verantwoordelijkheid van de ringpresident, die samen met de leidinggevenden van de wijken in de behoeften van mensen in hun units voorziet. Wat doen uw ringleiders om leden in de gevangenis te dienen

en ze opbouwende boodschappen te brengen? In sommige gebieden worden kerkleden geroepen om leden in de gevangenis te bezoeken en ze les te geven. Volgens broeder Richens zijn leden die deze ondersteunende roeping krijgen vaak eerst zenuwachtig, maar later vinden ze hun roeping zó zinvol dat ze niet meer ontheven willen worden.

‘Het is zuivere godsdienst’, zegt hij (zie Jakobus 1:27).

We hoeven ons niet verplicht te voelen om volslagen vreemden in de gevangenis te bezoeken, want er zijn andere manieren om onze bediening veilig uit te voeren. Hier volgen er een paar:

- Noem gedetineerden in uw gebeden, vooral als u ze bij naam kent. Bidden heeft een krachtige uitwerking!
- Vraag plaatselijke gevangenissen of ze bijdragen in de vorm van bepaalde voorwerpen nodig hebben. In veel gevangenissen is het toegestaan om te lezen, te handwerken (bijvoorbeeld te haken), kunstwerken te maken en familiehistorisch onderzoek te doen.
- Als u iemand kent die in de gevangenis zit, dan kunt u die opbouwende brieven schrijven. Wees verstandig en veilig in uw communicatie. Volg de ingevingen van de Geest en houd gepaste grenzen aan.
- Behandel de gezinsleden van gedetineerden – met name de kinderen – met liefde en respect, en betrek ze bij de activiteiten in de kerk. Houd in gedachten dat gezinsleden over het algemeen ook onschuldige slachtoffers zijn.



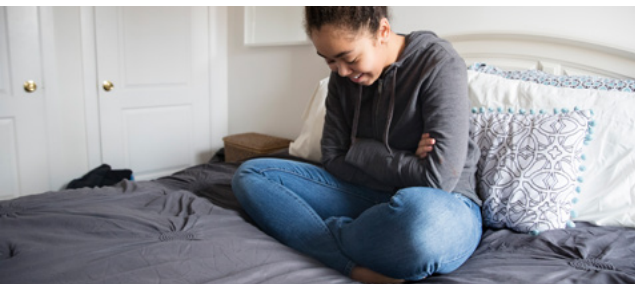
De Heilige Geest kan ons laten weten hoe we alle leden van het gezin het beste van dienst kunnen zijn.

De Heilige Geest is niet aan beperkingen onderhevig

Een gevangenschap kan een ontzettend moeilijke tijd voor iemand zijn. Maar de Heilige Geest is niet tegen te houden met muren, tralies of ketens. Men kan zijn troost net zo snel door gebed, Schriftstudie en nederigheid in een cel uitnodigen als daarbuiten. Daarom kunnen er in een gevangenis wonderen plaatsvinden.

Portia Louder, een kerklid dat tijdens haar gevangenschap een blog bijhield, heeft het als een moeilijke geloofs- en zelfontdekkingsreis beschreven. 'Ik heb in mijn leven al wat ernstige worstelingen door- gemaakt, maar ik voel dat ik genees door een liefde die met geen pen te beschrijven is', schreef ze in de gevangenis. 'Wat voor probleem je momenteel ook meemaakt, waar je op je reis ook bent, geef het alsje- blijft niet op!'

Garf Cannon, die president van een gemeente in de gevangenis is geweest, heeft verteld dat de Geest hem ingaf dat hij een hardvochtig man die een moeilijk leven had geleid vriendelijk moest toespreken. De man zei: 'Wat u net tegen me zei, waren de vriendelijkste woorden die ooit tegen mij zijn gesproken. Ik kan me niet herinneren dat ik ooit vriendelijk en zorgzaam ben toegesproken. Dank u wel.' Ze besloten zijn bezoek aan de man met het eerste gebed dat hij in jaren had gehoord.



'Ja, de Heilige Geest is beslist in penitentiaire inrichtingen aanwezig', getuigde broeder Cannon. 'Gods kinderen zijn daar, en Hij wil ze terug.'

God doet *allen* die Hem besluiten te vol-

gen grote beloften, of ze nu in de zondagsschool of in de gevangenis voor het eerst over Hem horen. In Ezechiël 36:26 staat het zo: 'Dan zal Ik u een nieuw hart geven en een nieuwe geest in uw binnenste geven.'

Het is bijzonder moeilijk om weer deel van de samenleving uit te maken

Misdaad doet niets af aan de waarde van een ziel (zie Leer en Verbonden 18:10). Als mensen ten goede willen veranderen, staan we dan toe dat ze groeien en vergeving ontvangen?

'Gods genade en mededogen zijn enorm', volgens broeder Richens. 'Soms hebben gedetineerden het gevoel dat de Heer ze heeft vergeven lang voordat de overheid, de maatschappij of zelfs bepaalde leden van de kerk ze hebben vergeven.'

Het is moeilijk om na gevangenschap weer naar de samenleving terug te keren. Ex-gedetineerden kunnen vaak maar moeilijk een baan of een woning vinden. Met onze hulp kunnen ze op veilige plekken geborgenheid en opbouwende bezigheden vinden. Maar het belangrijkste wat we kunnen doen, is misschien wel om een positieve vriend te zijn die ze sterkt. Joseph Smith sprak tijdens zijn campagne voor de presidentsverkiezingen in de Verenigde Staten eens over het hervormen van het penitentiaire stelsel. Hij zei toen: 'Ongemak en afzondering zullen nooit zo veel hervorming van de behepteden van de mens teweegbrengen als redelijkheid en vriendschap.'⁵

Mededogen brengt iets goeds tot stand

Judas moedigde de heiligen aan: 'Ontferm u' (Judas 1:22). In zijn woorden weerklinkt de smeekbede van de Heiland om hen te gedenken die zich in de gevangenis bevinden. Hoe reageren wij op die aanmoedelingen? Laten we moeite doen om gedetineerden en hun gezinsleden met al het goede van God te voeden. Ons mededogen kan iets goeds tot stand brengen. ■

Zie voor meer informatie over dit onderwerp prison.ChurchofJesusChrist.org.

NOTEN

1. Zie 'World Prison Population List: Eleventh Edition', National Institute of Corrections, nicic.gov.
2. Zie 'Half of Americans Have Family Members Who Have Been Incarcerated', 11 december 2018, Equal Justice Initiative, eji.org/news.
3. Zie 'Traumatic Brain Injury in Criminal Justice', University of Denver, du.edu/tbi.
4. Kerstdevotionale afdeling priesterschaps- en gezinszaken, december 2019.
5. 'Joseph Smith as a Statesman', *Improvement Era*, mei 1920, 649.



FOTO BREIWOL, AURELIE JONES



Een boodschap van hoop voor mensen in de gevangenis

Gods licht kan voor u in het verschiet liggen.

Douglas G. Richens

Bedieningsmanager gedetineerden

Jaren geleden maakte ik bij een bezoek aan een gevangenis kennis met een man die Eric heette. Hij zat al 17 jaar gevangen. In die tijd had hij bijna geen enkele kerkdienst overgeslagen. Hij bad vaak met anderen, en hij leerde veel mensen iets over de Schriften. Toen ik Eric ontmoette, had hij ernstige problemen met zijn gezondheid. Ik bezocht hem in de ziekenzaal van de gevangenis.

Eric vertelde me hoe dankbaar hij was voor de steun die zo veel kerkleden hem in de loop der jaren hadden gegeven. Hij gaf mij zijn getuigenis van Jezus Christus. Toen fluisterde hij dat hij zich nog erg vaak vergeten en eenzaam voelde. We spraken nog een tijdje, baden samen, en gingen als vrienden uit elkaar. Enkele uren later hoorde ik dat Eric was overleden.

Hij had een zware levensreis achter de rug. Maar uiteindelijk had hij zijn hemelse Vader, Jezus Christus en zichzelf leren kennen en liefhebben. En *dáár* draait het om. Ik denk dat het in de eeuwigheid niet uitmaakt waar of hoe we Jezus hebben leren kennen. Wat *wél* uitmaakt, is wat we met ons leven hebben gedaan nadat we Hem gevonden hebben.

De omstandigheden en de keuzes die tot uw verblijf in de gevangenis hebben geleid, hoeven niet kenmerkend voor uw leven te zijn. Misschien hebt u grote en kleine fouten gemaakt. Misschien hebt u één misdaad begaan, of

zelfs meerdere. Maar dat ligt in het verleden, en uw verleden hoeft uw toekomst niet te bepalen. Zelfs in moeilijke tijden hebt u de macht om keuzes te maken die tot vreugde zullen leiden.

Uw ware identiteit

Zuster Joy D. Jones, algemeen jeugdwerkpresident, heeft verscheidene bezoeken aan gevangenissen gebracht. Zij heeft me eens dit verhaal verteld:

‘Ik herinner me de eerste keer dat ik bij mij in de buurt de gevangenis bezocht. Toen ik met enkele gedetineerden sprak, had ik het gevoel op een gewijde plek te zijn, want ik wist dat ze oprecht wilden veranderen en tot Christus komen. We hadden het over onze goddelijke identiteit als kind van God.

‘Op een gegeven moment vertelde ik ze over mijn kleindochtertje van 2 jaar, dat eens glimlachend naar me toe kwam. Ze kondigde enthousiast aan: “Oma, ik ben een kind van God!” Iemand zei zachtjes: “Ik vraag me af hoe anders mijn leven er nu uit had gezien als iemand mij al vroeg had geleerd dat ik een kind van God ben.”

‘Het goede nieuws is dat wij allemaal kinderen van God zijn,’ vervolgde zuster Jones, ‘of we daar nu in onze jeugd of later in ons leven achter komen. Het is *nooit* te laat. U wordt *niet* vergeten. God kent u. Hij houdt van u. Zijn Zoon, Jezus Christus, is onze Heiland. Hij heeft voor

ieder van ons verzoening gebracht. Daardoor begrijpt Jezus ons leven volkomen, en kunnen wij vergeving van onze zonden ontvangen. Hij heeft gezegd: “Ja, al zouden zij vergeten, toch vergeet Ik u niet [...] Zie, Ik heb u in mijn handpalmen gegraveerd; uw muren heb Ik voortdurend voor ogen” (1 Nephi 21:15–16).’

U, bent een kind van God, en ieder die u kent, is dat ook. Dat geloof kan u innerlijke kracht geven. Als u dit accepteert en u erdoor



laat leiden, dan krijgt u meer gemoedsrust en wordt u een goed voorbeeld voor andere mensen.

Vertrouwen opnieuw ontwikkelen

U kunt het in de loop van uw leven moeilijk vinden om te bepalen wie u kunt vertrouwen, maar u kunt altijd op uw hemelse Vader vertrouwen. In de Schriften staat dat God u door en door kent. Hij heeft u lief en kan niet liegen.¹ Als u er moeite mee hebt om andere mensen – en God – te vertrouwen, bid er dan over. Vraag uw hemelse Vader: ‘Houdt U van

mij? Kan ik U vertrouwen?’ En luister dan of u antwoord krijgt. Dat kan de vorm van een vredige of rustige gedachte aannemen.

Het kan een tijdje duren. Maar God *zál* antwoord op uw gebeden geven.

Het is niet alleen belangrijk om te weten wie u kunt vertrouwen, maar ook om iemand te worden die anderen kunnen vertrouwen. Het is misschien niet gepast om contact te hebben met mensen die u iets hebt aangedaan. Maar u kunt gebeurtenissen uit het verleden vanuit hun standpunt bekijken, mededogen met ze krijgen, en voor ze bidden. U kunt besluiten dat u betrouwbaar gaat zijn in nieuwe relaties die u ontwikkelt.

Dat kan een langdurig proces zijn. Ik ben dankbaar voor deze aanmoediging door ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen: ‘Blijf liefhebben. Blijf het proberen. Blijf vertrouwen. Blijf geloven. Blijf groeien. De hemel moedigt u vandaag, morgen en voor eeuwig aan.’²

Ouderschap in gevangenschap

Misschien denkt u dat u tijdens uw gevangenschap geen ouder kunt zijn. Zet die gedachte van u af. Bedenk manieren om uw huwelijkspartner en uw kinderen te steunen.

De afgelopen jaren hebben kerkleiders gezegd dat het belangrijk is om in ons gezin in het evangelie te onderwijzen. Stel uzelf de vraag: 'Hoe kan ik mijn gezin helpen om de zegeningen van het evangelie te ontvangen?' Hier volgen vier ideeën:

- U kunt *altijd* voor uw gezinsleden bidden. Het gebed is een krachtige geestelijke daad die niet door muren of afstand wordt beperkt.
- Als u contact met uw kinderen mag hebben, bedenk dan gepaste manieren om ze uw liefde te betuigen. Vertel ze welke geestelijke lessen u leert.
- Doe moeite om het contact met betrouwbare vrienden te herstellen. Ontwikkel een relatie met mensen die een goede invloed op uw gezin zouden hebben.
- Verander ten goede. Stel alles in het werk om een beter mens te worden, en neem verantwoordelijkheid voor uw keuzen, dan wordt u een betere vader of moeder.

Vooruitgaan

Onze profeet, president Russell M. Nelson, heeft gezegd dat de bedoeling van dit leven is dat we ons erop voorbereiden om God te ontmoeten, door het voorbeeld van Jezus Christus te volgen. 'En *dat* doen we door ons dagelijks te bekeren en zijn reinigende, genezende, sterkende macht te ontvangen. 'Dan hebben we voortdurend gemoedsrust en vreugde, zelfs in roerige tijden.'³

Bekering is een belangrijk onderdeel van het genezingsproces. U begint door oprecht tot God te bidden en Hem te vertellen wat u verkeerd hebt gedaan, en om zijn vergeving te vragen. U zult gemoedsrust krijgen als u meer over het evangelie leert en het voorbeeld van Jezus Christus volgt. Die gevoelens, en uw veranderende gedrag, zijn dan een aanwijzing dat u begint te genezen.

De kerkleiders zijn er om u het pad terug naar God te helpen bewandelen. Dankzij Jezus Christus is het altijd

mogelijk om bij uw hemelse Vader terug te keren. Ook als u veel eerder het gevoel krijgt dat God u heeft vergeven dan uw familie, de maatschappij of zelfs leden van de kerk, wanhoop niet. Blijf vooruitgaan. Vertrouw op Gods beloften en timing.

God zal u helpen genezen

Bedenk dat elke soort genezing – ook genezing van verslaving, mishandeling of een ander trauma – tijd kost. In de Bijbel staat het verhaal van Jezus die een blinde man genas. Zijn gezichtsvermogen kwam geleidelijk terug. Hij zag 'de mensen [...] als bomen, rondlopen'. Toen legde Jezus 'de handen opnieuw op zijn ogen' en vervolgens zag de man alles duidelijk (Markus 8:24–25). Hetzelfde gebeurde toen Jezus een vrouw genas die al 12 jaar aan bloedvloeingen leed (zie Markus 5:25–34). Deze verhalen herinneren ons eraan dat een lichamelijke, geestelijke of mentale genezing vaak na verloop van tijd plaatsvindt. Als uw genezing naar uw zin niet snel genoeg verloopt, probeer dan eens te kijken wat voor kleine resultaten u boekt. Bid tot God, bespreek uw gevoelens met Hem, en bedank Hem voor elke vorm van vooruitgang die u merkt.

Of u nu lid van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen bent of niet, als u meer over het evangelie wilt weten, of weer lid wilt worden, weet dan dat we om u geven. Hoe uw verleden er ook uitziet, en hoe lang de weg die voor u ligt ook is, Gods licht kan uw toekomst vervullen. Het evangeliepad geeft ons kracht. Het geeft ons troost. Het voert tot meer geluk in dit leven, en vreugde in de eeuwigheid.

Uw hemelse Vader en Jezus Christus kennen u, en hebben u volmaakt lief. Zij zullen u nooit in de steek laten. Zij zullen u nooit kwetsen. Zij zullen u nooit vergeten. ■

NOTEN

1. Zie bijvoorbeeld Hebreeënen 6:18; Enos 1:6; Ether 3:12; Leer en Verbonden 62:6.
2. Jeffrey R. Holland, 'Morgen zal de Heere wonderen doen in uw midden', *Liahona*, mei 2016, 127.
3. Russell M. Nelson, 'Openingswoord', *Liahona*, mei 2020, 6.

Zegeningen en uitdagingen van trouwen op latere leeftijd

Christy Monson

Op latere leeftijd trouwen kan wat unieke bochten op onze levensweg opleveren. Maar als echtelieden die weg vol geloof bewandelen, kunnen ze grote vreugde ontdekken en christelijke eigenschappen ontwikkelen. Hier volgen drie levenslessen van mensen die op latere leeftijd liefde hebben gevonden, gevolgd door drie tips voor samengestelde families. Ik hoop dat ik hiermee oudere pasgetrouwde stellen – of hen die nog gaan trouwen – help om in te zien dat ze niet de enigen zijn die deze weg zijn ingeslagen. Deze eenvoudige beginselen kunnen u op ideeën brengen om uw huwelijksband te sterken, of u nu 50 jaar of 5 maanden bij elkaar bent.

Houd een eeuwig perspectief

Mona (niet haar echte naam) dacht na twee mislukte huwelijken niet dat ze ooit nog een eeuwige huwelijkspartner zou vinden. Maar toen trok ze een bejaardenhuis in en kwam ze Bob tegen. Ze sloten vriendschap, en ze vertelde hem over het evangelie. Rond de tijd dat ze zich verloofden, kreeg Bob te horen dat hij kanker had. Hij vroeg Mona of ze toch nog met hem wilde trouwen.

‘Natuurlijk’, zei ze. ‘Ik trouw voor eeuwig met je, niet alleen voor dit leven.’

Ze trouwden, en Bob liet zich dopen. Ze zaten allebei in een rolstoel toen ze in de tempel aan elkaar werden verzegeld. Mona zei dat Bob die dag door een celestiaal licht omgeven was. Hij leefde nog een half jaar, en verheugde zich in elke dag die hij met zijn lieveling doorbracht. Nu kan Mona nauwelijks wachten tot ze weer bij elkaar zijn.

Communiceer

Toen Cassie verliefd werd op Albert, maakte ze zich zorgen dat ze in hetzelfde negatieve communicatiepatroon zouden vervallen dat ze in haar eerste huwelijk had gehad. Dus volgden ze een cursus voor gehuwden, waar ze leerden om:

1. goed te luisteren;
2. eerlijk te vertellen hoe ze zich voelden;
3. samen te werken in plaats van te concurreren;

*Verhalen en tips voor
echtparen van alle
leeftijden.*





4. zo nodig af te spreken dat ze het over iets oneens konden blijven;

5. en geldzaken te bespreken.

‘Een goede huwelijksband opbouwen, vergt oefening, maar we houden zoveel van elkaar dat we het goed willen doen’, zegt Cassie.

Ga liefdevol met verandering om

Amanda had een vraag over de betekenis van haar patriarchale zegen. Er stond in dat ze een grote invloed op haar kinderen en kleinkinderen zou hebben, maar ze kon geen kinderen meer krijgen en was nooit getrouwd. En toen ontmoette ze een piloot, Patrick. Ze vonden het fijn om samen naar muziek te luisteren en te golfen. Na een tijdje trouwden ze.

Patrick's eerste vrouw was overleden, maar ze had hem drie dochters gegeven. Hoewel ze om het verlies van hun moeder rouwden, stonden ze uiteindelijk open voor de liefde die Amanda ze wilde geven. Er gingen jaren voorbij.

Op een dag had Patrick een vlucht, en kwam niet meer terug. Na wekenlang zoeken werd het vliegtuig

in een nabijgelegen meer gevonden. Amanda beseftte dat ze de enige levende ouder was die Patrick's dochters nog hadden. Ze deed extra haar best om ze te steunen, en met ze te praten, vooral over hun verdriet.

Nu heeft ze een sterke band met haar stiefdochters. Ze bellen haar om advies, en kloppen bij haar aan als ze een slechte dag hebben gehad. Amanda is dankbaar en nederig gestemd omdat ze beseft dat haar patriarchale zegen toch uitgekomen is.

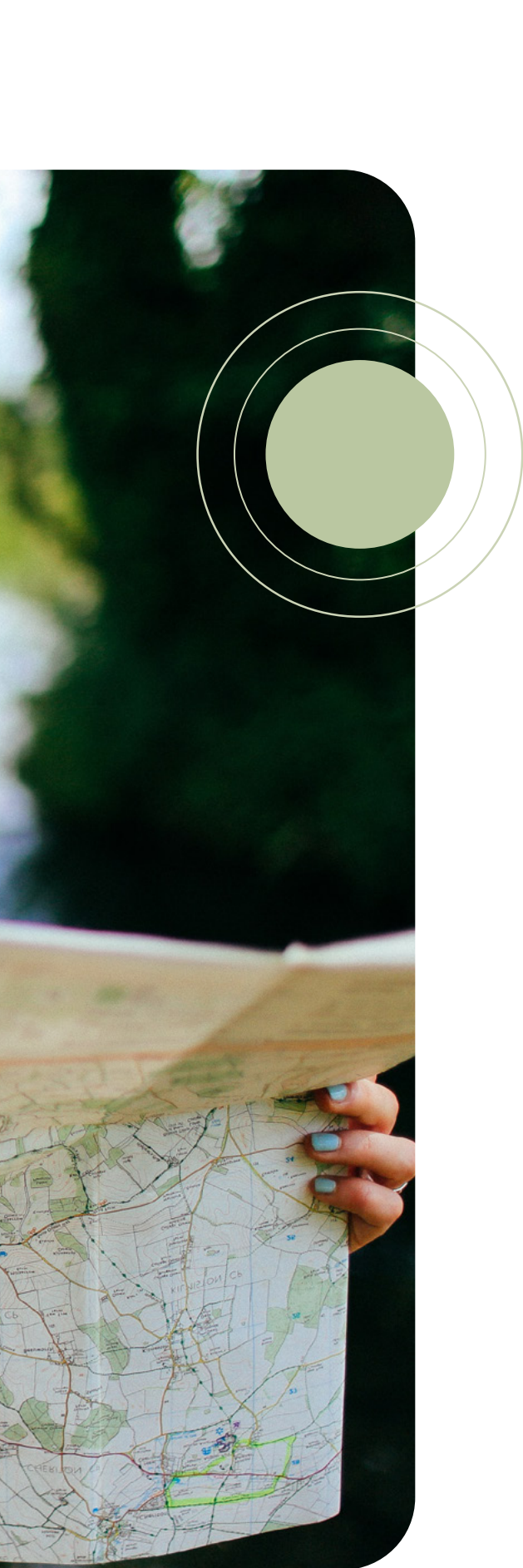
Drie tips voor samengestelde families

1. **Doe samen wat leuks.** Voor Terry en Lucinda is het allebei hun tweede huwelijk. Terry's stiefzoon is gek op golf, dus ze gaan elke week samen golfen. Lucinda heeft een hoekje ingericht waar de kleinkinderen zich met boeken, spellen en puzzels kunnen vermaken als ze op bezoek komen.
2. **Wees geduldig.** Toen Cassie en Albert getrouwd waren, weigerden haar kinderen om ze met Kerstmis te bezoeken. Het paar besloot ze toch cadeautjes te brengen, de kleinkinderen een knuffel te geven, en ze te verzekeren dat ze altijd welkom waren. Het duurde niet lang voordat de hele familie gek op Albert was, en ze op feestdagen allemaal bij elkaar kwamen.
3. **Doe extra moeite om contact te leggen.** Amanda leest haar nieuwe kleinkinderen online verhalen voor, en helpt ze zelfs met eenvoudige natuurkundeproefjes. Een andere moeder heeft elke maand een online chat met familieleden die door het hele land verspreid wonen.

Het is misschien niet altijd makkelijk om mensen die nieuw in ons leven komen – zoals een nieuwe huwelijkspartner en kinderen – lief te hebben, maar een huwelijk en nieuwe familieleden kunnen eenzaamheid verjagen en vreugde in ons leven brengen. Vragen we onze hemelse Vader om ons met naastenliefde te zegenen, dan kunnen we, hoe oud we ook zijn, nog meer in aanmerking komen om onze Heiland te ontmoeten. ■

De auteur woont in Utah (VS).





DRIE MANIEREN WAAROP JE MET VERANDERING IN HET LEVEN **KUNT OMGAAN**

Veranderingen in je leven kunnen veel stress en angst opleveren, maar ik heb gemerkt dat deze drie strategieën helpen.

Jody Moore

Ze maken allemaal gebruik van een van de beste hulpmiddelen die ooit zijn ontwikkeld. Dat hulpmiddel is sneller en doeltrefender dan een computer, en het past zich aan alles wat het over de wereld te weten komt aan. Het is iets wat iedereen heeft, ongeacht hun rijkdom of status, en je kunt het niet in de winkel of online kopen. Het is ingewikkelder dan wij weten, en ik heb erg goed nieuws voor je:

Je hebt er een. Je hemelse Vader heeft het aan je gegeven. Het is je brein.

Het menselijk brein is verbazend. Denk bijvoorbeeld aan tanden poetsen. Ik heb kleine kinderen die nog moeten leren om consequent hun tanden te poetsen, maar zelf heb ik het onder de knie. Ik doe het zonder dat iemand me eraan hoeft te herinneren, want mijn brein heeft het als een gewoonte ingeprogrammeerd. Als ik poets, hoef ik niet te googelen op welk deel van de tandenborstel ik de tandpasta doe – mijn brein laat het me automatisch op het borstelige uiteinde doen. Ik kan mijn tanden poetsen en tegelijkertijd naar een podcast luisteren, met mijn kinderen onderhandelen of een boek lezen, want mijn brein weet automatisch wat ik moet doen.

Meestal is die automatische pilootfunctie erg nuttig, maar wat doen we als we te maken krijgen met de veranderingen die onvermijdelijk op ons pad komen? Soms maken we onverwachte veranderingen mee,

zoals een echtscheiding of de plotselinge dood van een dierbare. Maar zelfs als het leven helemaal in orde is, maken we ook veranderingen mee, zoals een nieuwe woonplaats, een nieuwe baan, afstuderen, trouwen, kinderen krijgen enzovoort.

Ons brein houdt echter niet van verandering. Het kost veel energie om met verandering om te gaan, want we kunnen een en ander niet zo onbewust doen als we gewend zijn. Tel daarbij de emoties op die vaak met verandering gepaard gaan, en dan kan de situatie soms ondraaglijk lijken.

Gelukkig kunnen we aan de hand van onze kennis van het brein manieren vinden om angst te beperken en niet te veel overweldigd te raken. In de loop der jaren heb ik drie strategieën gevonden waardoor we met angst en verandering kunnen omgaan.

STRATEGIE 1:

kijk alleen naar wat direct aan de orde is.

Verandering brengt je het onbekende. Soms kan ons brein overweldigd worden als er te veel onzekere factoren zijn. Het is bang voor het onbekende omdat het meent dat er gevaar op de loer kan liggen.

Bedankt, brein, dat je ons in leven houdt.

De beste manier die ik heb gevonden om met verandering om te gaan, is alleen te kijken naar wat

je al weet. Hoe emotioneler en extremer de verandering, hoe meer je moet beperken waar je naar kijkt. Als je onverwachts je baan kwijtraakt, wil je brein van alles en nog wat oplossen. Hoe ga je je rekeningen betalen? Hoe ga je een nieuwe baan vinden? Wanneer ga je een nieuwe baan vinden? Hoe moeilijk wordt het om die te vinden? Wat zullen andere mensen wel van je denken?

Op veel van die vragen hebben we niet zo een-twee-drie een antwoord, maar dat hoeft ook niet. Wat is de eerste stap? Kun je het uithouden tot het eind van de week? Dat is alles wat je voorlopig hoeft te weten.

Soms, als we heel erg van streek zijn, is het verstandig om ons maar op één dag tegelijk te concentreren. Wat ga je als ontbijt eten? Laten we daarmee beginnen.

Concentreer je op zo weinig mogelijk, want dan kom je tot rust en vind je antwoorden. De Heer zal je leiden als je Hem om inspiratie vraagt en op Hem vertrouwt. 'Wees nederig; en de Heer, uw God, zal u aan de hand leiden en u antwoord geven op uw gebeden' (Leer en Verbonden 112:10).

STRATEGIE 2:

concentreer je op de toekomst, niet op het verleden.

Het brein wil naar het verleden kijken omdat het herinneringen heeft die het kan ophalen, maar jouw toekomst wordt anders dan het verleden, en dat is maar goed ook. Je kunt makkelijk gaan piekeren over alles wat er mis is





gegaan in het verleden, of zelfs mijmeren over 'die goeie ouwe tijd', maar als het ten koste van het heden gaat, is het niet nuttig.

Toen ik mijn eerste kind kreeg, was ik dolblij dat ik dit kleine mensje bij me thuis had, en ik kon nauwelijks geloven hoeveel ik van hem hield. Maar ik voelde me overstelpt toen ik bedacht hoeveel zorg hij nodig had, en dat het me vanaf dat moment niet meer vrij stond om mijn leven te leiden zoals ik dat wilde. Ik bleef maar denken dat het leven vroeger eenvoudiger was. Ik bedacht dat ik vroeger elke ochtend kon douchen en mijn haar doen. Ik bedacht dat ik vroeger tevredener met mijn lichaam was. Ik bedacht dat ik vroeger beter uitgerust was en daardoor meer plezier kon hebben. Ik voelde me ellendig toen ik zo aan het verleden bleef denken.

Uiteindelijk besepte ik dat het verleden me geen oplossingen bood. Ik moest me op de toekomst richten. Ik moest me gaan indenken dat ik alles deed wat ik wilde doen, maar met een baby erbij. Ik moest de persoon voor ogen houden die ik wilde worden, niet de persoon die ik ooit was. Dat is niet altijd makkelijk, maar het kán, als je je ervoor openstelt.

De Heer heeft tegen ons gezegd:

'U bent kinderen, en u hebt nog niet begrepen welke grote zegeningen de Vader in zijn handen houdt en voor u heeft bereid;

'en u kunt nu niet alle dingen verdragen; niettemin, wees welgemoed, want Ik zal u voortleiden. Van u is

het koninkrijk en van u zijn de zegeningen daarvan, en van u zijn de rijkdommen van de eeuwigheid' (Leer en Verbonden 78:17-18).

STRATEGIE 3: heb mededogen met jezelf.

Zelfs de sterksten onder ons kunnen door verandering van de kaart raken. Er kunnen allerlei emoties door je heen gaan. Enkele van de schadelijkste gedachten die we kunnen hebben, zijn 'Ik wilde dat ik niet zo emotioneel was, ik zou hier beter mee om moeten gaan', of 'Ik vind het jammer dat ik niet sterker ben'.

Wensen dat je minder emotioneel was, maakt het niet makkelijker om met de verandering om te gaan. Het voegt alleen maar schaamte of een schuldgevoel toe aan de andere problemen waar je al mee te kampen hebt. Mededogen met jezelf is de oplossing.

Als je mededogen hebt, zeg je tegen jezelf: 'Natuurlijk is dit moeilijk! Het is normaal dat je er moeite mee hebt', en 'Ik hou toch van je.' Zeg dat alsjeblieft tegen jezelf. Maak je ellende niet groter door te denken dat je je niet ellendig zou moeten voelen.

Onze hemelse Vader heeft ons naar de aarde gestuurd om ons te helpen meer zoals Hij te worden, en dat kan volgens mij alleen door enorme groei. Als ik sterkere spieren wil, moet ik gewichtheffen. Door de weerstand van die gewichten worden mijn spieren net genoeg belast om ze de kans te geven zich te vernieuwen en sterker te worden.

Onze geest zit ook zo in elkaar. We moeten een bepaalde hoeveelheid weerstand ondervinden om sterker te worden dan we waren.

De Heer heeft gezegd: 'Mijn volk moet worden beproefd in alle dingen, opdat zij erop voorbereid zullen zijn de heerlijkheid te ontvangen die Ik voor hen heb, ja, de heerlijkheid van Zion; en wie geen kastijding wil verdragen, is mijn koninkrijk niet waardig' (Leer en Verbonden 136:31).

Verandering is een van de manieren waarop het leven ons vormt, zodat we meer zoals onze hemelse Vader worden. Wees in tijden van verandering lief voor jezelf. Soms is het al moeilijk genoeg om een mens te zijn. ■

Vol hoop doorgaan in onverwachte omstandigheden

Als we bang zijn en niet weten hoe het nu verder moet, kunnen hoop en geloof in Christus ons pad verlichten.

Natalie Smith

Geen van ons had de wereldwijde uitwerking van de COVID-19-pandemie kunnen voorspellen.

Het is net alsof alles in de wereld gepauzeerd is, en we weten niet voor hoelang, hetgeen onzekerheid en een duistere kijk op de toekomst oplevert.

Ik kwam net van mijn zending in de Amerikaanse staat Arizona terug toen de pandemie zich over de aarde aan het verspreiden was. In de laatste weken van mijn zending had ik me een beeld gevormd van wat ik na mijn terugkeer met mijn leven wilde doen. Ik had concrete plannen en doelen, en stond te popelen om ermee aan de slag te gaan! Ik wilde een opleiding tot verpleegkundige volgen, aan nieuwe hobby's beginnen, nieuwe vriendschappen sluiten, en al die kansen aangrijpen die je als jongvolwassene krijgt. Ik had een kalm gevoel van geruststelling dat God me leiding gaf, en dat Hij na mijn zending veel voor mij in petto had.

Dat veranderde al gauw nadat ik thuis was gekomen.

Vanwege COVID-19 veranderden mijn plannen een voor een. Ik begon mijn beslissingen en doelen in twijfel te trekken. Ik ging op zoek naar een baan terwijl ik wachtte tot er online lessen begonnen, in plaats van mijn oorspronkelijke plan te volgen en in een andere staat aan een opleiding te beginnen. Na een tijdje kreeg ik het gevoel dat ik doelloos mijn tijd verspilde. Als zendingeling was ik steeds gewend aan een volle agenda, en ik voelde me plotseling eenzaam, vervuild en nutteloos.

Ik keek niet meer uit naar mijn toekomst. Ik wilde deze verandering in mijn leven niet onder ogen zien. Ik wilde terug in de tijd gaan, terug naar oude vriendschappen en plekken waar ik gelukkig was geweest. Het toekomstbeeld en de plannen die ik nog maar weken geleden had gehad, waren verdwenen. En ik voelde me verlamd door duisternis, angst en ontmoediging. Ik voelde me helemaal niet mezelf. Ik had net de geweldige ervaring van mijn leven achter de rug, toen ik de Heer anderhalf jaar diende, maar nu had ik een diepere dip dan ik ooit eerder had meegemaakt.

Ik vroeg me af waarom alles misliep, en waar de beloofde zegeningen van de Heer bleven. De geruststelling die ik in de laatste weken van mijn zending had gevoeld, leek totaal verdwenen.

Toen kwam de algemene conferentie, en ik besepte hoe ernstig ik in één levensaspect tekortschoot: hoop.

Ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen hield een toespraak met de titel

'Volmaakt stralende hoop' (algemene aprilconferentie 2020), en die sprong er voor mij echt uit. Ik besepte dat ik vanwege mijn geloof in Christus op betere tijden *kon* en *moest* hopen. Omdat Christus leeft, en Hij voortdurend actief is in mijn leven, besepte ik dat mijn toekomst net zo vol wonderen en overvloedige zegeningen zou zijn als mijn verleden was geweest.

Omdat de Heiland alles had gevoeld en had overwonnen waar ik ooit mee geconfronteerd zal worden, kon ik – ondanks alle redenen die ik had om het niet te geloven – toch het geloof hebben dat mijn leven beter zou worden, zelfs al werden mijn plannen af en toe overhoop gegoooid.

Ik ben gaan beseffen dat ik, als ik vreugde, succes en voldoening wil vinden, vol hoop moet door- gaan, zelfs als ik onzekere tijden doormaak. Het is zo makkelijk om het maar op te geven en je ellendig te voelen. Het is moeilijk om onze beproevingen geduldig te verdragen, met het onwankelbare vertrouwen dat God alles in de hand heeft, en dat het leven beter zal worden. Maar zoals president Thomas S. Monson (1927–2018) ons heeft aangera- den: 'Mogen we blijven kiezen voor de moeilijkere, maar betere keuze, in plaats van de makkelijkere, verkeerde.'¹

Vertrouw erop dat God je opbouwt, zelfs als je het gevoel hebt

dat je je in een neerwaartse spiraal bevindt. Vertrouw erop dat uiteindelijk 'alle dingen meewerken ten goede' voor 'hen die God liefhebben' (Romeinen 8:28).

Als we door donkere wolken omringd zijn, en we te bang en onzeker zijn om verder te gaan op de paden waarop het leven ons brengt, dan kunnen onze hoop en ons geloof in Christus ons pad verlichten, en ons in staat stellen om toch een kleine stap vooruit te doen. Door Hem kunnen wij nu al vreugde voelen, zelfs al zijn onze omstandigheden niet wat wij wilden of verwachtten.

Als je vastloopt in de overgangen van het leven, of er gaat iets niet zoals je wilt, bedenk dan dat je hemelse Vader een plan voor je heeft dat misschien wel mooier is dan je je kunt indenken. Zelfs als je even niet merkt dat Hij er is, is Hij actief in je leven. Hij ziet het einde vanaf het begin. Als je je op Hem verlaat, en in je huidige omstandigheden je best doet, wordt je leven oneindig veel beter dan je je ooit hebt voorgesteld.

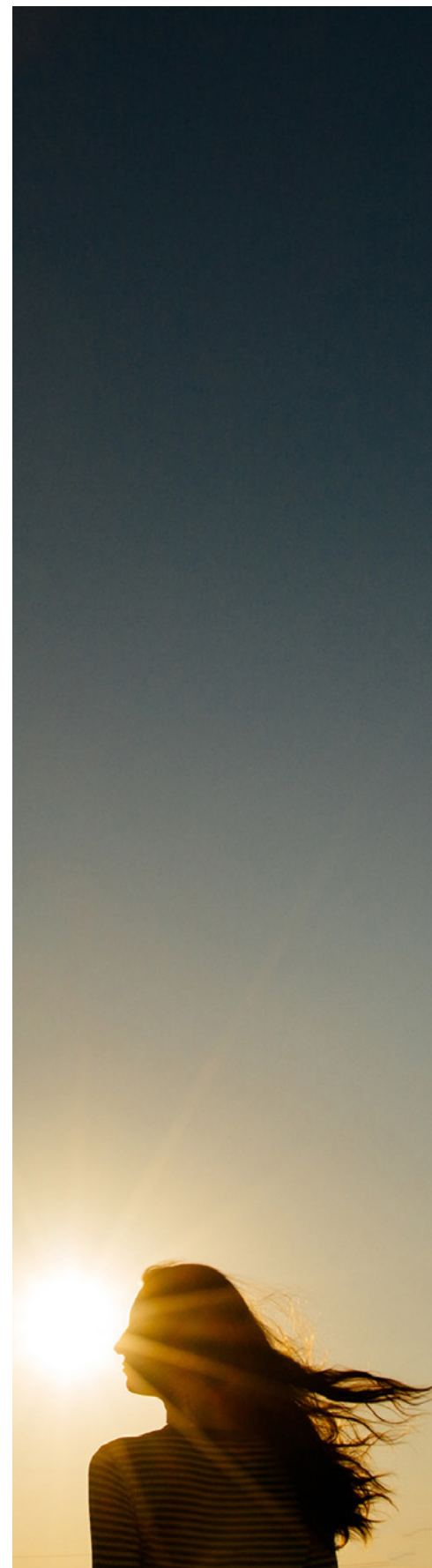
Houd vol. Blijf het proberen, zelfs als je geen resultaat van je inzet ziet en er niets lijkt te verbeteren. Houd vol, zelfs als een en ander niet volgens plan verloopt. Erken de hand van de Heer in je leven en zie in hoe goed Hij voor je is. Doe je best om je door de Geest te laten leiden, met de bedoeling om te doen wat Hij je ingeeft. Doe je best, wat dat in deze tijd ook mag betekenen. Houd vol. Blijf steeds vooruitgaan. En blijf hopen dat met zijn leiding alles erop zal vooruitgaan. ■

NOOT

1. Thomas S. Monson, 'Keuzes', *Liahona*, mei 2016, 86.



Natalie Smith is in Washington (VS) geboren en opgegroeid. Ze is kort geleden teruggekeerd van haar zending in de Amerikaanse staat Arizona, en ze volgt momenteel een opleiding. Ze houdt van gezond eten, studeert veel, en gaat graag wandelen in de bergen, hardlopen, fotograferen en dennenappels verzamelen.



MEER VOOR JOU!

Je vindt meer artikelen speciaal voor jongvolwassenen in de digitale versie van de februari-editie van de *Liahona*, op liahona.ChurchofJesusChrist.org, of in de Evangeliebibliotheek.

Deze maand zijn er meer artikelen over omgaan met verandering in het leven; van wat er gebeurt als je op zending gaat tot en met het leven na je zending, van de veranderingen in je leven als je gaat studeren tot en met manieren waarop je met rouw en verlies kunt omgaan.

DIGITALE THEMA-ARTIKELLEN

Aanpassen aan verandering na mijn zending

Milka Gajardo Flores, Antofagasta (Chili)

Verbandsleven: een gids voor teruggekeerde zendelingen

Sadie Taylor-Jenks, Indiana (VS)

5 tips om als student aan de universiteit te gedijen

Marisa Hoover, Utah (VS)

Mijn advies als je na je studie een baan zoekt

Goodluck Isioma Ugbah, Nigeria

WEKELIJKSE CONTENT VOOR JOVO'S

Elke week staan er ook nieuwe artikelen in Wekelijkse content voor JOVO's, die je vindt in het katern voor jongvolwassenen in de app Evangeliebibliotheek.



FOTO, MARK BRUNSON

Het drukken van het Boek van Mormon

Nadat drie andere uitgevers hadden geweigerd om het Boek van Mormon te drukken, stemde Egbert Grandin in Palmyra (New York) ermee in om dit voor Joseph Smith te doen. Het was een grote onderneming, meer dan twee keer zo groot als andere drukopdrachten in die tijd.

Twee manuscripten:

- **Origineel manuscript:** ten minste drie schrijvers schreven dit manuscript terwijl Joseph Smith vertaalde en dicteerde.
- **Drukkersmanuscript:** een kopie van het origineel, gemaakt door Oliver Cowdery en twee andere schrijvers.

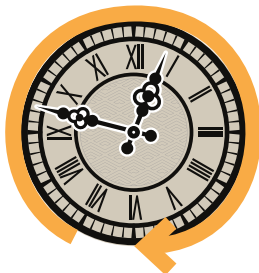
Typografie: John Gilbert, vormgever van het Boek van Mormon, deelde de tekst in alinea's in, voegde hoofdletters en interpunctie toe, en voerde een spellingcorrectie uit.



Lengte eerste editie:
590 pagina's.

De eerste editie werd **met de hand gezet.**

Druksnelheid: vier bladen per minuut eenzijdig bedrukt.
185.000 bladen om 5.000 exemplaren van het boek te drukken.



Het personeel van de drukkerij had het er druk mee, ze werkten **zes dagen per week elf uur per dag.**



Druktijd:
zeven maanden.



In de Verenigde Staten was in de jaren 1820 de gemiddelde oplage van een boek ruwweg **2.000.**

De oplage van de eerste editie van het Boek van Mormon: **5.000.**

1981: de kerk had bij benadering **27.249.000 exemplaren** van het Boek van Mormon gedrukt.

2011: de kerk had ruim **150.000.000 exemplaren** van het Boek van Mormon gedrukt, in 110 talen.

JONGVOLWASSENEN

*Hoe je met verandering in
het leven kunt omgaan*

42



ouders

**KINDEREN
OP DE DOOP
VOORBEREIDEN**

22

KOM DAN EN VOLG MIJ

**INZICHT IN DE LEER
EN VERBONDEN**

26

GETROUW OUDER
WORDEN

**OP LATERE LEEFTIJD
TROUWEN**

40

