

Liahona



**Prästadömet:
Gudaktighetens
kraft, s. 14, 16, 19**

**Utbildning: Min väg ut
ur fattigdomen, s. 42**

**Undervisa barnen om
internetsäkerhet, s. 64**

**75 år av tjänande och
oberoende, s. 81**



Den heliga Susquehannafloden, av Glen S. Hopkinson

Den 15 maj 1829 uppenbarade sig Johannes Döparen för Joseph Smith och Oliver Cowdery nära Harmony i Pennsylvania, USA. Under ledning av de forntida apostlarna Petrus, Jakob och Johannes lade han händerna på Joseph och Olivers huvuden och gav dem aronska prästadömet.

Johannes Döparen sade sedan till Joseph att han skulle döpa Oliver och att Oliver sedan skulle döpa Joseph i

Susquehannafloden. Därefter skulle de ordinera varandra till aronska prästadömet. (Se Joseph Smith — Historien 1:68–72; L&F 13:1.)

Några veckor senare uppenbarade sig Petrus, Jakob och Johannes för Joseph och Oliver nära Harmony och gav dem det heliga melkisedekska prästadömet och ordinerade dem till apostlar (se L&F 27:12; 128:20).



Liahona, juni 2011

BUDSKAP

- 4 Budskap från första presidentskapet: Tiondets välsignelser**
Henry B. Eyring
- 7 Besökslärarnas budskap: Stärk familjen genom timligt oberoende**

ARTIKLAR

- 16 Prästadömsvälsignelser: Lära sig förtrösta på Gud**
Mark L. Grover
Jag tyckte inte om att ge välsignelser, men när min hustru hade cancer insåg jag att jag var kanalen varigenom hon kunde få himmelsk hjälp.
- 24 Jag ville verkligen sluta**
Anonym
Hur jag övervann min årtionden långa kamp mot pornografi.

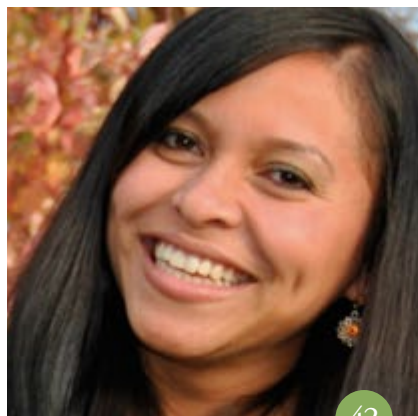
- 28 Den sanna vägen till lycka**
Quentin L. Cook
Fem nycklar till lycka.
- 34 På trygg färd hemåt**
Richard M. Romney
Ungdomarna i Visakhapatnam i Indien hittar en trygg hamn hemma.
- 81 Kyrkans välfärdsplan**
75-årsjubileum för oberoende och tjänande.

AVDELNINGAR

- 8 Små och enkla medel**
- 11 Tjänande i kyrkan: Välsignad av råd**
M. Russell Ballard
- 12 Vi talar om Kristus: Han tog på sig min smärta**
Jane Bleak

- 14 Vad vi tror på: Prästadömet är myndigheten att handla i Guds namn**
- 19 Vårt hem, vår familj: Kraften i ett rättfärdigt exempel**
Jerry Stringam
- 20 Evangelieklassiker: Sista dagars heligas syn på äktenskapet**
Hugh B. Brown
- 38 Sista dagars heliga berättar**
- 74 Kyrkonytt**
- 79 Förslag till familjens hemafton**
- 80 Tills vi möts igen: Bygg på en säker grund**
Joshua J. Perkey

PÅ OMSLAGET
Framsidan: *Återställelsen av melkisedekeska prästadömet*, av Walter Rane. Baksidan: fotoillustration av Matthew Reier.



42

42 Kraften i en utbildning

Suzy Taggy Coelho Caldas Nelsen
Mamma sade att det var det enda som kunde ta mig ut ur fattigdomen.



Se om du kan hitta Liahona som är gömd i det här numret.
Ledtråd: Fråga Nicole.

46 Frågor och svar

Hur kan jag avgöra om det är meningen att mina prövningar ska hjälpa mig bli en bättre person eller om de är min himmelske Faders sätt att varna mig för att jag är på fel väg?

48 Ditt exempel har betydelse

Joseph W. Sitati

Ungdomar i Kenya i Afrika lär sig att de själva och andra stärks av att de följer evangeliet.

51 Rad på rad: Läran och förbunden 121:41–43**52 Affisch: Den heliga lunden****53 Från missionsfältet: Andens kännetecken**

Pedro Ovalles

54 Lär en man att fiska

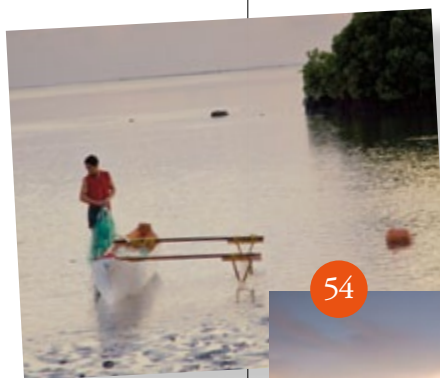
Adam C. Olson

När Ezras pappa dog fanns hans himmelske Fader där för att hjälpa honom

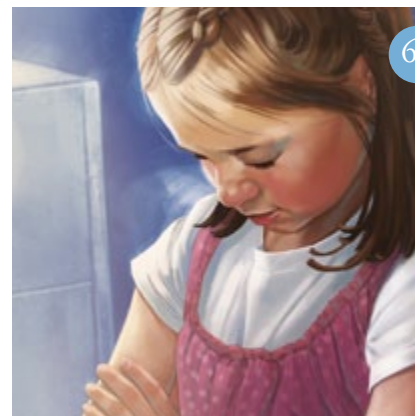
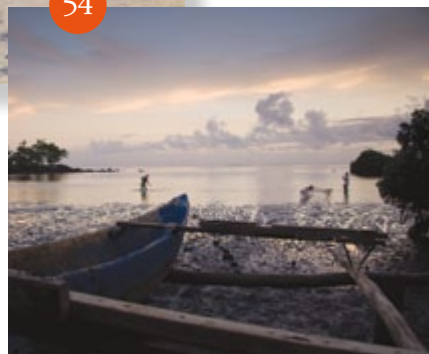
58 Vad jag lärde mig av att simma

Marissa Thompson

Allt gruppträck är inte negativt.



54



68

60 Förtrösta på Herren

Elaine S. Dalton

Varför behövde pappa dö? Ett skriftställe i Gamla testamentet gav mig svaret.

61 Särskilt vittne: Vilka välsignelser får vi genom den återställda kyrkan?

L. Tom Perry

62 Ta med Primär hem: Evangeliets första principer och förordningar gör det möjligt för mig att bo hos Gud igen

Ana Maria Coburn och
Cristina Franco

64 Stäng av och berätta!

Danielle Kennington

Connor lär sig vad han ska göra om han ser en olämplig webbsida.

67 Vår sida**68 Mitt stora beslut**

Rebecca Shaw

Nicole ber för att få veta om hon ska döpas.

70 För små barn

Internationell officiell tidskrift för Jesu Kristi Kyrka av
Sista Dagars Heliga

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

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

Chefredaktör: Paul B. Pieper

Rådgivande: Stanley G. Ellis, Christoffel Golden Jr.,
Yoshihiko Kikuchi

Verkställande direktör: David L. Frischknecht

Planerings- och redigeringschef: Vincent A. Vaughn

Grafisk chef: Allan R. Loyborg

Redaktionschef: R. Val Johnson

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

Medredaktör: Ryan Carr

Biträdande redaktör: Susan Barrett

Redaktionspersonal: David A. Edwards, Matthew D. Flitton,
LaRene Porter Gaunt, Larry Hiller, Carrie Kasten, Jennifer
Maddy, Melissa Merrill, Michael R. Morris, Sally J. Odekirk,
Joshua J. Perkey, Chad E. Phares, Jan Pinborough, Richard M.
Romney, Janet Thomas, Paul VanDenBerghe, Melissa Zenteno

Huvudansvarig för grafik: J. Scott Knudsen

Grafikansvarig: Scott Van Kampen

Produktionschef: Jane Ann Peters

Seniorformgivare: C. Kimball Bott, Thomas S. Child,
Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy

Design- och produktionspersonal: Cali R. Arroyo,
Collette Nebeker Aune, Howard G. Brown, Julie Burdett,
Reginald J. Christensen, Kim Fenstermaker, Kathleen
Howard, Denise Kirby, Ginny J. Nilson

Prepress: Jeff L. Martin

Tryckerichef: Craig K. Sedgwick

Distributionschef: Evan Larsen

Översättning:

Översättningstjänst

Mariatorget 1A

118 48 STOCKHOLM

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

E-post: edlundcg@ldschurch.org

För prenumeration och priser utanför Förenta staterna och
Kanada, kontakta kyrkans lokala distributionscenter eller
församlings- eller grensledare.

Ansvarig utgivare för Liahona: Claes-Göran Edlund

Ansvarig för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

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

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

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

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

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

For Readers in the United States and Canada:

June 2011 Vol. 135 No. 6. LIAHONA (USPS 311-480)

Swedish (ISSN 1522-9246) is published monthly by The
Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North
Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price
is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes.
Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days'
notice required for change of address. Include address
label from a recent issue; old and new address *must* be
included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake
Distribution Center at address below. Subscription help
line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard,
American Express) may be taken by phone. (Canada Post
Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send address changes to Salt Lake
Distribution Center, Church Magazines, PO Box 26368, Salt
Lake City, UT 84126-0368.

Mer information på internet

Liahona.Lds.org

FÖR VUXNA

"Jag ville verkligen sluta" (sidan 24) berättar
om hur en man övervann sitt missbruk av
pornografi. Vi har sammanställt en lista
över artiklar som har med ämnet att göra
på www.liahona.Lds.org.



FÖR UNGDOMAR



**Ungdomar i Visakhapatnam i
Indien** får styrka hos sin familj
(se sidan 34). Se fler fotografier
av de här ungdomarna på
www.liahona.Lds.org.

FÖR BARN



Alla webbsidor är
inte säkra att besöka
(se sidan 64). Men den
här är det: **Se spel
och aktiviteter** på
www.liahona.Lds.org.

PÅ DITT SPRÅK

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

ÄMNET I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Beroende, 24

Bön, 67, 68

Den Helige Anden, 62, 64, 68

Dop, 62, 68, 73

Döden, 12, 54, 60

**Familjen, 19, 20, 28, 34,
54, 70**

Föredöme, 19, 28, 48, 54

Föräldraskap, 20

Hjälpföreningen, 7

Inspiration, 40

Jesus Kristus, 12

Lycka, 20, 28

Media, 64

Missionsarbete, 53

Motgångar, 12, 16, 39, 46

Normer, 28, 48, 58, 64

Oberoende, 7, 81

Omvändelse, 19, 62, 64

Pornografi, 24

**Prästadömet, 14, 16, 19,
38, 39, 41, 48, 51**

Råd, 11

Skriftstudier, 34

Sorg, 12

Tillit, 60

Tionde, 4

Tro, 60, 62

Träffar, 19

Utbildning, 42

Vittnesbörd, 53, 80

Välfärd, 81

Välsignelser, 16, 38, 39, 41

Vänlighet, 70

Vänskap, 34, 58

Återställelsen, 52, 61

Äktenskap, 20

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



Tiondets | VÄLSIGNELSER

Guds avsikt med att ge oss bud är att välsigna oss. Han vill ge oss evigt liv, den största av alla hans gåvor (se L&F 14:7). För att få gåvan att bo hos honom för evigt i familjer i celestialet rike måste vi kunna följa det rikets lagar (se L&F 88:22).

Han har gett oss bud under det här livet som hjälper oss utveckla den förmågan. Tiondelagen är ett av dessa förberedande bud. Lagen säger att vi ska ge en tiondel av hela vår inkomst till Herren. Det är så enkelt att ett barn kan förstå det. Jag har sett barn ge biskopen ett tiondekuvert innehållande en tiondel av slantarna de har förtjänat.

En av välsignelserna med att betala ett fullt tionde är att vi utvecklar tro till att följa en högre lag. För att kunna leva i celestialet rike måste vi följa helgelselagen. Där måste vi kunna känna att allt vi är och allt vi har tillhör Gud.

Det finns minst tre sätt varpå ett



fullt tionde i det här livet förbereder oss för att *känna* det vi behöver känna för att kunna ta emot det eviga livets gåva.

För det första: När vi betalar vårt tionde till kyrkan utgjuter vår himmelske Fader välsignelser över oss. Alla som konsekvent har betalat ett fullt tionde vet att det är så. Välsignelserna är ibland andliga och ibland timliga. De ges i Herrens tid och i enlighet med det han vet är bäst för oss.

När välsignelserna kommer stärks vår tro på att Gud är källan till allt som är gott i vårt liv. Det blir lättare att se att helgelse helt enkelt bekräftar sanningen att alla Guds skapelser är hans. Det gör att vi *känner* tacksamhet över att han bara ber oss om tio procent av det han redan har gett oss. Vi blir bättre förberedda för att följa helgelselagen när det kommer att krävas av oss.

För det andra: Alla vi som konsekvent har betalat ett fullt tionde *känner* större tilltro till att be Gud om det som vi och vår familj behöver. Han har utlovat välsignelser som är större än vi kan ta emot när vi har varit trofasta mot vårt förbund att betala vårt tionde (se Mal 3:10). En av tiondets stora välsignelser är alltså tilltro till vad framtiden har i beredskap. Oavsett vilka omständigheter vi befinner oss i kommer

allt att ordna sig till det bästa. När vi håller våra löften så håller han sina. En känsla av frid är en av de stora välsignelserna som kommer av att betala ett fullt tionde. De som har följt tiondebudet kan vittna om att denna fridens välsignelse är verklig och dyrbar.

För det tredje: De som betalar tionde *känner* större kärlek till Gud och till alla Guds barn. Denna ökade kärlek kommer av att man förstår hur Fadern använder tiondet vi ger för att välsigna människor i den här världen och i evigheten.

Genom sina bemyndigade tjänare använder han tiondet med stor omsorg. Tiondebetalaren hjälper Herren bygga tempel, där familjer kan beseglas för evigheten. Tiondebetalaren hjälper honom föra evangeliet till människor överallt. Tiondebetalaren hjälper honom avhjälpa hunger och lidande på sitt eget sätt genom sina tjänare. Alla dessa tjänare kan berätta hur deras kärlek ökade därför att tiondet användes till att välsigna människor. Det kan också den trofasta tiondebetalaren.

Det är många månader kvar till tiondeavräkningen. Jag ber att du och din familj ska börja nu med att planera och förbereda er för de välsignelser som Gud utgjuter över alla som kan förkunna för honom att de betalar ett fullt tionde. ■

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

- Det bästa sättet att undervisa om en viss princip är ibland att demonstrera den (se *Undervisning: Den högsta kallelsen* [2000], s. 163). Du kan be en familjemedlem demonstrera vad en tiondel representerar. Han eller hon kan demonstrera det genom att ta bort ett föremål från en grupp med tio föremål. Som avslutning kan du be en familjemedlem visa hur man fyller i en tiondetalong.
- "De som du undervisar kommer att få ut mycket av varandra" (*Undervisning: Den högsta kallelsen*, s. 63). Be familjemedlemmarna berätta vad de tror att president Eyring menar med "känna det vi behöver känna för att kunna ta emot det eviga livets gåva". Ni kan samtala om de tre sätt varigenom tiondebetalning förbereder oss för att känna det vi behöver känna för att kunna ta emot Guds välsignelser.

UNGDOMAR

Tillräckligt med pengar

Fabiano dos Santos da Silva

Jag träffade missionärerna när jag var sjutton år. Vid den tiden bodde min äldre bror och jag tillsammans. Mamma hade dött året innan och livet var svårt. När missionärerna undervisade mig kunde jag se att kyrkan var den kyrka jag alltid hade sökt efter. Men mina vänners inflytande hindrade mig från att gå till kyrkan på söndagarna.

En gång var jag med på en kyrkoaktivitet under veckan. Jag blev mycket glad av att se alla ungdomar skratta och leka tillsammans. Missionärerna, och ungdomarna, tog tillfället i akt att undervisa mig om evangeliet och det kändes så bra att jag bestämde mig för att döpas.

Men också efter att jag hade blivit medlem i kyrkan fick jag prövningar. Jag var den enda medlemmen i kyrkan i min del av staden och jag bodde långt från möteshuset. Mina vänner som inte var medlemmar ville inte längre ha något med mig att göra. När jag kände mig ensam bad jag och kände Herrens kärlek.

Varje månad fick jag ett liten summa pengar från en fond som mamma hade lämnat efter sig. Det var svårt för mig att klara mig med så lite pengar. Men jag var fast besluten att vara lydig. Jag betalade tionde och betalade också för resorna till seminariet och söndagens möten. Jag förstod inte hur, men i slutet av månaden upptäckte jag att pengarna hade räckt till alltihop.

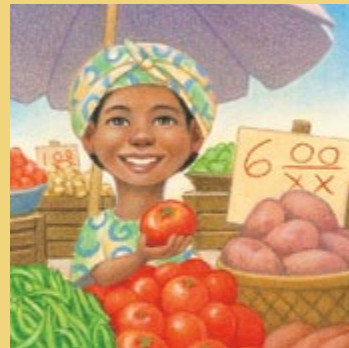
Jag vet att jag har välsignats för att jag har betalat tionde. Tack vare att jag har följt det budet har jag fått ett starkare vittnesbörd, verkat som missionär, och upptäckt välsignelser som gör att jag kan stärka nya medlemmar som ställs inför prövningar.

BARN

Jag kan betala tionde

Att betala tionde innebär att vi **ger 10 procent** av det vi tjänar till Herren. Titta på de här barnen som utför olika jobb. På den första tomma raden bredvid varje bild skriver du hur mycket du tror att varje barn kan tjäna på jobbet. På den andra raden skriver du hur mycket han eller hon skulle betala i tionde.







Bonusfråga: Vilken av de här tiondebetalarna får flest välsignelser? (Ledtråd: Se sista stycket i president Eyrings budskap.)



Stärk familjen genom timligt oberoende

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

Tro • Familj • Tjänande

Varje syster har ett ansvar att bli mer oberoende — att utveckla större förmåga att ta hand om sig själv och sin familj. Vi blir oberoende när vi lär oss att älska arbete, när vi söker inspiration för att hitta det bästa sättet att försörja oss själva och när vi arbetar med våra familjemedlemmar för att uppfylla våra grundläggande behov.

När vi är oberoende använder vi våra välsignelser och resurser till att förebygga och undvika problem. Oberoendet stärks när vi ber om mod att med tro möta de utmaningar som säkerligen kommer. Oberoende hjälper oss också att hålla vårt förbund att ta hand om andra.

I Hjälpföreningen får vi lära oss principer och färdigheter som har att göra med oberoende. Systrarna kan lära sig mer om att budgetera, minska sina skulder, vilka kvalifikationer som krävs för anställning, skrifterna och evangeliet. De kan lära andra att läsa och lära. De kan undervisa om teknologi, fysisk hälsa, motion, förebyggande av och återhämtning från missbruk, social och känslomässig hälsa, förebyggande av sjukdomar, trädgårdsodling, matproduktion och förråd, nödbereidskap och mycket annat som kan hjälpa oss att bli oberoende.¹

Julie B. Beck, Hjälpföreningens generalpresident säger att ”när vi tar hand om oss själva och andra så är det bevis på att vi är lärjungar till Herren Jesus Kristus ... När [min svärmor] dog plötsligt förra året lämnade hon bevis efter sig på sitt oberoende liv. Hon hade en giltig tempelrekommendation och välanvända skrifter och böcker om evangeliet. Vi delade kärleksfullt upp kastruller, formar och porslin med vilka hon hade lagat tusentals måltider. Hon lämnade efter sig quiltade täcken åt oss som hon hade tillverkat av gamla kläder. Hon trodde på det gamla talesättet att man ska ’äta upp det, slita ut det, få det att fungera eller klara sig utan det’. Vi såg förrådet av mat som hon hade odlat, konserverat och lagrat. Särskilt rörande var hennes små räkneböcker där hon ihärdigt hade skrivit ner sina utgifter under många år. Eftersom hon levde förutseende lämnade hon efter sig lite pengar som hon hade sparat till nödsituationer, och hon hade inga skulder! Men det viktigaste är att hon hade undervisat och inspirerat många andra med de förmågor hon hade lärt sig under sitt trofasta liv.”²

Vad kan jag göra?

1. Hur kan jag hjälpa mina systrar och deras familjer att bli mer oberoende?
2. Hur kan jag bli mer timligt oberoende?

Gå till www.reliefsoctylds.org för att få mer information.

SLUTNOTER

1. Se *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 9.4.2.
2. Julie B. Beck, ”The Welfare Responsibilities of the Relief Society President”, *Basic Principles of Welfare and Self-Reliance* (2009), s. 6.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young* (1997), s. 231.

Från vår historia

Hjälpföreningens systrar har alltid deltagit i arbetet med att frälsa själar timligt och andligt. Varje vecka när Kvinnliga hjälpföreningen i Nauvoo träffades rapporterade systrarna om människor som var i nöd. Donationer i form av pengar, varor, talanger och tid gavs för att hjälpa de behövande. Detta grundläggande arbete med att hjälpa lidande har fortsatt av vara Hjälpföreningens arbete generation efter generation.

När de heliga kom till Saltsjödalen rådde president Brigham Young (1801–1877) systerrarna att hjälpa behövande och lära sig färdigheter som skulle hjälpa dem att ta hand om sig själva. Han sade: ”Lär er att försörja er. Lagra säd och mjöl, och spara det för svårare tider.”³ Under prästadömet ledning fortsätter Hjälpföreningen att undervisa om oberoende, att skydda familjen och att uppmuntra till rättfärdighet och tjänande som utförs med Kristi rena kärlek.

Från skrifterna

Joh 13:34–35; Jak 1:27; Mosiah 4:26; Lärnan och förbunden 29:34–35; 38:30; 44:6



Små och enkla medel

"Av det ringa kommer det som är stort" (L&F 64:33).

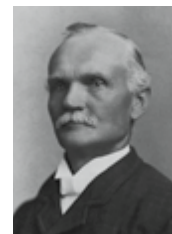
KYRKANS HISTORIA VÄRLDEN ÖVER

Tyskland

Missionsverksamheten i Tyskland började på 1840-talet, men det var först 1851 som två personer, som troligen var de första omvända, döptes. Samma år åkte president John Taylor, då i de tolv apostlarnas kворum, till Hamburg för att leda översättningen av Mormons bok till tyska. En gren organiserades i Hamburg 1852 men de flesta av de nyomvända emigrerade till Utah på grund av förföljelse. Bland dessa fanns Karl G. Maeser som senare blev president för Brigham Young Academy i Provo, Utah.

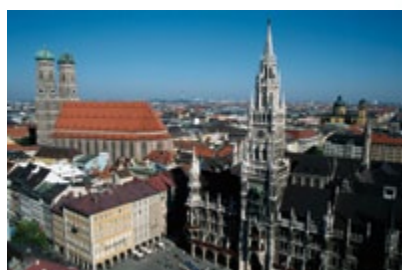
Efter första världskriget ökade antalet nyomvända drastiskt i Tyskland, särskilt mellan 1921 och 1925. Tyska missionen delades och blev Tysk-österrikiska missionen och Schweizisk-tyska missionen. Östtyska missionen skapades 1937. Missionärerna evakuerades från Tyskland under andra världskriget. När

de återvände 1947 hade landet delats upp i Östtyskland och Västtyskland. Missionsarbetet fortsatte emellertid och den 19 juni 1985 invigdes templet i Freiberg i Östtyskland — det första templet i ett kommunistiskt land. Ännu ett tempel invigdes två år senare i Frankfurt i Västtyskland. De båda länderna förenades till ett 1990.

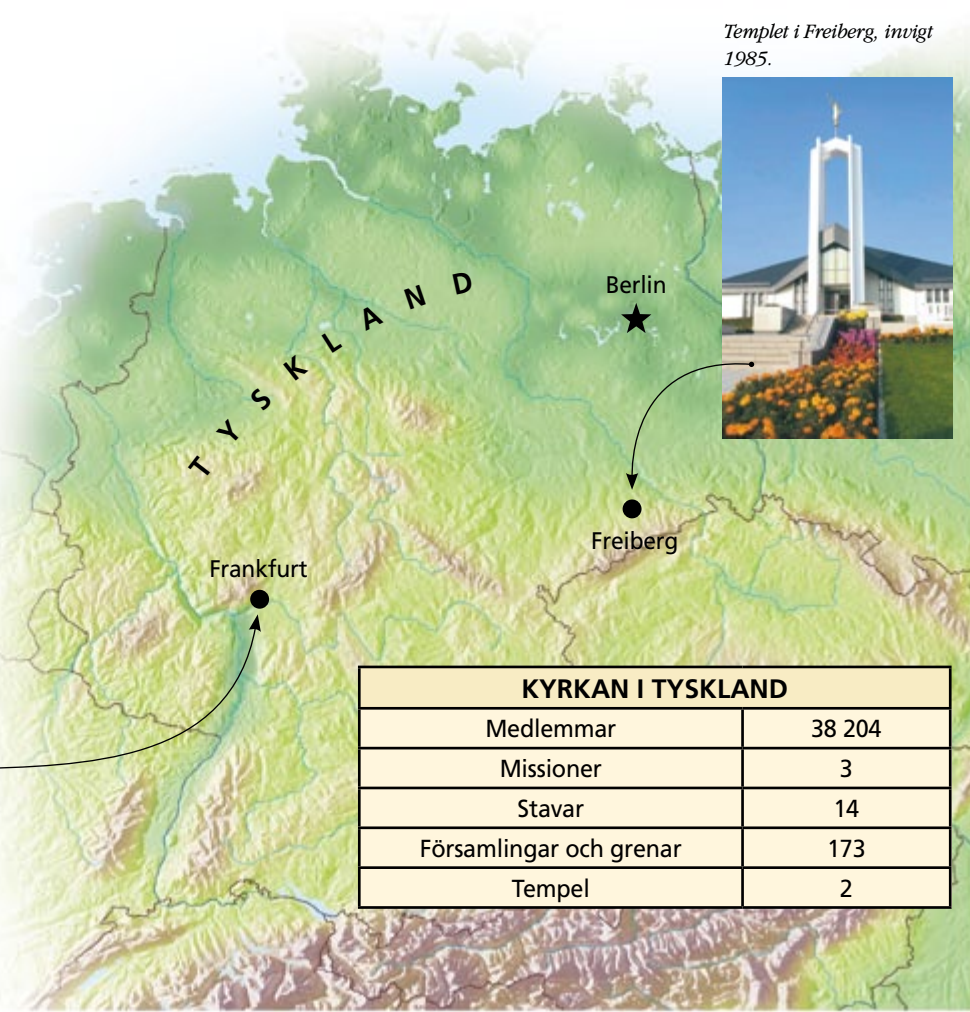


Karl G. Maeser emigrerade från sitt fosterland Tyskland och anlände till Utah 1860.

Templet i Freiberg, invigt 1985.



Ovan: En vy över München. Nedan: Templet i Frankfurt, invigt 1987.



KYRKAN I TYSKLAND	
Medlemmar	38 204
Missioner	3
Stavar	14
Församlingar och grenar	173
Tempel	2

Evangeliet kommer först

Missionärer hittade och undervisade min gammelfarfar i Samoa. När min farfar blev medlem i kyrkan fick han försaka några av sitt folks traditionella trosuppfattningar och religiösa seder. I vår familj är vi stolta över vårt samoanska arv, men tack vare farfars exempel har vi lärt oss att evangeliet kommer först.

När jag var ung pratade pappa med mig om stamtatueringarna som var vanliga och om en del av den populära maten som inte var i harmoni med kyrkans lära. Pappa sade: "Håll dig borta från allt sådant. Du är ett Guds barn före det att du är samoansk, före det att du är en stor, tuff kille från öarna." Det är något som jag alltid har kommit ihåg.

Idag bor min hustru och jag i Costa Rica. Det finns traditioner och kulturell etikett här, som överallt annars, som inte stämmer överens med det som kyrkan lär. Ibland måste vi ha mod nog att vända oss bort från de sedvänjorna och vända oss mot Jesu Kristi evangeliums lärdomar.

Morgan Sa Mataalii, Costa Rica

Skapa en profil på Mormon.org

Kyrkans medlemmar världen över kan sprida evangeliet genom att skapa en profil på Mormon.org. Webbssidans besökare använder profilerna för att lära sig mer om kyrkan direkt från medlemmarna. Skapa en profil och berätta om ditt vittnesbörd genom att göra följande:

1. Gå till mormon.org/create.

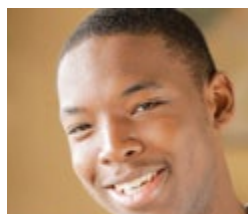
Logga in med ditt LDS-konto. Om du inte har ett LDS-konto kan du registrera dig för ett användarnamn och lösenord genom att ange ditt medlemsnummer och födelsedatum. Ditt medlemsnummer hittar du på din tempelrekommendation eller genom att kontakta kamreren i din församling eller gren.

2. Ge information i följande fält: "About Me" (Om mig), "Why I Am a Mormon" (Varför jag är mormon), "How I Live My Faith" (Hur jag följer min tro), "Frequently Asked Questions" (Vanliga frågor), "Personal Stories" (Personliga berättelser) och "Additional Information" (Ytterligare information).

3. När du skapar din profil, tänk då på att du riktar dig till personer som inte är medlemmar i kyrkan. Undvik ord som de kanske inte känner till. Du kan till exempel skriva: "Jag undervisar en klass med vuxna kvinnor om de levande profeternas ord en gång i månaden" i stället för "Jag verkar som lärare i Lärdomar för vår tid i Hjälpföreningen".

4. Lägg ut en bild på dig, ange ditt förnamn och skriv en kort introduktion. Du kan också länka din profil till din blogg och ditt Facebook- eller Twitterkonto, men det är inget krav. Undvik att ange detaljerad personlig information som ditt efternamn eller var du bor.

När du är klar med profilen skickas den vidare för godkännande. När profilen har godkänts kan webbsidans besökare läsa ditt vittnesbörd och kontakta dig för att få mer information om kyrkan.



Frågelek om kyrkans presidenter

Para ihop varje föremål nedan med den kyrkans president som det tillhör.



1. Solglasögon. Bars av den här presidenten för kyrkan när han reste för att besöka bosättningar i Utahterritoriet.

2. Hög hatt. Det här föremålet vittnar om den här profetens rykte om sig att alltid vara proper i sitt yttre och i sitt uppförande.



3. Medal of Distinguished Service (Medalj för utomordentligt tjänande). Den här presidenten för kyrkan fick den här medaljen för att han verkade som jordbruksminister för den dåvarande presidenten i USA, Dwight D. Eisenhower.

4. Valfärdsmynt. Den här presidenten införde och ledde kyrkans välfärdsprogram under den stora depressionen.



5. Sadel. Den här profeten älskade sin häst som hette Sonny Boy.

6. Dagbok. Den här profeten var mån om att bevara kyrkans historia och hans uppteckningar är bland de mest värdefulla berättelserna om kyrkan.

7. Fotografi av BYU Jerusalem Center. Den här presidenten för kyrkan förhandlade om att införskaffa land i Jerusalem så att centret kunde byggas.



A. Joseph Smith Jr. (1805–1944)

B. Brigham Young (1801–1877)

C. John Taylor (1808–1887)

D. Wilford Woodruff (1807–1898)

E. Lorenzo Snow (1814–1901)

F. Joseph F. Smith (1838–1918)

G. Heber J. Grant (1856–1945)

H. George Albert Smith (1870–1951)

I. David O. McKay (1873–1970)

J. Joseph Fielding Smith (1876–1972).

K. Harold B. Lee (1899–1973)

L. Spencer W. Kimball (1895–1985)

M. Ezra Taft Benson (1899–1994)

N. Howard W. Hunter (1907–1995)

O. Gordon B. Hinckley (1910–2008)

P. Thomas S. Monson (1927–)

8. Miniaturmikrofon. Den här presidenten använde den här mikrofonen, som sattes fast på hans glasögon, eftersom flera halsoperationer för att få bort cancer påverkade hans röst.

9. Käpp. Den här presidenten använde en käpp under senare år som han kärleksfullt vinkade med för att hälsa på grupper av sista dagars heliga.

10. Tiondetalong. Den här presidenten betonade Joseph Smiths lära om tionde.

11. *Spelman på taket*. Den här presidenten älskar litteratur och har citerat den här klassikern vid mer än ett tillfälle.

12. Skrivmaskin. Den här presidenten var en av kyrkans mest produktiva författare.



13. Svärd. Den här presidenten för kyrkan verkade som befälhavare för Nauvoolegionen.

14. Blomstergirland. Den här profeten åkte till Hawaii som femtonåring. Han var en av de första missionärerna från kyrkan där.

15. Fickur. Den här klockan hade den här profeten på sig dagen då martyrdöden inträffade i Carthagefängelset.



16. Scoututmärkelsen Silver Buffalo. Den här presidenten var den första som främjade scoutverksamheten i kyrkan.



VÄLSIGNAD AV råd

Äldste M. Russell Ballard

i de tolv apostlarnas kворum



För en del år sedan när jag verkade som biskop gick en familj i församlingen igenom en kris när fadern förlorade jobbet.

Jag var bekymrad över deras situation och besökte dem för att rådgöra med dem och erbjuda hjälp från kyrkan. Intressant nog ville de inte ta emot mitt erbjudande om tillfällig hjälp så jag tog upp ärendet i församlingsrådet. I en anda av kärleksfull konfidentialitet berättade jag om min oro för den underbara familjen och bad om förslag på hur vi kunde välsigna dem.

Vår hjälpföreningspresident erbjöd sig att besöka modern för att ta reda på deras timliga behov och för att hjälpa dem med de hushållsartiklar som de behövde — vilket förstas var hennes ansvar enligt kyrkans program. Inom några dagar hade hon åstadkommit det jag inte kunde åstadkomma, och familjen hade ödmjukt och tacksamt tagit emot hjälpen. Äldstekvorumets president rådgjorde med fadern i familjen — vilket han förstas hade rätt till och vilket var hans plikt — och hjälpte honom med olika sätt att hitta ett jobb. Våra Unga mäns president märkte att familjens hus verkligen behövde målas och ordnade så att prästerna målade huset tillsammans med högprästernas grupp.

Under mitt samtal med föräldrarna upptäckte jag att de hade stora skulder och att de hade kommit efter med betalningen av

STÄRK DEM SOM BEHÖVER HJÄLP

”Församlingsrådets medlemmar försöker hålla sig underrättade om den egna organisationens medlemmars behov, välbefinnande och andliga framsteg. De håller sig också underrättade om medlemmar som står inför särskilda problem eller förändrade omständigheter. De här upplysningarna hjälper dem att stärka dem som mest behöver deras hjälp.”

Handbok 2: Kyrkans förvaltning (2010), 4.5.1.

Handbok 2 och de världsomfattande ledarskapsmötena i november 2010 och februari 2011 finns tillgängliga på LDS.org. Klicka på ”Menu” och därefter på ”Serving in the Church”.

huslånet. Enligt godkända välfärdsriktlinjer hörde jag mig för angående släktingarnas möjligheter att hjälpa till men fick inte mycket information. Vår hjälpföreningspresident fick emellertid veta att modern hade en bror som var förmögen.

”Det finns ingen anledning att kontakta honom”, sade modern. ”Vi har inte ens pratat med varandra på årtal.”

Jag förstod hennes dilemma men kände ändå att det var viktigt att följa kyrkans ordning. Därför pratade jag med henne och fick så småningom hennes tillstånd att kontakta brodern som bodde i en avlägsen ort. Jag ringde honom och förklarade de svåra omständigheter som hans yngre syster befann sig i. Han anlände till Salt Lake City inom tre dagar och hjälpte till att få sin systems ekonomiska situation i ordning. Under tiden hjälpte vår äldstekvorumpresident hennes make att hitta ett fast arbete med bra lön.

Men viktigare var att de hade kommit närmare varandra och blivit mer enade som familj. Jag tror inte att jag någonsin kommer att glömma det underbara ögonblicket då modern och hennes bror återförenades efter år av främlingskap. Hennes bror hade kommit bort från kyrkan med det fanns ändå ett andligt band mellan dem. Till följd härav återvände brodern så småningom till full aktivitet i kyrkan och tog upp bekantskapen med sin familj igen.

Allt det här hände tack vare det inspirerade arbetet som ett trofast församlingsråd utförde, som verkade enligt det program som Gud har framlagt för sina barn genom sina tjänare. ■

Från Counseling with Our Councils (1997), s. 15–17.

Han tog på sig min smärta



MOTGÅNGAR KAN FÖRA OSS NÄRMARE GUD

”Det finns de som har upplevt katastrofer som känns oöverkomliga och som har blivit något bittra. Men om de stannar upp och tänker efter kan själva motgången de fått uppleva visa sig upplyfta anden. Motgångar kan i sig leda till och inte bort från Gud och andlig insikt.”

President David O. McKay (1873–1970), *Treasures of Life*, sammanst. av Clare Middlemiss (1962), s. 107–108.

”Förvisso har han burit våra sorger och tagit på sig våra smärtor” (Mosiah 14:4).

Jane Bleak

Jag ska aldrig glömma sommaren och hösten 2009. Den 9 juni dog min far efter att ha lidit av demens i över 10 år. Den 25 juni dog vår tjugotvåårige son helt oväntat, och även min kusin mindre än en månad senare. Den 13 augusti genomgick min 82-åriga mor en hjärtoperation och påbörjade sedan en lång konvalescens. Den 18 oktober dog min 41-årige bror. Den 31 oktober fick min make en kraftig hjärtattack då hjärtat upphörde att slå i åtta minuter. Brandmännen, ambulanspersonalen och en prästadömsvälsignelse tog honom tillbaka till oss.

Folk undrade ofta hur vi hanterade allt detta. Mitt ständiga svar var att vi vände oss till Frälsaren, och han hjälpte oss. Han lämnade oss inte ensamma i våra prövningar. Jag kände mig betjänad och upplyft av himlen. Han har i sanning ”burit [mina] sorger” (Mosiah 14:4).

Vi fick också tröst från familj, vänner och medlemmar i vår församling och stav. De tog kärleksfullt hand om oss på oräkneliga sätt. Vårt trettonåriga barnbarn Krystal skrev till oss efter vår son

Michaels död. Hon påminde oss om att vi inte är ensamma när hon skrev: ”Gud bär upp er.” Hennes brev påminde mig om Läran och förbunden 84:88: ”Jag skall gå framför ert ansikte. Jag skall vara på er högra sida och på er vänstra, och min Ande skall vara i era hjärtan och mina änglar runtomkring er för att upprätthålla er.”

Jag fick styrka av att läsa ett tal av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum med titeln ”Förtrösta på Herren”. Han sade: ”Just när allt verkar gå bra kommer ofta många prövningar samtidigt. När dessa prövningar inte är en följd av olydnad, är de bevis på att Herren anser att du är förberedd att växa mer. Han ger dig därför erfarenheter som ger ökad tillväxt, förståelse och medkänsla, vilket förädlar dig på ett sätt som du har evig nytta av. För att få dig att komma från där du är, dit han vill att du ska komma, krävs en hel del ansträngningar och detta är vanligtvis förenat med obehag och smärta” (*Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 16).

Han sade att frågor som ”Varför



I Getsemane visade Jesus Kristus ett fullkomligt exempel på tillit när han bad sin Fader: "Om det är möjligt, låt denna kalk gå ifrån mig." Men sedan sade han: "Men inte som jag vill utan som du vill" (se Matt 26:39–44).

händer det här mig?" eller "Varför måste jag drabbas av det här nu?" inte leder någonstans. I stället föreslår äldste Scott att vi ska ställa frågor som "Vad ska jag lära mig av denna erfarenhet?" "Vem ska jag hjälpa?" och "Hur kan jag minnas mina många välsignelser i prövningens stund?"

Jag har motstått frestelsen att fråga "Varför?" I stället har jag bett om min himmelske Faders vägledning genom mina prövningar. Han har välsignat mig

med hopp inför framtiden, hjälpt till att hela mitt sorgsna hjärta, stärkt min medvetenhet om godheten runtomkring mig, gett mig möjligheter att tjäna, fördjupat min medkänsla gentemot andra och ökat min kärlek till familj och vänner.

Efter allt detta har jag fått ett vittnesbörd om att vår utmaning är att överlämna vår vilja till vår himmelske Fader eftersom det är först då som vi kan förfinas och poleras på de sätt som han har fastställt för var och en av oss. ■

Hur man hanterar sorg

- Vi lämnas inte ensamma i vår sorg eftersom Jesus Kristus — "en smärtornas man och förtrogen med lidande" (Jes 53:3) — har burit våra sorger som en del av försoningen.
- Vi kan sträva efter att motstå frestelsen att fråga "Varför?" I stället kan vi be om Herrens vägledning.
- Vi kan anta utmaningen att överlämna vår vilja till vår himmelske Fader.

För mer information om det här ämnet, se Ords 3:5–6 och Joseph B. Wirthlin, "Det kommer en söndag", *Liahona*, nov. 2006, s. 28–30.

VARFÖR KAN VI FÖRTRÖSTA PÅ HERREN?

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum besvarar den frågan i sitt generalkonferenstal "Förtrösta på Herren" (*Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 16–17).

1. Gud vet vad han gör. När vi går igenom prövningar för hans syften kan vi lita på att han hjälper oss.
2. Guds plan är att upphöja oss så att vi kan återvända och bo hos honom.¹
3. En del av den planen är att vi ska övervinna prövningar. När vi gör det får vi styrka, förståelse, tro och tilltro till Gud.²

Du kan ge äldste Scotts tal "Förtrösta på Herren" till någon som har det svårt.

SLUTNOTER

1. Se *Evangeliets principer* (2009), s. 10–11.
2. Se *Evangeliets principer* s. 17–21.

PRÄSTADÖMIET

ÄR MYNDIGHETEN ATT HANDLA I GUDS NAMN

Vår Fader i himlen styr himlarna och jorden. Genom hans eviga kraft uppehålls en fullkomlig ordning i universum. För att styra sin kyrka på jorden delegerar han en del av sin kraft och myndighet till värdiga manliga medlemmar i kyrkan. Denna delegerade myndighet kallas prästadömet. Vi ser det här mönstret med att delegera ansvar i Nya testamentet när Jesus Kristus gav sina apostlar myndighet att handla i hans namn (se Matt 16:19).

Det här är Guds mönster för hur man styr. Det finns på jorden idag. De som har prästadömet är bemyndigade att agera i Guds namn för att leda hans kyrka och utföra de heliga, frälsande förrättningar, till exempel dop, konfirmation, administrering av sakramentet och tempelvigsel. Varje trofast sista dagars helig — man, kvinna och barn — behöver prästadömsförrättningar och välsignas av att ta emot dem.

Prästadömet ämbeten

Det finns två avdelningar inom prästadömet: Melkisedekska och aronska. Melkisedekska prästadömet besitter större myndighet än aronska prästadömet.

Inom dessa två avdelningar finns vissa ämbeten, eller ansvarsområden. Aronska prästadömet ämbeten

är diakon, lärare, präst och biskop. Ämbetena inom melkisedekska prästadömet är äldste, högpräst, patriark, sjuttio och apostel. De som har dessa ämbeten är organiserade i kворum, eller grupper. Varje ämbete har tilldelats vissa plikter.

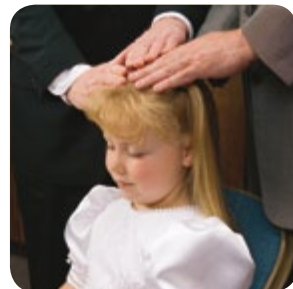
Prästadömet nycklar

Begreppet *nycklar* syftar på myndigheten att presidera över vissa kyrkoenheter eller jurisdiktioner. I stavar och församlingar, till exempel, är det bara stavs-presidenten, biskopen och kворumpresidenterna som har prästadömsnycklar. Nycklarna ges genom handpåläggning av en prästadömsbärare som är bemyndigad att förläna dem.

- Presidenterna för melkisedekska prästadömet kворum får nycklarna till att presidera och administrera i andliga angelägenheter (se L&F 107:10, 18–19).
- Presidenterna för aronska prästadömet kворum får nycklarna till änglars betjäning och att utföra förrättningar som dop och administrering av sakramentet (se L&F 107:20).
- Kyrkans president har alla prästadömsnycklar för hela kyrkan (se L&F 81:1–2).

Ämbetena och några av plikterna inom melkisedekska prästadömet:

1. Äldster konfirmerar dem som döps in i kyrkan, genom handpåläggning för dopet med eld och den Helige Anden (se L&F 20:41).



Ämbetena och några av plikterna inom aronska prästadömet:



2. Högpräster betjänar i andliga ting och har rätt att verka i ämbetena äldste, präst, lärare och diakon (se L&F 107:12).



3. Patriarker ger patriarkaliska välsignelser (se L&F 107:53; 124:91–93).



4. De sjuttio predikar evangeliet och är särskilda vittnen om Jesus Kristus under ledning av de tolv apostlarnas kворum (se L&F 107:25, 34).



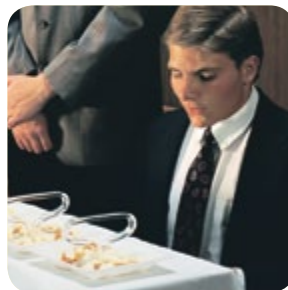
5. Apostlar är "särskilda vittnen om Kristi namn i hela världen" (L&F 107:23).



1. Diakoner delar ut sakramentet.



2. Lärare "vakar alltid över kyrkan och ... är med och stärker dem" (se (L&F 20:53).



3. Präster undervisar, döper och välsignar sakramentet, och besöker varje medlems hem (se L&F 20:46–47).



4. Biskopar är presidenter för prästernas kворum och presiderar som högpräster över alla medlemmarna i en församling (se L&F 107:87–88). ■

"Utan dessa förordningar och prästadörets myndighet är gudaktighetens kraft inte uppenbar för människor i köttet" (L&F 84:21).

Mark L. Grover

Jag har aldrig bett Gud om något som han inte har gett mig”, sade min hustru Deborah. Detta förundras jag fortfarande över fastän jag var med henne när det uppfylldes. Och det förundrar antagligen alla som känner till Deborahs sjuåriga kamp mot systemisk lupus, hennes tvååriga kamp mot bröstcancer och så småningom hennes död den 19 september 1990. Men de som förundras och förbluffas kanske inte förstår vad prästadömsvälsignelser är eller hur de uppfylls. Det var med svårighet jag själv lärde mig vad det innebär att ha prästadömet och utöva det för att välsigna andra.

Fastän mina föräldrar båda var aktiva i kyrkan och trofasta mot dess lära så minns jag inte att prästadömet hade något särskilt andligt inflytande under min barndom. Jag minns inte att jag var sjuk nog att behöva en välsignelse eller att några prästadömsvälsignelser gavs till andra i familjen.

Denna brist på betoning på prästadömet fördes vidare till min egen familj när jag gifte mig och min hustru och jag fick barn. Jag gav prästadömsvälsignelser om någon

ge välsignelser och bad sällan om den ytterligare andliga hjälp som hon kanske ville ha.

I mars 1989 när läkaren berättade att min hustru hade cancer förändrades vårt liv. På grund av att hennes typ av cancer var så ovanlig hade den undgått läkarna i två år. När diagnosen väl ställdes hade cancer spridit sig och chansen att hon skulle tillfriskna hade minskat betydligt. Vi visste att det här var en kamp som vi inte kunde vinna på egen hand, och det gjorde att vi var öppna för ytterligare andlig hjälp. Vår församling fastade för Deborah och vi tog tacksamt emot omsorgerna från Hjälpföreningen. Hennes kamp engagerade många. En vän som hade genomlidit samma kemoterapi som min hustru skulle få sade att under den svåraste tiden i behandlingen hade han bett om och fått prästadömsvälsignelser. Han rådde oss att också göra det — att söka andlig hjälp för att kunna uthärda effekterna av behandlingarna.

Kemoterapin var svår. Min hustru fick alla de väntade biverkningarna. Hon mådde illa i flera dagar efter en behandling. Hon tillbringade de flesta dagarna i sängen

Prästadömsvälsignelser

LÄRA SIG FÖRTRÖSTA PÅ GUD

var allvarligt sjuk eller skulle opereras. Jag gav också min hustru några välsignelser för känslomässig hjälp, men det hände inte ofta.

Det var alltid en positiv upplevelse för mig att ge en välsignelse, men bristen på förståelse och självförtroende begränsade mitt utövande av den här prästadömsfunktionen. Jag kämpade med att veta vad jag skulle säga, osäker på om det som kom till mig verkligen var vad Gud ville.

Situationen förändrades inte mycket när min hustru upptäckte att hon led av systemisk lupus. Under åren då hon kämpade mot utmattning och besvär till följd av sjukdomen fick hon bara några enstaka prästadömsvälsignelser. Min hustru visste att jag kände obehag inför att

och det var svårt för henne att äta. Men bit för bit lärde vi oss det bästa sättet att möta varje utmaning.

Under den här svåra tiden bad min hustru mig om prästadömsvälsignelser, som vår vän hade rått oss till. Jag gav henne en välsignelse för att hjälpa till att mildra ångesten hon upplevde under kemoterapins första vecka. Genom en prästadömsvälsignelse minskade rädslan i samband med en operation — även om den inte helt försvann. Långa perioder med kräkningar upphörde och sömn ersatte rastlösa nätter när jag lade händerna på hennes huvud och välsignade henne. De här välsignelserna gav oss löfte om hjälp och tröst, blandat med glimtar av framtiden. De fyllde oss med värme och glädje.

*Varje välsignelse
uppfylldes —
även om vi inte
fick det vi mest
önskade.*



Jag önskar jag kunde säga att det blev lättare för mig att ge välsignelser då, men det kan jag inte. Jag gav välsignelserna, men det var fortfarande svårt att utöva prästadömet. Jag nämnde aldrig mitt obehag för min hustru, men hon märkte min motvilja mot det. Men det här var svåra prövningar och hon visste att hon hade rätt att få hjälp, och jag var den kanal varigenom hon kunde få det. Därför bad



I HARMONI MED HANS VILJA

“När vi utövar den obestridliga kraften i Guds prästadöme och när vi värdesätter hans löfte att han hör och besvarar trons bön, så måste vi alltid minnas att tro och prästadömet

helande kraft inte kan ge ett resultat som strider mot dens vilja vars prästadöme det är. Uppenbarelsen som anvisar kyrkans äldster att de ska lägga sina händer på de sjuka undervisar om den principen. Herren lovar att “den som har tro på mig till att bli helad, och inte är bestämd till att dö, skall bli helad” (L&F 42:48; kursivering tillagd).”

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum, “Hela de sjuka”, *Liahona*, maj 2010, s. 50.

hon om hjälp när hon behövde det.

Innan jag gav en välsignelse visste jag vad jag ville välsigna henne med: Mer än något annat ville jag välsigna henne så att hon blev frisk. Och det ville hon också. Men den välsignelsen kom aldrig. Det som kom var en välsignelse i form av tröst. Den tog inte bort prövningen men gjorde den lättare att bära.

Efterhand började jag förstå bättre hur prästadömet och prästadömsvälsignelser fungerar. En välsignelse var inte ett redskap för att få vad jag ville utan ett sätt att få behövlig hjälp. Jag lärde mig att lita på Herren och på hans vilja i stället för på vad jag ansåg behövde göras. Jag fick tilltro till att orden som kom till mitt sinne verkligen var vad Gud ville att jag skulle säga. Och fastän det aldrig blev lättare för mig har jag lärt mig att lita på känslorna jag får när jag ger en välsignelse.

När Deborah var klar med sina behandlingar började den svåra fasen av väntan för att se om drogerna hade gjort verkan. Vi njöt av en tid som var fri från läkarbesök, tester och behandlingar. Men i bakhuvudet fanns rädslan att någon del av cancern hade överlevt de giftiga cancerdrogernas våldsamma angrepp och börjat växa igen.

Bit för bit bekräftade små, fysiska tecken vår största rädsla: Behandlingarna hade inte lyckats. Läkarna var positiva men vi visste att det bara var en fråga om tid.

De sex sista månaderna av Deborahs liv var ofattbart lugna. Efter att ett sista försök hade misslyckats bestämde vi oss för att avbryta behandlingarna och åka hem och glädjas åt den tid som var kvar. En del kanske inte tror på att det var sex underbara månader, men det var den bästa tiden i mitt liv.

Under den perioden menade oroliga vänner och släktingar att vi behövde vara mer påstridiga inför Herren i vår kamp att rädda hennes liv. De sade att jag hade prästadömet och att jag skulle använda det till att bota henne. Jag förstod hur de kände, men dessa vänner förstod inte vad det var som hände. Det fanns inget jag hellre ville än att lova Deborah att hon skulle få leva, men de orden kom aldrig medan jag gav henne en välsignelse. Det fanns inte mycket som hon hellre önskade än att bli frisk, men hon kände aldrig att hon skulle be om det. Vi trodde båda på underverk men insåg också vårt begränsade perspektiv angående den här upplevelsen som var en del av en evig plan.

Det som hände var ett större underverk. I välsignelserna utlovades aldrig att hon skulle få leva men hon fick en obestridlig försäkran om att det som hände var Guds vilja. Hon fick inte löfte om att bli frisk men fick hjälp att uthärda den svåra tiden. Hon fick inte stanna kvar och uppfostra våra barn med försäkrades om deras eviga band. Hon dog utan större smärta och obehag med familjen vid sin sida.

Jag vet att Gud lever och att han har stor omsorg om oss. Han ger oss tröst och hjälp när vi behöver styrka och förståelse. Livet är svårt, men Herren har lovat att hjälpa oss igenom våra prövningar. Ett sätt varigenom den hjälpen kommer är prästadömsvälsignelser. Med den vetenskapen kunde min hustru säga: “Jag har aldrig bett Gud om något som han inte har gett mig.” ■

Kraften i ett rättfärdigt exempel

Jerry Stringam

I april 1992 bodde min familj och jag i Provo, Utah, dit vi hade flyttat från Kanada för att jag skulle kunna ta ingenjörsexamen vid Brigham Young-universitetet. Min son Jase som var 17 år hade blivit vän med en ung kvinna som hette Krista.

På lördagskvällen under en generalkonferenshelg kom Jase in i vardagsrummet och frågade om han kunde låna bilen och ta med Krista ut för att köpa en milkshake. Jag gav honom nycklarna och han gick ut i köket för att ringa henne. Jag kunde höra den ena sidan av samtalet som lät ungefär så här:

”Hej Krista,
det är jag, Jase.

Jag undrar om du vill följa med mig ut och ta en milkshake.”

Tystnad.

”Du menar efter prästadömsmötet?”

Okej, jag ringer dig då.

Vi hörts.”

Jase lade på luren och kom tillbaka till vardagsrummet.

”Ska du gå ut med henne?” frågade jag.

”Hon sade att hon ville det”, svarade han, ”men hon sade att jag skulle ringa igen när jag kommit hem från prästadöms-sessionen.” Han såg lite nedslagen ut när han masade sig iväg till sitt rum.

Då slog det mig plötsligt. Jag hade växt upp i södra Alberta, nästan 13 mil från stavscentret. Ingen hade förväntat sig att jag eller ens mina föräldrar, som hade ledarpositioner i vår gren, skulle komma till konferenssessionerna, ännu mindre till prästadöms-sessionen. Nu fanns det någon som räknade med det.

Vad skulle jag säga till min missmodige son när han släntrade bort till sitt rum? Jag förstod att mitt beslut skulle bli avgörande för flera år framåt.



Jag hävde mig upp från fåtöljen och ropade på Jase och min andre son, en nyordinerad diakon: ”Byt kläder. Vi har tio minuter på oss att ta oss till prästadöms-sessionen i stavscentret.” Jag skyndade mig på och när jag kom ut ur mitt sovrum var pojkarna redo så vi gick ut till bilen.

Jag minns inte talen särskilt väl, men jag minns att vi kände Anden. Det kändes bra att vara på prästadöms-sessionen med mina söner. När vi kom hem kände sig Jase väl till mods vilket fick mig att må bra. Han ringde till Krista, och de åkte iväg för att ta en milkshake.

Under de två årtionden som har gått sedan den dagen har prästadömsbärarna i vår familj inte missat en enda prästadöms-session under en generalkonferens. Tack vare att en rättfärdig ung kvinna stod för det hon trodde på fick vår familj en möjlighet att ändra på oss, och vi fortsätter att lyssna på nutida profeters ord och att känna Anden under generalkonferensernas prästadöms-session. ■

Sista dagars heligas syn på äktenskapet



Hugh B. Brown föddes den 24 oktober 1883 i Granger, Utah. Han ordinerades till apostel 1958. Han verkade som rådgivare till president David O. McKay i åtta år. Följande artikel är ett utdrag ur hans bok *You and Your Marriage*.

President Hugh B. Brown (1883–1975)

förste rådgivare i första presidentskapet

Äktenskapet är och borde vara ett sakrament. Ordet *sakrament* har förklarats på olika sätt, men bland kristna betyder det en religiös handling eller ceremoni, förrättad av en som har rätt myndighet. Det är en förpliktelse, ett högtidligt förbund, ett andligt tecken eller band mellan kontraktsparterna själva och mellan dem och Gud. Att äktenskapet instiftades och helgades av Herren själv visas i följande citat:

”HERREN Gud sade: Det är inte bra för mannen att vara ensam. Jag skall göra en medhjälpare åt honom ...

Därför skall en man lämna sin far och sin mor och hålla sig till sin hustru, och de skall bli ett kött” (1 Mos 2:18, 24).

När Jesus lämnade Galiléen och färdades till Judéens kuster bortom Jordanfloden följde en stor skara människor efter honom, och fariséerna ställde frågor till honom angående skilsmässa.

”Han svarade: ’Har ni inte läst att Skaparen från begynnelsen gjorde dem till man och kvinna och sade: Därför skall en man lämna sin far och mor och hålla sig till sin hustru, och de två skall vara ett kött?’

Så är de inte längre två utan ett kött. Vad Gud har fogat

samman skall människan inte skilja åt” (Matt 19:4–6).

Äktenskapet uppfyller Guds ändamål

Det är tydligt att Gud avsåg att mannen och kvinnan skulle bli ett. Genom att personligen förrätta den här första vigseln helgade han äktenskapets institution. Det är ett normalt, sunt och önskvärt tillstånd som instiftades för att uppfylla Guds ändamål på jorden.

Det är den centrala delen av ett hem. Det är mer än en mänsklig institution som endast styrs av seder och lagar. Det är mer än ett kontrakt som sanktionerats av moraliska lagar. Det är och bör vara ett religiöst sakrament varigenom män och kvinnor högtidligt påtar sig att samarbeta med Gud för hans uppenbara ändamål att göra det möjligt för sina andebarn att komma till jorden och uppleva dödligheten samt åstadkomma odödlighet och evigt liv för dem.

Det finns de som säger att det mest upphöjda, hängivna och önskvärda livet kan uppnås utanför äktenskapets förbund. Med andra ord vill de förbjuda dem som söker den högsta härligheten att ”besudlas av fysiska, djuriska relationer”. Det finns



inget i skrifterna som stöder en sådan lära. I Ordspråksboken står det: "Den som funnit en hustru har funnit något gott, han har fått nåd ifrån HERREN" (Ords 18:22) ...

Och i Läran och förbunden kan vi läsa: "Och vidare: Sannerligen säger jag er att den som förbjuder äktenskapet inte är ordinerad av Gud, ty äktenskapet är instiftat av Gud för människan" (L&F 49:15).

Tempeläktenskapet ger sann lycka

Sista dagars heliga tror att för att uppnå det bästa i livet och den största lyckan i den här världen och nästa, måste män och kvinnor gifta sig i templet för tid och evighet. Utan tempeläktenskapets beseglade förrättningar kan människan inte

uppnå en gudalik ställning eller ta emot glädjens fullhet ...

För en sista dagars helig finns det bara ett slags äktenskap som är helt acceptabelt: Det är ett tempeläktenskap eller ett celestialt äktenskap, som enbart kan ingås i kyrkans tempel. Tempel upprättas, invigs och helgas åt Herren som en plats där andliga och eviga ceremonier och förrättningar kan utföras. Vi erkänner vigslar som förrättas av präster i andra kyrkor och borgerliga vigslar som förrättas av ämbetsmän som har laglig rätt att förrätta dem, men vi tror att det bara är i Guds tempel som en vigsel för tid och evighet kan förrättas och då enbart av en som har den myndighet som Kristus gav till Petrus när han sade: "Allt vad du binder på jorden skall vara bundet i himlen" (Matt. 16:19).

Denna myndighet benämns i skrifterna som "himmelrikets nycklar" (Matt 16:19), och i ett celestialt äktenskap öppnar dessa nycklar dörren till det riket.

Behov uppfylls tillfullo

Människan har vissa grundläggande behov — moraliska, sociala, biologiska och andliga — och dessa kan enbart uppfyllas tillfullo i det av Gud instiftade eviga äktenskapets institution.

För att kunna leva ett fullgott liv här och sedan uppnå evigt liv måste människan älska och bli älskad, tjäna och uppoffra, ta ansvar och utöva sin

Sista dagars heliga tror att för att uppnå det bästa i livet och den största lyckan i den här världen och nästa, måste män och kvinnor gifta sig i templet.



man och hustru och föräldrar och barn så kan de inte förverkligas om förrättningen som bemyndigar och helgar denna den vackraste av alla relationer innehåller begränsningen "tills döden skiljer er åt". Om familjerationerna och äktenskapet ska kunna vara eviga måste äktenskapskontraktet innehålla de *bemyndigade* orden "för tid och all evighet".

Alla borde inse ansvaret de

har mot efterkommande och mot förbunden de ingår med hänsyn till detta. När Herren sade "vi kan inte fullkomliggöras utan dem" (L&F 128:18) talade han om en kedja vars länkar sträcker sig in i framtiden såväl som bort i det förflutna. Faktum är att vi kanske har ett mer direkt ansvar för dem som anförtrotts åt oss i det här livet än för våra förfäder. Vi kan inte hållas ansvar-

iga för våra förfäders synder, antingen sådant de gjort eller sådant de inte gjort, men Herren har varnat för att om våra efterkommande misslyckas och detta misslyckande beror på att vi misslyckats i vår plikt mot dem, då ligger synderna på oss.

Sista dagars heliga tror att Gud är den tredje partnern i den här [äktenskaps-] relationen och att processen att föra barn till världen inom äktenskapets gudomligt sanktionerade institution är en del av hans plan.

dagars heliga tror därför att Gud är den tredje partnern i den här relationen och att processen att föra barn till världen inom äktenskapets gudomligt sanktionerade institution är en del av hans plan att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan.

Äktenskapets eviga karaktär

När Herren Jesus fastställde kärleken till Gud och kärleken till nästan som de två största buden så förhärligade han kärleken. Faktum är att vi fått höra att Gud är kärlek. Därför, eftersom Gud är evig, måste kärleken vara evig, och dess frukter och välsignelser är avsedda att fortsätta i kommande evigheter. Men när det gäller förmånerna och fördelarna med den eviga kärleken mellan

gudagivna skaparkraft. "Jag har kommit för att de skall ha liv, ja, liv i överflöd" (Joh 10:10).

Men kanske ligger äktenskapsets största värde inte i vad som tillfaller den enskilda mannen och kvinnan. Ändamålet med deras förening från begynnelsen ges i Herrens bud: "Var fruktsamma och föröka er och uppfyll jorden!" (1 Mos 1:28). I ett vederbörligt äktenskap finns det möjlighet för människan att förverkliga sin naturliga längtan att vara kreativ och produktiv. Denna längtan kan enbart uppfyllas och åtnjutas på lämpligt sätt i en äktenskapsrelation, i skapandet och uppfostran av barn. Föräldrar bör tänka på att barnen som föds till dem — deras barn — också är Guds barn. Han är Fadern till deras andekroppar, och under förut-tillvaron ombesörjde han att de eviga elementen och eviga andarna skulle kunna bli oskiljaktigt sammanbundna och ta emot glädjens fullhet. Sista



Bland de välsignelser som ges personer som uppnår den högsta graden i det celestialet riket är välsignelsen att få evig avkomma, vilket bland annat innebär att vi också efter döden kan fortsätta samarbetet med Gud att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan.

Utvecklas som eviga livskamrater

De sista dagars heligas syn på evigt framåtskridande innefattar evig utveckling, evig ökning av kunskap, kraft, intelligens och medvetenhet, och alla de egenskaper och förmågor som utgör gudaskap. Men enligt Guds plan kan människan inte uppnå detta tillstånd av fortsatt fullkomning i sitt ofärdiga eller ogifta tillstånd. Det måste finnas tillväxt och utveckling för hela människan — med andra ord, en människa som har funnit och förenats med sin andra hälft.

Denna syn på äktenskapet, med dess gudomliga perspektiv, ger ny mening och tillför betydelse, värdighet och härlighet till äktenskapet. Med detta i åtanke är den eftertänksamma mer noggrann och selektiv i valet av en evig livskamrat. Innan en man eller kvinna förbinder sig i ett sådant evigt kontrakt bör de sannerligen vara ödmjuka och eftertänksamma och under bön söka gudomlig vägledning.

Den religiösa helgelsen och sanktionen av äktenskapsrelationen förhöjs och uppskattas i mycket högre grad om paret före vigseln — och de måste av nödvändighet ha samma tro — börjar med samma mål i sikte. De måste förbereda sig och vara värdiga att ta emot den heliga förrättningen i en byggnad där endast de som är värdiga har tillträde. Där får de instruktioner, ingår förbund och lovar varandra evig kärlek och trohet vid altaret, i Guds och änglars närvaro. Säkerligen bidrar detta begrepp och tillvägagångssätt, med dess tillhörande åtaganden,

till ett beständigt hem, förhärligandet av äktenskapets institution och människornas själs frälsning.

En handling i tro

Ett sådant äktenskap är i grunden en handling i tro, förrättad i närvaro av en gudomlig partner. Man måste

ha tro och mod för att kunna genomföra det, för att härda ut till änden, trots de svårigheter, besvikelser och tillfälliga förluster som man kan ställas inför.

Om man accepterar villkoren och åtagandena i detta eviga partnerskap måste man inse att ett misslyckande innebär ett totalt misslyckande. Oavsett vilka framgångar en person har inom andra områden så innebär ett misslyckande när det gäller förpliktelserna inom det eviga förbundet ett straff som innefattar förlusten av celestialet härlighet, åtföljt av ansvaret för de förluster som orsakats av dem som han eller hon ingick kontraktet med och som han eller hon är ansvarig för.

”Äktenskapet är instiftat av Gud för människan.

Därför är det lagenligt att mannen skall ha en enda

hustru, och de två skall vara ett kött, och allt detta för att jorden skall kunna uppfylla ändamålet med sin skapelse,

och för att den skall kunna fyllas med det antal människor som skapades innan världen skapades” (L&F 49:15–17). ■

Underrubriker tillagda; standardiserad kommativering och skrivning med stor begynnelsebokstav.



INGAVÄL-SIGNELSER UNDAHÅLLS

”Men vad händer med de många äldre

medlemmar i kyrkan som är ogifta? Utan egen förskyllan måste de möta livets prövningar på egen hand. Må vi alla påminnas om att Herren enligt sin egen tid och tillvägagångssätt inte undanhåller några välsignelser från sina trofasta heliga. Herren dömer och belönar var och en enligt hjärtats önskingar såväl som gärningar.”

Äldste Russel M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum, ”Celestialet äktenskap”, *Liahona*, nov. 2008, s. 94.



JAG VILLE
VERKLIGEN

SLUTA

Anonym

Hur jag övervann mitt beroende av pornografi.

Min kamp mot pornografi började under ungdomsåren när andra introducerade olämpligt material och beteende. Evangeliet var ingen stor del av mitt liv då. Min familj hade gått till kyrkan under mina primärår men när jag var 13 eller 14 slutade vi gå helt och hållet. Därför hade evangeliets lärdomar inte något inflytande i besluten jag fattade.

Det slog mig aldrig att jag skulle berätta för mina föräldrar vad grannarna och de så kallade vännerna visade för mig. Jag var för generad över att behöva prata om det som jag hade sett och upplevt. Jag hade ingen aning om hur jag skulle hantera det. Under flera årtionden förblev mitt pornografimissbruk en hemlighet.

Evangeliets inflytande

Precis innan jag gick ut high school inträffade ett till synes litet underverk, något som fick mitt liv att ta en ny vändning. Trots avståndet mellan mina handlingar och evangeliets normer följde jag en söndag en stark maning att gå till kyrkan och betala tionde. När jag kom till kapellet frågade jag efter personer som jag kände. Ett av namnen jag gav var den Unga mäns president jag hade haft som diakon, sista gången jag kom till kyrkan. Han verkade nu som biskop i församlingen.

Denne gode biskop hjälpte mig komma tillbaka till kyrkan. Jag bekände mina synder och han arbetade med mig för att göra upp en framstegsplan. Jag arbetade på min omvändelse under flera månader. Jag

avancerade inom prästadömet. Jag fick ett ämbete. Det gick faktiskt så bra för mig att jag kallades att verka som missionär, och under flera år hade jag beroendet under kontroll.

Fast i ett nät

När jag kom hem från missionen hade jag inga problem med pornografi. Jag hade helt enkelt inte tillgång till det. Men detta förändrades i slutet av 1990 då Internets frammarsch började. Av en händelse råkade jag få se några pornografiska bilder på nätet och återvände sedan till pornografiska sidor om och om igen under de följande månaderna. Nätet hade fångat in mig.

Jag ville nå ut till någon som kunde hjälpa mig, men visste inte riktigt vem — eller hur. Hur skulle jag kunna prata med mina föräldrar om det här? Hur skulle jag kunna erkänna för biskopen att jag inte kunde sluta med detta omoraliska beteende trots de stora framsteg jag gjort tidigare? Jag ville verkligen sluta men skämdes så över min svaghet att jag inte kunde berätta om det för någon. Alltså behöll jag beroendet för mig själv.

Jag talade inte ens om det för min hustru som jag gifte mig med år 2000. Jag ville berätta för henne om min kamp medan vi dejtade men jag var så rädd att hon skulle se ner på mig, eller ännu värre, vägra att gifta sig med mig. Alltså ljög jag. Och det fortsatte jag med i vårt äktenskap. Jag började smyga för att ingen skulle komma på mig. Jag gömde bilder på min dator. När min hustru frågade mig om vissa internetlänkar sade jag

att jag inte visste vad hon pratade om. Så är det med missbruk. De skapar stora lögnare. Jag visste att det skapade en klyfta i vårt äktenskap och orsakade henne stor smärta, men jag vägrade erkänna att jag hade ett problem. Det som betydde mest för mig var inte mitt beteende utan hur människor uppfattade mig.

Mitt dubbelliv — och förlusten av andlighet till följd därav — gjorde mig mottaglig för allt allvarligare synder, även otrohet. Min hustru hade en stark känsla av att något var fel och berättade om det för mig. Mycket ångerfull erkände jag vad jag hade gjort.

Det var min lägsta punkt, stunden då jag insåg att *jag måste ändra mig*. På andra sidan bordet satt kvinnan jag älskade. Hon älskade mig. Jag hade bedragit henne. Jag bestämde mig då för att göra vad som än krävdes för att rädda vår relation och vår familj.

Återhämtning

Jag började träffa min biskop regelbundet för att arbeta på omvändelseprocessen och kyrkans disciplinära åtgärder. Han rekommenderade att jag gick på mötena som hölls genom återhämtningsprogrammet för missbrukare som erbjuds av Kyrkans familjeservice. Jag hade aldrig hört talas om programmet. Jag fick veta att gruppen hade kostnadsfria, konfidentiella möten baserade på anonyma alkoholisters tolvstegsprogram som anpassats till kyrkans ram av lärdomar och principer.

Jag får erkänna att jag under de första mötena tänkte: "Jag behöver

BEFRIELSE: BARA GENOM GUD



”Kämpar du mot en synd eller svaghet? Det kan vara något så enkelt som att inte ha viljestyrka nog att stiga upp tillräckligt tidigt för att ha tid att studera skrifterna och be. Det kan vara något så allvarligt som internetpornografi eller brist på moralisk självkontroll, att du känner att du har dragits ner i en avgrund och att det inte finns något hopp för dig. Upptäcker du att du hatar det du gör men att du inte har viljestyrkan att vända dig bort från det? Be då om hjälp och ödmjuka dig själv. Herrens möjliggörande kraft räcker för att du ska kunna förändra ditt hjärta, ändra på ditt liv, rena din själ. Men du måste ta första steget, vilket är att du ödmjukar dig och inser att det bara är Gud som kan befria dig.”

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum, ”Be Strong in the Lord”, *Ensign*, juli 2004, s. 12.

inte vara här. Jag har egentligen inget problem med pornografi. Jag kan sluta när jag vill.” Men det var förstås inte sant.

Med biskopens uppmuntran fortsatte jag att gå. Mitt högmod började ge vika och jag började arbeta på programmets steg: ärlighet, hopp, lita på Gud, sanning, bekännelse, hjärtats förvandling, ödmjukhet, söka förlåtelse, återställelse och förlikning, daglig ansvarighet, personlig uppenbarelse och tjänande. För första gången på länge levde jag ett ”nyktert” liv, ett liv fritt från pornografi. Man blir egentligen aldrig ”klar” med

återhämtningen, men jag hade uppnått en ny nivå av frihet. Den kom därför att när jag arbetade på de 12 stegen så insåg jag vad som låg bakom mitt missbruk.

Jag lärde mig att de flesta som kämpar med missbruk har gjort det som ett slags ”självmedicinering” för att fylla ett tomrum som de har i livet. Smärta, sorg, ensamhet, rädsla eller andra obehag kan få människor att använda denna självmedicinering för att må bättre. En del använder receptbelagda droger. Andra använder olagliga droger. Andra använder alkohol. För mig var det pornografi som gav den konstgjorda ”kick” som jag trodde att jag behövde.

Att känna till vad som triggade igång mitt missbruk var en sak. Att undvika miljöer som inbjöd till missbruket var en annan. Det kräver att jag är vaksam 24 timmar om dagen, sju dagar i veckan under resten av mitt liv. Jag kan inte gå ut på nätet ”bara för att surfa”. Faktum är att jag inte går ut på nätet alls när jag är ensam. Jag kan inte titta på någon reklam och börja fantisera. Vi har inte kabelteve hemma. När jag åker till och från jobbet undviker jag vissa vägar eftersom jag vet att det finns reklamskyltar på de vägarna som kan leda till olämpliga tankar. Om jag börjar vackla och tankarna far iväg vänder jag mig till min hustru, till min biskop och till bön för att få styrka.

Mitt beroende påverkar varenda detalj i mitt liv. Det är värt allt att vidta dessa försiktighetsåtgärder. Jag kan inte ta lätt på de här försvarsmetoderna för jag vet vad mitt missbruk kan göra med mig och mot dem jag älskar.

Tillit till Gud

Men det handlar inte bara om att undvika sådant som är dåligt. Jag måste också göra konstanta, medvetna ansträngningar för att vända mig till det som är gott. Flera av de tolv stegen har hjälpt mig göra det genom att föra mig närmare Gud.

Varje dag när jag vaknar går jag ner på knä och tackar min himmelske Fader för att han gett mig möjligheten att omvända mig från mina synder och komma till honom genom hans Sons, Jesu Kristi försoning. Jag ber honom att han låter mig veta sin vilja så att jag kan göra den. Jag ber honom leda mig bort från frestelser. Jag ber som om jag behöver min himmelska Faders hjälp varje minut — för det gör jag — och jag har den bönen i hjärtat hela dagen. Jag ber igen varje kväll. Jag tillbringar också tid med skrifterna varje dag så att jag kan fokusera mina tankar på sådant som är dygdigt. Om jag inte gör det här till en vana så har jag inte Anden i mitt liv. Och lämnad ensam är jag inte stark nog att stå emot frestelserna.

Jag trodde länge att jag kunde sluta med mitt beteende när jag ville med egen viljestyrka. Men jag misslyckades storligen. Efter ett tag tröttnade jag på att göra det själv, särskilt eftersom det inte fungerade. Jag insåg att jag inte kunde göra det jag behövde göra utan Herrens hjälp. Ether 12:27 hjälpte mig förstå det bättre. Herren sade till Moroni: ”Min nåd är tillräcklig för alla människor som ödmjukar sig inför mig. Ty om de ödmjukar sig inför mig och har tro på mig, då skall jag göra så att det svaga blir starkt för dem.”

När jag väl kom till honom, och fortfarande gjorde allt jag kunde (se 2 Nephi 25:23), insåg jag att jag

kunde göra allt mycket bättre och bli mycket mer med hans hjälp än vad jag någonsin kunde drömma om genom att lita till min egen förmåga (se Alma 7:14).

Min hustru och jag verkar nu som diskussionsledare på återhämtningsprogrammets möten. Hon har lärt sig — och hjälper andra förstå — att försoningen inte bara är till för dem som arbetar på att övervinna ett missbruk utan också för dem som har påverkats av missbruket utan egen förskyllan. Om vi vänder oss till Frälsaren kan hans nåd verka i alla våras liv.

För dem som kämpar med missbruk och för människorna de älskar kan jag vittna om att det finns hopp. Det finns alltid hopp i Jesu Kristi evangelium.

Hopp i Frälsaren

Jag är oerhört tacksam mot Jesus Kristus för han räddade mig bokstaveligen från syndens bojor. Ett missbruk är som att sitta fast i kedjor som ”binder människobarnen så att de förs fångna ned i eländets och lidandets eviga avgrund” (2 Nephi 1:13). När jag insåg att jag hade ett problem visste jag inte vart jag skulle vända mig. Jag blev desperat eftersom jag inte kunde göra mig fri från situationen. Men Herren kunde befria mig. När jag vände mig till honom fanns han där för att hjälpa mig.

Jag kan relatera till Ammon: ”Ja, jag vet, att jag är ingenting. Till min styrka är jag svag, därför vill jag inte skryta över mig själv, utan jag vill skryta över min Gud, ty i hans kraft kan jag göra allting” (Alma 26:12). Jag vet att Gud *kan* hjälpa oss göra allt, även lösgöra oss från missbrukets kedjor. ■



HJÄLP MED ATT ÖVERVINNA PORNOGRAFI

Återhämtningsprogrammet för missbrukare som Kyrkans familjeservice erbjuder består av kostnadsfria konfidentiella stödgruppsmöten för personer som missbrukar alkohol, droger (både receptbelagda och illegala), tobak, kaffe eller te, pornografi, olämpligt sexuellt beteende, hasardspel, medberoende och ätstörningar. Gå till www.ldsfamilyservices.org för att se var möten hålls nära dig. Din prästadömsledare kan också ha information om möten i närheten.

Om du inte kan vara med på mötena har du ändå nytta av programmets studie- vägledning. *Återhämtningsprogram för missbrukare: Vägledning för återhämtning från missbruk och helande* (artikelnr. 36764 180) finns på många språk och kan fås via kyrkans distributionstjänst eller som PDF-fil på www.recoveryworkbook.lds.org.

CombatingPornography.org är en kyrkosponsrad webbsida med hjälp för personer som kämpar med missbruk. Den kan också vara till hjälp för makar, föräldrar och prästadömsledare.

Pryd dina tankar med dygd (artikelnr. 00460 180) är ett häfte som tagits fram för att hjälpa personer som kämpar med pornografi. Det tar upp hur man känner igen destruktiva media, hur man motstår och undviker frestelsen att titta på pornografi och hur man överger pornografimissbruk. Det listar också skriftställen och annat kyrkomaterial som handlar om omvändelse, kroppens helgd och hur man övervinner världsliga inflytanden. Kyrkans ledare och familjemedlemmar kan ge detta häfte till nära och kära som kämpar med pornografi. Häftet finns att få tag på via kyrkans distributionstjänst på många språk. Det finns också på amerikanskt teckenspråk på DVD.

Andra tal och artiklar om det här ämnet finns listade på www.liahona.lds.org.

DEN SANNA VÄGEN TILL lycka

*Det är min bön
att när vi viker
in på vägen mot
lycka i vår familj
och i vårt yrke,
att vi då ska
använda vår
kunskap och vårt
inflytande till
att sprida större
rättfärdighet,
frid, förståelse
och frihet till
alla människor
världen över.*

I århundraden har man tvistat om vad "det goda livet" innebär. När aposteln Paulus var i Aten på Aeropagen träffade han på "filosofer, både epikuréer och stoiker" (Apg 17:18). Stoikerna trodde att det mest åtråvärda var dygd, och epikuréerna trodde att det mest åtråvärda var njutningar. Många stoiker hade blivit högmodiga och de använde sin filosofi som "ett sätt att dölja ... sina ambitioner och sin ogudaktighet". Många epikuréer hade blivit hedonister och hade som motto: "Låt oss äta och dricka, ty imorgon dör vi."¹

Många i den akademiska världen har länge pekat på Aristoteles befrämjande av "intellektuell begrundan" som ett mönster för "det goda livet". En recensent i *New York Times Book Review* hävdade att moderna filosofer "har dragit slutsatsen att det inte finns en enda rätt balans av element som utgör 'det goda livet för människan'".²

En artikel i *New York Times* hävdade: "Äktenskaplig lycka är viktigare än något annat för att säkerställa personligt välbefinnande." Författaren uppmanade sina kolleger att ägna mindre tid åt "att förbereda elever för ett

yrke" och mer tid åt "att förbereda dem för att fatta sociala beslut".³

När jag läste de här uttalandena tänkte jag på vad profeten Joseph Smith undervisade: "Lycka är vår tillvaros syftemål och bestämmelse och skall bli dess slutmål om vi fullföljer den väg som leder till lycka. Den vägen är dygd, uppriktighet, trofasthet, helighet och hållandet av Guds befallningar."⁴

I samma anda som citatet i *New York Times* om äktenskap och profetens optimistiska uttalande är jag övertygad om att vi kan uppnå den lycka vi önskar och som Gud vill att vi ska uppleva. Vad måste vi göra för att uppnå den?

Var tacksam för ditt arv

Var alltid tacksam för dina välsignelser, särskilt ditt arv. Vi bör vara tacksamma om vi har välsignats med goda föräldrar. Det är vi skyldiga vårt arv.

Ett gammalt kinesiskt ordspråk lyder: "När du dricker vattnet, glöm då inte bort källan varifrån det kom." Det är tydligt i skrifterna att vi ska hedra våra föräldrar.



**Äldste
Quentin L. Cook**
i de tolv apostlarnas
kvorum

Ett ordspråk lyder: "Min son, bevara din fars bud och förkasta inte din mors undervisning" (Ords 6:20). Den store tyske filosofen Goethe sade det på följande sätt:

*Det som kommer från din fars arv,
förtjäna det på nytt och gör det till ditt!*⁵

Det är tydligt att vi behöver vara tack-samma för våra föräldrar och agera på ett sådant sätt att vi kan uppnå det som

de hoppades på att kunna ge oss. Detta är ett steg mot personlig lycka.

Hänge dig åt familjen

För det andra: Hänge dig åt familjens eviga institution som grunden till lycka. I världen i stort väljer många att inte gifta sig eller att vänta med det. Familjen är en evig institution som instiftades av Gud innan jorden grundlades. De flesta gifter sig och välsignas med



Jag försäkrar dig om att glädjen, kärleken och tillfredsställelsen i kärleksfulla, rättfärdiga familjer leder till den största möjliga lycka vi kan uppnå.



barn. Det finns ingen större välsignelse i det här livet än att få barn. Några av de mest gripande avsnitten i skrifterna fångar barnens stora betydelse i vår himmelske Faders plan. De är i sanning "en HERRENS gåva" (Ps 127:3).

När jag var i 20-årsåldern gav president David O. McKay (1873–1970) ett profetiskt budskap om äktenskap och barn. Han var 95 år gammal och i sitt sista levnadsår. Han sade att den rena kärleken mellan en man och en kvinna "är något av det högsta på jorden och att den förnämsta av alla mänskliga plikter är att föda och uppfostra barn".⁶

President McKay nämnde sedan sin oro över att skilsmässor blev allt mer accepterade. År 1969 var Kalifornien den första staten i USA som tillät skilsmässor där ingen av parterna hölls ansvarig för orsaken till skilsmässan. Dessförinnan var man tvungen att redogöra för en anledning till att äktenskapet upplöstes, till exempel otrohet eller andra

extrema omständigheter. President McKay var uppenbarligen rädd för att äktenskapets institution var i fara. Han sade: "Ökningen av skilsmässor i Förenta staterna idag är en fara som hotar denna nations storhet."⁷

När vi ser tillbaka på vad president McKay sade så var det i sanning profetiskt. Den nuvarande chefredaktören för *U.S. News and World Report* har skildrat historien och konsekvenserna som följt på detta. Han rapporterar att "skilsmäsoantalet har mer än fördubblats sedan 1960-talet", och antalet barn till ogifta mödrar "har ökat från fem procent 1960 till omkring 35 procent idag". Han förklarar resultaten och den negativa inverkan det haft på barnen. Han klargör att "det har visat sig att den stabila familjen med två biologiska föräldrar ... är det idealiska redskapet för att forma karaktär, vårda, undervisa om värderingar och planera för ett barns framtid."⁸

Artikeln i *New York Times* avslutas med

följande: "De moderna samhällena ... har en tendens att ägna sig åt materiella omsorger men att rygga för moraliska och sociala sådana" och till följd därav har de blivit "andligt blinda".⁹ Är det inte just det som president McKay profeterade om?

Låt mig försäkra dig om att den stora majoriteten av äktenskapen mellan trofasta medlemmar i kyrkan är lyckliga och framgångsrika. Till dig som ännu inte är gift: Fortsätt framåt med tro och tillit mot det slutliga målet, äktenskap och familj. Jag råder dig att hitta en rättfärdig maka

som du beundrar och som blir din bästa vän. Jag försäkrar dig om att glädjen, kärleken och tillfredsställelsen i kärleksfulla, rättfärdiga familjer leder till den största möjliga lycka vi kan uppnå. Den lyckan är grunden till ett framgångsrikt samhälle. De som är rättfärdiga men som inte kan uppnå det målet har rätt till alla väl-signelser som vår Fader i himlen har i beredskap åt sina barn.

Var engagerad på ett positivt sätt

För det tredje: Var engagerad i världen på ett positivt sätt och var

en mäktig kraft för det goda. En betydande utmaning är att följa uppmaningen i skrifterna att leva i världen men inte av världen (se Joh 17). President Joseph Fielding Smith (1876–1972) lärde som medlem i de tolv apostlarnas kворum att fastän vi är i världen "är vi inte av världen på så sätt att vi måste ta del av ... ondskefulla seder, ... modeflugor, ... dårskaper, falska lärdomar och teorier".¹⁰ Dessutom är ditt bidrag till platsen där du bor en del av din utmaning att vara ett exempel, sprida evangeliet och leva efter de sanningar som du



har fått undervisning om av föräldrar och profeter.

För att lyckas med den utmaningen vill du och behöver du engagera dig i världen på ett positivt sätt. Vi måste prövas och testas och befinnas värdiga ett större rike. Som president Thomas S. Monson har sagt: "Våra beslut avgör vårt slutmål."¹¹

Det här livet är inte lätt. Det var inte meningen att det skulle vara det. Men vi vet att Herren gör så att våra prövningar välsignar oss och verkar för vårt bästa. Han ger oss styrka att stå fasta trots motstånd. Rättfärdighet är en belöning i sig, och skrifterna lovar oss att belöningen för rättfärdighet är "frid i den här världen och evigt liv i den kommande världen" (L&F 59:23). Jag råder dig att vara engagerad i världen på ett positivt sätt.

Följ och berätta om dina normer

För det fjärde: Följ och berätta om dina normer för dem du träffar. Många av er ställs inför utmaningar när ni söker jobb. Ni behöver vara visa. Min rekommendation är att ni låter era framtida arbetsgivare veta att ni har höga etiska normer och moraliska normer, bland annat att ni är hängivna er familj.

Jag lärde mig hur viktigt detta var tidigt under mitt yrkesliv. När jag hade tagit examen vid Stanford Law School sökte jag anställning hos en viss advokatfirma. Det fanns inga medlemmar i kyrkan som arbetade för firman, men den utgjordes av advokater med god karaktär och förmåga. Efter en

hel förmiddag med intervjuer bjöds jag på lunch av huvudägaren och två delägare. Huvudägaren frågade om jag ville ha en alkoholhaltig dryck före maten och senare om jag ville ha vin. Jag tackade nej båda gångerna. Den andra gången talade jag om för honom att jag var en aktiv medlem i kyrkan och inte drack alkohol.

Jag fick ett erbjudande om anställning från firman och några månader senare sade huvudägaren att han hade testat mig när han erbjöd mig alkohol. Han sade att min meritförteckning tydligt visade att jag hade verkat som missionär för kyrkan. Han hade bestämt sig för att han bara skulle anställa mig om jag visade mig vara trofast mot lärdomarna i min kyrka. Han ansåg att det var ett betydande bevis på karaktär och redbarhet.

Under åren i San Francisco kände jag några medlemmar som inte talade om för sina medarbetare att de tillhörde kyrkan. Undantagslöst hamnade de i komprometterande situationer som kunde ha undvikits om de helt enkelt hade talat om vad de trodde på.

Var ett ljus

Slutligen: Var ett ljus för människorna där du bor. När min hustru och jag bodde som nygifva i San Franciscobuktens område i mitten av 1960-talet var antalet sista dagars heliga där relativt litet. Dessutom hade San Franciscobukten blivit en magnet för drogmissbruk och all slags promiskuöst och syndigt uppförande.

En bekymrad stavspremier frågade kyrkans högsta ledare om de lokala ledarna skulle uppmuntra medlemmarna att stanna kvar i San Franciscobuktens område eller inte.

President Harold B. Lee (1899–1973), som då var seniormedlem i de tolv apostlarnas kворum, fick i uppgift att ta upp frågan. Han träffade en grupp prästadömsledare och sade att Herren inte hade inspirerat dem att bygga templet i Oakland för att medlemmarna sedan skulle lämna området. Han gav följande råd:

1. Skapa Sion i ert hjärta och i ert hem.
2. Var ett ljus för dem omkring er.
3. Inrikta er på förordningarna och principerna som lärs ut i templet.

Om vi följer president Lees råd idag kan vi lyckas med att vara i världen men inte av världen. Men vi måste bestämma oss för om vi ska rikta våra ögon på världen eller fokusera på templet.

Under vår livstid ställs vi inför många världsliga utmaningar. En av utmaningarna är att vi upptäcker att kyrkan och dess lärdomar missförstås och ibland återges felaktigt. För några år sedan uppmanade äldste M. Russel Ballard i de tolv apostlarnas kворum kyrkans medlemmar att göra sina röster hörda och försvara tron och rätta till falsk information. Han påpekade att det är särskilt viktigt att vi deltar i "det som vissa kallar 'new media' som möjliggjorts av internet."¹² I en värld med en

mångfald av kommunikationsmedel och med medlemmar spridda över jorden finns det ett behov av att sista dagars heliga reagerar på och försvarar oansvariga och felaktiga beskrivningar av kyrkan när de inträffar. Vi är tacksamma för allt som har hänt sedan äldste Ballards artikel och jag upprepar hans uppmaning.

Jag är övertygad om att vi kan uppnå den lycka vi önskar och som Gud vill att vi ska uppleva. Det är min bön att när vi viker in på vägen mot lycka i vår familj och i vårt yrke, att vi då ska använda vår kunskap och vårt inflytande till att sprida större rättfärdighet, frid, förståelse och frihet till alla människor världen över. ■

Från ett tal som hölls vid Brigham Young-universitetet-Hawaii den 10 april 2010. Gå till <http://devotional.byuh.edu/node/416> för att läsa hela texten på engelska.

SLUTNOTER

1. Frederic W. Farrar, *The Life and Work of St. Paul* (1902), 1:535–536.
2. Jim Holt, "A Word about the Wise", *New York Times Book Review*, 14 mars 2010, s. 12.
3. David Brooks, "The Sandra Bullock Trade", *New York Times*, 30 mars 2010, s. A23.
4. Joseph Smith, i *History of the Church*, 5:134–135.
5. Johann Wolfgang von Goethe, *Faust*, övers. till engelska Bayard Taylor (1912), 1:28.
6. David O. McKay, i Conference Report, apr. 1969, s. 9.
7. David O. McKay, apr. 1969, s. 8.
8. Mortimer B. Zuckerman, "Family-Unfriendly Policies", *U.S. News and World Report*, 5 okt. 2007, s. 72.
9. David Brooks, "The Sandra Bullock Trade", s. A23.
10. Joseph Fielding Smith, i Conference Report, okt. 1916, s. 70.
11. Thomas S. Monson, "En inbjudan till upphöjelse", *Nordstjärnan*, sep. 1993, s. 4.
12. M. Russell Ballard, "Evangeliet sprids via Internet", *Liahona*, juni 2008, s. K2.



Var engagerad i världen på ett positivt sätt och var en mäktig kraft för det goda.

PÅ TRYGG FÄRD HEMÅT

Richard M. Romney

Kyrkans tidningar



Varje dag åker fiskarna i Visakhapatnam i Indien ut till havs. För det mesta är det lugna vågor. Havet är vänligt och båtarna återvänder tyngda av fisk. Men ibland blir havet vresigt. Himlen mörknar, hotande vågor höjer sig och fiskarna är glada om de lyckas ta sig till sin hamn.

Varje dag ger sig kyrkans ungdomar i Visakhapatnam ut i världen. För det mesta behandlar livet dem väl. Deras kunskap ökar, de får vänner och återvänder hem fyllda av livsglädje. Men ibland blir världen vresig. Missmod kan skölja över dem som vågor, frestelserna tornar upp sig och tvivel förmörkar den andliga himlen. Sådana dagar är de glada när de väl kommer hem till fridens hamn, den hamn de kallar sitt hem.

Livets hav kan vara stormiga ibland, men kyrkans tonåringar i Visakhapatnam i Indien vet att hemmets hamn är en fridens hamn.

Bilder på väggen

Två av dessa sista dagars heliga, Naga Bushan Ratnam och Pavani Kotala Ratnam, bor med sina föräldrar i en liten lägenhet långt från city, men nära stålgruvan där deras pappa arbetar. Man ser på bilderna i lägenheten vad som prioriteras. Familjefotografier fyller en hylla nära ytterdörren och i sovdelen pryds väggarna av bilder på Frälsaren, templet och första presidentskapet.

”När jag vaknar är de här bilderna det första jag ser”, säger Pavani. ”När jag ska sova på kvällen är de det sista jag ser.”

Pavani menar att vi alla kan skapa en fridens hamn i vårt hem. ”Därför håller jag rent i lägenheten”, säger hon. ”Det är ett sätt att göra så att Anden trivs här.” Och i skolan ”har jag alltid *Vägledning för de unga* i min väska, så varje gång jag tar upp en bok så ser jag den”.

Naga har upptäckt att samtalen han har med sin syster ger honom frid. ”Naturligtvis pratar vi med våra föräldrar och ber om deras råd i många situationer”, säger han. ”Pappa är distriktspresident så vi pratar med honom hela tiden, både officiellt och inofficiellt. Och vi tycker om att prata med mamma. Men det är något särskilt med att kunna anförtro sig till sin syster.” När Naga blir upprörd kan Pavani lugna ner honom. Naga är lite reserverad så Pavani hjälper honom bli mer utåtriktad.





Kyrkan och familjen är trygga hamnar för familjen Ratnam (föregående sida) och för (medurs från vänster, högst upp) Sujith, Sandeep och Hepsiba Batha; Pavani och Naga Ratnam; familjen Butty och andra ungdomar från Visakhapatnam, där det finns tre grenar.

examensperiod, och om hur pappa alltid rådgör med mamma, med dem och i bön med sin himmelske Fader när han ska fatta stora beslut.

”Jag har sett positiva förändringar allteftersom familjen har växt i evangeliet”, säger Pavani. ”Mina föräldrars exempel och min brors exempel har väglett mig som yngst i familjen. Jag inser att Jesus Kristus har hjälpt mig igenom varje del av mitt liv. Jag har människor runt omkring mig som hjälper mig och älskar mig, och jag känner Frälsarens kärlek. Den kärleken är viktigare för mig än något annat.”

Den kärleken var uppenbar när familjen reste till templet i Hongkong för att beseglas. Naga säger att templet är den tryggaste hamnen av alla på jorden: ”Det är en helig plats. Bara tanken på det gör att vårt hem blir en heligare plats.” Och det gör familjen Ratnams lägenhet till en glad plats att vara på.

”Men framför allt stärker vi varandra i att följa normerna”, säger Naga. Pavani kan till exempel be Naga om råd när det gäller passande kläder. ”Om han inte tycker att de uppfyller kyrkans normer så tar jag inte på mig dem”, säger hon. Och de pratar ofta om att tjäna andra, både i kyrkan och i samhället. Dessa samtal har delvis att göra med Nagas dröm om att en dag bli hjärtspecialist. ”Jag vill att mitt yrke ska vara ännu ett sätt att tjäna”, säger han.

Tonåringarna Ratnam säger att förmånen att ha prästadömet i hemmet också stärker familjens välbefinnande. De minns hur deras pappa ledde dem till kyrkan för åtta år sedan, fastän allihop fick åka fyra mil fram och tillbaka på en enda motorcykel bara för att komma till mötena. De pratar om de trosvissa bönerna för Pavani som var sjuk dagen då pappa döptes, om prästadömsvälsignelsen pappa gav till den allvarligt sjuka Naga under en

Trygghet i skrifterna

Hepsiba, Sandeep och Sujith Batha som bor med sina föräldrar i centrala Visak (som invånarna kallar staden), säger att skrifterna är ett ankare i deras fridens hamn. ”När vi läser skrifterna inbjuder vi Anden att leda oss på rätt väg, att fatta bra beslut i livet”, säger Hepsiba. ”Vi inbjuder också Anden till vårt hem när vi har hemaftnar och familjebön.”

Faktum är, säger Sandeep, att deras mamma påminner dem om ”att be varje dag innan de går ut och när de har kommit hem. När hon säger ’var tacksamma’ så gör det att jag vill vara tacksam för allt.”

Sujith säger att förutom hemmet är grensmötena en annan fridfull plats där medlemmarna kan lära sig om evangeliet och dit alla är välkomna, och även aktiviteterna där ungdomar med samma normer kan stärka och stötta

varandra. ”Herren säger att vi är världens ljus”, säger Sujith (se Matt 5:14). ”När vi samlas håller vi det ljuset brinnande och känner oss bättre till mods inför att sprida det.”

Lyckligt och väl hemma

Det var spridningen av detta ljus som förde evangeliet till familjen Butty. Systrarna Sandhya och Sudha Butty och deras mamma och pappa kan knappt sluta le — de är så ivriga att berätta hur de blev introducerade till kyrkan.

”Vi blev medlemmar i kyrkan som familj”, säger Sandhya. ”Vi hade länge letat efter den rätta kyrkan. Vi förstod att vi behövde döpas. Så en dag såg pappa två äldster. På namnskyltarna stod det ’Jesu Kristi Kyrka’ och han insåg att han var tvungen att prata med dem.”

De satte genast igång med diskussionerna. ”Vi lärde oss att för att kunna göra Faderns vilja led Jesus Kristus för oss, genomförde försoningen och gjorde det möjligt för oss att återvända till vår himmelske Fader genom att följa honom”, säger Sudha. Med det vittnesbördet fast förankrat var det som att segla hem genom lugna vatten när de blev medlemmar i kyrkan, och familjen Butty har glatt sig åt sitt beslut alltsedan dess.

Varje dag går fiskebåtarna ut från Visakhapatnam. Varje dag ger sig ungdomarna i Visakhapatnams första och andra gren och i Gajuwaka gren ut i världen. De kan alla tryggt återvända till en familjär hamn. Men när det gäller sista dagars heliga så är det en hamn som inte bara är trygg just nu utan också i evigheten. ■

SEGLAR PÅ VÄNSKAPENS BÅT

Pavani Kotala Ratnam har lärt sig mycket om vänskap genom att följa evangeliets principer. ”När vi blev medlemmar i kyrkan retades jag i min klass i skolan eftersom jag aldrig fuskade. Jag ljög aldrig. Om jag blev ombedd att göra något bra så såg jag verkligen till att göra det. Och jag var alltid artig mot alla. Jag hade goda vänner i kyrkan men mina ’vänner’ i skolan tyckte inte om mina normer. De sade att jag var knäpp och skrattade åt mig inför andra.

Jag pratade med pappa och mamma om vilka slags vänner jag borde ha”, fortsätter hon. ”Att prata med dem var ett av de bästa besluten jag någonsin fattat. De hjälpte mig att tycka bra om mig själv, att välja vänner som byggde upp mig och att försöka vara vänlig mot alla.

Snart pratade jag med alla — den store killen, toppelven — jag pratade med alla. Jag försökte vara ett gott exempel. I början fick jag inga vänner som stöttade mig och det var en jobbig tid. Men lärarna uppmuntrade mig. Ibland kunde de fråga: ’Vad är det som gör dig annorlunda?’

Andra elever sade: ’Varför tror du på det?’ och ’Varför pratar du med den där killen fastän han inte hör till din samhällsklass?’”

Men så småningom slutade de motsträviga vågorna att slå. ”Jag visste att jag var annorlunda på ett bra sätt och att jag skulle vara mig själv och göra det som var rätt. Jag hade bestämt mig för det”, säger hon.

Idag är Pavani känd bland eleverna som en vänlig ung kvinna som har ett positivt inflytande i skolan.



PRESIDENT MONSON VILL TRÄFFA DIG

För omkring 15 år sedan fick jag veta att jag hade Parkinsons sjukdom. Fyra år senare fortsatte min hälsa att försämrans och jag fick sitta i rullstol. Jag var oerhört frustrerad över min situation eftersom jag alltid hade varit mycket aktiv.

Vid ungefär samma tid åkte jag till en konferens i Dundee i Skottland där president Thomas S. Monson, då rådgivare i första presidentskapet, skulle närvara. Efter mötet kom en medlem fram till mig.

”Broder Sharkey?”

”Ja?”

”Kom fram till förhöjningen och hälsa på president Monson.”

Jag hade inte alls för avsikt att göra det, men några minuter senare kom mannen tillbaka.

”Broder Sharkey”, sade han, ”president Monson väntar på att få träffa dig.”

”Men han känner mig ju inte”, svarade jag.

”Men han väntar på att få träffa dig i alla fall. Han har fått höra om din sjukdom.”

Jag gav med mig och åkte fram för att hälsa på president Monson. Han hälsade varmt på mig och undrade om jag ville ha en prästadömsvälsignelse. Jag sade att det ville jag.

Vi hittade ett tomt rum och president Monson frågade vem jag ville skulle smörja mig. Jag frågade om han kunde

sända någon att hämta min biskop. När någon gick för att hämta honom påminde en av president Monsons medresenärer honom om att om de inte åkte snart så skulle de inte hinna till flygplatsen i Edinburgh i tid.

President Monson log, och, med syftning på sig själv och mig, svarade: ”När man är i vår ålder så får man lära sig prioritera. Vi kommer att vara där i tid.”

När biskopen kom välsignade han och president Monson mig. Välsignelsen president Monson gav mig var inte en botande välsignelse. Den handlade om hur jag skulle klara av min situation och åtföljande krämpor. Han välsignade också min familj att kunna hjälpa mig att hantera sjukdomen.

Nu, ett årtionde senare, har jag fortfarande Parkinsons, men för att vara 74 år går det bra för mig. Jag har verkligen hittat sätt att hantera min sjukdom. Det känns bra och jag har inte använt rullstolen sedan jag fick välsignelsen. Min läkare kallar mig sin ”stjärnpatient”.

Jag ska alltid vara tacksam mot president Monson för att han var vänlig nog att prata med och välsigna en man han inte kände. Men jag är också tacksam för det han lärde mig om att använda prästadömet.

Vi har olika nycklar och ämbeten i kyrkan men vi har samma prästadöme. President Monsons vänliga gärning lärde mig att prästadömet inte handlar om vem som har det utan om hur vi använder det för att välsigna vår himmelske Faders barn. ■

George Sharkey, Skottland

President Monson hälsade varmt på mig och undrade om jag ville ha en prästadömsvälsignelse.

VÄLSIGNAD GENOM PRÄSTADÖMET

Jag blev medlem i kyrkan som ensamstående mamma 1996, flera år efter att min tvillingsyster Theresa hade döpts. När Theresa döptes sade en gemensam vän till mig: "Varför gick hon med i den kyrkan? De tvingar sina kvinnor att hålla sig i bakgrunden."

Från mitt umgänge med medlemmarna i kyrkan visste jag att min vän inte förstod det hela på rätt sätt. Äktenskapen jag såg bland medlemmarna i kyrkan var några av de starkaste och mest jämställda jag någonsin sett. Jag visste att det bara var männen i kyrkan som hade prästadömet, men jag hade en känsla av att de använde prästadömet till att hjälpa alla.

Den sanningen förstärktes för mig när jag fick diagnosen bröstcancer elva år efter mitt dop. När jag hade fått veta det fick jag en andlig maning att jag skulle be om en prästadömsvälsignelse, vilket jag gjorde samma kväll. I välsignelsen blev jag lovad att cancer skulle lämna min kropp, att min kropp skulle botas och att Anden skulle vägleda mina läkare.

Den välsignelsen var den första av många under de påföljande tre åren när jag genomgick behandlingar och operationer. Det gav mig tro till att jag skulle botas fysiskt om det var Herrens vilja eller att det skulle ske andligt — och att jag skulle få styrka att hantera min prövning.

Jag upplevde den andra typen av



När jag hade fått veta att jag hade bröstcancer fick jag en andlig maning att jag skulle be om en prästadömsvälsignelse.

helande en kväll efter en operation. Jag minns att jag vaknade med en oerhörd smärta. Just då kom följande tanke till mig: "Du vet att du kommer att bli bättre. Du har fått löfte om att din kropp ska botas. Du vet att du kommer att klara det här."

Vid ett annat tillfälle vaknade jag mitt i natten och var orolig för framtiden. "Vad kommer att hända med mig?" undrade jag. Den ångestfyllda känslan dröjde sig kvar i några

timmar men det var den enda gången under min treårskamp som jag kände en sådan ångest. Friden jag kände från prästadömsvälsignelserna jag fick stärkte mig och gjorde att jag kunde ta mig igenom sådant som jag inte trodde jag skulle klara av.

Prästadömet fortsatte att stärka mig under en infektion med hög feber som kommit efter en operation. En kväll under den tiden kom min sväger till sjukhuset och gav mig en välsignelse. Febern hade stigit hela dagen men efter välsignelsen gick den stadigt ner. Jag var förundrad men inte förvånad.

Jag såg löftet uppfyllas att mina läkare skulle få vägledning. När jag vaknade efter en av mina operationer kom kirurgen in till mig.

"Jag var klar", förklarade hon, "men något sade mig att jag skulle gå djupare, och jag såg andra problemområden som jag kunde ta bort. Det var tur att vi hittade dem."

Hon är inte medlem i kyrkan men löftet i välsignelsen jag hade fått i början hade uppfyllts. Anden hade väglett henne.

Jag är tacksam för de värdiga prästadömsbärare i min församling och familj som har hjälpt mig och använt prästadömet till att välsigna mitt liv. Jag är tacksam för deras hustrur som stöder dem medan de hedrar sitt prästadöme och använder det till att välsigna andra. Jag är framför allt tacksam för att min himmelske Fader har välsignat oss med sin kraft på jorden, en kraft som välsignar alla hans barn. ■ Virginia Gillis, Massachusetts, USA

PAPPA, JAG BEHÖVER DIG

Jag flyttade vattenspridningsrör på en del av vår gård i norra Kalifornien i USA. Just den här dagen var speciell eftersom pappa var där och hjälpte mig. När vi var klara hoppade vi på våra fyrhjulingar och åkte hemåt. Allt vi tänkte på var middagen. Pappa åkte först.

Ena sidan av gården gränsade mot Pitfloden. Vi åkte längs kanten av fältet så att vi inte plattade till alfalfan med de stora hjulen. Fältet var till höger om oss och floden, längst ner vid slutet av banken, låg till vänster. Vi kunde inte se så bra eftersom det var dimmigt.

Vi åkte ganska snabbt när jag vek av och körde på en stor malörtstuva med höger bakhjul. Stöten tvingade

mig att göra en skarp vändning åt vänster mot floden och nerför banken. Jag försökte stanna men flodbanken var för brant och jag körde för fort. Jag var säker på att jag skulle hamna i floden. Som väl var stod det ett träd på flodbanken, mitt i vägen. Innan jag visste ordet av befann jag mig uppe i trädet och tittade ner på fyrhjulingen! Så rädd som jag var då hade jag aldrig varit tidigare.

Det kändes som jag hade varit nära döden, men förutom några skrämor och blåmärken var jag oskadad. När jag hade lugnat ner mig och tagit några djupa andetag insåg jag att det inte fanns en chans att jag skulle kunna få upp fyrhjulingen själv. Jag förväntade mig att pappa snart skulle titta fram över kanten av flodbanken i sitt sökande efter mig, men det gjorde han inte. Då kändes det ännu värre.

Jag masade mig upp till toppen av flodbanken men jag såg inte pappa någonstans. Jag bad en tyst bön till

min Fader i himlen och bad honom skicka tillbaka pappa till mig. Sedan började jag gå.

Under tiden hade pappa nästan kommit ända hem när han tyckte sig höra att jag ropade på honom. Han tittade bakåt för första gången sedan vi hade lämnat fältet. Först då märkte han att jag inte låg bakom honom. Han förstod att något var fel och kom tillbaka och letade efter mig tills han hittade mig.

Pappa sade senare att han hade hört mig säga: "Pappa, jag behöver dig!" Då var han mer än tre kilometer bort. Jag förstod då att en kärleksfull Fader i himlen hade hört min bön och låtit min pappa veta att jag behövde hans hjälp.

Jag är tacksam för den Helige Anden och för viskningar om sanning och vägledning som vi får av honom. Jag är också tacksam för en kärleksfull pappa som hade levt på ett sådant sätt att den Helige Anden kunde tala till honom och bli hörd. ■
Michael K. Hewett, Utah, USA

Jag bad en tyst bön till min Fader i himlen och bad honom skicka tillbaka pappa för att hämta mig.



SKULLE DU VILJA HA EN VÄLSIGNELSE?

En morgon var jag på väg uppför en brant kulle söder om Brigham Young-universitetet när jag hörde ett brak bakom mig. Jag vände mig om och såg en ung man som låg med ansiktet ner mot gångbanan. Hans cykel låg sönderkrossad flera meter bort. Jag stod som förlamad tills han med ansträngning försökte lyfta på huvudet. Då skyndade jag fram till honom tillsammans med fyra andra personer som också hade varit på väg uppför kullen.

Eleven som först kom fram till cyklisten vände försiktigt på honom. Han hade stora jack på läpparna, näsan, hakan och ögonbrynen. En annan elev ringde efter hjälp på sin mobil. En ung mamma som stod bredvid mig hade en bit tyg som den första eleven använde för att stoppa blodflödet från cyklistens läpp. En annan kvinna och jag stod bredvid och väntade otåligt på ambulansen.

Plötsligt öppnade den skadade mannen ögonen och tittade förvirrat på ansiktena runt omkring sig.

"Var är jag?", sade han. "Vad hände?"

Eleven som tryckte tygstycket mot hans läppar svarade: "Du är på södra sidan av skolområdet. Du ramlade av cykeln."

Cyklisten jämrade sig. "Det gör ont", sade han. "Hjälp mig."

Eleven sade att hjälp var på väg och frågade vad den unge mannen hette.



Den skadade unge mannen jämrade sig och pekade mot sin ficka. Eleven bredvid honom tog fram en liten behållare välsignad olja ur fickan.

"David", sade han och snyftade svagt. "Var är jag?", frågade han igen.

En äldre man i kostym — förmodligen en lärare — kom fram och frågade David om han ville ha en välsignelse. Han nickade tacksamt.

Läraren tvekade en aning. "Jag tyvärr ingen olja med mig", sade han och tittade sig omkring. De som stod i närheten skakade på huvudet. Den skadade unge mannen jämrade sig och pekade mot sin ficka. Eleven bredvid honom tog fram en stor nyckelring ur fickan med en liten behållare välsignad olja.

"Han har olja!" utbrast eleven.

Cyklisten lugnade ner sig så fort läraren och de manliga eleverna lade händerna på hans huvud och gav

honom en välsignelse. En känsla av lugn kom över mig också när läkaren lovade den unge mannen att han skulle återhämta sig, känna sig lugn och komma närmare Frälsaren genom den här upplevelsen.

Snart kom ambulanspersonalen och tog hand om cyklisten. När jag fortsatte till lektionen insåg jag att han hade haft med sig välsignad olja så att han skulle kunna använda prästdömet till att välsigna någon behövande. Men den här dagen var det han som blev välsignad. Jag gick därifrån med en djup känsla av kärlek till trofasta män som lever så att de är redo att välsigna andra, och till Herren som också välsignar dem. ■

Lia McClanahan, Utah, USA

KRAFTEN I EN utbildning

Suzy Taggy Coelho Caldas Nelsen

Mamma hade växt upp utan kunskap om något annat än övergivenhet, svält och fattigdom. Hon fick ingen skolutbildning att tala om men kände till värdet av en utbildning och dess kraft att förändra liv. Genom att sy ihop pappersbitar till ett anteckningsblock för skolan gjorde mamma en sak klar: En utbildning kunde hjälpa mig ifrån ett liv i fattigdom.

En blygsam början

Jag föddes i norra Brasilien mer än tre månader för tidigt. För trettio år sedan fanns det nästan ingen chans för ett för tidigt fött barn att överleva i det kackerlackhemsökta allmänna sjukhuset. Läkarna sade till mamma att jag skulle vara död inom några timmar. Jag dog inte. Herren hjälpte mig så att jag överlevde.

När jag var omkring fem år lämnade pappa mamma, mina fyra syskon och mig. Mamma hade också övergivits av sina föräldrar när hon var liten så hon hade ingen familj att vända sig till för att få stöd. Vi hade

Mamma sade att jag skulle arbeta hårt i skolan eftersom det var det enda sättet att övervinna fattigdom på.

inte pengar till att hyra ett hus så vi hyrde en liten bit mark i stället. Vi byggde ett hus av brädbitar, papper och plast. Taket var gjort av torkade löv. Vi hade inga andra möbler än en hammock, som två eller tre personer ofta delade på, och en säng, som vi gjort av några tillplattade kartonger. Vi hade inget rinnande vatten och ingen elektricitet. Vi hade ingenting.

Mamma arbetade som hushållerska och tvättade åt folk. Jag följde med henne till floden och hjälpte till så gott jag kunde. Sedan gick vi i timmar för att leverera alla kläder. Tiden då jag arbetade sida vid sida med mamma var dyrbar för mig. Det var då jag byggde upp en relation med henne.

Fastän vi arbetade hårt verkade vi aldrig ha tillräckligt med pengar. Ibland hade vi nästan ingenting att äta. Mamma gav oss sin mat och gick ibland i flera dagar utan mat. Vi brukade dricka vatten och sedan gå och lägga oss för det var det enda vi kunde göra för att slippa ifrån hungerkänslorna.

Vet du hur man delar ett ägg i sex bitar? Det gör jag.

Jag hade en liten grupp vänner när jag var liten men när vi växte upp gick vi olika vägar. Flickorna började sälja sina kroppar för att få pengar och pojkarna började stjäla. När de bad mig följa med var det något inom mig som sade att det inte var rätt. Jag vet att Herren var medveten om mig redan då, innan jag var medlem i kyrkan, och jag har fortsatt se bevis på hans hand i mitt liv.

Vägrade ge upp i skolan

Mina syskon och jag hade länge varit på en väntelista för att kunna gå i skolan. När det äntligen var vår tur hade mamma mycket bra att säga



om skolan. Hon sade att om jag tog utbildningen på allvar så skulle jag bli något en dag. Jag ska aldrig glömma hennes ord: "Jag är ledsen att jag inte kan ge dig ett gott liv. Jag är ledsen att du var tvungen att lära dig hur viktigt det är med hårt arbete så tidigt i livet, men nu har du möjlighet att få en utbildning. Ge aldrig upp på skolan för det är det enda som kommer att ta dig bort från det här livet."

När jag väl hade börjat skolan fick jag vara påhittig för att få tag på skolmaterial. Jag hittade tomma pappersbitar i skräpkorgar och tog med dem hem. Mamma sydde ihop dem så att de blev ett anteckningsblock. Hon köpte en penna och delade den i tre bitar så att mina två systrar och jag hade varsin bit att skriva med i skolan. Våra andra två syskon var inte gamla nog att följa med oss till skolan.

En ny tro

Eftersom mamma hade lidit så mycket i hela sitt liv trodde hon inte att det kunde finnas en Gud. Det

*Mamma skickade
iväg mig till skolan
med ett hemmagjort
anteckningsblock
och en tredjedel av
en penna.*

gjorde inte jag heller när jag var liten. Men när jag blev lite äldre började jag ställa frågor om Gud. Jag frågade mig själv varför min familj aldrig hade fått chansen att ha ett bra liv, och varför jag aldrig hade haft leksaker, tillräckligt med mat eller nya kläder. Varje gång jag ställde de här frågorna kände jag på något sätt att jag inte var ensam. Den känslan tröstade mig i många år.

När jag var omkring 13 år kom två missionärer hem till oss. De besvarade alla mina frågor och undervisade mig om Jesus Kristus. De sade att det fanns en kyrka där jag kunde lära mig mer om evangeliet i särskilda klasser för personer i min ålder. De lärde mig hur man ber. De undervisade mig om Mormons bok. När jag döptes kom ingen i min familj.

Jag kände mig ensam men visste att jag gjorde rätt. Ett nytt liv presenterades för mig — ett liv med hopp, lycka, tro och kärlek. Andra jämnåriga jag kände sökte tröst i droger och omoral. Jag fick min tröst hos en kärleksfull himmelske Fader och i hans Sons evangelium. Efter mitt dop förstod jag att Herren hade varit medveten om mig i hela mitt liv.

Jag lärde mig mycket om evangeliet. Jag träffade personer som delade min tro. Några av medlemmarna lärde sig lite om min familj när de besökte mig hemma. De hjälpte generöst till att köpa kläder och skor till kyrkan och anteckningsblock till skolan. Jag satt regelbundet barnvakt åt medlemmar i kyrkan och tjänade mer pengar än jag någonsin gjort tidigare.



UTBILDA DIG

”Herren vill att ni utbildar era sinnen och händer, vilket yrkesområde ni än väljer. Vare sig det handlar om att arbeta som kylskåpsreparatör eller som skicklig kirurg, så måste ni utbilda er ... Ni gör heder åt kyrkan och blir generöst välsignade tack vare den utbildningen.”

Se president Gordon B. Hinckley (1910–2008), ”En profets råd till och förbön för ungdomar”, *Liahona*, apr. 2001, s. 35.

När jag kom in på sjuksköterskeprogrammet visste jag att det skulle bli svårt, men jag visste också att Herren skulle vara med mig.



INSTITUTET

Oavsett var du får din utbildning kan du träffa andra unga vuxna vid ett av de över 500 religionsinstituten runtom i världen. För att hitta närmaste institut kan du kontakta din lokala prästtadsledare eller gå till www.lds.org/institutes.

Eftersom jag var så ung kunde det ha varit lätt för mig att vandra bort från evangeliet. Men med stödet från kyrkans medlemmar förblev jag trofast mot min nyfunna tro.

Evangeliet förändrade verkligen mitt liv. Efter mitt dop kände jag att jag hade mer energi till att lära mig mer i skolan. Jag lärde mig mycket och blev stödlärare. Om jag inte visste något om ett visst ämne så studerade jag det tills jag visste så mycket att jag *kunde* lära ut det. Jag använde peng-

arna till att hjälpa till hemma.

Jag fick min patriarkaliska välsignelse och fick rådet att verka som missionär eftersom Herren hade en särskild välsignelse i beredskap åt mig under min mission som skulle förändra mitt liv för evigt. Jag visste inte vad det betydde men jag förstod att jag skulle få veta det i rätt tid om jag var lydig.

Nya möjligheter

Jag verkade som missionär i Brasilienmissionen Curitiba från 2000 till 2002. Tack vare en av mina kamrater fick jag möjlighet att komma till

Förenta staterna för att studera. Jag visste att detta verkligen skulle förändra mitt liv för evigt. Jag visste att min himmelske Fader var medveten om mig och hade en särskild plan för mig. Den här möjligheten att vidareutbilda mig var ett svar på mina böner.

Jag förstod att det skulle bli svårt att lära sig ett nytt språk men jag visste att det var möjligt om jag arbetade hårt nog. Jag studerade vid Brigham Young-universitetets språkcenter för engelska och tillbringade omkring tio timmar om dagen i biblioteket. En av mina lärare föreslog att vi skulle be om tungomålstalandets gåva, så varje kväll bad jag till min himmelske Fader att jag skulle få den. Han hjälpte mig verkligen.

När jag var klar med studierna vid språkcentret kunde jag komma in på flera olika universitet. Jag bestämde mig för att studera vid Brigham Young-universitetet-Idaho och söka in på sjuksköterskeprogrammet. Jag hade hört att det var mycket svårt att komma in på programmet, särskilt för internationella elever. Därför studerade jag så mycket jag kunde. Mina vänner retade mig och sade att jag borde flytta in i biblioteket eftersom jag var där så mycket. Och när det stängde fortsatte jag att studera hemma.

När det var svårt tänkte jag på vad president Gordon B. Hinckley (1910–2008) hade sagt: ”Ni behöver all den utbildning ni kan skaffa er. Försaka en bil, försaka allt som måste försakas för att ni ska kunna kvalificera er för arbetet i världen.”¹ Jag visste att det var ord från en

”Försaka en bil, försaka allt som måste försakats för att ni ska kunna kvalificera er för arbetet i världen.” Jag visste att det var ord från en Guds profet och tog dem på allvar.

Guds profet och tog dem på allvar.

När jag kom in på sjuksköterskeprogrammet fylldes hjärtat av tacksamhet och glädje. Jag visste att det skulle bli svårt och att jag skulle behöva fortsätta göra uppoffringar, men jag visste att Herren skulle vara med mig.

Medan jag studerade träffade jag min make och vi gifte oss 2007. Mamma blev också medlem i kyrkan det året. Hon sade att hon aldrig hade förstått varför jag var så glad, trots allt det hemska som vi hade varit med om. Men när hon väl hade blivit medlem i kyrkan förstod hon. Jesu Kristi evangelium har välsignat min familj och jag är glad att se hur min mor har blivit välsignad efter alla uppoffringar hon har gjort. Jag kommer alltid att vara tacksam mot henne.

I början av 2010 förberedde jag mig för min examen och var gravid med vårt första barn. Två månader innan min examen från sjuksköterskeprogrammet uppstod komplikationer med graviditeten och vårt barn föddes med kejsarsnitt. Mina lärare sade att jag skulle ta ledigt från skolan och ta min examen senare. Men jag var ju så nära — bara två månader kvar!

Min make och jag organiserade

därför vår tid noga så att vi kunde balansera våra prioriteringar på rätt sätt och så att jag kunde avsluta min utbildning. Jag schemalade min studietid så att jag kunde ge min make och vår son den uppmärksamhet de behövde. Ibland var min makes föräldrar med vår son medan jag var i skolan. Två underbara klasskamrater hjälpte mig gå igenom studiematerialet. Jag kände att Herren hade sänt alla dessa människor för att stötta mig under den här svåra tiden.

Ett bättre liv

Efter min examen klarade jag statens certifieringsexamen och började arbeta som sjuksköterska för att hjälpa till att försörja vår familj medan min make fullföljde sin utbildning. Jag planerar att inte arbeta när min make har kommit igång med sitt yrke, men om någon tragedi eller ekonomiska svårigheter skulle kräva att jag arbetade i framtiden så känner jag mig redo för det tack vare min utbildning.

Mamma hade rätt: Utbildning *kan* verkligen förändra liv. Den har förändrat mitt och kommer att förändra mina barns liv. Jag hoppas de inser att jag lyckades därför att jag följde Herrens plan för mig. Han ville att jag skulle få en utbildning, och han hjälpte mig under varje steg på vägen. Jag hoppas att mina barn lär sig att arbeta som jag gjorde och att de lär sig värdera utbildning lika mycket som jag gör. ■

SLUTNOT

1. Gordon B. Hinckley, ”En profets råd till och förbön för ungdomar”, *Liahona*, apr 2001, s. 34.

EN NY MÖJLIGHET TILL UTBILDNING

Ständiga utbildningsfonden (SUF) startades 2001 för att hjälpa kyrkans medlemmar få den utbildning de behöver för att kunna bli oberoende. Medlemmar i kyrkan som kvalificerar sig för programmet får ett lån som hjälper dem betala sin utbildning. De betalar tillbaka lånet när de har fått ett arbete. För att kvalificera sig för ett sådant lån måste den som ansöker bland annat göra följande:

- Vara en värdig, aktiv medlem i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Ensamstående manliga sökande mellan 19 och 26 år måste vara återvända missionärer eller få godkänd dispens.
- Ha godkännande från prästadömsledare.
- Anmäla sig till ett institut, om de inte är gifta eller över 30 år.
- Bo, arbeta och studera i ett land som godkänts för Ständiga utbildningsfonden. Lånen är tillgängliga för medlemmar i över 40 länder.
- Förbinda sig att själv betala så stor del av skolkostnaderna som möjligt, ta examen och få ett bättre arbete, och sedan betala tillbaka lånet.

Om du är intresserad av att ansöka om ett lån genom Ständiga utbildningsfonden kan du kontakta din lokala prästadömsledare. Lär dig mer om programmet på pef.lds.org.

”Hur kan jag avgöra om det är meningen att mina prövningar ska hjälpa mig bli en bättre person eller om de är min himmelske Faders sätt att varna mig för att jag är på fel väg?”

Prövningar kan hjälpa dig bli en bättre person — oavsett orsaken till dem — om du använder dem till att växa andligt.

Ditt samvete talar om för dig om du är på fel väg.

Om du känner dig illa till mods över något du har gjort kan du be till din himmelske Fader och be om förlåtelse. Försök rätta till de problem som du har orsakat. Du kan också be dina föräldrar och prästadömsledare om råd. De här stegen hjälper dig att känna dig bättre till mods och leder dig i rätt riktning.

Prövningar som inte är resultat av synd kan också hjälpa dig bli en bättre person. Sådana prövningar kan pröva din tro eller ditt tålamod eller lära dig något om dig själv. För att de här prövningarna ska leda till tillväxt kan du fråga dig själv vad du kan lära dig av dem och hur du kan göra bättre ifrån dig.

Din tro kan stärkas under prövningarna om du ber din himmelske Fader om hjälp. Liksom Frälsaren gjorde när han led, kan du be ”allt ivrigare” (se Luk 22:44). Din himmelske Fader kanske tar bort prövningen, eller så kan han stärka dig så att du bär den väl (se Mosiah 24:14–15).

Vänner och familj kan hjälpa dig



Ett av sätten som min himmelske Fader varnar mig på när jag är på fel väg är att han inspirerar vänner eller familjemedlemmar att bära sitt vittnesbörd eller berätta om en personlig upplevelse för mig. Om jag känner skuldskänslor eller en önskan att förändra mig när de pratar med mig vet jag att jag behöver omvända mig och förändra saker i mitt liv.

Luis S., 17 år, Florida, USA

Rannsaka ditt hjärta

Rannsaka ditt hjärta för att få veta om det du gör verkligen är något som vår Fader i himlen vill att du ska göra. Vi har den Helige Anden

i vårt liv som lär oss skilja mellan gott och ont. Om du söker Gud och frågar så visar den Helige Anden dig vad du behöver göra. Oavsett om prövningen är till för att undervisa eller varna så uppfyller den samma syfte: att hjälpa dig växa och bli fullkomlig i Kristus om du handlar med tro och tillit till Herren.

Emily B., 18 år, Kalifornien, USA

Herren tröstar dig



Vår himmelske Fader avser att alla prövningar ska stärka dig och forma dig till en bättre person. Allt beror på hur du hanterar dem. Jag vet att en del prövningar verkar alltför stora för oss att klara av, men de välsignar oss med tiden om vi har tro. Jag försöker alltid tänka på vad Herren sade: ”Jag skall inte lämna er [utan tröst], jag skall komma till er” (Joh 14:18). Med den vetskapen kan du övervinna alla prövningar du ställs inför, och du blir starkare. Om du känner att din himmelske Fader varnar dig för att du är på fel väg ska du ha tro och lyssna på Andens maningar så att du kan hålla fast vid ledstången av järn. Han älskar dig och vill alltid att du ska vara så bra du kan medan han hjälper dig igenom livet.

Olivia B., 18 år, Minnesota, USA

Fundera på det

Jag tycker att det bästa sättet att få veta syftet med en prövning är att uppriktigt be och fasta

om det. Försök också fundera på det. Om du övervinner prövningen, blir du då en bättre person eller förblir du som du var? Om du tror att du blir en bättre och lyckligare person om du övervinner prövningen så är du på rätt väg.
Ammon K., 16 år, Utah, USA

Stanna kvar på rätt stig



Vi bör läsa våra skrifter och be varje dag, och om vi gör det och är i harmoni med den

Helige Anden så talar han om för oss vilka val vi ska göra och inte göra. Om du tror att vägen du går på inte är en väg som din Fader i himlen skulle välja, vänd tillbaka. Stanna alltid kvar på den raka och smala stigen.

Elizabeth P., 15 år, Pennsylvania, USA

Be för att lära dig av dina prövningar



Vår himmelske Fader ger oss alltid prövningar i livet, och de är till för att stärka oss i hans evangelium och i vår

tro. Om vi befinner oss på en dålig väg så är det följderna av dåliga val som vi har gjort. Be alltid så att Gud stärker dig och hjälper dig urskilja det goda i den prövningen. Jag har ett fast vittnesbörd om att prövningarna som vår himmelske Fader sätter i vår väg är till för att upplyfta oss, stärka vårt vittnesbörd, lära oss att inte falla igen eller hjälpa andra genom vår upplevelse.

Ruddy R., 17 år, Guayas, Ecuador

Prövningar kan varna oss

Jag tror att alla prövningar är till för att göra oss starkare, även om det inte verkar så ibland. När jag var 14 blev jag sjuk och var tvungen att stanna hemma från skolan i åtta månader och studera hemma. Den prövningen gjorde mig till en bättre och starkare person. Den hjälpte mig uppskatta det jag har. Ibland kan prövningar göra att vi blir uppmärksamma på vart vi är på väg i livet, så de kan vara en bra varningsklocka.

Jennifer P., 17 år, North Island, Nya Zeeland

Ha tålmod

Om svårigheterna är ett resultat av att vi har brutit mot ett bud så är de förmodligen en varning. Men om de inte är något du har kontroll över så kan de vara till för att hjälpa dig växa. Jag skulle be och fråga min himmelske Fader om det är något som du behöver göra för att förändra dig eller lära av upplevelsen, och om så är fallet så be honom låta dig veta vad

det är. Be om styrka och tröst. Och ha tålmod. Svaret kanske är på väg.

Michaela P., 17 år, Idaho, USA



ATT BLI MER LIK FRÄLSAREN

”Vår himmelske Fader, som fullkomligt och fulländat älskar oss, tillåter att vi får erfarenheter som gör att vi

kan utveckla de karaktärsdrag och egenskaper som vi behöver för att bli mer och mer kristuslika. Våra prövningar kommer i många former, men var och en av dem hjälper oss bli mer lika Frälsaren när vi lär oss att erkänna det goda som kommer från varje erfarenhet. När vi förstår den läran får vi större visshet om att Fadern älskar oss. Vi kanske aldrig i det här livet får veta varför vi råkar ut för saker och ting, men vi kan känna oss säkra på att vi kan växa av erfarenheten.”

Äldste James B. Martino i de sjuttios kворum, "Allt samverkar till det bästa", Liahona, maj 2010, s. 101.

NÄSTA FRÅGA

”Jag blir överväldigad när jag tänker på allt jag behöver göra för att följa evangeliet. Var ska jag börja?”

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

Liahona, Questions & Answers 7/11
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA
Eller skicka det med e-post till:
liahona@ldschurch.org

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

*När du följer evangeliet
stärks inte bara du utan
även andra.*

Jag har stor beundran och respekt för unga män som hedrar aronska prästadömet. Jag vill berätta om tre av dem som kommer från Nairobi stav i Kenya.

Martin blir stark

När Martin från Westlands gren var 14 år hade han lämnat hemmet i Nairobi för att gå på en internatskola där han var den enda medlemmen i kyrkan. I Martins skola serverades det bara te och bröd till frukost vissa dagar i veckan. Med 700 elever hade skolan inte möjlighet att ordna en särskild meny för bara en person, så Martin valde att dricka vatten till brödet.

På söndagarna fick han gå till en kyrka med resten av skolkamraterna. Där fick han lyssna på religiös

Martin



Ditt exempel



HAR BETYDELSE

undervisning som han visste ibland hade förvrängts. Då och då sneglade skolkamraterna på honom medan de viskade om hans "konstiga" tro. Ibland kallade några honom till och med för satansdyrkare.

Men de här prövningarna stärkte Martin i stället för att göra honom svagare. Han fick stor uppmuntran av de månatliga besöken av hans föräldrar och de regelbundna budskapen från hans grenspresident som alltid skickade det senaste numret av *New Era*. När han läste tidningen fick han större mod att hantera prövningarna.

Joseph missar aldrig ett möte

Joseph från Riruta församling har ämbetet lärare inom aronska prästadömet. Han har varit trofast mot evangeliet trots att han är den enda medlemmen i kyrkan i en stor skola där många av eleverna tar droger och gör annat som inte är bra. Joseph har aldrig missat ett möte i kyrkan. Han är alltid tidig, och han är ren och redo att tjäna så som han fått i uppgift av sin kvorumpresident och biskop. Han hjälper till att förbereda sakramentet nästan varje söndag.

Humphrey gör uppgifter per post

Humphrey från Upper Hills församling är också lärare. Han döptes som medlem i kyrkan för bara två år sedan. Liksom Martin går Humphrey på en internatskola. En del av anledningen till att hans tro har stärkts så

mycket sedan han blev medlem i kyrkan är att han får alla sina seminarieläxor per post, gör dem och sedan genast skickar tillbaka dem till sin seminarielärare.

När internatskolan stänger måste Humphrey vanligtvis gå 45 minuter ena hållet på söndagarna för att få skjuts till kyrkan. Ändå är han alltid tidigt i kyrkan och redo att tjäna så som han fått i uppgift att göra.

När Humphrey får i uppgift att hålla ett tal förbereder han sig flitigt. Det är tydligt för alla som lyssnar att han har lagt ner mycket arbete på att förbereda sitt tal.

Följer normerna

Idag, på de flesta platser i världen, fortsätter moralnormerna att suddas ut. Ofta vet inte de ungdomar som vill söka något gott och hedervärt var de ska finna det.

Joseph



**Äldste
Joseph W. Sitati**
i de sjuttios kворum



Humphrey

Läroanstalterna har anammat den falska tanken att moralnormer ska bestämmas personligen och att de varierar.

Men genom att följa din tros normer kan du hjälpa dina kamrater att se stabiliteten, självförtroendet, friden och glädjen som kommer från evangeliet. Ditt exempel kan hjälpa till att förbereda andra på att bli mottagliga för det återställda evangeliets lärdomar. Plikt mot Gud-programmet för unga män och Personlig tillväxt-programmet för unga kvinnor hjälper dig att komma närmare Gud och att förtjäna vuxnas och kamraters tillit.

Det främsta exemplet

Oavsett om du är en ung man eller en ung kvinna kan du hedra prästadömet genom att leva ditt liv på ett sätt som visar dina kamrater och andra runtomkring dig att du verkligen följer Frälsaren. Frälsarens liv som ung man är ett underbart exempel för dig. När han bara var 12 kände han sig dragen till att göra sin himmelske Faders arbete, samtidigt som han hedrade sina jordiska föräldrar. I skrifterna står det att han undervisade andra i templet. Han gjorde äldre, lärda personer förbluffade med sin kunskap om läran (se Luk 2:42–52).

Frälsaren visade att en tolvåring inte är för ung för att börja förstå evangeliets djupa lärdomar om han är kvalificerad att ha Anden med sig.

I skrifterna finns många andra exempel på ungdomar som var ständaktiga i sin tro: Josef, Jakobs son; Daniel; Nephi och andra. Dessutom kan vi se till nutida profeter och apostlar som exempel i vår tid.

Återställelsen av aronska prästadömet är bevis på att vår himmelske Fader litar på de unga männen och unga kvinnorna i kyrkan. Han förväntar sig att ni unga män använder prästadömet till att välsigna hans barn, unga som gamla. Ni gör det genom att undervisa om evangeliet, administrera sakramentet, hjälpa sjuka och behövande, besöka hem för att stärka familjer och tjäna enligt uppdrag från er biskop eller grenspre-sident. Genom det tjänande ni utför som bärare av aronska prästadömet kan andra känna den kärlek som vår himmelske Fader har till dem. På samma sätt kan ni unga kvinnor följa Frälsarens exempel genom att leva så att ni är värdiga att komma till templet, tjäna andra omkring er, ta hand om behövande och utveckla era förmågor och talanger.

I många enheter i kyrkan har jag sett unga män utföra sina prästadömsplikter med vördnad och värdighet. Jag har också sett unga män tjäna av hela sitt hjärta och hela sin själ. Sådant tjänande och sättet som det utförs på stärker din tro på Gud Fadern och på hans Son, Jesus Kristus. Det kan också stärka tron hos dem du tjänar. ■

JULIET ÄR PÅLITLIG

Unga kvinnor, ni är exempel på samma sätt som de unga männen: genom att följa evangeliet. När ni arbetar på Personlig tillväxt-programmet lär ni er principer som hjälper er att veta vilka ni är som Guds döttrar och vad vår himmelske Fader förväntar sig av er.

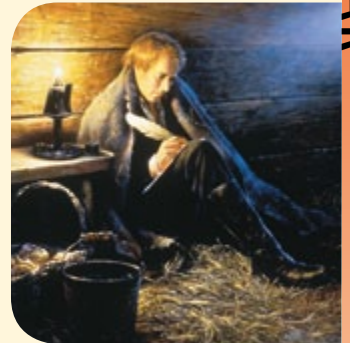


Juliet är ett sådant exempel. Juliet är medlem i Westlands gren. Hon döptes in i kyrkan som åttaåring. Trots svåra omständigheter, hon uppfostrades bland annat av en ensamstående mamma utan regelbunden inkomst, hade Juliet höga normer som imponerade på skolmyndigheterna i sådan grad att hon utsågs till att vara "head girl" (ung. första ordningsman ö. a.) i sin skola. Hon är bokstavigt talat den mest betrodda eleven på skolan.

Juliet har lärt sig att hon hedrar prästadömet när hon följer evangeliets normer. Hennes exempel visar att unga män och unga kvinnor som hedrar prästadömet hedras av Gud och sina medmänniskor.

Läran och förbunden 121:41–43

Joseph Smith undervisade om Herrens sätt att utöva prästadörets myndighet.



Överbevisning

Överbevisning — att uppmuntra andra att tro eller göra något genom att resonera eller vädja till dem.



Långmodighet

Långmodighet
— tålamod.

”Liksom Herren har tålamod med oss, låt oss ha tålamod med dem vi tjänar. Ha förståelse för att de, liksom vi, är ofullkomliga. De, liksom vi, gör misstag. De, liksom vi, vill att andra hellre ska fria än fälla dem.

Ge aldrig upp hoppet om någon. Och det innefattar att inte ge upp hoppet om sig själv.”

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, ”Fortsätt i tålamod”, *Liahona*, maj 2010, s. 58.

Mildhet och ödmjukhet

Här är några exempel på vad skrifterna lär oss om mildhet och ödmjukhet:

- De tillhör Andens frukter (se Gal 5:22–23).
- Mildhet är ett av Herrens tjänares kännetecken (se 1 Tess 2:7; 2 Tim 2:24).

41 Ingen makt och inget inflytande kan eller bör göra sig gällande i kraft av prästadömet utom genom överbevisning, genom långmodighet, genom mildhet och ödmjukhet och genom uppriktig kärlek,

42 genom välvilja och ren kunskap som storligen skall utvidga själen, utan hyckleri och utan svek,

**43 i rätt tid skarpt tillrättavisa-
ande, när den Helige Anden manar därtill, och därefter visande större kärlek mot honom som du har tillrättavisa-
t, för att han inte skall betrakta dig som sin fiende.**

- De ödmjuka ska ärva jorden (se Ps 37:11; Matt 5:5).
- Ödmjukhet är ett tecken på tro på Kristus (se Moroni 7:39).
- Ödmjukhet leder till närvaron av den Helige Anden (se Moroni 8:26).

Uppriktig kärlek

Uppriktig — äkta; inte falsk eller låtsad.

Har någon visat dig uppriktig kärlek nyligen? Hur kan du visa en sådan kärlek till andra? Skriv om det i din dagbok.

Utan hyckleri och utan svek

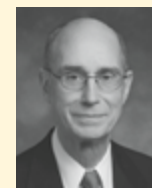
Hyckleri — att låtsas att man är något som man inte är.

Svek — bedrägeri; slughet.

I rätt tid skarpt tillrättavisa- nde

Tillrättavisa — milt förebrå eller bestraffa; uttrycka missnöje.

Skarpt — tydligt.



När den Helige Anden manar därtill

”En inspirerad, kärleksfull tillrättavisa-
ning kan vara en inbjudan

till enighet. Underlåtenhet att ge det när den Helige Anden manar till det, leder till oenighet.”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Var ett”, *Liahona*, sep. 2008, s. 6.

Redaktionens anmärkning: Den här sidan är inte avsedd att vara en omfattande förklaring av utvalda verser i skrifterna, bara en inledning till egna studier.

DEN HELLIGA LUNDEN



FOTO JOHN TELFORD

Det som hände här förändrade världen. Låt det förändra ditt liv.

ANDENS KÄNNETECKEN

Pedro Ovalles

Jag verkade som heltidsmissionär i Dominikanska republiken och hade just förflyttats till ett nytt område. Enligt ryktet var det ett område där det var svårt att hitta personer att undervisa. När jag kom dit hade vi bara en undersökare. Han hette Oriviades. Han hade varit i kyrkan tidigare men eftersom han vara döv och kommunicerade med hjälp av teckenspråk hade de tidigare missionärerna inte kunnat undervisa honom.

En dag bestämde min kamrat och jag oss för att fasta och be om ett underverk som gjorde att vi kunde undervisa Oriviades. Vi bestämde en tid när vi skulle träffa honom då en av hans familjemedlemmar var hemma och kunde översätta eftersom varken min kamrat eller jag kunde teckenspråk.

Men när vi kom dit för att träffa Oriviades var ingen av hans familjemedlemmar där. När Oriviades gick iväg för att hämta en stol passade min kamrat och jag på att be om att Anden skulle vägleda oss. Innan vi ens hade slutat be kände jag Andens starka närvaro.

Oriviades började teckna, men vi kunde inte förstå honom. Vi bara log mot honom och tittade på varandra och försökte komma på vad vi skulle göra. Vi bestämde oss för att skriva ett meddelande om en tid när vi kunde



komma tillbaka, i hopp om att det skulle finnas en översättare där då. Men plötsligt kände vi båda mycket starkt att vi skulle stanna kvar och försöka undervisa honom. "Vi kan åtminstone försöka — Anden hjälper oss", sade jag till min kamrat.

Vi försökte använda teckningar och enkla handrörelser medan vi höll lektionen. Så småningom började vi förstå vad Oriviades tecknade och kunde teckna till honom som svar. Han verkade förstå oss helt och hållet.

Vi kände oss manade att bära vårt vittnesbörd för honom. Vi visade honom en bild av den första synen och skrev på en papperslapp: "Jag vet att det är sant."

Med tecken svarade Oriviades sedan: "Jag vet att det är sant — Gud talade om det för mig. Jag bad och vet att det är sant."

Min kamrat och jag lämnade lägenheten med tårar i ögonen. Gud hade låtit oss vittna om det återställda evangeliet för den här undersökaren och den Helige Anden hade fört vårt budskap till hans hjärta (se 2 Nephi 33:1). Jag lärde mig att vi inte behöver prata perfekt eller vara värtaliga när vi delar med oss av evangeliet. Ibland behöver vi inte säga något alls.

Det är otroligt att något så enkelt som fasta, bön och tro kan åstadkomma underverk i vårt liv och för dem som vi tjänar. ■

Lär en **man** att fiska

Adam C. Olson

Kyrkans tidningar

Ezra slutade paddla sin lilla kanot och tittade på medan solen sjönk mot Stilla havet på andra sidan bukten. I fyra år hade han fiskat i de här vattnen med sin pappa, men idag hade han svårt att se den bekanta synen genom tårarna.

Idag var han ensam.

Medan kanoten sakta gungade på vattnet kunde han höra det som hans pappa ofta hade sagt: "Titta noga på, Ezra. En dag när jag är borta behöver du veta hur man försörjer familjen."

Det här var dagen som hans pappa hade pratat om och försökt förbereda honom för. Men den hade kommit alltför fort. Han var bara 16. Han var inte redo.

Ansaret

Ezra avgudade sin pappa. Ezra hade otåligt väntat i flera år tills hans pappa hade sagt att han som sjuåring slutligen var gammal nog att hjälpa honom spänna och kontrollera fiskenäten.

Fiskandet gav inte så mycket pengar men de räckte till mat åt Ezra, hans fem systrar och deras mamma. De räckte också till att stödja Ezras äldsta syster på hennes mission i Förenta staterna och till att hjälpa grannarna. Ezra kunde till och med börja spara till sin egen mission.

Men nu var hans pappa borta. Hans död hade inträffat helt oväntat och gjort Ezra förkrossad. När han förlorade sin pappa

förlorade han också sin hjälte, sin biskop, sin lärare.

Med sorgen kom dessutom en fruktansvärd insikt: Ansaret hans pappa hade försökt förbereda honom för var plötsligt hans. Ezra var nu tvungen att försörja familjen.

Bönen

Han kunde inte ens tänka på att åka ut och fiska under den första veckan efter pappans bortgång. Han var alltför ledsen. Tanken på att ta pappans kanot, använda pappans nät och göra pappans arbete utan honom var outhärdlig.

Veckan därpå insåg han att hans familj var beroende av att han åkte ut, men bördan kändes överväldigande. För hur mycket Ezra än ville vara som sin pappa insåg han nu mer än någonsin hur långt borta han var från att uppnå det målet.

"Det kändes som om det inte fanns något hopp", säger han. "Det var svårt första gången när jag skulle gå i pappas fotspår. När jag tog ut kanoten på vattnet kände jag hans frånvaro. Orden som pappa hade sagt kom tillbaka till mig och jag kände tyngden av ansaret för min familj."

Stående på ett grund i Stilla havet vände han sig till den enda person som kunde hjälpa honom — den som hans pappa hade lärt honom att lita på.

"Visa mig var min pappa stod", bad Ezra. "Hjälp mig uppfylla pappas önskan för mig."

*När Ezra, en
sextonåring från
Samoa, behövde
hjälp, vände han
sig dit hans pappa
hade lärt honom:
till sin himmelske
Fader.*



**Ezra och hans vän Fetu
återvänder i kanoten
efter att ha dragit upp
sina nät.**

Svaret

I stillheten som följde efter bönen den tidiga kvällen kände Ezra att något förändrades. Han kände sig ledd till pappans fiskeställe, och när han behövde det kom han att tänka på det som hans pappa hade lärt honom.

”Efter den bönen kände jag att jag fick extra styrka”, säger han. ”Jag visste att min himmelske Fader skulle hjälpa mig.”

Liksom Frälsaren visade sina forntida apostlar var de skulle kasta näten, fick även Ezra hjälp. ”Jag fick mycket fisk den dagen”, säger han.

Sådan far, sådan son

Fastän Ezra hade tvivlat på att han kunde göra det som hans pappa hade gjort så lärde han sig att han kunde göra mer än han trodde.

”Det har verkligen förändrat mitt liv — hur jag tänker, ser på saker och gör saker”, säger Ezra. ”Jag har insett att jag kan göra det som pappa gjorde.”

Ezra har blivit mer som sin pappa än han trodde han kunde bli. Han har följt i sin pappas fotspår som fiskare — och som lärare.

Den andra veckan Ezra skulle ut och fiska frågade hans vän Fetu om han fick följa med och lära sig hur man gör. Ezra har lärt Fetu hur man fiskar, och Fetu har hjälpt Ezra med hans arbete och hållit honom sällskap.

”Jag är tacksam för möjligheten att undervisa andra som pappa undervisade mig”, säger Ezra. ”Jag är glad över att jag inte bara är fiskare som pappa utan också lärare.”

Lär en man att fiska

Det sägs att om man ger en man en fisk så har man gett honom mat för en dag, men om man lär honom att fiska så har man gett



Ezra planerar att verka som missionär. Ezra kommer ihåg att Herren svarade när han kallade på honom. ”Jag vill kunna svara honom när han kallar mig”, säger Ezra.



Ezra som fått ta över sin pappas roll som försörjare säger: "Det var svårt första gången när jag skulle gå i pappas fotspår."

honom mat för ett helt liv. Ezras pappa gjorde verkligen det senare.

Men Ezra lärde sig mycket mer av sin pappa än hur man fiskar. Han lärde sig att han kunde lita på sin himmelske Fader. Den vetskapen kommer han att ha ännu mer nytta av i livet än förmågan att fiska.

Eftersom Ezra vet hur mycket han behöver sin himmelske Faders hjälp är han noga med att värdigt genomföra sina ansvarsuppgifter som präst, ämbetet som hans pappa ordinerade honom till veckan innan han dog. Han schemalägger också fiskandet så att det inte inkräktar på skolan och seminariet.

Dessutom sparar han så mycket av pengarna från fiskandet han kan så att han en dag kan bli en människo-fiskare (se Matt 4:19).

"På en hemafton sade pappa att han ville att vi alla skulle bli missionärer", säger Ezra. "Det är mitt främsta mål."

Ezra kommer ihåg att Herren svarade när han kallade på honom. "Jag vill kunna svara *honom* när han kallar *mig*." ■

Vad jag lärde mig av att SIMMA

Simningen har lärt mig att gruppträck inte alltid är dåligt. Ibland hjälper det en att lyckas.

Marissa Thompson

Jag var sju år och kunde inte simma så mamma anmälde mig till eftermiddagslektioner på simskolan tillsammans med min vän Angie. I slutet av varje lektion brukade vår lärare ta oss ut till mitten av poolen där vi fick öva på våra simtag. Vi kände oss alltid trygga i mitten eftersom vår lärare höll oss under magen, och så hade vi simdynor.

Gruppträck i poolen

En dag hade Angie och jag inte på oss våra simdynor så vi höll oss till kanten av poolen. Angie bestämde sig för att simma över hörnet till den andra kanten, omkring en meter bort. Jag tvekade lite först men sedan utmanade hon mig att göra det. Så fastän jag var rädd tog jag ett så djupt andetag jag kunde, gick ner under vattnet och hoppades på att nå den andra sidan. I stället för att flyta lätt som jag hade gjort med simdynan så började jag sjunka. Jag fick panik. Jag var säker på att jag skulle drunkna. Då kom jag ihåg vad min lärare hade sagt några veckor tidigare: "Om du tappar kontrollen medan du simmar ska du bara sträcka upp armarna i luften, så kommer någon och hjälper dig."



Med det i åtanke sträckte jag armarna i den riktning som jag trodde var uppåt. Jag kände inte någon luft. Jag sträckte armarna i alla riktningar

men hittade inte vattenytan. Just då slog huvudet emot poolsidan. Angie väntade på mig där. Jag antar att hon inte hade insett att jag höll på att "drunkna".

Några veckor senare var jag vid en sjö med min familj. Jag kunde fortfarande inte simma så jag vadade omkring där det var grunt. Jag hade varit där i tio minuter när jag såg en av mina vänner komma ner till sjön. Jag fick panik. "Tänk om Stephanie får reda på att jag inte kan simma?" tänkte jag. Jag skulle skämmas ihjäl mig. Jag kom snabbt ner på knä och låtsades simma. Jag gick på armarna medan jag sparkade med benen. Stephanie hoppade i vattnet och började simma på riktigt. Det gjorde det hela ännu mer pinsamt. Efter en stund kom hon fram och pratade med mig. Sedan simmade hon iväg och där stod jag i kölvattnet efter hennes perfekta, samstämmiga simtag. Jag fortsatte med min låtsassimning och kände mig jättefånig.

Efter några minuter bestämde jag mig för att sluta vara så rädd och försöka simma. Jag var på grunt vatten så jag lyfte armarna och började

simma hundsim. Det fungerade. Jag flöt. Det varade bara några sekunder, men jag flöt. Jag gjorde det om och om igen, hela kvällen. När det var dags att åka hem kunde jag simma hundsim över hela sjön.

Kraften i gruppträck

När jag tänker tillbaka på de här två upplevelserna slås jag av kraften som finns i gruppträck. En dag fick det mig nästan att drunkna; en annan dag motiverade det mig att lära mig simma. Så är det med gruppträck. Det kan vara antingen negativt eller positivt, men det är alltid kraftfullt.

Gruppträck var en av anledningarna till att fariséerna inte trodde på Kristi ord: "De ville hellre bli ärade av människor än av Gud" (Joh 12:43). I sin dröm såg Lehi människor som skämdes över Herren på grund av dem som hånade dem och pekade finger från den stora och rymliga byggnaden (se 1 Nephi 8:26–28).

Jag känner till den här negativa sidan av gruppträck — den som gör att människor vänder sig bort från det de vet är rätt. Jag har hånats för mina normer som kyrkan lärt mig. Jag har haft vänner som har velat att jag skulle stjäla kläder, fuska på prov och vara elak mot andra. I stället för

att hjälpa mig att flyta och lyckas var de som ankare som drog ner mig och försökte dränka mig.

Men jag har också haft vänner som har motiverat mig att göra gott — sådant som har gjort mitt liv bättre, inte sämre. När jag gick i åttan övertalade min vän Ali mig att försöka

komma med i drilldanslaget följande skolår. Det var inte lätt eftersom tanken på att försöka komma med i ett lag som förstaårselev i en stor high school skrämde mig. Ali övertalade mig att göra något vettigt som jag kanske aldrig hade gjort utan lite övertalning av en vän. Och tack vare det här vänliga gruppträcket blev det mycket lättare för mig att anpassa mig till livet i high school.

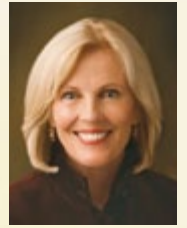
Goda vänner motiverade mig under hela high schooltiden och på universitetet. De gav mig modet att ställa upp i ett elevrådsval, arbeta för bra betyg och stärka mitt vittnesbörd om evangeliet. De här vännerna hade ett positivt inflytande på mitt liv. De ville att jag skulle lyckas. De hjälpte mig växa.

De här upplevelserna har lärt mig att inte allt gruppträck är dåligt, som många har en benägenhet att tro. Det beror på vilket slags gruppträck det är och varifrån det kommer. Jag har lärt mig att när jag omger mig med de rätta inflytandena är det mindre troligt att jag sjunker ner i sådant som är världsligt. Positivt gruppträck från kyrkan och från vänner med höga normer är kraften som har verkat som en simdyna i mitt liv och hållit mig flytande. ■





Pappa gav mig en speciell gåva julen innan han dog. Det var ett halsband med en liten silverklocka. Det påminde mig om att alltid lyssna på Anden och vara ren. Halsbandet är en dyrbar skatt för mig.



FÖRTRÖSTA på Herren

Från en intervju med Elaine S. Dalton, Unga kvinnors generalpresident; av Megan Withers Roxas

"Förtrösta på HERREN av hela ditt hjärta" (Ords 3:5).

Som liten flicka följde jag efter min pappa vart han än gick. Jag beundrade honom alltid för hur hängiven Herren han var. Han var ett gott exempel för mig på osjälviskt tjänande. Han tog en vecka ledigt från jobbet varje år. Men i stället för att åka på en resa brukade han be oss i familjen att hjälpa honom måla huset åt änkan som bodde granne med oss. Det är bara ett exempel på allt han gjorde för att tjäna andra. Han tänkte alltid på andra.

När jag gick på high school blev pappa mycket sjuk. Jag bad till min

himmelske Fader hela tiden om att han skulle välsigna pappa så att han blev frisk. Han låg på sjukhuset i en månad och sedan dog han.

Det var en tragedi för vår familj. Vi förstod inte varför eftersom vi behövde pappa. Jag bad om att få veta varför det hade hänt och varför min himmelske Fader inte hade besvarat mina böner. Det kändes som om himlen var tyst. Jag fick inget svar på mina böner. Det kändes som om min himmelske Fader hade lämnat mig ensam. Men jag fortsatte be.

Ett år senare var jag på ett sakramentsmöte där talaren läste ett skriftställe i Ordspråksboken:

"Förtrösta på HERREN av hela ditt hjärta, förlita dig inte på ditt förstånd.

Räkna med honom på alla dina vägar, så skall han göra dina stigar jämna" (Ords 3:5–6).

Anden vittnade för mig om att det här var svaret på min bön! Jag behövde lita på Herren. Det tog lång tid att få det svaret, och det var inte det svaret jag ville ha, men det var det *underbaraste* svaret på min bön. Det var inte meningen att jag skulle förstå varför det hade hänt. Det var meningen att jag skulle lita på Herren.

När du litar på Herren kan du göra allt — även om det är jätt-esvårt — eftersom han vägleder dig. Han går vid din sida. Han håller dig i handen. Han sänder sina änglar att vaka över dig. Det är mitt vittnesbörd. Och det gäller oss alla. ■

Särskilt vittne



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

Vilka välsignelser får vi genom den återställda kyrkan?

Från "Återställens budskap", Liahona, maj 2007, s. 85–88;
"Vad söker ni?" Liahona, maj 2005, s. 84–87.

Jesu Kristi evangeliums fullhet har återställts till jorden.

Vår kyrka är medlet genom vilket män och kvinnor finner vår Frälsare och hans evangelium.

Joseph Smith var en Guds profet och återuppriktaren av allt som var nödvändigt för att bygga Guds rike och förbereda jorden för Herren Jesu Kristi andra ankomst.

Det är genom Frälsarens återställda kyrka som vi kan ta emot alla de frälsande förrättningar som krävs för att kunna återvända till honom.

Prästadömetts nycklar har återställts till människan, med makten att besegla på jorden och i himlarna.

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

Evangeliets första principer och förordningar

gör det möjligt för mig att bo hos Gud igen

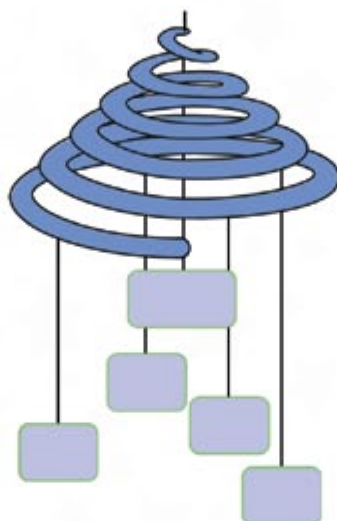
Ana Maria Coburn och
Cristina Franco

”Vi tror att evangeliets första grundsatser och förordningar är: (1) Tro på Herren Jesus Kristus, (2) omvändelse, (3) dop genom nedsänkning till syndernas förlåtelse, (4) handpåläggning för den Helige Andens gåva” (Trosartiklarna 1:4).

Den fjärde trosartikeln tar upp fyra viktiga grundsatser och förordningar i evangeliet som du behöver följa så att du kan bo hos din himmelske Fader igen.

För det första behöver du ha tro på Jesus Kristus. Att ha tro på Jesus Kristus är att tro på att han lever, att han är Frälsaren och att han älskar dig, fastän du aldrig har sett honom. När du har tro på Kristus vill du göra det som han ber dig göra, till exempel att be, gå till kyrkan, vara snäll och följa buden.

En viktig sak som Jesus har bett dig göra är att döpas när du är åtta år (eller äldre). Du döps genom nedsänkning — precis som Jesus. Det betyder att hela din kropp sänks ner under vattnet. Ditt dop



utförs av någon som har prästadömetts myndighet att döpa. När du döps ger du också ett löfte till din himmelske Fader. Du lovar att du ska hålla buden, och om du gör det så lovar han du får ha den Helige Andens sällskap.

När du har döpts får du den Helige Andens gåva. Någon som har prästadömet lägger händerna på ditt huvud för att ge dig den Helige Andens gåva. Den Helige Anden vägleder, undervisar och tröstar dig och vittnar om Jesus Kristus.

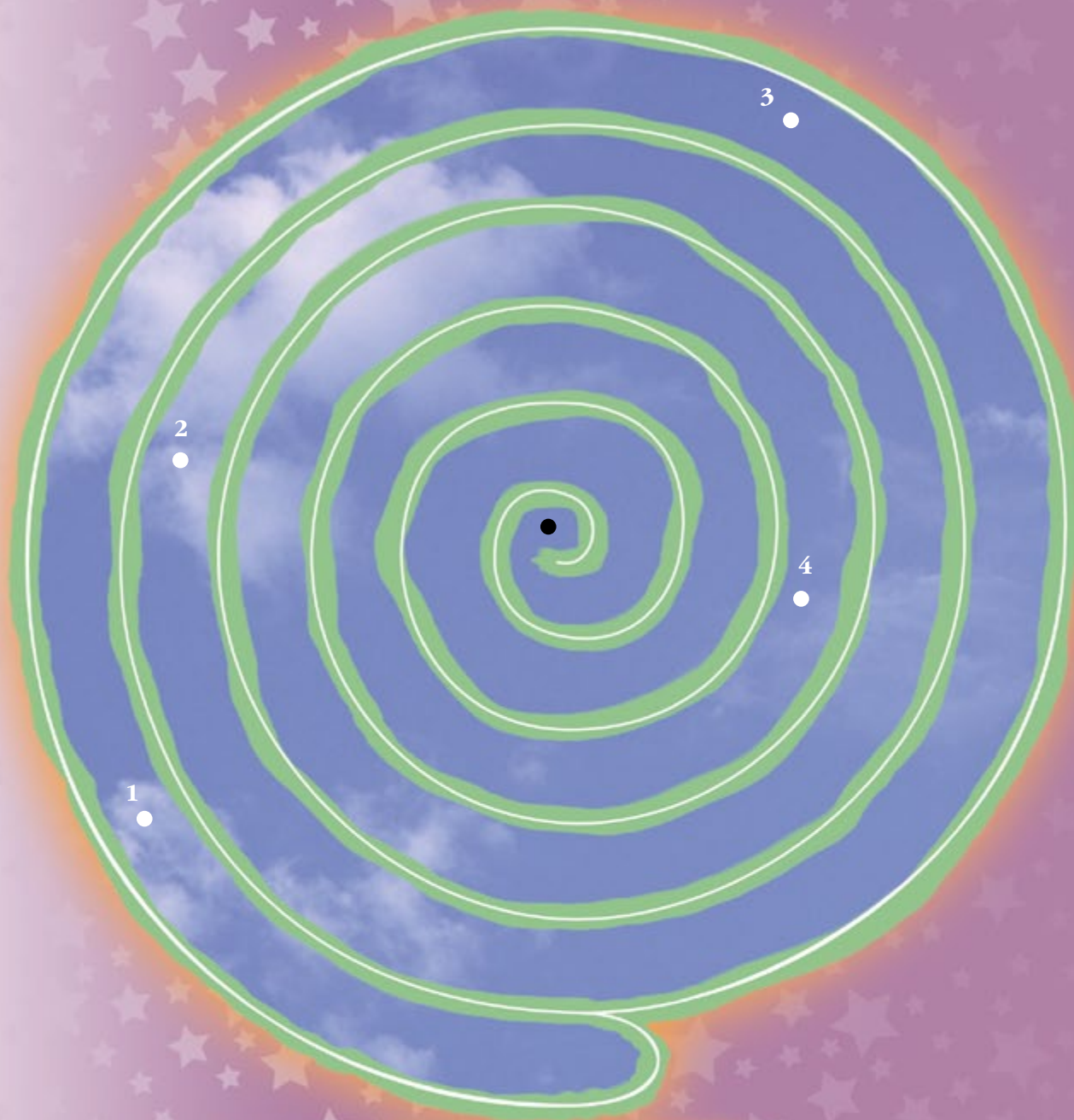
Från det att du föds tills du fyller åtta år är du ren och oskyldig tack vare Jesu Kristi försoning. När du har fyllt åtta och döpts behöver du omvända dig från det du gör som

är fel. Att omvända sig är att ångra sig och be sin himmelske Fader och andra som man kan ha gjort illa om förlåtelse. När du har omvänt dig behöver du anstränga dig för att inte göra samma misstag igen och att följa buden bättre. Försoningen gör det möjligt för dig att bli ren igen om du omvänder dig.

Att ha tro på Jesus Kristus, omvända sig, döpas genom nedsänkning och ta emot den Helige Andens gåva är viktigt eftersom det hjälper dig att återvända och leva med din familj för evigt och bo hos din himmelske Fader och Jesus Kristus. ■

Aktivitet

Du kan göra den här mobilen som en påminnelse om evangeliet första grundsatser och förordningar. Klistra fast sidan 63 på tjockt papper. Klipp ut de fem skyltarna och klipp sedan ut mobilen längs de helstreckade linjerna. Klipp eller slå hål där man ska göra det. Häng skyltarna från mobilen med trådar eller band.



●
Evangeliets första
grundsatser och
förordningar är:

●
1. Tro på Herren
Jesus Kristus

●
2. Omvändelse

●
3. Dop genom
nedsänkning
till syndernas
förlåtelse

●
4. Handpåläggning
för den Helige
Andens gåva

Stäng av OCH berätta!



Jag ska hålla mitt sinne och min kropp heliga och rena.”

Mina evangelieideal

Danielle Kennington

Baserad på en sann berättelse

”Var trofast och ge inte efter för någon frestelse” (L&F 9:13).

Connor satte sig vid familjens dator och skrev webbsidesadressen som hans vän hade gett honom. ”Du måste titta på det!” hade hans vän sagt.

Men så fort Connor såg webbsidan kände han sig mycket illa till mods. Han försökte snabbt stänga sidan men ju mer han klickade desto fler hemiska bilder poppade upp. I panik tryckte Connor på datorns avstängningsknapp och sprang till sitt sovrum.

Connor var ledsen över att han hade sett bilderna. Sedan sitt dop för några månader sedan hade han börjat känna den Helige Andens speciella frid. Men när Connor hade sett de där bilderna kändes han ingen frid alls. Han kände sig skyldig och rädd att någon skulle få veta vad han hade sett.

Connor var tyst under middagen. Han försökte lyssna på familjens samtal men bilderna han hade sett

kom hela tiden upp i huvudet. Den hemiska känslan i magen ville inte gå bort.

När Connor bad sin bön den kvällen berättade han för sin himmelske Fader om bilderna han hade sett. Han sade att han var ledsen över det och att han inte skulle göra det igen. Efter bönen kändes det lite bättre, men han hade också en känsla av att han skulle gå och berätta det för mamma. Connor ville verkligen inte tala om för henne vad som hade hänt. Tänk om hon blev arg eller besviken?

Till slut bestämde sig Connor för att prata med henne. Han gick till mammas rum och satte sig ner på sängen där hon satt och läste.

”Mamma, får jag prata med dig?” frågade han.

”Javisst, raring”, sade mamma. ”Vad är det?”

Han berättade alltihop. Han berättade vad hans vän hade sagt och vad han såg när han gick till webbsidan. Mamma tittade uppmärksamt på honom men verkade inte vara arg.

”Jag viste inte vad jag skulle göra”, sade Connor. ”Så jag bara stängde av datorn och sprang iväg. Förlåt, mamma. Jag skulle inte ha skrivit in adressen till att börja med, men jag visste inte att den var dålig.”

Mamma gav Connor en kram. ”Connor, jag är ledsen att du såg de där bilderna”, sade hon. ”En del försöker lura barn till att titta på sådant som inte är bra. Men du gjorde det rätta. Om du ser dåliga bilder på datorn behöver du stänga av den och berätta om det för någon. Du trycker bara på avstängningsknappen och kommer och talar om det för mig meddetsamma. Du gjorde helt rätt.”

Connor kände sig så lättad!

”Connor, jag vill du ska veta att det inte var ditt fel”, sade mamma. ”Det var ett misstag, och du behöver inte känna dig skyldig för det som hände.”

”Men mamma, om jag gjorde det som var rätt, varför kändes det så hemskt?”

”Den Helige Anden talar om för oss när något är farligt”, förklarade mamma. ”Känslan du fick var den Helige Anden som talade om för dig att du skulle gå därifrån. Jag ska lägga in ett filter i datorn som blockerar dåliga webbsidor, men ibland kan dåliga saker ändå komma igenom. Så om något liknande händer igen så vet du vad du ska göra, eller hur?”

”Stänga av datorn och berätta för dig”, sade Connor.

”Precis!”, sade mamma.

Innan Connor gick och lade sig bad han en bön och tackade sin himmelske Fader för hur lättad han kände sig. Medan han bad kände han friden från den Helige Anden. Han visste att allt var okej. ■

SÄKERHETSTIPS FÖR INTERNET

- Be en förälder om tillåtelse innan du använder internet.
- Använd bara internet när andra — till exempel dina föräldrar — är i närheten.
- Om inte en förälder tillåter det ska du aldrig ge ut namn, ålder, adress, telefonnummer eller annan personlig information.
- Sätt ett bokmärke på dina favoritsidor så att du inte behöver söka efter dem.

Gör så här för att komma bort från en olämplig webbsida:



1. Stäng av bildskärmen eller datorn.



2. Berätta om det för en vuxen.



3. Besök aldrig den webbsidan igen.



4. Om någon visar dig en olämplig webbsida ska du inte vara rädd att gå därifrån.

Om du letar efter en säker, rolig webbsida att besöka kan du gå till friendlds.org. Vi har berättelser, färgläggningssidor, filmer, bildspel, spel och annat.





Primärbarnen i Ville-Marie församling i Montréal i Québec i Kanada och deras lärare och ledare tyckte om att besöka området vid templet i Montréal. De var lugna och vördnadsfulla när tempelpresidentskapet hälsade dem välkomna och tog med dem på en rundtur på området. De tyckte om att se de färgglada blommorna och det vackra templet. De tittade också på en film om templet och alla fick ett litet kort med en bild av templet.

Michael G. (till höger), 11 år, från Panama tycker om sina karatelektioner och studerar flitigt i skolan. En gång utsågs han till "rektor för en dag" i sin skola tack vare sina fina betyg.

Michael är redan en modig missionär. När kyrkan hade ett informationsbås på en internationell mässa nära Michaels hem stod han och hans föräldrar vid ingången till mässan, gav människor broschyrer om kyrkan och inbjöd dem att komma till kyrkans bås. Han gav också ett utdelningskort till en väns familj och missionärerna undervisade dem om kyrkan. Han ser fram emot att bli heltidsmissionär.



Skicka en teckning, ett foto, en upplevelse, ett vittnesbörd eller ett brev till liahona@ldschurch.org och skriv "Our Page" på ämnesraden. Eller skicka den med vanlig post till:

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

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



EN BÖN OM TRÖST

En natt drömde jag två gånger att vårt hus och allting i det brann. Efter det var jag jätterädd. Så jag bad till min himmelske Fader att jag inte skulle drömma så någon mer gång. När jag somnade igen drömde jag att jag var på ett vackert fält. Jag kände mig mycket lugn och jag var inte rädd längre.

Nivia Angelica A., 10 år, Mexiko



Jeremiah P., 10 år, Samoa

Mitt stora beslut

Rebecca Shaw

Baserad på en sann berättelse

”Deras barn skall döpas till syndernas förlåtelse när de är åtta år gamla och ta emot handpåläggning” (L&F 68:27).

Nicole, äldste och syster Johnson kommer igen ikväll”, sade mamma. ”Har du bett som de bad dig att göra?”

”Nej, inte än”, sade jag.

Äldste och syster Johnson är ett missionärspår i vår församling. De har kommit till våra hemaftnar för att hålla missionärslektionerna för mig.

Min familj har inte alltid gått till kyrkan så det var en del som jag inte förstod. Nu när jag snart fyller åtta har mamma sagt att jag behöver bestämma mig för om jag ska döpas.

Förra veckan berättade äldste och syster Johnson för mig om hur Joseph bad för att få veta sanningen. Sedan bad de mig att be för att få veta om jag skulle döpas.

”Var uppmärksam på hur det känns”, sade syster Johnson. ”Det är så den Helige Anden hjälper oss veta vad som är sant.”

Jag tänkte att jag kanske kunde vänta tills jag var 14, som Joseph Smith.

På lektionen ikväll byggde äldste

Johnson ett torn av muggar. Han sade att om man inte har en bra grund så faller hela tornet.

”Varför tror du att kyrkan har en så stark grund?” frågade han.



Jag kom att tänka på förra veckans lektion. ”Kanske är det för att vår himmelske Fader och Jesus talade om för Joseph Smith hur han skulle återställa den”, sade jag.

”Just det”, sade äldste Johnson.

”Och vi har levande profeter och apostlar som håller oss på rätt spår.”

Det verkade förnuftigt. Det har alltid känts bra när jag har hört om president Thomas S. Monson.

Sedan ställde syster Johnson frågan som jag hade bävat för.

”Har du bett om för att få veta om du ska döpas?”

”Nej, inte än”, sade jag.

”Vill du döpas?” frågade syster Johnson.

Jag önskade jag kunde svara på det men jag bara ryckte på axlarna.

Min lillasyster tror att jag är rädd för att bli sänkt under vatten eftersom det var det hon skulle vara rädd för. Men jag tycker om vatten så jag visste inte riktigt vad jag var orolig för.

”Är du rädd för ansvaret?” frågade syster Johnson.

Så fort hon sade det insåg jag att hon hade rätt. Mamma har sagt att jag blir ansvarig när jag har döpts. Det betyder att jag är ansvarig för det jag väljer. Jag måste vara noga med att hålla Guds bud. Jag är inte säker på att jag är redo för det ansvaret. Tänk



”Vår Fader i himlen visste att du skulle ... behöva besluta vissa saker, som skulle överstiga din förmåga att fatta rätta beslut. Han har gjort det möjligt för dig att få hjälp ... genom den Helige Anden.”

Se äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum, ”Att få andlig vägledning”, *Liahona*, nov. 2009, s. 6.

om jag slutar gå till kyrkan som pappa gjorde.

”När du fyller åtta år blir du ansvarig för dina val även om du inte döps”, sade syster Johnson. ”Men om du döps och konfirmeras får du mycket mer hjälp med att göra bra val. För då får du den Helige Andens gåva.”

Vi pratade om några av buden som jag skulle behöva följa. Jag visste redan att det inte är bra att röka, dricka alkohol och ta droger, så Vidsordsordet lät inte så svårt att följa.

När äldste och syster Johnson hade gått var jag inte rädd för att döpas längre. Jag ville göra rätta val

och hålla min himmelske Faders bud. Och jag var glad att den Helige Anden skulle hjälpa mig.

Jag gick in på mitt rum och gick ner på knä vid sängen. Medan jag bad kände jag mig säker på att det var en bra idé att döpas. Jag förstod att den känslan var svaret på min bön. ■

Ett mjukt svar

Laura Hunter

Baserad på en sann berättelse

"Ett mjukt svar stillar vrede, ord som sårar väcker harm" (Ords 15:1).

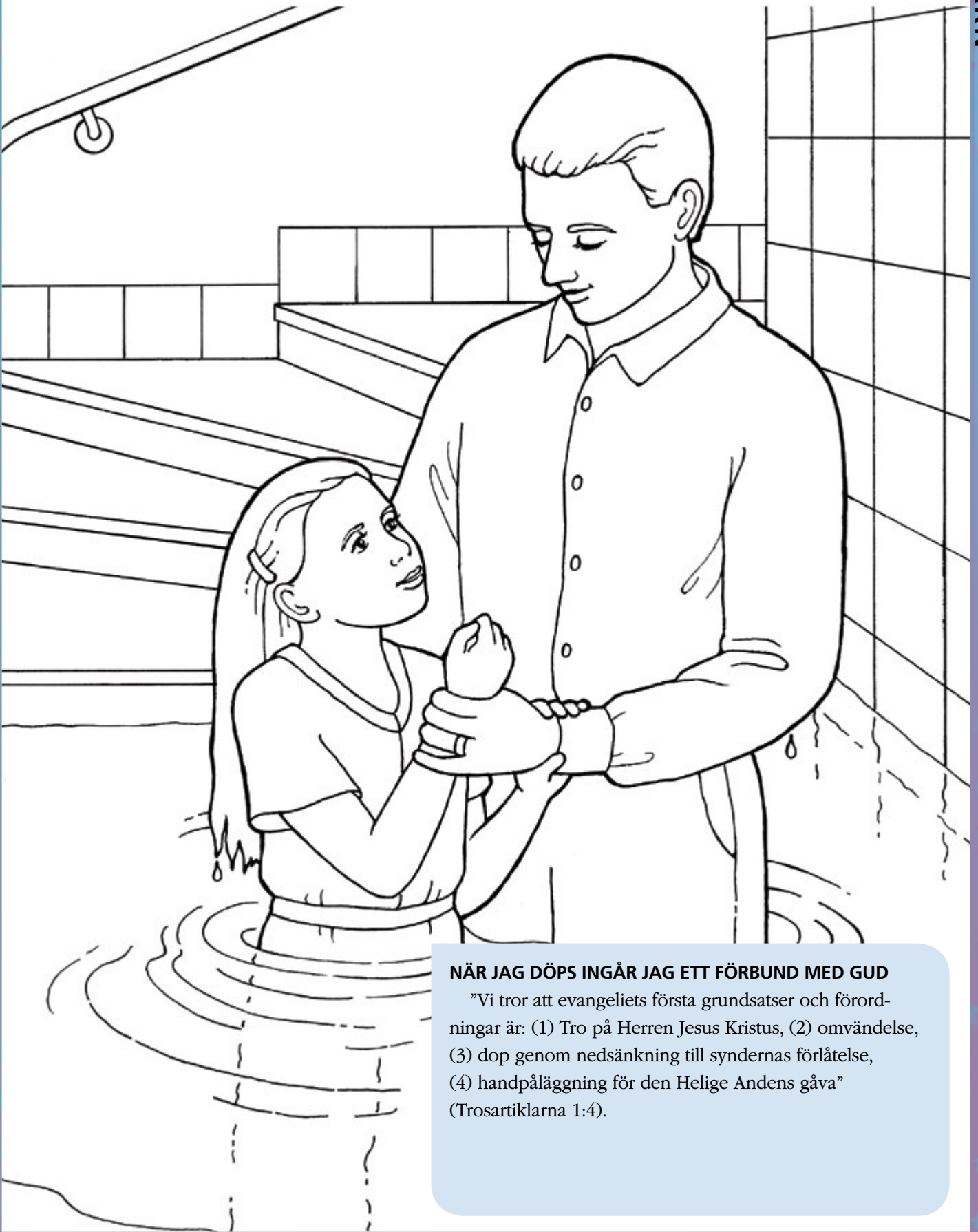






Ibland är det svårt att komma ihåg att ge mjuka svar när du är arg. Be en förälder hjälpa dig klippa ut en av påminnelserna om att ge mjuka svar. Du kan tejpna fast den på en tröja, en dörr, en bok eller ett annat ställe där du vill bli påmind om att ge mjuka svar.



**NÄR JAG DÖPS INGÅR JAG ETT FÖRBUND MED GUD**

”Vi tror att evangeliets första grundsatser och förordningar är: (1) Tro på Herren Jesus Kristus, (2) omvändelse, (3) dop genom nedsänkning till syndernas förlåtelse, (4) handpåläggning för den Helige Andens gåva”
(Trosartiklarna 1:4).

Ökat behov av internationella indexerare

Hikari Loftus

Kyrkans tidningar

Överallt i världen söker människor efter sina förfäder.

Och överallt i världen gör andra människor den sökningen möjlig.

FamilySearch-indexering, som introducerades på internet 2006 och drivs av volontärer från hela världen, är en process där man tar fysiska uppteckningar (till exempel på mikrofilm) och skriver in informationen de innehåller på sökbara databaser på internet.

FamilySearch-indexeringen har haft en anmärkningsvärd framgång med 122 000 indexerare, både medlemmar och ickemedlemmar, som gått igenom 547 978 000 uppteckningar sedan starten. Men de som samordnar indexeringen har ett nytt mål: att registrera uppteckningar på andra språk förutom engelska.

”Fler och fler av namnen vi registrerar är på andra språk än engelska”, säger Jim Ericson, produktchef för FamilySearch. ”Vi försöker få människor som pratar olika språk mer engagerade så att vi gör ett bättre jobb med namnen som inte är engelska.”

Indexeringen av de engelska uppteckningarna fortsätter att växa, men överträffas vida av de internationella uppteckningarnas tillväxt. Projekt från olika länder blir allt vanligare allteftersom fler myndigheter och uppteckningsintendenter blir medvetna om tjänsterna som FamilySearch tillhandahåller, säger broder Ericson.

Till att börja med hämtar anställda vid

FamilySearch uppteckningar från myndigheter, bibliotek och liknande källor och skapar digitala kopior av dem. Kopiorna samlas i små grupper som kallas ”buntar” och som görs tillgängliga för volontärer på internet. Volontärerna loggar in på FamilySearch, laddar ner en bunt och skriver in uppgifterna de ser på skärmbilden. Uppgifterna görs senare mer allmänt tillgängliga för släktforskare. Varje bunt är en sammanställning av arbete som en volontär kan genomföra på omkring 30 minuter, säger Katie Gale, projektsamordnare för indexeringen inom FamilySearch.

Volontärerna som deltar i indexeringen kan vara personer vars modersmål inte är engelska (webbsidan finns för närvarande på sju språk), men kan också vara personer som pratar ett främmande språk på grund av att de varit missionärer, studerat eller fått annan utbildning.

Om projekten inte är tillgängliga i det land där du bor eller har tjänat, kan de finnas i länder där samma språk talas.

När templet i Kiev i Ukraina byggdes deltog de ukrainska medlemmarna i ett initiativ för att hitta och registrera namn som de kunde ta med till templet när det var klart. När templet hade invigts arbetade 401 indexerare från Ukraina, Ryssland, Nord- och Sydamerika och Europa på Kievprojektet och medlemmarna kunde ta 200 000 ukrainska namn till templet.

När indexeringstillväxten ökar i ett område noteras detta av personalen inom FamilySearch som till-

handahåller indexeringsbuntar, och de accelererar där så är möjligt projekten som har anknytning till den regionen.

Med indexeringens nuvarande tillväxttakt



kan det ta vissa länder så mycket som ett årtionde att gå igenom nyligen tillhandahållna buntar. Alltså finns det ett behov av ytterligare indexerare. Många buntar på andra språk än engelska tar i genomsnitt mellan två till sex år att gå igenom.

”Om projekten drar ut på tiden har de inget värde för någon”, säger Paul Starkey, driftschef inom indexeringen för FamilySearch. ”Hela syftet med indexeringen är att göra de här uppteckningarna tillgängliga [elektroniskt] så att folk kan hitta sina förfä-

der. Vi försöker göra projekten tillgängliga ganska snabbt.”

Kyrkan äger omkring 2,4 miljoner mikrofilmsrullar med släktforskningsuppteckningar som förvaras i Granite Mountain Record Vault. De



FOTO WELDEN C. ANDERSEN, © IRI

BÖRJA INDEXERA NU

Du kan börja genom att gå till indexing.familysearch.org.

Välj ett av de sju språken att arbeta med från rullgardinsmenyn.

Klicka på **Get Started**.

Indexeringsprogrammet laddar automatiskt ner och startar applikationen.

Börja med en övningsbunt för att bekanta dig med programmet.

Börja indexera! Du kan välja en bunt från vilket projekt som helst, som organiserats efter land. ■

motsvarar omkring 15 miljarder uppteckningar som väntar på att indexeras. Oräkneliga andra fysiska uppteckningar finns runtom i världen.

”[Att hitta ett namn och personliga uppteckningar] är en upplevelse som vänder släktforskarernas hjärtan till sina fäder”, säger broder Ericson. ”Kyrkans medlemmar kan använda informationen som registrerats för att dokumentera sina förfäders släktlinjer och utföra frälsande förrättningar för dem i templet.”

I stort sett vem som helst med tillgång till en dator kan delta i det enkla indexeringsarbetet, men vi får inte förringa dess betydelse, säger syster Gale. ”Om folk [kan] se indexeringen som släktforskningens större vision så kan de se hur viktigt det är, och behovet av fler volontärer.”

”Vi behöver fler som är engagerade i indexeringen”, säger broder Ericson, ”och vi ber folk berätta om programmet för sina vänner och släktingar, oavsett om de är medlemmar i kyrkan eller inte. Det är inte bara till för medlemmar i kyrkan. Det blir ett roligt samarbete när alla arbetar mot ett gemensamt mål.” ■

***Indexerings-
samordnarna
inom Family
Search har ett
nytt mål för
volontärer:
att index-
era på andra
språk förutom
engelska.***

Ökat oberoende i Ecuador

Heather Wrigley

Kyrkans tidningar

Personlig frihet och medborgerligt ansvar är beroende av principen om att hjälpa den enskilde att hjälpa sig själv” sade president Ezra Taft Benson (1899–1994), kyrkans trettonde president, i invigningstalet 1975 för Benson Institute Agriculture and Food Institute and Corporation, ett av kyrkans välgörenhetsprogram.

Med denna filosofi om oberoende har Benson Institute arbetat med tusentals människor för att förbättra matproduktion, näring och hälsa och för att förbättra livskvaliteten för några av världens fattiga människor.

År 2009 reste några medlemmar i Benson Institute till Ecuador, ett land med utbredd jordbruksverksamhet. Men enligt världshälsoorganisationen lider 23 procent av barnen under fem års ålder av undernäring i detta land som har nästan 15 miljoner invånare. De ansträngningar som Benson Institute har gjort hjälper till att förbättra den statistiken medan de engagerade arbetar för att bryta fattigdomscykeln.

En kvinna, en sexbarnsmamma, sade att det ofta var svårt att försörja familjen innan Benson Institute kom: ”Det är ledsamt att vara mamma och så fattig att man inte kan ge sina barn ett mål mat eller en bit bröd varje dag”, säger hon.

Familjerna som arbetar med Benson Institute får lära sig mer om bättre odlingsmetoder, växelbruk, uppfödning av mindre djur, balanserad näring, personlig hygien och tillagning av mat.

Hungern som var en daglig prövning för många är mindre vanlig nu tack vare införandet av nya odlingsmetoder. Familjerna upplever en dramatisk ökning av matproduktionen vilket

gör att de kan både lagra sin egen mat och sälja sina produkter så att de får en inkomst. Dessutom får familjerna bättre hälsa när de förbättrar matvanor och renhållning. Frukten som produceras i deras trädgårdar har gett dem den näring som tidigare saknades.



Familjerna som arbetar med Benson Institute har fått bättre hälsa sedan deras matvanor och renhållning har förbättrats.

”Vi hade barn som inte gjorde några framsteg”, säger en lokal lärare. ”Efter programmet kunde barnen lära sig fortare. Innan hade vi barn som ofta blev sjuka. Efteråt blev barnen inte längre sjuka. De brukade sova under lektionerna. Efteråt har de inte längre somnat på lektionerna. De såg tidigare mycket trötta ut men efter programmet såg de mycket friskare ut och hade mer energi.”

Alla kyrkans välfärdsinitiativ är baserade på beprövade oberoendepprinciper.

Detta tillsammans med Benson Institutes tradition att bygga på årtionden av erfarenhet och kunskap fortsätter att välsigna tiotusentals personer runtom i världen. ■

Gå till <http://lds.org/church/news/growing-self-sufficiency-in-ecuador> för att se en film om projektet i Ecuador på internet på engelska och spanska.

TILL HELA VÄRLDEN

Apostlar uppmanar centralamerikanska medlemmar att vara ett ljus för världen

Varje medlem i kyrkan måste utveckla en djup tro på Kristus sade äldste M. Russell Ballard och äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum till medlemmarna i Guatemala, Honduras och Nicaragua under en resa i Centralamerika i januari 2011. Tillsammans med andra ledare i kyrkan rådde de medlemmarna att stärka familjen genom att be, studera skrifterna, tjäna i templet, ha hemaftnar, hålla sabbatsdagen helig, lyda Herrens bud och berätta om sin tro för andra omkring dem.

Äldste Christofferson och äldste Ballard presiderade över flera stavskonferenser och deltog i brasaftnar för lokala prästadömsledare, för föräldrar och gifta par, för unga ensamstående vuxna och för ungdomar. De träffade också 1 100 missionärer i fyra missioner, stavspresidentskap, biskopar och grenspresidenter.

Äldste Scott återvänder till Moçambique

”Ni är några av jordens dyrbaraste barn, och Gud älskar er”, sade äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum till sista dagars heliga i Moçambique medan han nyligen var i området Afrika Sydöst. Elva år efter att ha invigt landet för evangeliets predikande återvände äldste Scott i januari 2011 och upptäckte att kyrkan har haft stor framgång.

Under äldste Scotts första besök fanns det bara 40 medlemmar i Moçambique och landet tillhörde då Sydafrikamissionen Johannesburg. Vid sitt andra besök hade kyrkan växt till över 5 000 medlemmar spridda över två distrikt, nitton grenar och tre grupper över hela landet som träffades. I Moçambique finns också huvudkontoret för Moçambiquemissionen Maputo som täcker hela Moçambique och Angola.

Innan äldste Scott lämnade området tog han sig tid att tacka läkarna som var i Moçambique



FOTO MED TILLSTÅND AV ÄLDSTE NEIL L. ANDERSEN

Äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum träffar medlemmar och missionärer i Stillahavsområdet.

och arbetade inom kyrkans humanitära hjälpprogram.

Äldste Bednar och äldste Andersen stärker medlemmarna i Stillahavsområdet

Kyrkans medlemmar och missionärer i Stillahavsområdet fick nyligen råd och blev upplyfta och stärkta av två medlemmar i de tolv apostlarnas kворum, äldste David A. Bednar och äldste Neil L. Andersen.

Äldste Bednar träffade missionärer och medlemmar på Tonga, Nya Zeeland, Hawaii och Marshallöarna. För medlemmarna på Marshallöarna var äldste Bednars besök en viktig händelse eftersom man tror att det var första gången någonsin som en medlem av de tolv apostlarnas kворum hade kommit på besök.

Äldste Andersen utförde uppdrag i Australien, Papua Nya Guinea, Nya Zeeland och Franska Polynesien.

”När vi reser till havets öar och till jordens yttersta gränser så ser vi att kyrkan finns överallt”, säger äldste Bednar. ”Den är fast grundad, den växer och det finns trofasta, goda människor. Det är verkligen mirakulöst.” ■

Besök lds.org/study/prophets-speak-today för att få mer information om de nutida profeternas och apostlarnas verksamhet.

Tron och familjen inspirerar medlemmar på Nya Kaledonien att besöka templet

I januari var 147 medlemmar i kyrkan från Nya Kaledonien en månad i Hamilton på Nya Zeeland för att tillbringa tid i templet där.

För många var det första gången de hade varit i ett av kyrkans tempel. För andra var det en årligt återkommande händelse.

”Vi har inget tempel i Nya Kaledonien och de flesta av medlemmarna kommer från mycket enkla familjer”, säger Georgie Guidi, en medlem

i gruppen. ”Föräldrarna arbetar året om för att spara pengar till resan.” Templet ligger mer än 160 mil från medlemmarnas hem.

Han säger att anledningen till att de är så villiga att åka till Nya Zeeland är att upplevelsena de får där stärker deras tro på Jesus Kristus och för familjemedlemmarna närmare varandra.

Gerard Mou-Tham, distriktspresident på Nya Kaledonien, tillägger att ”resan till templet är en möjlighet för många att stärka sin tro och komma närmare Gud”. ■

VÄRLDEN I KORTHET

Premiärministern på Salomonöarna får tillkännagivandet om familjen

Kyrkan överlämnade ett exemplar av ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen” (*Liahona* nov. 2010, s. 128) till Salomonöarnas premiärminister Danny Philip under en kort ceremoni fredagen den 21 januari 2011.

Områdessjuttio äldste Dirk Smibert och andra representanter från kyrkan träffades i premiärministerns hem och överlämnade tillkännagivandet och en statyett av en familj.

Datum för tempel i El Salvador tillkännagett

Kyrkans första presidentskap har inbjudit medlemmar och övriga invånare till en allmän rundtur i templet i San Salvador

i El Salvador under ett öppet hus som hålls från fredagen den 1 juli till lördagen den 23 juli 2011, förutom söndagar.

Ett kulturellt evenemang hålls lördagen den 20 augusti 2011 och följs av templets invigning dagen därpå.

Webbsida ger medlemmar möjlighet att visa talanger för att stärka kyrkan

Helping in the Vineyard är en ny kyrkbaserad webbsida som skapats som samlingsplats för det ökande antalet volontärprojekt som kyrkans medlemmar kan delta i. Det är projekt som översättning, FamilySearch-indexering, fotografering, taggning av filmer och bilder samt revideringsarbete och de kan nås av alla som har tillgång till internet.

Webbsidans grundare hoppas få 10 000 volontärer att registrera sig och delta i onlineprojekt under 2011. Medlemmarna kan anmäla

sig för att delta på vineyard.lds.org som för närvarande bara finns på engelska.

Museum öppnar nya barnutställningar

Kyrkans kyrkohistoriska museum i Salt Lake City har öppnat två nya utställningar med kreativa inlärningsmiljöer och konstverk som barn har gjort.

The Gospel Blesses My Life (Evangeliet välsignar mitt liv) har konstverk av barn från 42 länder världen över som skildrar hur kunskapen om Jesu Kristi evangelium är till välsignelse.

A Book of Mormon Fiesta: A Latin American Celebration [En Mormonsbokfest: En hyllning av Latinamerika] har interaktiva delar som hyllar det latinamerikanska arvet och visar berättelser av latinamerikanska medlemmar.

Gå till churchhistorymuseum.org för att få mer information om utställningarna. ■

BREV TILL REDAKTIONEN

Mod att vara starkare

Jag begrundar dagligen råden jag får i *Liahona*. Det hjälper mig i mina dagliga beslut och jag märker att jag är mer beslutsam att följa evangeliet. Tidningen ger mig modet att vara lite starkare.

Ramon Cristopher Hipolito Villaluna,
Filippinerna

Löser omöjliga problem

Budskapen i *Liahona* håller mig stark. När jag behöver fatta till synes omöjliga beslut läser jag budskapen på nytt och hittar den perfekta lösningen. Ta aldrig bort Budskap från första presidentskapet och Sista dagars heliga berättar.

Evelyn Forson, Ghana

Det här är sanningen

Liahona har varit till vägledning i mitt liv sedan jag blev medlem i kyrkan för femton år sedan, och jag har fått starka intryck av Anden när jag har läst från dess sidor. Den är min tillflykt i svåra tider. När jag läser berättelserna från medlemmar runtom i världen och generalauktoriteternas ord får jag tröst, frid och en bekräftelse på att det här är sanningen.

Felipe Urbina, Costa Rica

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

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

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

”Den sanna vägen till lycka”, s. 28:

När du har berättat om artikeln för din familj kan du ställa följande frågor: Hur påverkas vår framtida lycka av besluten vi fattar nu? Hur kan vi vara säkra på att fattar rättfärdiga beslut?

”Kraften i en utbildning”, s. 42: Författaren till den här artikeln var imponerad av något som president Gordon B. Hinckley sade om utbildning: ”Ni behöver all den utbildning ni kan skaffa er. ”Försaka ... allt som måste försakas för att ni ska kunna kvalificera er för arbetet i världen.” Samtala tillsammans om vilka uppoffringar och välsignelser som har med utbildning att göra.

”Lär en man att fiska”, s. 54: Läs eller sammanfatta artikeln för din familj. Hur förberedde sig Ezra för att möta sina prövningar? Hur fick han hjälp av sin himmelske Fader? Samtala om vad er familj kan göra för att vara mer förberedda.

”Förtrösta på Herren”, s. 60: Läs artikeln tillsammans som familj. Du kan be familjemedlemmarna berätta om tillfällen när deras böner har besvarats. Samtala om hur vår himmelske Fader kan besvara böner och om hur viktigt det är att lita på honom.



Min dotters frågor

Som biskop för min församling uppmuntrar jag föräldrarna att ge sina barn möjlighet att undervisa på hemaftnarna. Min hustru och jag bestämde oss för att göra så som jag hade sagt.

Vår son undervisade oss först, och vi tyckte om hans lektion om bön. Måndagen därpå var det vår dotters tur. Hon hade döpts bara några månader tidigare. Hennes ämne var Guds skapelse. Hon ställde ett antal frågor som vi besvarade. Sedan bar hon sitt vittnesbörd och avslutade lektionen.

Min son sade: ”Du har inte undervisat oss än. Du ställde bara frågor.” Men jag talade

om för min familj att jag hade blivit rörd när min hustru som svar på en av frågorna sade att hon är tacksam mot Gud för att han har skapat familjeenheter och gett henne en underbar familj med en kärleksfull make. Jag sade till dem att mitt hjärta var fullt av tacksamhet när min yngsta dotter besvarade frågan ”Vem skapade världen?” genom att utbrista: ”Jesus.” Många andra svar var överväldigande insiktsfulla.

Så även om min dotter inte ”undervisade” som min son förväntade sig, tillhör hennes lektion — och andra som mina barn har hållit — mina favorit hemaftnar.

Richard Ikpegbu, Nigeria

BYGG PÅ EN SÄKER GRUND

Joshua J. Perkey

Kyrkans tidningar

Inte långt från Ohioflodens vidsträckta yta ligger ett litet samhälle i utkanten av Louisville i Kentucky som heter Anchorage. Orten som en gång var ett jordbrukssamhälle där en flodbåtskapten etablerade sin sista landväg, har blivit hem för familjer av många olika trosuppfattningar.

Det var där i kyrkan, hemma och medan jag utforskade den underbara världen i skogarna med sykomorträd, ekar, lönnar, valnötsträd och pilar som jag lärde mig en av kristendomens grundvalar: Jesus kom som läromästare och undervisade oss om godhet och redbarhet.

Mina föräldrar var goda människor och trofasta i sin kyrka. De lärde mig hur man blir en bra person och att det finns vissa saker som är rätt, som att vara vänlig mot andra, och vissa saker som var fel, som att stjäla. Å andra sidan lärde de mig också att det som en person tror är sant är lika riktigt som vad någon annan tror är sant, även om trosuppfattningarna skiljer sig åt på grundläggande sätt. I den filosofin, som jag förstår den, finns det inga eviga principer som är sanna för alla, bara personliga synpunkter som intelligenta personer har rätten och ansvaret att avgöra om de är sanna för just dem.

På grund av de här underliggande grundsatserna inom moralisk relativism var det svårt för mig att tro på vad mormonmissionärerna

lärde mig om behovet av försoningen, prästtadömsmyndighet och profeter. Faktum är att min resa mot omvändelse tog sex långa år med ett konstant ifrågasättande av vem jag var, vad jag trodde på, och om det faktiskt kunde finnas en Gud som hade fastställt eviga principer om rätt och fel, synd och konsekvenser.

Jag fick anmärkningsvärt nog en andlig bekräftelse, men den kom inte förrän jag var ödmjuk nog att ta emot den. Först kom ett

vittnesbörd om dopet, sedan om Mormons bok och sedan om att Joseph Smith var en sann profet. Ytterligare vittnesbörd följde, rad på rad, angående dagens profeter och apostlar.

Så småningom kom jag till en punkt i livet

när jag inte bara trodde på att evangeliet var sant — jag visste det. Mina sammanslagna små vittnesbörd skapade en grundval på vilken min tro var fast, ett bålverk mot vilket prövningar i fråga om mitt vittnesbörd slogs sönder.

Det är vår gudomliga rättighet att söka svar från Herren. Och vi måste ge oss själva andlig näring varje dag så att våra vittnesbörd förblir starka. Men jag vet också att i Herrens program är det inte produktivt att ständigt ifrågasätta principer som vi redan har fått ett vittnesbörd om. Faktum är att det kan leda till avfall.

Jag kämpar inte längre med min ungdoms moraliska relativism. Jag vet att när profeten talar så kommer hans ord från Gud. När omständigheter uppstår som utmanar mitt vittnesbörd litar jag till just det vittnesbörd som jag redan har fått, och sedan gör jag mitt bästa för att följa det. Det är vägen till frid. Det är vägen till lycka. ■



Ett vittnesbörd kan bli orubbligt.

Kyrkans välfärdsplan

75-ÅRSJUBILEUM FÖR OBEROENDE OCH TJÄNANDE

“Vårt främsta mål ... var att ... upprätta ett system, där lättjans förbannelse ska tas bort, understödets onda avskaffas och oberoende, arbetsamhet, sparsamhet och självrespekt åter upprättas hos vårt folk. Kyrkans mål är att hjälpa människor att hjälpa sig själva. Arbete ska åter krönas som den styrande principen hos våra medlemmar i kyrkan.”

President Heber J. Grant (1856–1945), i Conference Report, okt. 1936, s. 3; se också *Kyrkans presidenters lärdomar: Heber J. Grant* (2003), s. 111.

INNEHÅLL

- 82** Ett brev från första presidentskapet
- 83** Att sörja för de heliga på Herrens sätt
- 84** Sjuttiofem år av att leva förutseende
- 85** Fånga visionen av oberoende
- 92** Hur vi tjänar bättre genom att följa Frälsaren
- 93** Styrkan i gemensamma ansträngningar
- 96** Gör välfärdsprinciperna till en del av ditt liv



JESU KRISTI KYRKA AV SISTA DAGARS HELIGA
FÖRSTA PRESIDENTSKAPETS KONTOR
47 EAST SOUTH TEMPLE STREET, SALT LAKE CITY, UTAH 84150-1200


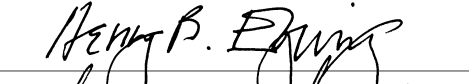
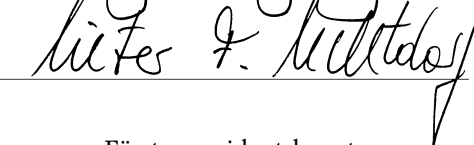
1 juni 2011

Kära bröder och systrar!

I år är det 75 år sedan kyrkans välfärdsprogram infördes. På följande sidor berättas lite om hur programmet blev till. De bekantar er också med kyrkans internationella välfärdsinsatser och visar principer för välfärdsarbete som medlemmar över hela världen utför.

Det här 75-årsjubileet är också en inbjudan och påminnelse för oss alla att bli mer oberoende och att följa Frälsarens exempel för att hjälpa människor att hjälpa sig själva. Vi inbjuder er och er familj att under bön begrunda och följa principerna för välfärd och oberoende medan ni läser den här särskilda avdelningen.

Med vänlig hälsning,

Första presidentskapet

Att sörja för de heliga på Herrens sätt

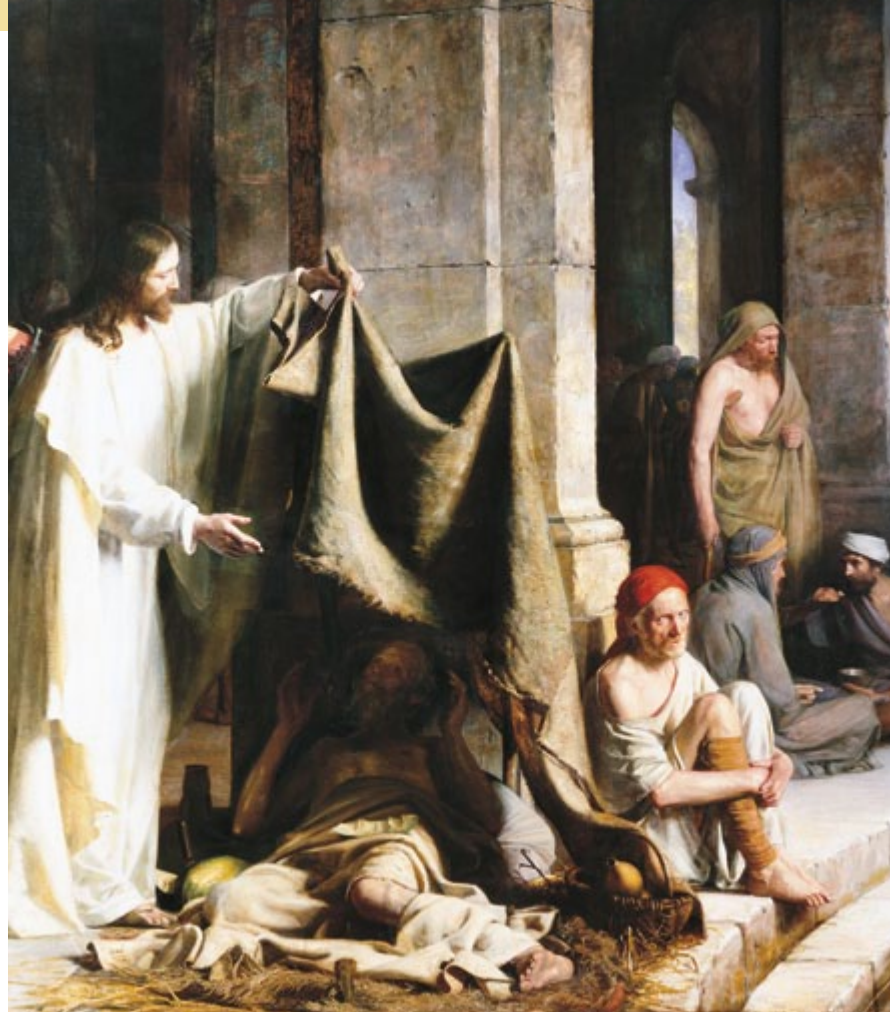
Det fanns en tid när börsen upplevde enorma förluster. Banker och andra ekonomiska institutioner gick under. Arbetslösheten var skyhögt. Människor förlorade sina hem. Regeringar ingrep med dyra program för att försöka vända de nedåtgående trenderna. Fler och fler människor tvingades vända sig till allmänna inrättningar för att få mat och andra förnödenheter.

Den här beskrivningen av 1930-talet kan också tillämpas i vår tid. Då — liksom nu — har kyrkans välfärdsplan funnits för att "hjälpa människor att hjälpa sig själva"¹, under katastrofer, under omfattande ekonomiska depressioner och lågkonjunkturer, och under mindre, mer personliga svårigheter som familjer och enskilda kan ställas inför när som helst.

Fastän välfärdsplanen som vi känner till den inte presenterades förrän 1936 har heliga i *varje* tidsutdelning tillämpat principer för att leva förutseende eftersom Frälsaren Jesus Kristus är välfärdsplanens arkitekt. President Thomas S. Monson har sagt: "Herren gav oss sättet när han förkunnade: 'Och förrådshuset skall upprätthållas med det som helgats åt kyrkan, och änkor och föräldralösa skall försörjas liksom de fattiga' (L&F 83:6). Sedan påminnelsen: 'Men det måste ske på mitt eget sätt' (L&F 104:16)."²

För att sörja för andra på Herrens sätt måste vi utveckla vårt eget oberoende och sedan hjälpa andra bli oberoende. "Hängivna män och kvinnor hjälper till att driva detta omfattande och inspirerade program", sade president Monson. "I verkligheten skulle planen aldrig lyckas på grundval av enbart arbete, ty programmet drivs på grundval av tro på Herrens sätt."³

75-årsjubileet av välfärdsplanen — som firas i år — ger sista dagars heliga möjligheten att reflektera över sådana grundläggande principer som att bli



oberoende, ta hand om fattiga och behövande och tjäna andra. När vi följer de här principerna är det lättare för oss att lindra lidande, bygga upp karaktär och främja enighet.

SLUTNOTER

1. *Kyrkans presidenters lärdomar*: Heber J. Grant (2003), s. 111.
2. Se Thomas S. Monson, "Herrens sätt", *Nordstjärnan*, apr. 1978, s. 8.
3. Thomas S. Monson, *Nordstjärnan*, apr. 1978, s. 8.

"Det verkligt långsiktiga målet med välfärdsplanen är att stärka karaktären hos kyrkans medlemmar, både givare och mottagare, och bärga allt det fina djupt inom dem och få andens förborgade rikedom att gå i blom och bära frukt, vilket trots allt är kyrkans uppdrag och syftet och skälet till att vara med i denna kyrka."

President J. Reuben Clark Jr. (1871–1961), förste rådgivare i första presidentskapet, i Glen L. Rudd, *Pure Religion: The Story of Church Welfare Since 1930* (1995), s. 301.

Heliga har under alla tidsutdelningar följt Frälsarens exempel för att ta hand om fattiga och behövande.

Fotografier på sidan 81 – Överst: Medlemmar lastar av mat vid biskopens centrala förrådshus i Salt Lake City 1937. I mitten: Filippinska ungdomar planterar sticklingar i en trädgård. Längst ner: Medlemmar arbetar på en stavsvälfärdsfarm i Utah 1948.



Sjuttiofem år av att leva förutseende

Fastän kyrkans välfärdsplan inte hade utarbetats ännu insåg de första heliga hur viktigt det var att vara oberoende, ta hand om fattiga och behövande och tjäna andra. Profeten Joseph Smith sade: "En man som är uppfylld av Guds kärlek nöjer sig inte med att vara till välsignelse enbart för sin familj utan vandrar omkring i hela världen i sin iver att vara till välsignelse för hela människosläktet."¹

Det dröjde inte länge efter att kyrkan etablerats för rän små biskopars förrådshus och tiondekontor upprättades för att hjälpa behövande. Joseph Smith införde insamlandet av fasteoffer i Kirtland, Ohio under 1830-talet.² Tiondeprincipen framlades också under den perioden (se L&F 119). Tionde och fasteoffer betalades i form av arbete, odlingsprodukter och andra varor. Biskopar och grenspresidenter ansvarade för distributionen av dessa resurser liksom de gör idag.³

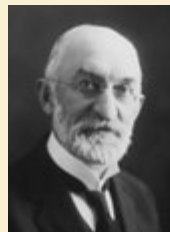
Många av de första heliga kämpade för att kunna försörja sig. För att bekämpa lättja förenades kyrkans ledare och medlemmar för att hitta sätt att skapa bra arbetstillfällen. Några anställdes för att uppföra kyrkans byggnader och färdigställa arbetsprojekt i samhället. Andra bedrev jordbruk och sålde sina produkter för att försörja sig själva och sin familj. Medan de heliga arbetade tillsammans välsignades de med tillräckliga medel för att ta hand om sina behov.

Fastän vår tids utmaningar är annorlunda fortsätter kyrkans medlemmar att försörja sig själva och ta hand om fattiga och behövande genom att följa Frälsarens lärdomar och föregående generationers exempel.

SLUTNOTER

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 422.
2. Se Howard W. Hunter, "Fastedagen", *Nordstjärnan*, nr. 2 1986, s. 56, 57.
3. Se Glen L. Rudd, *Pure Religion* (1995), s. 2, 4.

Informationen i tidslinjen kommer från följande källor om inget annat anges: Susan Clayton Rather, *Supporting the Rescue of All That Is Finest* (2005); Glen L. Rudd, *Key Moments in Church Welfare Services* (2008); Glen L. Rudd, *Important Events for Historical Church Welfare* (1999); Glen L. Rudd, *A Brief History of the Church Employment Program* (1998); Glen L. Rudd, *Pure Religion* (1995).



1936

- 6 april: President Heber J. Grant och hans rådgivare tillkännager kyrkans trygghetsplan under generalkonferensen.
- Oktober: Kyrkan bildar kyrkans allmänna välfärdskommitté.

“När vi fastar ... känner vi oss hungriga. Och under en kort stund befinner vi oss bokstaveligen i samma belägenhet som de hungriga och behövande. När vi gör det, får vi större förståelse för hur de nödställda känner sig. När vi ger biskopen ett fasteoffer för att lindra andra människors lidande, gör vi inte bara något stort för andra, vi gör också något underbart för oss själva.”

Äldste Joseph B. Wirthlin (1917–2008) i de tolv apostlarnas kворum, “Fastelagen”, *Liahona*, juli 2001, s. 90.



Medlemmar i Central Valley i Kalifornien, USA arbetar på en kyrkägad vingård i Madera. Vingården producerar hundratal tons russin som ska användas av fattiga världen över.

Fånga visionen av oberoende

Många medlemmar kanske tänker på välfärd som ett program som hjälper medlemmar i tillfälliga svåra situationer. Men avsikten med kyrkans välfärdsplan är mycket mer omfattande. Den främjar bland annat oberoende som en livsstil. President Thomas S. Monson har sagt att oberoende — ”förmågan, beslutssamheten och ansträngningen att sörja för sina egna och familjens behov”¹ — är en väsentlig del av vårt timliga *och* andliga välbefinnande.²

Att enbart ha en önskan att bli oberoende räcker inte. Vi måste göra medvetna, aktiva ansträngningar för att sörja för våra egna behov och för vår familjs. Biskop H. David Burton, presiderande biskop, påminner oss om att vi när vi har gjort allt vi kan för att bli oberoende så ”kan vi vända oss till Herren med förtroende och be om sådant som vi kanske fortfarande behöver”.³ Om vi är oberoende kan vi välsigna andra. Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”Det är enbart när vi är oberoende som vi verkligen kan följa Frälsaren i att tjäna och välsigna andra.”⁴

Oberoende omfattar flera aspekter av ett balanserat liv: (1) Utbildning, (2) hälsa, (3) arbete, (4) hemproduktion och hemförråd, (5) familjeekonomi och (6) andlig styrka.



Överst från vänster: Holländska medlemmar skördar och lastar potatis åt tyska medlemmar 1947. Ovan: Utbildningen i matproduktion i Ecuador har hjälpt medlemmar få mer produktiva odlingar.



1937

- Kyrkan öppnar biskopens första centrala förrådshus i Salt Lake City.



1938

- Welfare Square-marken införskaffas i Salt Lake City och byggnation påbörjas.
- April: Kyrkans trygghetsplan ändrar namn till kyrkans välfärdsplan.
- 12 augusti: Kyrkan öppnar den första Deseret Industries-affären i Salt Lake City.



1. Utbildning

Herren befäller oss att ”söka lärdom, ja, genom studier och även genom tro” (se L&F 88:118). President Gordon B. Hinckley (1910–2008) lärde: ”Vi tror på utbildning. Den här kyrkan uppmuntrar utbildning. Det åligger varje medlem i kyrkan, som en befallning från Herren, att skaffa sig all den utbildning man kan... Det åligger de sista dagars heliga som en uppmaning från Herren själv att vi utbildar våra sinnen och våra händer.”⁵

Roberto Flete Gonzalez från Dominikanska republiken hade som mål att få en utbildning. Han började studera vid ett universitet strax efter sin hemkomst från missionen. Hans far gick med på att bekosta mat och uppehälle så att Roberto kunde fokusera på sina studier, men Robertos far dog efter en kort tid och lämnade familjen i en svår ekonomisk situation.

Roberto slutade skolan och började arbeta för att försörja sig själv, sin mor och sin syster. Han undrade hur han någonsin skulle kunna avsluta studierna.

Några veckor senare tillkännagav president Hinckley Ständiga utbildningsfonden, ”ett djärvt initiativ” som hjälper ungdomar i

utvecklingsländer att ”höja sig ur den fattigdom som de och generationer före dem upplevt”.⁶ Roberto ansökte om och fick ett lån genom Ständiga utbildningsfonden vilket gjorde att han kunde fortsätta med sina studier. Denna möjlighet avhjälpste inte bara de omedelbara ekonomiska behoven utan gjorde också att Roberto fick tro till att gifta sig och bilda en evig familj eftersom han visste att han kunde försörja dem.

Roberto avslutade sina medicinstudier medan han verkade som biskop och blev den första medlemmen i kyrkan som satt i styrelsen för Dominikanska republikens medicinskolor. Men de bästa resultaten, säger han, har han sett hemma. ”Det har skett förändringar i min familj allteftersom vi har kommit allt längre bort från fattigdomens kretslopp”, säger han. ”Jag är tacksam över att min son inte behöver leva

”Allt vi kan lära oss som är sant medan vi lever på jorden kommer vi att ta med oss när vi uppstår. Och allt vi kan lära oss förbättrar vår förmåga att tjäna.”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, ”Utbildning för det verkliga livet”, KUV:s brasafton för unga vuxna, 6 maj 2001.



1939

- Verksamheten i det första förrådshuset och i den första konserverfabriken på Temple Square påbörjas.

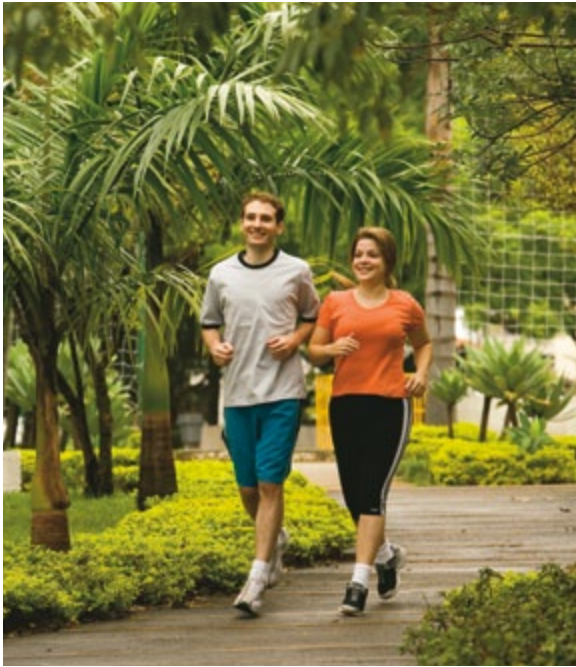


1940

- 27 augusti: President David O. McKay inviger siloanläggningen på Welfare Square. Kyrkans medlemmar donerade över 70 000 timmars arbete för att bygga den.

1941

- 20 april: Produktionen i det ursprungliga mejeriet på Welfare Square påbörjas.



Längst till vänster: Elever som är medlemmar i kyrkan utbildar sig för att vara bättre förberedda för att möta dagens hårda tävlingsinriktade värld. Till vänster: Motion och näringsrik mat är en viktig del av att behandla vår kropp med omsorg och respekt.

på samma sätt som jag eftersom vi har klivit ut ur det kretsloppet.”

För mer information, gå till avdelningen Education and Literacy på webbsidan providentliving.org. Besök också besmart.com, en webbsida som hjälper ungdomar i kyrkan att förbereda sig för högre studier.

2. Hälsa

Eftersom vi är skapade till Guds avbild (se 1 Mos 1:27) är vår kropp ett tempel och ska behandlas med omsorg och respekt (se 1 Kor 3:16–17).

Visdomsordet som finns i Läran och förbunden 89 är Herrens hälsolag som uppenbarades för Joseph Smith 1833. Den lär att vi ska äta näringsrik mat och undvika skadliga ämnen. Apostlar och profeter har sedan dess lärt att vi ska skylla alla ämnen eller sådant vi gör som skadar vår kropp eller vårt sinne och som kan leda till missbruk.⁷

Sainimere Balenacagi från Fiji lärde sig som tonåring hur viktigt det var, när hon var på ett bröllop med några vänner som inte var medlemmar i kyrkan. Många som var där, bland annat Sainimeres vänner, drack och rökte och bjöd henne att dricka. ”Jag hade

hela livet fått lära mig att följa evangeliets normer, så jag tackade nej utan att tveka”, säger Sainimere.

Hon vet att välsignelserna med att följa Visdomsordet sträcker sig bortom den fysiska hälsan: ”Jag har fått extra beskydd i den bemärkelsen att jag kan göra bättre val tack vare att jag är nära den Helige Anden. Jag kan tydligt se att normerna inte begränsar vår frihet; de skyddar oss från konsekvenser som leder till begränsad frihet.”

Gå till avdelningen Physical Health på webbsidan providentliving.org för att få mer information.



Sainimere Balenacagi känner till både de fysiska och andliga välsignelserna av att följa Visdomsordet.

”Vår fysiska kropp är verkligen ett Guds tempel. Därför måste du och jag noga överväga vad vi tar in i vårt tempel, vad vi tar på vårt tempel, vad vi gör mot vårt tempel och vad vi gör med vårt tempel.”

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum, ”Ye Are the Temple of God”, *Ensign*, sep. 2001, s. 18.



1948

- 1 mars: Kyrkan öppnar en regional arbetsförmedling i Salt Lake City.



1960

- Mars: Det nya mejeriet på Welfare Square är klart.

1963

- Produktionen i en pastafabrik och i en ny konserverfabrik på Welfare Square påbörjas.



Överst: En ung kvinna får hjälp vid ett arbetsförmedlingscenter i Mexico. Ovan: Oséias Portinari säger att arbetsförmedlingscentret i São Paulo i Brasilien "ger arbetslösa medlemmar en bättre framtidsvision".

3. Arbete

I många församlingar och grenar är jobbsökandet det viktigaste medlemmarna har att göra i sin strävan att bli oberoende. Prästadömskvorumen och församlingsrådets medlemmar kan hjälpa de här medlemmarna. De bör ha ett nära samarbete med dessa personer, ta reda på vilka resurser i samhället som kan användas, handledare som personligen kan hjälpa de behövande, och tillgängliga arbetstillfällen. Den kraft som kommer av att medlemmar arbetar tillsammans i tro för att välsigna behövande leder ofta till att medlemmarna får ett jobb.

"Vår himmelske Fader ber oss bara göra vårt bästa — att arbeta med full förmåga, hur stor eller liten den än må vara."

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Två principer för varje ekonomi", *Liahona* nov 2009, s. 56.

I vissa områden i världen har kyrkan upprättat arbetsförmedlingscenter. För närvarande finns det över 300 center i 56 länder som erbjuder sådana tjänster som yrkesvalskurser, nätverksmöten och individuell arbetsrådgivning. Den nya webbsidan LDSjobs.org har också resurser för arbetssökande, arbetsgivare och ledare i kyrkan.

När Oséias Portinari från Brasilien hade blivit uppsagd från sitt jobb sökte han arbete i över två månader. Han kunde inte hitta något jobb så han anmälde sig som volontär vid det lokala arbetsförmedlingscentret i São Paulo. Medan Oséias hjälpte andra att hitta ett arbete fick han själv möjlighet att förbättra sin intervjuteknik och förmåga att söka arbete. Han tog yrkesvalskursen flera gånger och blev så småningom lärare för kursen. När Oséias fortsatte att ihärdigt tjäna andra började han till sin förvåning få telefonsamtal från eventuella arbetsgivare som ledde till ett bra jobb.

Oséias är tacksam för kyrkans resurser som ger arbetslösa medlemmar en bättre vision för livet. Han

1973

- Kyrkan organiserar LDS Social Services för att hjälpa familjer.



1976

- Andra välfärdsanläggningar etableras i USA och Kanada.
- 29 mars: Nya biskopens förrådshus på Welfare Square är klart.

1978

- Kyrkan bildar en beredskapskommitté för att hjälpa miljontals människor runtom i världen som drabbas av katastrofer.

säger: ”Jag vet att Herren öppnar dörrar när vi gör vår del.”

Gå till LDSjobs.org, employment.lds.org eller närmaste arbetsförmedlingscenter för att få mer information.

4. Hemproduktion och hemförråd

År 2007 gav kyrkan ut *Förbered allt som behövs: Familjens hemförråd*, ett häfte som tar upp ett förenklat tillvägagångssätt för att bygga upp ett hemförråd. Första presidentskapet uppmanar medlemmarna världen över att koncentrera sig på att ha ett basförråd av mat och vatten och en del sparade pengar. Medlemmarna kan börja med att producera eller köpa några extra varor och sätta undan lite pengar varje vecka efter vad omständigheterna tillåter. Om medlemmarna följer det här mönstret kan de med tiden få ett hemförråd och en ekonomisk reserv som passar deras behov.⁸

När familjen Lugo från Valencia i Venezuela hade fått det rådet kände de sig inspirerade att påbörja sitt eget hemförråd. Varje vecka satte de undan lite mat, vatten och pengar. Också med sina begränsade resurser hade de samlat ihop ett litet förråd efter bara några månader. Senare det året satte en arbetarstrejk i Venezuela många lokala arbetares jobb i fara. Broder Omar Lugo var en av dem som så småningom förlorade sitt jobb.

Det tog nästan två år för broder Lugo att hitta ett nytt jobb. Under tiden levde broder Lugo och hans familj på sina besparingar och på hemförrådet. Trots den svåra situationen med arbetslöshet kände familjen Lugo frid och tröst eftersom de var förberedda. De mötte den osäkra framtiden med tillförsikt, i vetskap om att de hade följt rådet att bit för bit bygga upp ett hemförråd.⁹

Gå till avdelningen Family Home Storage på webbsidan providentliving.org eller se häftet *Förbered allt som behövs: Familjens hemförråd* för att få mer information.



Familjer i Demokratiska Republiken Kongo arbetar tillsammans för att odla cassava som baslivsmedel och att göra mjöl av roten som kan användas dagligen och som kan lagras en längre tid.

”Det här nya [hemförrådsprogrammet] kan alla ta till sig. Första steget är att sätta igång. Det andra är att fortsätta. Det har ingen betydelse hur fort vi tar oss dit så länge som vi börjar och fortsätter efter egen förmåga.”

Biskop H. David Burton, presiderande biskop, i ”Familjens hemförråd: Ett nytt budskap”, *Liahona*, mars 2009, s. 14.



1980-talet

- Kyrkans första arbetsförmedlingscenter utanför Förenta staterna öppnas i Argentina, Chile, Paraguay och Uruguay.

1981

- Kyrkan bygger en Deseret Industries-affär på Welfare Square.



1982

- 10 september: Förenta staternas president Ronald Reagan besöker välfärdsanläggningarna i Ogden, Utah.



Devon och Michaela Stephens säger att de genom att göra en budget har fått "fullständig kontroll" över sin ekonomi.

5. Ekonomi

En annan aspekt av att leva förutseende är att på ett vist sätt hantera inkomster och utgifter. Första presidentskapet har gett följande råd:

"Vi uppmanar er att vara försiktiga med utgifter, att behärska er i inköp för att undvika skulder ...

Om ni har betalat era skulder och har en ekonomisk reserv, även om den är liten, känner ni och era

"Vi har alla ansvaret att försörja oss själva och vår familj, både timligt och andligt. För att försörja oss på ett sparsamt sätt måste vi praktisera principerna för ett sparsamt leverne: med glädje leva inom våra ramar, vara nöjda med vad vi har, undvika omåttliga skulder och flitigt spara och bereda oss för sämre tiders oförutsedda händelser."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum, "Så blir vi sparsamma familjeförsörjare timligt och andligt", *Liahona*, maj 2009, s. 8.

barn er tryggare och får åtnjuta större frid i hjärtat."¹⁰

En lyckad ekonomi börjar med att man betalar tionde och fasteoffer. När medlemmarna sätter Herren främst får de större möjlighet att ta hand om sig själva och andra.

En annan del av att hantera ekonomin är att känna till inkomster och utgifter och kontrollera pengarna i stället för att låta dem kontrollera dig. När Devon och Michaela Stephens från Arizona i USA gjorde en budget hade de bara en vag känsla av hur mycket de spenderade varje månad. Men att göra en budget med olika kategorier hjälpte dem att "komma ner från molnen och landa på jorden", säger Michaela. "Det var oroande att se att vi hade mindre pengar än vi trodde, men det var också mycket glädjande att plötsligt känna att vi hade kontroll över pengarna vi hade."

Gå till avdelningen Family Finances på webbsidan providentliving.org eller se häftet *Förbered allt som behövs: Familjens ekonomi* för att få mer information.

1983

- Presiderande biskopsrådet får i uppdrag att leda välfärdsprogrammet.

1985

- Kyrkans program för humanitär hjälp påbörjas.



1990-talet

- Kyrkan använder sitt humanitära center till att sortera överskott av kläder och andra varor som ska sändas världen över för att avhjälpa fattigdom och olika katastrofsituationer.

1996

- Kyrkans etablerar Latter-day Saint Charities som en ideell organisation för att underlätta humanitära insatser i utvalda länder.¹
- Välfärdstjänster bygger de första biskopens förrådshus och hemförrådscentren utanför Förenta staterna, i Mexiko.
- Renovering av Welfare Square påbörjas.

6. Andlig styrka

Andligheten är väsentlig för vårt timliga och eviga välbefinnande. Vi får alla prövningar. När vi strävar efter att stärka vår andlighet kan vi möta prövningarna bättre och får hopp om bättre dagar.

Nirina Josephson-Randriamiharisoa från Madagaskar bor för närvarande i Frankrike där hon studerar. När hon precis hade kommit dit kämpade hon med ensamhet och hemlängtan. ”Jag sökte tröst genom bön, skriftstudier och den Helige Andens milda viskningar”, säger Nirina. ”Det gjorde att jag kom närmare min himmelske Fader och Frälsaren, och jag kände frid.”

Så småningom fick Nirina vänner och deltog i aktiviteter inom och utom kyrkan, och hon var lycklig. Men sedan skakades hennes värld om av tragiska nyheter hemifrån. ”En morgon fick jag ett meddelande om att min bror hade dött. Jag hade ingen aning om att jag kunde känna en sådan sorg. Under dagarna och veckorna som följde kämpade jag mig igenom stunder av ensamhet, ilska och förtvivlan. Det var en stor utmaning att göra ens det mest grundläggande.”

Några månader senare dog också en nära vän. Den nya sorgen ökade Nirinas redan tunga börda. För ett ögonblick övervägde Nirina att inte gå till kyrkan, men sedan kom hon att tänka på att samma sak som hade stärkt henne i tidigare svårigheter kunde stärka henne nu.

”Precis som när jag just hade flyttat till Frankrike sökte jag tröst i bön, skriftstudier och från den Helige Anden. Därigenom upplevde jag ännu starkare att Anden och läran om eviga familjer kan ge oss tröst och att Jesu Kristi försoning verkligen påverkar vårt liv”, säger hon.

”Oavsett vilka prövningar vi får så finns det inga återvändsgränder vad Herren anbelangar. Hans plan är en plan för lycka.”

Se *Att sörja för de heliga på Herrens sätt: Översikt över välfärdshandledning för ledare*, som finns på många språk på providentliving.org för att få mer information om oberoende och att leva förutseende.

SLUTNOTER

1. *Att sörja för de heliga på Herrens sätt: Översikt över välfärdshandledning för ledare* (häfte 2009), s. 1.
2. Se Thomas S. Monson, ”Riktlinjer för den enskildes och familjens välfärd”, *Nordstjärnan*, feb. 1987, s. 3.
3. H. David Burton, ”Arbetets välsignelser”, *Liahona*, dec. 2009, s. 37.
4. Robert D. Hales, ”A Gospel Vision of Welfare: Faith in Action”, i *Basic Principles of Welfare and Self-Reliance* (häfte, 2009), s. 2.
5. *Teachings of Gordon B. Hinckley* (1997), s. 724.
6. Gordon B. Hinckley, ”Den ständiga utbildningsfonden”, *Liahona*, juli 2001, s. 62.
7. Se till exempel Russell M. Nelson, ”Träldom eller frihet”, *Nordstjärnan*, jan. 1989, s. 5; M. Russell Ballard, ”O, hur listig är inte den ondes plan”, *Liahona*, nov. 2010, s. 108.
8. Se *Förbered allt som behövs: Familjens hemförråd*, (häfte, 2007).
9. Se ”Familjens hemförråd: Ett nytt budskap”, *Liahona*, mars 2009, s. 12–13.
10. *Förbered allt som behövs: Familjens ekonomi*, (häfte, 2007).



Nirina Josephson-Randriamiharisoa har upptäckt att när vi konsekvent följer evangeliet så får vi styrka att ta oss igenom de svåraste tider.

”Ett starkt vittnesbörd ger frid, tröst och visshet. Det frambringar övertygelsen om att när Frälsarens lärdomar konsekvent följs blir livet skönt, och framtiden trygg, och vi får förmåga att övervinna de svårigheter som korsar vår väg. Ett vittnesbörd växer genom att vi förstår sanningar, mottagna genom bön och begrundan av skrifternas lärdomar. Det vårdas genom att vi lever efter dessa sanningar med tro som är förankrad i den fasta tillförsikten om de utlovade följderna.”

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum, ”Trons och karaktärens omvandlande kraft”, *Liahona*, nov. 2010, s. 46.



1997

- LDS Social Services uppnår en rekordsiffra i fråga om utplacering av adoptivbarn på ett år med 629 — den högsta siffran som uppnåtts av förmedlingen på hela 1900-talet.²



1999

- Mars: Välfärdstjänsten påbörjar ett omfattande anställningsinitiativ för att etablera så många som femtio nya arbetsförmedlingscenter över hela världen.
- Namnet LDS Social Services ändras till LDS Family Services (Kyrkans familjeservice) och programmet utökas.



Hur vi tjänar bättre genom att följa Frälsaren

Den som vill bevara sitt liv skall mista det”, sade Frälsaren, ”men den som mister sitt liv för min skull, han skall vinna det” (Luk 9:24).

Om denna uppmaning sade president Thomas S. Monson: ”Jag tror att det Frälsaren säger är att om vi inte mister vårt liv i våra medmänniskors tjänst så har vårt liv inte mycket mening. De som bara bryr sig om sig själva förtorkar till slut och mister bildligt sett sitt liv, medan de som mister sig själva genom att tjäna andra växer och blomstrar — och vinner sitt liv därigenom.”¹

Det kan vara svårt att få den nödvändiga tiden och energin till att hjälpa vår familj, våra grannar, våra församlings- eller grensmedlemmar, vårt samhälle och även främlingar. När hjälper vi och hur, särskilt som vi alla har begränsad tid till förfogande? Hur tjänar vi när våra omständigheter begränsar vår förmåga?

Vårt stora exempel är förstås Frälsaren Jesus Kristus som har inbjudit oss att följa honom (se Matt 4:19).

Vi delar förstås inte hans gudomliga kall, men vi kan

vara delaktiga i hans verksamhet. Aposteln Petrus sade följande när han beskrev Jesu verksamhet: ”Han ... gick omkring och gjorde gott” (Apg 10:38).

Jesus botade sjuka och hjälpte lidande (se Matt 9:20–22; Mark 8:22–25). Vi kanske inte utför samma stora underverk, men vi kan trösta och hjälpa dem som är döende, sjuka eller som sörjer.

Frälsaren gav på ett mirakulöst sätt mat till dem som ingen hade (se Matt 14:15–21). Vi kan ge ett generöst fasteoffer, hjälpa till med matproduktionsprojekt och bidra till samhällsinsatser för att ge mat åt hungriga.

Jesus var medveten om och hjälpte den enskilde (se Luk 8:45–48). När vi försöker följa hans exempel öppnar Anden våra ögon så att vi kan se de lidande, ensamma och utstötta. Och vi kan få vägledning om hur vi ska hjälpa dem.

Jesus tillbringade tid med andra även när han inte hade planerat det (se Luk 24:29) **och även när han hade egna bekymmer att**

2001

- En ny yrkesvalkurs startas på arbetsförmedlingscentren. Material till starta-eget-kurser presenteras ett år senare.
- 5 september: En återinvigningsceremoni hålls efter att renoveringen av Welfare Square blivit klar.



2003

- 25 januari: Provident Living-webbsidan startas, providentliving.org.
- Ett betydande förslag godkänns om att öka antalet biskopens förrådshus runtom i världen.
- Kyrkan påbörjar fyra större humanitära initiativ: kurser för återupplivning av nyfödda, rent vatten, distribution av rullstolar och ögonvård.

handskas med (se Matt 14). Vi har fått rådet att tjäna på ett klokt och ordningsamt sätt och inte "[löpa] fortare än [vi] har krafter till" (Mosiah 4:27). Men ibland kommer våra största möjligheter till att tjäna och välsigna andra när det är som minst bekvämt. I Frälsarens liknelse avbröt den barmhärtige samariten sin resa då och där för att avhjälpa den skadade mannens behov (se Luk 10:30–37).

Ingen undgick Frälsarens uppmärksamhet eller var för låg för att han skulle hjälpa dem

(se Matt 9:9–13). Vi kan liksom Frälsaren älska och upplyfta andra. Vi kan undervisa dem om en bättre väg och inbjuda dem att tillsammans med oss ta del av det överflödande liv som Frälsaren erbjuder.

Vår himmelske Fader känner till våra unika för-mågor, omständigheter och önskningsar, och han vet hur vi kan använda dem för att välsigna andra. När vi kommer närmare honom och söker hans vägledning hjälper han oss att veta vem, var och hur vi ska tjäna.

Gå till avdelningen Service på webbsidan **LDS.org** för förslag på hur du kan tjäna i kyrkan, i samhället, genom missionsverksamhet och genom humanitär hjälp.

SLUTNOT

1. Thomas S. Monson, "Hur har jag hjälpt någon idag?" *Liahona*, nov. 2009, s. 85.

"Att ta sig an föräldralösa barn och änkor i deras nöd och hålla sig obesmittad av världen, det är en gudstjänst som är ren och fläckfri inför Gud och Fadern" (Jak 1:27).



Längst till vänster: Broder Chiroque, en Unga mäns president i Chulucanas i Peru, arbetar med Alex, en medlem av lärarkvorumet, för att göra kryckor till en skadad man i deras gren.

Fasteoffren, som de som samlas in av de här diakonerna, är av största betydelse när det gäller att hjälpa behövande.

Styrkan i gemensamma ansträngningar

Fastelagen

Herren instiftade fastelagen för att välsigna sitt folk och tillhandahålla ett sätt att ta hand om behövande. Han instruerade de heliga att ge "av [sina] medel till de fattiga ... och de skall läggas fram inför min kyrkas biskop" och skall "ges åt de fattiga och behövande" (L&F 42:31, 34). Fasteoffer är en huvudresurs för Herrens förrådshus. Kyrkans medlemmar uppmantras att ge ett fasteoffer som minst motsvarar värdet av de två mål mat som man hoppar över under fastan. President Spencer W. Kimball (1895–1985) bad medlemmarna att ge "mycket, mycket mer — tio gånger mer om man har möjlighet till det".¹

När vi förstår och följer fastelagen ökar vår kärlek och medkänsla för mindre lyckligt lottade. Fasta, åtföljt av bön, är en form av sann gudsydikan. När vi

2009

- Juni: En ny adoptionswebbsida startas, ItsAboutLove.org.³



2010

- April: En ny webbsida för arbetsförmedling startas, LDSjobs.org. Den finns för närvarande på engelska, spanska och portugisiska.
- Matproduktion tillkommer som ett nytt humanitär initiativ.

SLUTNOTER

1. Se "Humanitarian Activities Worldwide," providentliving.org/content/display/0,11666,4600-1-2323-1,00.html.
2. Se C. Ross Clement, "LDS Family Services" (opublicerad historia som förberetts åt Kyrkans familjeservice, 10 maj 2000).
3. Se Kimberly Bowen, "LDS Family Services Launches New Web Site," *Ensign*, sep. 2009, s. 78.



Symboliskt för den ökade kraft som kommer när vi går samman för att tjäna andra hjälper prästdömsbröder i Louisiana, USA till att flytta på ett omkullvräkt träd efter orkanen Katrina år 2005.



Projekt som persikoproduktion ger en mängd olika matprodukter som både när och upplivar många som annars skulle lida av hunger.

följer fastelagen får vi andlig styrka, timliga välsignelser och en större önskan att tjäna andra.

President Thomas S. Monson har sagt: "Principen om fasteoffer förekommer så tidigt som på Jesajas tid. Då Jesaja talade om en sann fasta uppfordrade han folket att fasta med orden: 'Ja, dela ditt bröd åt den hungrige, skaffa de fattiga och hemlösa en boning' [Jes 58:7]. Profeten Joseph införde bruket att samla in fasteoffer till de fattiga i Kirtland i Ohio. Senare i Nauvoo i Illinois skickade de tolv apostlarnas kворum ett allmänt brev till kyrkan i vilket 'fastans principer' definierades. Det stod: 'Låt detta bli till exempel för alla heliga, så ska det aldrig fattas bröd: När de fattiga svälter, låt då dem som har fasta en dag och ge det de annars skulle ha ätit till biskoparna för de fattigas räkning. Då

"Om varje medlem i kyrkan fastade och bidrog generöst skulle fattiga och behövande — inte bara i kyrkan utan även många andra — bli välsignade och omhändertagna."

President Gordon B. Hinckley (1910–2008), "Rise to a Larger Vision of the Work", *Ensign*, maj 1990, s. 97.

kommer alla att klara sig länge.... Och så länge alla de heliga lever efter denna princip med glada hjärtan och anleten kommer de alltid att ha ett överflöd."²

Matproduktion

Produktion och hantering av mat till hungriga har varit en av välfärdsplanens hörnstenar ända sedan den presenterades. Det som började som spridda odlingar och arbetsprojekt runt om i Utah blev ett vidsträckt nätverk med över 1000 farmar och matproduktionsprojekt som drivs av kyrkans stavar och församlingar. Välfärdsfarmar drevs i Nordamerika, Europa, Australien och Polynesien. På 1980-talet konsoliderades, förstörades och förbättrades dessa farmar och produktionsanläggningar. Några mindre projekt såldes.

Som tidigare stöds dessa farmar och anläggningar av kyrkans medlemmar, som utför det mesta av arbetet — på volontärbasis. Medlemmarna bidrar med hundratusentals arbetsdagar varje år för att producera, hantera och distribuera mat som ska användas för att stödja behövande. Årligen produceras över 45 miljoner kilo säd, bönor, kött, frukt, grönsaker och andra varor som lagras så att biskoparna säkert har



Som en del av det fortgående arbetet med att uppfylla människors grundläggande behov samlar unga kvinnor i Hongkong in tvål och andra hygienartiklar till katastroffer.



Projekt där vi tjänar andra stärker banden mellan oss och hjälper oss utveckla kristuslika egenskaper. Här tvättas en bostad av unga medlemmar i Mexiko som är engagerade i ett grannskapsprojekt.

mat tillgänglig att ge till behövande. I de områden i kyrkan där det inte finns några förrådshus eller där de inte är lättillgängliga, använder biskopar och grens-presidenter fasteoffer för att hjälpa behövande med förnödenheter och tjänster.

Herrens förrådshus

Sedan välfärdsprogrammet presenterades 1936 har kyrkans medlemmar arbetat tillsammans för att avhjälpa lidandet för behövande. Ekonomiska nedgångar, naturkatastrofer, arbetslöshet, sjukdom och handikapp eller olika förluster har krävt att de heliga arbetar tillsammans under ledning av prästadömet för att se till att behov uppfylls och att enskilda och familjer välsignas. Under årens lopp har miljontals medlemmar villigt gett av sin tid och sina talanger för att välsigna andra och ersätta, som president Monson sagt, "ensamma personers svaghet [med] styrkan hos många som tjänar tillsammans".³

När president Heber J. Grant talade om välfärds-systemet 1936 sade han att "inga nya organisationer" skulle krävas i kyrkan, men att "stavs- och församlingsorganisationer, prästadömskvorum, Hjälpföreningen och de andra biorganisationerna [skulle]

tjäna av bästa förmåga för kyrkans allmänna välfärd".⁴ Herren hade redan etablerat den organisation som behövdes för att välsigna fattiga och behövande. Prästadömskvorumen fanns på plats, Hjälpföreningen var organiserad och Guds prästadöme fanns på jorden.

Kyrkans medlemmar, med sitt helgade arbete, sina talanger och förmågor, blev en integrerad del av Herrens förrådshus. Förutom fasteoffret som betalas till kyrkans fasteofferfond, kan prästadömsledare använda alla medlemmars tid, talanger, förmågor och energi för att välsigna behövande.

Genom att tacka ja till tillfällen att hjälpa andra i nöd visar vi vår kärlek till Gud och till hans barn. Det här är välfärd i sitt renaste ljus, och dess trofasta utövande upphöjer både givaren och mottagaren, så som nutida profeter har sett det.

SLUTNOTER

1. Spencer W. Kimball, i Conference Report, apr. 1974, s. 184.
2. Thomas S. Monson, "Var en förebild", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 43.
3. Thomas S. Monson, i "Messages of Inspiration from President Monson", *Church News*, 6 feb. 2010, s. 2.
4. Heber J. Grant, i *Messages of the First Presidency of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints*, 6 band (1965–1975), 6:19; sammanst. av James R. Clark; skrivning med stor bokstav standardiserad.



”Till alla som hör min röst förkunnar jag att välfärdsplanen i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är inspirerad av Gud Allsmäktig. Ja, Herren Jesus Kristus är dess arkitekt. Han säger till dig och mig: ‘Se, jag står vid dörren och klappar på. Om någon hör min röst och öppnar dörren, skall jag gå in till honom.’ (Upp 3:20)

Må vi höra hans röst, må vi öppna dörren till vårt hjärta för hans närvaro, och må han vara vår ständige ledsagare när vi strävar efter att tjäna hans barn.”

President Thomas S. Monson, ”The Way of the Lord”, i *Basic Principles of Welfare and Self-Reliance* (häfte, 2009), s. 12.

Gör välfärdsprinciperna till en del av ditt liv

Att följa välfärdsprinciper är att omsätta vår tro på Jesus Kristus i handling — genom att till exempel eliminera onödiga skulder, leva inom våra tillgångar och bygga ett hemförråd och en ekonomisk reserv. Vår tro leder till att vi utbildar vårt sinne och våra händer och att vi arbetar varje dag i vårt liv för att bli oberoende. När vi har tagit hand om våra egna behov kan vi bättre sörja för oss själva och tjäna andra. Må vi följa rådet att inte bara *göra* gott utan sträva efter att *vara* goda, inte bara *göra* bättre ifrån oss utan *vara* bättre.¹ Lydnad mot Herrens råd ger timliga och andliga välsignelser. Det gör att vi kan möta livets utmaningar med mod och tillförsikt i stället för med rädsla och tvivel.

President Thomas S. Monson påminner oss om vår plikt att lyfta och välsigna andra:

”Mina bröder och systrar, må vi ställa oss själva frågan: ’Hur har jag hjälpt någon idag?’ Må orden i en bekant psalm genomsyra vår själ och planteras i vårt hjärta:

*Har jag gjort något gott på vår jord i dag?
Har jag tröstat den som fällt en tår?
Har jag glatt någon vän, visat kärlek till den
har jag gjort allt vad jag förmår?
Har jag lättat någons börda i dag?
Har jag fyllt den sjukes behov?
Har jag gett av min styrka till den som är svag?
När de bad om hjälp, var jag där?*

Det tjänande vi alla har kallats till är att vara i Herren Jesu Kristi tjänst.”² ■

SLUTNOTER

1. Se Robert D. Hales, ”A Gospel Vision of Welfare: Faith in Action”, i *Basic Principles of Welfare and Self-Reliance* (häfte, 2009), s. 1.
2. Thomas S. Monson, ”Hur har jag hjälpt någon idag?”, *Liahona*, nov. 2009, s. 87.

ANDRA RESURSER

Är du intresserad av att lära dig mer om ämnena som tagits upp på dessa sidor? Det finns flera häften, DVD-skivor, webbsidor och andra resurser som kan vara till hjälp. Gå till 75yearsofwelfare.org för att få mer information.



I hans ständiga vård, av Greg Olsen

"Säljs inte fem sparvar för två öre? Och inte en enda av dem är bortglömd hos Gud.

Ja, till och med alla hårstrån på ert huvud är

räknade. Var inte rädda. Ni är mer värda än många sparvar" (Luk 12:6-7).



Ar 1829 uppenbarade sig de forntida apostlarna Petrus, Jakob och Johannes för Joseph Smith och Oliver Cowdery och gav dem melkisedekska prästadömet. Genom samma ordinationsprocess kan alla värdiga manliga medlemmar i kyrkan få och utöva prästadömet — myndigheten att handla i Guds namn. Se sidorna 14, 16 och 19.