

Liahona



**Hvordan fedre er
til velsignelse for
sine barn, s. 4, 10**

Misjonær i Japan, presiderende
biskop, ny apostel: Eldste
Gary E. Stevenson, s. 14

Hvordan Mormons bok
gjenoppretter åndelig
gangsyn, s. 20

14 spørsmål om livet etter
døden besvart, s. 32



"De skal ikke sulte og ikke tørste. Hverken heten eller solen skal skade dem. For han som forbarmer seg over dem, skal føre dem og lede dem til kildevell."

1 Nephi 21:10



BUDSKAP

- 4 Budskap fra Det første presidentskap: Vår Fader, vår veileder**
Av president Dieter F. Uchtdorf
- 7 Besøkende lærerinnens budskap: Templets ordinanser og pakter**

HOVEDARTIKLER

- 14 Eldste Gary E. Stevenson: Et forståelsesfullt hjerte**
Av eldste Robert D. Hales
Eldste Stevenson utfører tjeneste med et hjerte som forstår Åndens tilskyndelser, velsignelsene ved Frelserens forsoning og Kirkens evne til å velsigne dem som trenger det.
- 20 De blindes øyne skal se**
Av eldste Lynn G. Robbins
Mormons bok er et annet øyenvitne om Jesus Kristus og hans strålende evangelium.

- 26 Syv kjærlige mirakler på veien**
Av Ephrem Smith
Min reise fra min spede begynnelse som foreldreløs, til å tjene Herren som misjonær, var intet mindre enn mirakuløs.

- 28 Kom, følg med meg: Undervis i de grunnleggende tingene hjemme**
Av Alicia Stanton og Natalie Campbell
Forslag til å lære om de månedlige ungdomstemaene som familie.

- 32 Hva vet vi om livet etter døden?**
Av David A. Edwards
Vi kan bidra til å besvare andres spørsmål om livet etter døden på grunn av de klare og verdifulle sannhetene i det gjengitte evangelium.

- 36 En forandring i hjertet**
Av eldste Edward Dube
Da vår datter ble syk, innså jeg at mitt hjerte måtte forandre seg like mye som Almas hadde.

AVDELINGER

- 8 Hva vi tror på: Vi tror på å følge profeten**
- 10 Vårt hjem, vår familie: Min fars kjærlige eksempel**
Navn ønskes ikke oppgitt
- 12 Musikk: Kom til ham**
Av Theodore E. Curtis og Hugh W. Dougall
- 40 Refleksjoner og speilbilder: Hurra!**
Av G. Craig Kiser
- 41 Tjeneste i Kirken: Ikke på min vakt!**
Av Brett J. Porter
- 42 Sagt av siste-dagers-hellige**
- 80 Til vi ses igjen: Hva, hvorfor og hvordan i forbindelse med et vitnesbyrd**
Av president Spencer W. Kimball

OMSLAGSSIDEN

Forsiden: Foto: Cody Bell. Annen omslagsside: Foto: iStock/Thinkstock. Nest siste omslagsside: Foto: Leslie Nilsson.



46

46 Iherdighet og disippelens vei

Av eldste David F. Evans

Vi trenger iherdighet for å bli Frelserens sanne disipler, og for å oppnå de virkelige gode målene som vår himmelske Fader vet at vi trenger å nå for å forberede oss til evigheten.

50 Sabbatens forkjempere

Av Samantha McFadyen

Valget var vårt: Vi kunne enten spille på søndag og prøve å bli landsmestere, eller vi kunne stå over kampen og holde sabbatsdagen hellig.

52 Det vanskeligste ved å være misjonær

Av Wendy Ulrich

Du har lest Mormons bok og Forkynn mitt evangelium. Men kan du snakke med fremmede og takle avvisning? Frisk opp noen andre ferdigheter du helt klart vil trenge som misjonær.

57 Vår spalte

58 Fra misjonsmarken: En sjel som roper

Av Stephen Dugdale

Han virket uvennlig, utilnærmelig og litt skummel. Men han var egentlig bare en sjel som trengte noen evige svar.

61 Svar fra Kirkens ledere: Hvordan du kan hjelpe misjonærene

Av eldste David A. Bednar

62 Spørsmål & svar

Mor og far banner, hører på høy musikk og ser upassende TV-programmer. Hva kan jeg gjøre for å føle Ånden hjemme, spesielt på søndager?

64 Hvordan være en god venn

Av David Dickson

Vi ønsker alle venner. Her er noen måter å få gode venner og å være en også.



76

66 Barn som står rakrygget: Stå for det rette

Av Aysia Tan

68 Jordans studiekompis

Av Kirstin Ide

Jordan visste ikke hva han skulle gjøre uten sin kompis som studerte Mormons bok sammen med ham. Men så fikk han en idé!

70 Guds fulle rustning

Hva kan du gjøre for å holde deg åndelig trygg og lykkelig?

72 Svar fra en apostel: Hvilke løfter inngår vi ved dåpen?

Av eldste Neil L. Andersen

73 Vår side

74 Helter i Mormons bok: Abish var misjonær

75 Jeg kan lese Mormons bok

76 Historier fra Mormons bok: Alma lærer oss hvordan vi skulle be

79 En side å fargelegge: Jeg kan være ærbødig

OVERSIKT



Se om du kan finne liahonaen som er gjemt i dette nummeret.

Tips: Hvor kan du be?

52



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

De tolv apostlers quorum: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks,
M. Russell Ballard, Robert D. Hales, Jeffrey R. Holland,
David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson,
Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson,
Dale G. Renlund

Redaktør: Joseph W. Sitati

Assisterende redaktører: James B. Martino,
Carol F. McConkie

Rådgivere: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett,
Craig A. Cardon, Cheryl A. Esplin, Christoffel Golden,
Douglas D. Holmes, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

Administrerende direktør: Peter F. Evans

Daglig leder: Vincent A. Vaughn

Director of Church Magazines: Allan R. Loyborg

Økonomiansvarlig: Garff Cannon

Redaksjonssjef: R. Val Johnson

Assisterende redaksjonssjef: Ryan Carr

Produksjonssjef: Megan VerHoef Seitz

Tekst og redigering: Brittany Beattie, David Dickson, David A.
Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff, LaRene
Porter Gaunt, Jill Hacking, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris,
Sally Johnson Odekirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M.
Romney, Mindy Anne Selu, Paul VanDenBergh, Marissa Widdison

Kunstnerisk ansvarlig: J. Scott Knudsen

Bilderedaktør: Tadd R. Peterson

Design: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie M. Bentley,
C. Kimball Bott, Tom Child, Nate Gines, Colleen Hinckley,
Eric P. Johnson, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison,
Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Koordinator for opphavsrett: Collette Nebeker Aune

Produksjonssjef: Jane Ann Peters

Produksjon: Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett,
Katie Duncan, Bryan W. Gygi, Denise Kirby, Ginny J. Nilson,
Gayle Tate Rafferty

Forhåndstrykk: Jeff L. Martin

Trykkerisjef: Craig K. Sedgwick

Øversettelse: Statsautorisert translator Petter Svanevik

Distribusjonssjef: Stephen R. Christiansen

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

Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring
vennligst kontakt kundeservice

Telefon: +46 (0) 8500 655 20

E-post: rcstockholm@ldschurch.org

Internett: store.lds.org

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

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

Liahonas lokalredaksjon:

Redaksjonens adresse:

Ole Podhorny

Vestbrynet 13

1519 MOSS

Tlf.: 69 27 17 04

Nyhetsredaktør: Ole Podhorny

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

© 2016 Intellectual Reserve, Inc. Ettertrykk forbudt. Trykt i USA.

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

For Readers in the United States and Canada:

June 2016 Vol. 80 No. 6. LIAHONA (USPS 311) Norwegian (ISSN 1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone or at store.lds.org. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Ideer til familiens hjemmeaften

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



“Hva vi tror på,” side 8: Denne artikkelen lærer oss: “Når vi oppholder profeten og apostlene, får vi et vitnesbyrd om dem som Guds tjenere.” Ved å lese eller lytte til taler fra generalkonferansen, kan du styrke ditt vitnesbyrd om profeter. Vurder å lese en av president Monsons siste taler som familie, og velge et bestemt råd å etterleve. Når du etterlever det profeten har sagt, kan du prøve å forstå hvordan du blir velsignet.

“Kom, følg med meg: Undervis i de grunnleggende tingene hjemme,” side 28: President Spencer W. Kimball (1895–1985) sa: “Den suksess som hver enkelt av oss og som Kirken som et hele

vil oppnå, vil i høy grad bero på hvor trofast vi konsentrerer oss om å etterleve evangeliet i hjemmet.” Vurder å studere et emne i *Kom, følg med meg* som familie i en måned. Dere kan studere aspekter av det valgte temaet hver uke, ved hjelp av Skriftene eller andre studiehjelpemidler som *Forkynn mitt evangelium*, LDS.org, Veiledning til Skriftene og *The Life of Christ Bible Videos*. Dere kan fortelle hva dere har lært og følt, på familiens hjemmeaften hver uke. Vurder å skrive ned tanker og tilskyndelser i en studiedagbok, og dele det du har lært, med vennene dine via sosiale medier.

MER PÅ INTERNETT

Liahona og annet av Kirkens materiale er tilgjengelig på mange språk på languages.lds.org. Gå inn på [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (tilgjengelig på engelsk, portugisisk og spansk) for å finne inspirerende budskap, ideer til familiens hjemmeaften og materiell som du kan dele med venner og familie.

EMNER I DETTE NUMMERET

Tallene viser til første side av artikkelen.

Bibelen, 20

Bønn, 12, 58, 61, 66, 76

Det aronske prestedømme, 41

Disippelens vei, 46

Dåp, 72, 73

Ekteskap, 28

Familie, 10, 28, 36, 43, 44, 62

Farsrollen, 4, 10

Forsoning, 36

Frelsesplanen, 32, 58

Gud Faderen, 4

Iherdighet, 46

Innstilling, 52

Jesus Kristus, 12, 28, 40

Lydighet, 8, 28, 70

Mirakler, 26

Misjonærarbeid, 52, 58, 61, 74

Mormons bok, 20, 57, 68, 74, 75

Mål, 46

Nadverden, 40

Omvendelse, 36

Ordinanser, 7, 28

Pakter, 7, 28, 72

Profeter, 8, 42, 44

Sabbatsdagen, 45, 50, 62

Selvhjelpenhet, 28

Tempelarbeid, 7

Templer, 44, 73

Tjeneste, 41

Tro, 36, 46, 75

Undervisning, 28, 43

Ungdom, 41

Vennskap, 64

Vitnesbyrd, 80

Ydmykhet, 52

Ærbødighet, 79



Av president
Dieter F.
Uchtdorf

Annenrådgiver i Det første presidentskap

Vår Fader, VÅR VEILEDER

Har du noen gang åpnet en eske med deler, funnet frem monteringsanvisningen og tenkt: “Dette gir ingen mening i det hele tatt?”

Til tross for våre beste intensjoner og indre trygghet, finner vi noen ganger frem en del og spør: “Hva er den til?” eller “Hvordan passer den inn?”

Frustrasjonen stiger når vi ser på esken og legger merke til en ansvarsfraskrivelse som lyder: “Montering kreves – åtte år og oppover.” Fordi vi fortsatt ikke har noen anelse, styrker det ikke akkurat vår selvtillit eller selvfølelse.

Noen ganger har vi en lignende opplevelse med evangeliet. Når vi ser på en eller annen del av det, kan vi klø oss i hodet og lure på hva denne delen er til. Eller når vi gransker en annen del, innser vi kanskje at selv om vi virkelig har anstrengt oss for å forstå, klarer vi bare ikke å finne ut hvorfor denne delen er der.

Vår himmelske Fader er vår veileder

Heldigvis har vår himmelske Fader gitt oss storartede instruksjoner for å bygge opp vårt liv og sette sammen vårt beste jeg. Disse instruksjonene fungerer uavhengig av alder eller omstendigheter. Han har gitt oss evangeliet og Jesu Kristi kirke. Han har gitt oss forløsningsplanen, frelsesplanen, eller planen for lykke. Han har ikke overlatt oss til oss selv med alle livets uvissheter eller utfordringer og sagt: “Vær så god. Lykke til. Finn ut av det.”

Om vi bare vil være tålmodige og se med et ydmykt hjerte og et åpent sinn, vil vi oppdage at Gud har gitt oss mange verktøy for å kunne forstå hans omfattende instruksjoner for vår lykke i livet:

- Han har gitt oss Den hellige ånds uvurderlige gave, som kan være vår personlige, himmelske veileder når vi studerer Guds ord og forsøker å bringe våre tanker og handlinger i samsvar med hans ord.
- Han har gitt oss døgntilgjengelig tilgang til ham gjennom troens bønner og påkallelse med ærlig hensikt.
- Han har gitt oss apostler og profeter som åpenbarer Guds ord i vår tid, og har myndighet til å binde eller besegle på jorden og i himmelen.
- Han har gjenopprettet sin kirke – en organisasjon av troende som arbeider sammen for å hjelpe hverandre idet vi arbeider på vår frelse med frykt, beven og enestående glede.¹
- Han har gitt oss De hellige skrifter – sitt skrevne ord til oss.
- Han har gitt utallige hjelpemidler i form av ny teknologi for å hjelpe oss å vandre på disippelens vei. Mange av disse fantastiske redskapene finnes på LDS.org.

Hvorfor har vår himmelske Fader gitt oss så mye hjelp? Fordi han er glad i oss. Og fordi han har sagt om seg selv: “Dette er min gjerning og min herlighet – å tilveiebringe



mennesket udødelighet og evig liv.”²

Med andre ord, vår himmelske Fader er vår Gud, og Gud er en veileder for oss.

Vår himmelske Fader kjenner sine barns behov bedre enn noen annen. Det er hans gjerning og herlighet å hjelpe oss i hver eneste sving, og gi oss strålende timelige og åndelige ressurser for å hjelpe oss på vår vei tilbake til ham.

Enhver far er en veileder

I noen deler av verden blir fedre hedret av familier og samfunnet i juni måned. Det er alltid bra å hedre og respektere våre foreldre. Fedre gjør mange gode ting for sin familie, og har mange beundringsverdige egenskaper. To av de viktigste rollene fedre

har i sine barns liv, er å være et godt eksempel og en veileder. Fedre gjør mer enn å fortelle sine barn hva som er rett eller galt. De gjør mye mer enn å slenge en håndbok til dem og forvente at de skal finne ut av livet selv.

Fedre veileder sine dyrebare barn og viser ved sitt gode eksempel

hvordan man lever et hederlig liv.

Fedre overlater ikke sine barn til seg selv, men løper til deres unnsetning og hjelper dem opp når de snubler. Og noen ganger når visdom tilsier det, lar fedrene barna kjempe, fordi de forstår at dette kan være den beste måten for dem å lære.

UNDERVIS FRA DETTE BUDSKAPET

Du kan gjerne begynne med å be dem du underviser, tenke på en gang da vår himmelske Fader veiledet dem. Du kan deretter be dem tenke over likhetene mellom dette tilfellet og en gang da de ble veiledet av sin jordiske far. Be dem skrive ned likhetene med hensyn til hvordan de ble veiledet. Du kan utfordre dem til å prøve å etterligne det de skrev ned, i et forsøk på å bli et bedre eksempel for andre.

Vi er alle veiledere

Selv om jordiske fedre gjør dette for sine egne barn, er veiledning noe vi skulle tilby alle Guds barn, uavhengig av alder, sted eller omstendigheter. Husk at Guds barn er våre brødre og søstre. Vi tilhører alle den samme evige familien.

I denne forstand, la oss alle være veiledere – ivrige etter å rekke ut en hånd og hjelpe hverandre å få frem det beste i oss. Fordi vi er Guds avkom, har vi mulighet til å bli ham lik. Å elske Gud og våre medmennesker, å holde Guds bud og følge Kristi eksempel, er den rette,

smale og gledesfylte veien tilbake til våre himmelske foreldres nærhet.

Hvis universets Gud bryr seg så mye om oss at han er en veileder for oss, kan kanskje vi også strekke oss ut til våre medmennesker, uavhengig av farge, rase, sosioøkonomiske omstendigheter, språk eller religion. La oss bli inspirerte veiledere og velsigne andre – ikke bare våre egne barn, men også alle Guds barn over hele verden. ■

NOTER

1. Se Apostlenes gjerninger 13:52; Filipperne 2:12.
2. Moses 1:39.

BARN

Vår himmelske Faders hjelp

Fordi vår himmelske Fader elsker oss, har han gitt oss mange redskaper, eller gaver, for å hjelpe oss. Sett hver gave sammen med riktig bilde nedenfor. Hvordan kan du bruke disse gavene til velsignelse for deg selv og andre?



Studer ydmykt dette stoffet, og søk å få vite hva du skal dele med andre. Hvordan vil det å forstå "Familien – en erklæring til verden" styrke din tro på Gud og velsigne dem du våker over som besøkende lærerinne? Du finner mer informasjon på reliefsociety.lds.org.

Templets ordinanser og pakter

Alle ordinanser som er nødvendige for frelse og opphøyelse, ledsages av pakter med Gud. "Å inngå og holde pakter innebærer å velge å knytte oss til vår himmelske Fader og Jesus Kristus," sa Linda K. Burton, Hjelpeforeningens øverste president.¹

Eldste Neil L. Andersen i De tolv apostlers quorum sa: "Herren har sagt: 'I dets ordinanser blir guddommelighetens kraft tilkjennegitt.'

Det er spesielle velsignelser fra Gud til enhver verdig person som blir døpt, mottar Den hellige ånd og regelmessig tar del i nadverden."²

"Når menn og kvinner drar til templet," sa eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum, "blir begge begavet med den samme kraft, som er prestedømmets kraft...

Alle menn og alle kvinner har tilgang til denne kraft for å få hjelp i sitt



eget liv. Alle som har inngått hellige pakter med Herren og som overholder disse paktene, er berettiget til å motta personlig åpenbaring, bli velsignet ved englers betjening og ha samfunn med Gud, og motta fylden av evangeliet og til slutt å bli arvinger sammen med Jesus Kristus til alt vår Fader har."³

Flere skriftsteder

1 Nephi 14:14; Lære og pakter 25:13; 97:8; 109:22

NOTER

1. Linda K. Burton, "Kraft, glede og kjærlighet ved å holde pakter," *Liahona*, nov. 2013, 111.
2. Neil L. Andersen, "Kraft i prestedømmet," *Liahona*, nov. 2013, 92.
3. M. Russell Ballard, "Menn og kvinner i Herrens arbeid," *Liahona*, april 2014, 48–49.
4. Se D. Todd Christofferson, "Kraften i pakter," *Liahona*, mai 2009, 19, 20–21.



Tro, familie, hjelp

Levende historier

I 2007, fire dager etter et kraftig jordskjelv i Peru, møtte eldste Marcus B. Nash i De sytten grens-president Wenceslao Conde og hans hustru Pamela. "Eldste Nash spurte søster Conde hvordan det sto til med barna. Med et smil svarte hun at på grunn av Guds godhet var de alle friske og i sikkerhet. Han spurte hvordan det hadde gått med Condes hjem.

'Det er borte,' sa hun ganske enkelt.

'Likevel,' bemerket eldste Nash, 'smiler du mens vi snakker sammen.'

'Ja,' sa hun, 'jeg har bedt, og jeg føler fred. Vi har alt vi trenger. Vi har hverandre, vi har våre barn, vi er beseget i templet, vi har denne fantastiske kirken, og vi har Herren. Vi kan bygge opp igjen med Herrens hjelp' ...

Hva er det som gjør at vi ved å inngå og holde pakter med Gud får evnen til å smile i vanskeligheter, til å vende prøvelser til seier...?

Kilden er Gud. Vår tilgang til denne kraften er gjennom våre pakter med ham."⁴

Overvei dette

Hvordan kan templets ordinanser og pakter styrke oss?

VI TROR PÅ Å FØLGE PROFETEN

likhet med den opprinnelige kirken som Jesus Kristus opprettet under sitt jordiske virke, er Kirken i dag “bygd opp på apostlenes og profetenes grunnvoll, og hjørnesteinen er Kristus Jesus selv” (Efeserne 2:20). Vi har tolv apostler, så vel som Kirkens president og hans rådgivere, som er profeter, seere og åpenbarere. De er kalt til å vitne om Jesus Kristus og forkynne hans evangelium over hele verden.

Freiseren velger sine profeter og forbereder dem gjennom mange erfaringer, til å lede Kirken. Når Kirkens medlemmer snakker om profeten, mener de Kirkens president, den eneste personen på jorden som mottar åpenbaring for hele Kirken.

Fordi Kirkens president taler for Herren (se L&p 1:38), er det ikke klokt å velge og vrake bare de delene av hans råd som vi ønsker å følge. I stedet behandler vi hans råd og oppfordringer som om vi hadde fått dem direkte fra Jesus Kristus, “i all tålmodighet og tro” (L&p 21:5).

Når vi velger å lytte til og følge profeten og de andre apostlene, blir vi velsignet i våre anstrengelser for å bli som Jesus Kristus, og vi blir beskyttet mot verdens usikkerhet og bedrag (se Efeserne 4:11–14).

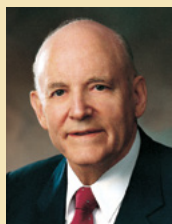
For eksempel finner vi åndelig sikkerhet i en verden av omskiftelig moral og verdinormer ved å etterleve de uforanderlige normene som

profeten og apostlene underviser. Vi finner også timelig trygghet i å følge profetiske råd om å unngå gjeld, spare penger og lagre mat.

Når Kirkens president og apostlene vier sitt liv til Herrens verk – reiser rundt i verden for å vitne om Kristus, undervise de hellige og føre tilsyn med Kirkens administrasjon over hele verden – styrker og velsigner han dem og deres familier. Vi oppholder dem også når vi ber for dem, adlyder deres råd og søker Den hellige ånds bekrefteelse på sannhetene de underviser.

Når vi oppholder profeten og apostlene, får vi et vitnesbyrd om dem som Guds tjenere. Selv om de ikke er fullkomne, vil ikke vår himmelske Fader tillate dem å føre oss vill (se Mosebok 18:18–20). ■

VEILEDNING GJENNOM EN LEVENDE PROFET



“Gud har igjen talt og fortsetter å gi veiledning til alle sine barn gjennom en levende profet i dag. Vi erklærer

at [Gud], som lovet, alltid er med sine tjenere og leder Kirkens arbeid i hele verden.”

Læresetninger fra Kirkens presidenter – Howard W. Hunter (2015), 115.

Du kan lære mer om å følge profeten ved å lese “Opphold profetene” (*Liahona*, nov. 2014, 74–76) av president Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum.

Dette er noen av velsignelsene som har kommet til oss gjennom levende profeter:



Profeten Joseph Smith (1805–44) oversatte Mormons bok “ved Guds gave og kraft” (se innledningen til Mormons bok). Siden den ble utgitt i 1830, har den vært til velsignelse for millioner av mennesker.



I 1936, under den store depresjonen, bekjentgjorde president Heber J. Grant (1856–1945) det som skulle bli Kirkens velferdsprogram. I dag bistår dette programmet mennesker av alle trosretninger rundt om i verden.



I april 1998, da Kirken hadde 51 templer i drift, bekjentgjorde president Gordon B. Hinckley (1910–2008) et program for å bygge mange små templer. Disse templene er nå til velsignelse for stadig flere medlemmer av Kirken over hele verden.



I 1915 oppfordret president Joseph F. Smith (1838–1918) og hans rådgivere Kirkens medlemmer til å begynne å ha familiens hjemmeaften. Familier høster fremdeles de store velsignelsene som de lovet ville bli resultatet.



I 2012 bekjentgjorde president Thomas S. Monson at minstealderen for misjonærtjeneste for menn og kvinner ble senket til 18 og 19 år. Tusenvis av familier og misjonærer har blitt velsignet ved den resulterende utvidelsen av misjonærstyrken.

MIN FARS KJÆRLIGE EKSEMPEL

Navn ønskes ikke oppgitt

Min far viste meg hvordan jeg kan elske mine villfarne barn.

Jeg ble medlem av Kirken etter å ha takket ja til en invitasjon fra to venner til å delta i Seminar. Mor og far støttet hele tiden mine beslutninger om å bli døpt, dra på misjon og gifte meg i templet. Jeg husker imidlertid smerten jeg følte (og som jeg antok at mor og far også opplevde) ved å vite at de velvillig ventet i venterommet i Provo Utah tempel mens min brud og jeg ble beseglet.

Vi fikk senere fire barn, og jeg husker gleden over å vite at hver enkelt av dem var beseglet til oss fordi de ble født i pakten. Våre barn var de første barnebarna, og selv om mine foreldre og søsken aldri sluttet seg til Kirken, fikk de et svært nært forhold til hvert av mine barn. I mange år bodde vi i nærheten av hverandre, og mor og far fikk se barna våre delta på skoleaktiviteter og idrettsarrangementer for ungdom. De var tilstede da hvert av barna ble døpt.

Da barna kom i tenårene, hadde vi flyttet til en annen delstat på grunn av jobben min. Men til og med i løpet

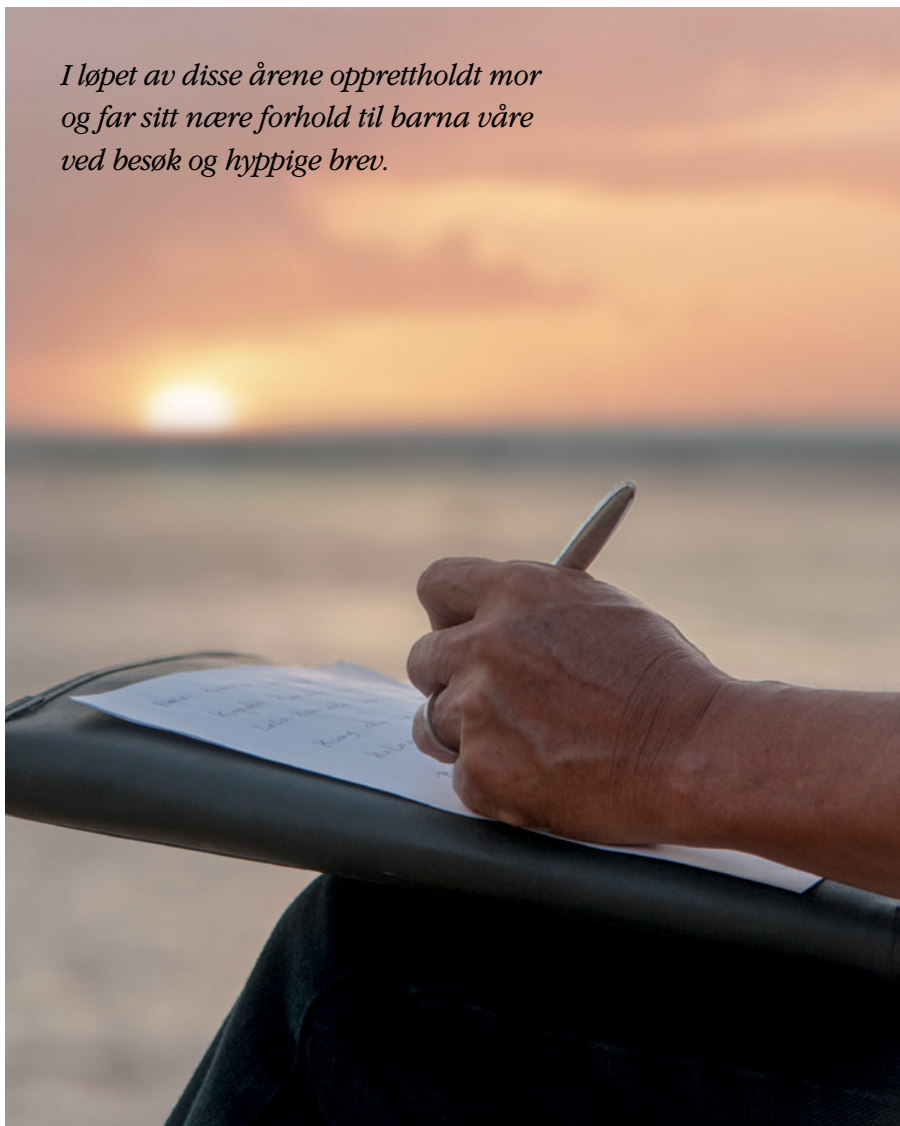
av disse årene opprettholdt mor og far sitt nære forhold til barna våre ved besøk og hyppige brev.

Da mor og far ble middelaldrende, fikk mor diagnosen alzheimer med tidlig debut. Far var fast bestemt på å ta hånd om henne, også da tilstanden

hennes krevde heltidsomsorg. Til og med i disse siste årene holdt far kontakten med meg ved ukentlige, og i noen perioder daglige, telefonsamtaler og brev. Jeg hadde alltid hatt et nært forhold til både mor og far, men i løpet av de siste 10 årene av min



I løpet av disse årene opprettholdt mor og far sitt nære forhold til barna våre ved besøk og hyppige brev.



fars liv fikk vi et ekstra nært forhold. Det gikk opp for meg at han også var like flink til å holde kontakten med mine tre søsken – på tross av de vidt forskjellige interessene og trosretningene vi valgte etter hvert som vi ble eldre.

Mine foreldre og min familie bodde på motsatt side av USA disse siste årene, og de kom på besøk to ganger, selv om mors alzheimer hadde utviklet seg til et punkt der det å hjelpe henne på en lang flyreise var svært vanskelig for far.

Samtidig bestemte den ene etter den andre av barna mine seg for å slutte å gå i kirken. To fikk til slutt navnet sitt fjernet fra Kirkens opptegnelser. Dette har utvilsomt vært den største prøvelsen i både min hustrus og mitt liv. Og selv om han ikke var en siste-dagers-hellig, opplevde far også smerte og forvirring på grunn av våre barns valg. I det stille var han en religiøs mann, og gjennom disse årene sluttet han seg til oss i bønn for dem.

I 2005 døde far etter å ha fått diagnosen kreft, og mor gikk bort tre år senere. Min hustru og jeg gledet oss over å kunne være deres stedfortredere og sørge for tempelordinanser etter deres død.

Jeg har lenge bedt om å kunne forstå hvordan jeg best kunne forholde meg til våre barn nå som de er voksne, noen med egen ektefelle og barn, ingen av dem medlem av Kirken. Vi står følelsesmessig nær alle våre fire barn, og vi er takknemlig for at de ofte viser oss kjærlighet.

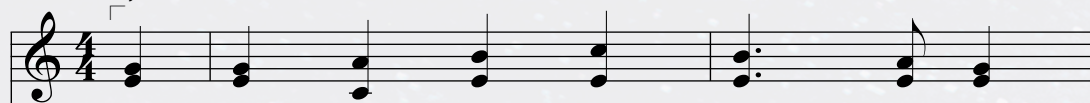
Jeg fikk til slutt et veldig klart svar

på hvordan jeg skal oppføre meg, muligens resten av mitt liv, overfor disse voksne barna. Jeg måtte gjøre det min far hadde gjort med meg. På tross av det forskjellige livet vi levde og de forskjellige religiøse perspektivene vi hadde, var far fast bestemt på å komme nærmere meg som far og venn mens jeg opplevde smerten av å se mine barn velge en annen livsførsel og tro enn min. Jeg innså at jeg må følge min fars eksempel, som lærte meg å behandle barn med en annen tro: Elske dem fullstendig, slik Frelseren ville ha gjort. ■

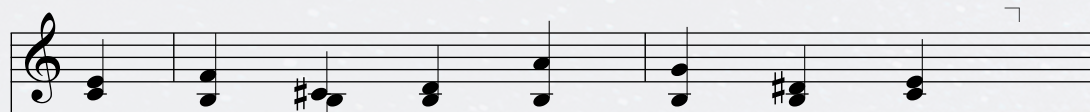
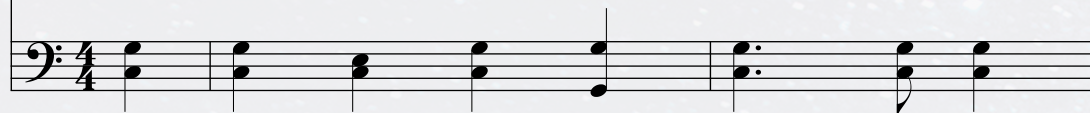
Kom til ham

Tekst: Theodore E. Curtis
Musikk: Hugh W. Dougall

Tankefullt ♩ = 80-92



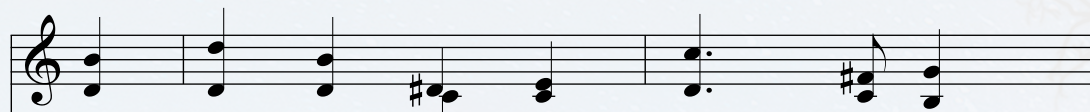
1. Jeg vand - rer gjen - nom nat - tens ro
2. Og øns - ker jeg meg no - e sterkt
3. Hva enn som måt - te skje med meg,



i en - som - het og still - het god,
og ber Ham sig - ne meg med det,
om jeg blir tru - et på min vei,



a - le - ne un - der stjer - ners hær.
da kom - mer in - gen ild her ned,
er Han min red - ning gjen - nom det,



Jeg vet at og - så Gud er der.
men det jeg ber om, gir meg fred.
min til - flukt fra min fi - en - de.



Jeg kne - ler stil - le ned i bønn
 Når stor - mer ra - ser rundt meg her,
 Så kom til Ham om trett du er,

og mot - tar svar fra Ham i lønn.
 jeg fø - ler in - gen arm rundt meg.
 og har du fei - let er Han nær.

Det fjer - ner byr - den helt fra meg.
 Men hver en storm går meg for - bi
 Du fin - ner fred og hvi - le der.

Mitt så - re hjer - te fry - der seg.
 når jeg kun til Ham set - ter lit.
 Ja, kom til Ham, ja, kom til Ham!

Eldste Gary E. Stevenson

ET FORSTÅELSEFULLT HJERTE

Av eldste Robert D. Hales
i De tolv apostlers quorum



Mens han vokst opp i Cache County, Utah, USA, med Logan Utah Tempel i nærheten (se motsatt side), fikk Gary Stevenson mange leksjoner fra sin far og mor. Hans far lærte ham å følge Den hellige ånd, og hans mor påvirket ham til å velge det rette. Som tenåringslære lærte han å sette pris på fellesskapet og tjenesten i sine prestedømsquorum, en del av forberedelsen til hans tjenestegjerning idag i De tolv apostlers quorum.

Da Gary Stevenson var omkring 11 år gammel, tok hans far han med på tur. “Jeg hoppet fra stein til stein foran faren min”, minnes han. “Jeg hadde til hensikt å klatre opp på en stor stein og kikke ned. Da jeg klatret mot toppen av kampesteinen, tok han tak i beltet mitt og dro meg ned.

‘Hva er i veien?’ sa jeg, og han svarte, ‘Ikke klatre opp på den steinen. La oss bare holde oss til stien.’ En stund senere da vi var kommet høyere opp på stien og kunne se ned, så vi en klapperslange på toppen av steinen, der den lå og solte seg.

‘Det var derfor jeg dro deg ned,’ forklarte far.

Senere, da vi kjørte hjem, visste jeg at han ventet på at jeg skulle spørre: ‘Hvordan visste du at det var en slange der?’ Han sa, ‘La meg lære deg om Den hellige ånd.’ Vi hadde en improvisert leksjon om rollene Den hellige ånd kan ha i vårt liv: beskytter, trøster, og en som vitner. ‘I dette tilfellet,’ fortalte faren min, ‘beskyttet Den hellige ånd deg gjennom meg. Han advarte meg om å dra deg bort derfra.’”

Denne erfaringen, selv om den var enkel, hjalp eldste Stevenson å forstå at når vi mottar tilskyndelser fra Ånden, skulle de bli forstått og iverksatt. Det var en av mange leksjoner han fikk fra faren sin.



Fantastisk mor, fantastiske mentorer

I følge eldste Stevenson var moren hans et eksempel på sann godhet. ‘Hennes forventninger motiverte meg. Nesten alle mine handlinger ble målt opp mot tanken om at jeg ikke ville skuffe min mor.’”

Sammen innførte foreldrene evangeliets prinsipper gjennom familiens hjemmeaften eller andre familieaktiviteter eller samlinger. “De forankret vårt hjem i evangeliets læresetninger. Det var fundamentet i livet vårt,” sier han.

Andre bemerkelsesverdige mentorer veiledet ham også. “Jeg husker i begynnelsen av min opplæring som generalautoritet, at president Henry B. Eyring, førsteråd giver i Det

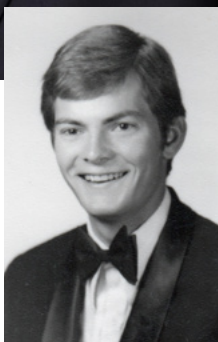


første presidentskap, foreslo vi skulle lage en liste over 20 mennesker som hadde hatt en positiv innflytelse i vårt liv. Jeg tror alle kunne ha nytte av å gjøre en slik øvelse. Det var inspirerende å tenke på alle de gode menn og kvinner som var der for å hjelpe meg, spesielt i min ungdom.”

Beriket av familie og venner

Gary E. Stevenson ble født 6. august 1955, og er oppvokst i Logan, Utah, USA. Foreldrene hans, Evan og Jean Hall Stevenson, fikk fire barn. Gary var barn nummer to og eldste sønn.

“Jeg hadde et nært forhold til min bror og mine søstre. Min eldste søster, Debbie, forventet at jeg skulle gjøre det som var rett. Mine yngre søsken, Merilee og Dough, forventet at jeg skulle være et eksempel. Vi følte alle et ansvar for å leve rettferdig og delta i Kirkens aktiviteter.” Hans utvidede familie hadde også høye forventninger. “For eksempel



da mitt eldste søskenbarn dro på misjon, signerte han en todollarseddel og ga den til det neste søskenbarnet som forberdte seg til å dra. Denne todollarseddelen gikk gjennom 16 søskenbarn som utførte misjoner over hele verden, og minnet hver og en om at vi sto sammen om å tjene Herren.”

Venner i prestedømmet ga ham også god innflytelse. “Jeg lærte tidlig i livet hva det betyr å tilhøre et quorum, ikke bare på søndag, men også i nabolaget og på skolen,” sier han. “Det ga meg en følelse av identitet, tilhørighet, brorskap, og tjeneste.” Han husker spesielt at han ledsaget et quorumsmedlem i innsamlingen av fasteoffer fra en søster i menigheten som var lenket til hjemmet, blind, og



Eldste Stevenson var på heltidsmisjon i Japan (nederst til høyre) og ble glad i Asia og folket der. Da han kom hjem, møtte han sin fremtidige kone mens de deltok på et instituttkurs sammen. De giftet seg i Idaho Falls Idaho Tempel og ble foreldre til fire sønner: Craig, Bryan, Brett og Kyle. Eldste Stevensons øyne lyser opp når han snakker om sin kone, "solskinnet i livet mitt."

med liten inntekt. "Til tross for sine omstendigheter, hadde hun alltid en mynt eller to til fasteoffer," minnes han.

En gave som krever arbeid

Etter uteksamineringen fra videregående skole og en kort periode ved Utah State universitetet, ble eldste Stevenson kalt til å tjene i Japan Fukuoka misjon. "Jeg var engstelig for å lære japansk. Mine bekymringer fortsatte på opplæringscenteret for misjonærer. Allikevel ledet omtrent seks uker, gjentatte bønner og intenst studium meg til en slags fred om at Herren ville velsigne meg til å lære japansk, men ikke uten hardt arbeid. Dette lærte meg at tungemålgaven er som tro og arbeid og andre av evangeliets prinsipper. Etter at du har gjort alt du kan, blir du begavet med velsignelsen."

Etter misjonen utviklet eldste Stevenson en lidenskap for Kirkens historie mens han studerte Mormons bok og

Lære og pakter, og mens han gravde seg ned i historiske opptegnelser og familiehistorie. Han ble spesielt interessert i Joseph Smith og hans familie, familien Whitmer, Oliver Cowdery, og Martin Harris. Han studerte oversettelsen og publiseringen av de forskjellige utgavene av Mormons bok.

Enda en gang lærte han at tro og hardt arbeid går hånd i hånd. "Ethvert svar til ethvert spørsmål i evangeliet kommer ikke med en gang," underviser han. "Herren forventer at vi skal lese, studere, grunne og be. Når vi gjør dette med tro og et rettferdig ønske, vil det, med tiden, komme et vitne."

Gjennom årene har han følt seg spesielt velsignet når han har vært kalt som lærer til Juniorsøndagsskolen, Evangeliets prinsipper, og Unge menn klasser. Disse kallene har gitt ham mulighet til å vitne som sine dype følelser for Skriftenes sannferdighet, en overbevisning som har utviklet seg fra flere års studium.

Tilbake på Utah State universitetet, gikk eldste Stevenson tilbake til sine studier i forretningsadministrasjon og markedsføring. Han tilbragte lange timer på biblioteket. "Hver gang jeg gikk inn der, ble jeg hilst velkommen med et skilt ... som sa, 'Kjøp forstand for alt ditt gods' [Ordspråkene 4:7]."

Dette skriftstedet ble innprentet i hjertet hans og mange år senere ble det teamet for en andakt han holdt på Brigham Young universitetet.

"Denne forståelsen kommer gjennom *studium og bønn i gjensidig avhengighet*," forklarte han ved den anledningen. "Når vi stoler på Herren, vil en større forståelse komme fra ham og inn i hjertet vårt."¹



En Institutt romanse

I løpet av et instituttkurs i Det gamle testamente, traff han Lesa Jean Higley, som hadde flyttet fra California til Idaho og var nå en student ved Utah State. “Læreren spurte Lesa og å rollespille Eva og meg om å spille Satan som fristet henne. På grunn av dette tok det litt tid å overbevise henne om å gå ut med meg,” minnes han med et smil. De gikk ut sammen i litt over et år og deretter giftet de seg i Idaho Falls Idaho Tempel i 1979.

Eldste Stevensons øyne lyser opp når han snakker om Lesa. Han viser til henne som “solskinnet i livet mitt.”² Søster Stevenson ble uteksaminert med utdanning som husøkonom, underviste i skolen tidlig i ekteskapet, og bidro kontinuerlig frivillig med sin tid og sine talenter til skoler, private og offentlige styrever, organisasjoner, og andre. Eldste Stevenson betrakter imidlertid hennes talenter som husmor til å være hennes største gudgitte gaver. “Hun har en evne til å skape et evangeliesentret hjem, et trygt og innbydende miljø det Ånden dveler.” Denne evnen, sammen med en dyp forståelse av at sann glede kommer gjennom tjeneste for andre, har velsignet livet til hennes mann, hennes familie, og mange rundt henne.

Eldste og søster Stevenson ble foreldre til fire sønner. “Vi har gledet oss sammen om alt opp gjennom årene,” sier han. “Guttene spilte basketball, fotball, baseball, og tennis. Vi er alle sammen glade i utendørsaktiviteter slik som fire-hjulinger, snøscootere, ski, snowbord, og forskjellig vannsport. Lesa påvirket dem imidlertid også med kulturelle aktiviteter, noe som utviklet seg til glede over musikk og kunst. Og for å bidra med tjeneste til andre i familien, ble det nødvendig at hun dro nytte av ‘hestekreftene’ til guttene.”

Bygging av en bedrift

Eldste Stevensons yrkeskarriere vokste fram fra hans kjærlighet til det asiatiske folket. Da han kom hjem fra misjon, begynte han og noen venner å importere gaveartikler fra Asia. Dette utviklet seg til salg av fitness produkter. I løpet av de neste tre tiår, vokste deres beskjedne forretning til en suksessrikt bedrift som hadde over 2 500 ansatte.



En av de ansatte husker hva som bodde i eldste Stevensons hjerte som forretningsmann. “Vi diskuterte en vanskelig forretningsavgjørelse. Jeg sa at vi måtte forsikre oss om å gjøre det som var lovlig. Han sa til meg at vi måtte ikke bare gjøre det som var lovlig, men også det som var riktig.”

“Å omgi seg med gode prinsipper i forretningslivet er bra for forretningen,” konstaterer eldste Stevenson. “Integritet, hardt arbeid, medfølelse, behandle mennesker med respekt – og samtidig kreve ansvarlighet – er begrep du ikke bare snakker om eller praktiserer på søndagene. De må praktiseres hver dag i uken.”

Ettersom bedriften vokste, økte også etterspørselen etter hans tid. “Jeg var en ung biskop med små barn, som også hadde mange reisedager til Asia hvert år. Faren min kom til meg og sa, ‘Jeg ser at når du er sammen med familien, er du ikke ordentlig *sammen med* dem. Jeg er redd det kan bety at når du er på jobb, så er du ikke helt fokusert der, og når du utøver ditt kall som biskop, er du kanskje bekymret for jobben eller familien. Du trenger større balanse i livet ditt.’”

Dette rådet fikk stor betydning. Eldste Stevenson sier, “Jeg lærte at det er viktig å vedlikeholde balansen mellom familie, yrkesliv, og kall i Kirken, og sikre at du tar vare på deg selv også.”



Som en sytti og som presiderende biskop, var eldste Stevenson kjent for en medfølelse så mild som blomster på et kirsebærtre (kirsebærtrets blomstring er en symbolfeiring i Japan) Han strakk seg ut til mennesker i hjemtraktene og langt borte for å dele "den helbredende balsam i vår Frelzers kjærlighet." Som en apostel vil han fortsette å strekke seg ut til de fattige og trengende, for å "styrk[e] de svake, løft[e] de hengende hender, og gi kraft til de vaklende knær" (L&P 81:5).

Kalt til å tjene – igjen og igjen

En ansett leder i forretningslivet oppmun- tret en gang eldste Stevenson til å "lære, tjene penger og yte tjeneste." I 2004 ble "yte tjeneste" delen satt på prøve da både eldste Stevenson og hans forretningspartner gjen- nom mange år, Scott Watterson, ble kalt til å tjene som misjonspresidenter. De følte at de måtte forklare til forskjellige berørte parter og kunder hvorfor de midlertidig måtte for- late bedriften. De besøkte dem en etter en.

"Da vi redegjorde for vårt kall og at vi skulle tjene i tre år uten godtgjørelse fra Kirken, respekterte de godheten i det," sier han. De forlot bedriften under ledelse av en betrodd ledergruppe, og den vokste.

Som president over Japan Nagoya misjon, fant eldste Stevenson ut at hans kjærlighet for Asia vokste. "Jeg betrakter det som mitt andre hjem," sier han. Dybden i hans kjær- lighet til sin kone økte også mens han så henne omfavne den lokale kulturen, strekke seg ut til andre, også misjonærer

og medlemmer, og fortsette å oppdra de to sønnene de hadde med seg. Flere konver- titter ble døpt som følge av hennes anstren- gelser for å bli venner med dem som var rundt henne.

De hadde vært hjemme etter misjonen i bare sju måneder da eldste Stevenson ble kalt til å tjene i De syttis første quorum i 2008.

"Jeg ble målløs og ydmyk. Jeg tenkte, 'det er mange andre som kan tjene mye bedre enn det jeg kan.' Men så tenkte jeg på tidligere tider – som eldstenes quorumspre- sident, høyrådsmedlem, biskop, og rådgiver i et stavspresidentskap – der jeg følte at jeg ikke var moden nok til å utføre de tingene jeg ble bedt om. Jeg har lært at før vi blir kalt, er vi kanskje *ikke* kvalifisert, men at med kallet *starter* en himmelsk kvalifikasjon.

"Et av mine favorittskriftsteder forteller oss to ting vi skulle gjøre når vi blir kalt. Først, 'vær trofast.' For det andre, arbeid i det kallet du er innsatt i (se L&P 81:5). For meg betyr dette å

utøve tro, lære det som er nødvendig, og så gjøre alt du kan for å for- edle kallet. Hvis vi gjør dette, vil Herren foredle oss og gjøre oss i stand til å velsigne andre."

Til Asia igjen

Som en av de sytti, fikk eldste Stevenson i oppdrag å være rådgiver i områdepresidentskapet og deretter område- president i Asia nord område.





I mars 2011, bragte et jordskjelv og en tsunami store ødeleggelser over Japan. Jordskjelvet med en størrelse på 9.0 genererte en seismisk havbølge som førte til 20 000 omkomne, forflyttet tusener, og la 550 000 hjem i ruiner.

Han besøkte katastrofeområdet mange ganger. “Etter hvert som vi møtte mennesker, løp følelsene våre fra den ene enden av skalaen til den andre,” minnes han. “På samme tid som vi så tragedie og tap, så vi også håp og gjenoppbygging. Om og om igjen ble vi rørt når vi var vitne til den helbredende balsam i vår Frelsers kjærlighet.”

I tillegg fikk ble han også et førstehånds vitne til hvordan Kirken hjelper de som er i nød. “Å være i stand til å reagere på en ulykke, og å bidra til å gi hjelp – det var en manifestasjon av at Jesu Kristi Kirke fyller et av sine guddommelig pålagte ansvar om å ha omsorg for de fattige og trengende.” Han beskrev det som et hellig privilegium å få hjelpe de som var i nød og se andre gjøre det samme. “Vi lærte mye om menneskehetens godhet.”

Biskopers arv

Hans forståelse av medfølelse trengte dypere inn i hans hjerte da han i 2012 ble kalt som Presiderende biskop. I denne rollen ledet han et stort nettverk i Kirken som yter velferdshjelp og krisehjelp til siste-dagers-hellige og andre, så vel som humanitærhjelp til vår himmelske Faders barn på “noen av de vanskeligste steder, noen av de fattigste steder, noen av de mest undertrykte steder rundt om i verden.”³

Biskopens rolle har en spesiell betydning for eldste Stevenson. “Da jeg var 12, ble faren min kalt som biskop,” minnes han. “Meningheten hadde mange enker, og far tok meg ofte med da han besøkte dem. Han ba meg ta hånd om søppelbøtter, gjøre rent i huset, eller

få med meg vennene mine til å rake løv eller måke snø. Da vi dro, hadde jeg alltid en veldig god følelse. Å besøke enkene hjalp meg å forstå at en del av biskopens rolle er å hjelpe mennesker en-til-en. Kirkens biskoper er mine helter.”

Et løfte fra en profet

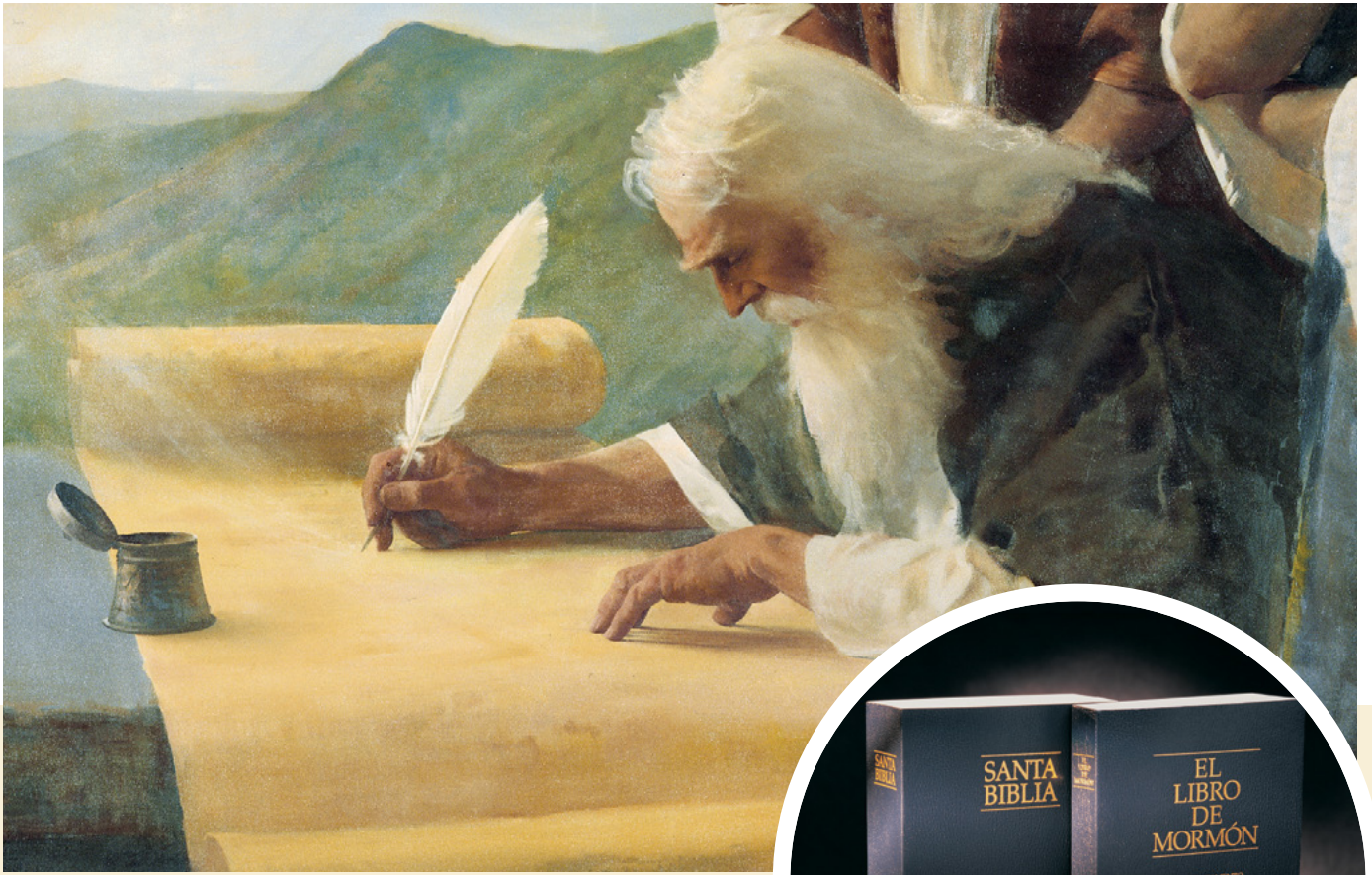
Tirsdag før oktoberkonferansen i 2015, fikk daværende biskop Stevenson en telefon med forespørsel om han ville møte med President Thomas S. Monson og hans rådgivere.

“President Monson kalte meg som medlem av De tolv apostlers quorum. Han spurte meg om jeg ville akseptere dette kallet ... jeg svarte bekreftende. Deretter ... forklarte President Monson meg vennlig hvordan han følte seg da han for mange år siden ble kalt som apostel, ... han følte seg også utilstrekkelig. Han instruerte meg rolig, ‘Biskop Stevenson, Herren vil kvalifisere dem han kaller.’ Disse trøstende ord fra en profet har vært en kilde til fred [siden den gang].”⁴

Eldste Gary E. Stevenson er i sannhet en mann uten svik. Som apostel vil han fortsette å strekke seg ut mot de fattige og trengende, akkurat som han gjorde som presiderende biskop, som en av de sytti, som han har gjort hele livet. Han vil følge Skriftens oppfordring om å “styrk[e] de svake, løft[e] de hengende hender, og gi kraft til de vaklende knær” (L&P 81:5). Det er et utfordrende kall, men et kall han passer godt til fordi han har et forståelsesfullt hjerte. ■

NOTER

1. Gary E. Stevenson, “Lean Not unto Thine Own Understanding” (Brigham Young University devotional, 14. jan, 2014), 2, 3, speeches.byu.edu.
2. Gary E. Stevenson, “Tydelige og viktige sannheter,” *Liahona*, nov. 2015, 92-92
3. Gary E. Stevenson, pressekonferanse, 3. okt, 2015.
4. Gary E. Stevenson, “Tydelige og viktige sannheter,” 91.



DE BLINDES ØYNE skal se

*Vi kan betrakte Mormons boks
fremkomst som en mirakuløs gjengivelse
av åndelig syn.*



Av eldste
Lynn G. Robbins
i De syttis
presidentskap

Jesaja profeterte at i de siste dager ville Herren frembringe et “underlig og forunderlig verk”, og han profeterte om Mormons boks fremkomst da han sa: “Ut fra mulm og mørke skal de blindes øyne se” (Jesaja 29:14, 18).

En “fryktelig tilstand av blindhet”

I dagene forut for det første syn, var den religiøse vekkelsen i Manchester, New York, USA, veldig forvirrende. Med Joseph Smith’s egne ord, “...forvirringen og striden mellom de forskjellige trossamfunn var så stor at det var umulig for meg ... å komme frem til en bestemt avgjørelse om hvem som hadde rett og hvem som tok feil” (Joseph Smith – Historie 1:8).

Mormons bok henviser til denne forvirringen forut før gjengivelsen som “en fryktelig tilstand av blindhet ... fordi de klare og meget verdifulle deler av Lammets evangelium som er blitt holdt tilbake av den avskyelige kirke” (1 Nephi 13:32; uthevelse tilføyd).

Gjennom århundrene har det klare åndelige synet i Bibelen blitt *tilsløret* etter- som mange klare og verdifulle deler gikk tapt, noen ganger utilsiktet gjennom dårlige oversettelser, og noen ganger med vilje ved korrumpert redigering, “for å kunne forvrengte Herrens rette veier, *forblinde menneskenes barns øyne*, og forherde deres hjerter” (1 Nephi 13:27; uthevelse tilføyd).

“Ett vet jeg: at jeg som var blind, nå ser” (John 9:25)

Et av de vanligste miraklene Frelseren utførte, var at han ga de blinde synet tilbake.¹ Frelserens mer viktige misjon og mirakel var imidlertid å helbrede de åndelig blinde. “Jeg er kommet til denne verden,” sa han, “for at de som ikke ser, skal se” (Johannes 9:39).

Ved å bruke Jesajas metafor og Nephis visjon om åndelig blindhet i de siste dager, kan vi betrakte Mormons boks fremkomst som en mirakuløs gjengivelse av åndelig syn.

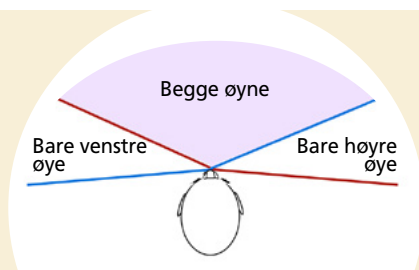
“Heller ikke vil Gud Herren tillate at hedningefolkene forblir i denne fryktelige tilstand av *blindhet* ...

synsbevarende mirakeldråper i begge øyne to ganger om dagen for å forhindre blindhet. Før legene oppdaget at jeg hadde grønn stær, hadde jeg allerede delvis mistet synet på det ene øyet. Jeg er svært takknemlig for moderne medisin og for at jeg ikke er blind. Jeg er også takknemlig for mitt friske øye, som kompenserer for tapet av syn på det andre. To-øyne-metaforen har en spesiell og personlig betydning for meg.

Flere vitenskapelige analyser viser fordelene av to øyne fremfor ett. Jeg vil snakke om seks av disse fordelene og deres åndelige paralleller med Mormons bok



2A En barneleke viser kraften i et overlegent dybdesyn.



1. Mennesket har et maksimalt horisontalt synsfelt på rundt 190 grader med to øyne, omtrent 120 grader som overlapper eller er sett av begge øyne.



2B I dyreriket gir to øyne et mulig offer presist dybdesyn, noe som hjelper det å avsløre kamuflasjen til jegeren.

... vil jeg på den dag være barmhjertig mot hedningefolkene og vil ved min egen kraft bringe frem for dem mye av mitt evangelium ...

For se, sier Lammet: Jeg vil åpenbare meg for din ætt for at de skal skrive mange ting som jeg skal lære dem,... [og] da skal disse ting skjules for å komme frem til hedningefolkene ved Lammets gave og kraft.

Og i dem skal mitt evangelium bli skrevet, sier Lammet, min klippe og min frelse.

... Disse siste optegnelser ... skal stadfeste sannheten av de fførste ... Derfor skal de begge føyes sammen til ett” (1 Nephi 13:32, 34–36, 40–41; uthevelse tilføyd) – føyes sammen til ett for å hjelpe oss å se sannheten.

Begge “føyd sammen til ett” er slik to øyne ser eller fungerer. Fordi jeg har grønn stær må jeg tilføre

som et annet *øyenvitne* om Jesus Kristus i *gjengivelsen* av åndelig syn til verden.

1. To øyne øker synsfeltet og forbedrer klarhet

Mennesket har et maksimalt horisontalt synsfelt på rundt 190 grader med to øyne, omtrent 120 grader som overlapper eller er sett av begge øyne. Utover konvergerende synsfelt, har hvert øye også et sidesyn unikt for det øyet.²

Etter århundrer der klare og verdifulle ting hadde gått tapt, hadde Bibelen mistet noe av sin autoritet. Mormons boks fremkomst med ny klarhet økte ikke bare det åndelige synsfeltet, men ga også høyst tiltrengt klarhet til delene i de åndelige øynene som overlapper hverandre, eller det binokulære synsfeltet (se illustrasjon 1) – åndelig sett kaller vi det loven om to vitner (se Matteus 18:16; Ether 5:4; L&P 6:28).

Det overlappende synsfeltet, eller *det binokulære synsfelt*, øker evnen til å oppdage mindre tydelige gjenstander.³ Vi ser ting klarere når de separate visninger mottatt i hvert øye blir kombinert i ett enkelt bilde, det gir oss en konvergens av den *visuelle akse*⁴ og eliminerer dermed “forvirringen og striden” som forvirret unge Joseph i så stor grad (se Joseph Smith – Historie 1:8).

Sannheten at *to øyne ser bedre enn ett* er et så universelt og selvnynnsende faktum at Jesaja ikke kunne ha valgt en bedre metafor som kunne gjenkjennes i hele verden: “de blindes øyne skal se” (Jesaja 29:18) Vi håper at de som nå bare ser med ett åndelig øye, Bibelen, vil gjenkjenne visdommen i å ikke fornekte Mormons bok som et annet øyenvitne til Jesus Kristus før de i det hele tatt har prøvd det. De vil oppdage at “Judas stav” og “Josefs stav” (Esekiel 37:19) sammen er som to øyne synkronisert i perfekt og klart samsyn – en *åpenbaring!*

2. Stereopsis - unngå å bli ført vill

“Binokulært syn ... gir mennesket mulighet til å gå over og rundt gjenstander med større fart og sikkerhet” på grunn av mer presis dybdepersepsjon.⁵ Et eksempel på denne overlegne dybdepersepsjonen er demonstrert i 3D klarhet til et stereoskopisk bilde sett i forhold til et enkelt fotografi (se illustrasjon 2A).

I dyreriket gir to øyne et mulig offer *stereopsis*, eller presist dybdesyn, og evnen til å skjelne 3D-ulikheter, noe som hjelper det “å avsløre kamuflasjen til [en mulig jeger]”⁶ (se illustrasjon 2B).

Mormons bok gir verden en lignende beskyttelse ved å gjengi klarhet og guddommelig oppfattelse til det binokulære feltet, som tillater oss å unngå Satans kamuflasje og bedrag. Han innførte forvirring på en snedig måte ved å tilsløre betydningen av mange bibelvers. Mormons bok avslørte hans kamuflasje med krystallklar bekreftelse, “for å tilbakevise falske læresetninger” (2 Nephi 3:12) og “skal rive i stykker all djevelens list og alle hans snarer og lumskete planer” (Helaman 3:29).

President Ezra Taft Benson (1899–1994) ga dette løftet

om Mormons bok: “Det finnes en kraft i boken som vil begynne å tilflyte deres liv i samme øyeblikk som dere begynner på et seriøst studium av boken. Dere vil få større kraft til å motstå fristelse. Dere vil få kraft til å *unngå å bli ført vill*. Dere vil få kraft til å holde dere på den snevre og smale sti.”⁷

3. Se forbi hindringer

Et binokulært syn hjelper en person å se mer, eller alt av en gjenstand bak en hindring. Denne fordelten ble påpekt av Leonardo da Vinci, som bemerket at en vertikal kolonne



3. Et binokulært syn hjelper en person å se mer, eller alt av en gjenstand bak en hindring. Ser du forskjellen?

kan skjule et objekt og blokkere noe av objektet fra det venstre øyet, men at objektet likevel kan være synlig for det høyre øye⁸ (se illustrasjon 3).

Et åndelig eksempel finner vi i Frelserens ord til jødene: “Jeg har også andre får, som ikke hører til denne kveen. Også dem skal jeg lede, og de skal høre min røst. Og det skal bli én hjord og én hyrde” (Johannes 10:16).

Fordi Jesus ikke identifiserte de andre fårene, kunne ikke jødene tolke hans utsagn. Da *tilleggsperspektivet* fra Mormons bok kom, ble imidlertid det som var skjult, tydelig: “Og sannelig sier jeg dere at dere er dem om hvem jeg sa: Jeg har andre får som ikke er av denne hjord. Også dem må jeg føre frem, og de skal høre min røst, og det skal bli en hjord og en hyrde” (3 Nephi 15:21). Resultatet

ble et klart synsfelt med ingen misforståelser av hva Frelseren mente – ingen flere *hindrende* illusjoner.

4. Sidesyn – fordelene ved hvert enkelt øye

“Sidesynet er en del av visjonen som oppstår utenfor selve sentrum av blikket.”⁹ Med andre ord, vi blir klar over ting i sidesynet selv om vi ikke fokuserer på dem. En del av dette synsfeltet – det som er utenfor rekkevidden av det binokulære feltet, eller *stereoskopisk* syn – er unikt for hvert øye (se illustrasjon 1).

Vi er svært takknemlig for Bibelen og det den på sin unike og storslagne måte gir oss – spesielt historien om Jesu Kristi liv og virke.

Vi er også dypt takknemlig for Mormons bok og det 20/20 ubesmittede syn det gir oss, som bringer klarhet i Kristi lære og åpenbarer hans læresetninger gjennom profetene i oldtidens Amerika, og hans personlige besøk og tjenestegjering hos nephittene.

Som to guddommelig sammensatte øyne, utfyller Bibelen og Mormons bok hverandre, noe som resulterer i et spektakulært binokulært panorama, så vel som utsikten fra hvert enkelt.

5. Tilintetgjør vårt blindpunkt

Vi har alle et blindpunkt i synsfeltet vårt som er relativt enkel å identifisere. Hold bildet av sirkelen og stjernen (illustrasjon 4) rett foran deg på arms lengde. Lukk ditt venstre øye og fokuser med ditt høyre øye direkte på den lille sirkelen. Mens du stirrer på sirkelen med ditt høyre øye, begynner du sakte å bevege bildet mot deg. Omtrent halvveis vil stjernen begynne å forsvinne fra *sidesynet*.

Overrasket? Visste du ikke at du har et blindpunkt? Akkurat som det andre øyet vil kompensere for dette blindpunktet, gir Mormons bok lignende nytte til Bibelen.

Akkurat som stjernen forsvant rett foran øynene dine,

hadde ikke Herodes sett Betlehemstjernen, og måtte spørre vismannen om “tiden når stjernen hadde vist seg” (Matteus 2:7). Det var hans åndelige *blindpunkt*. Bare de som *så* etter stjernen, hadde lagt merke til den.

Idag er det mange, som Herodes, som ikke vil lete og se etter ting som er fra Ånden. “Ve de blinde som ikke vil se” (2 Nephi 9:32). Stolthet forårsaket også at jødene “[foraktet] de klare og tydelige ord, og ... en blindhet kom [til dem] som følge av at de så forbi målet” (Jakob 4:14).

En tankevekkende *inn-sikt* fra Mormons bok er et forutvarsel om det universelle blindpunktet *stolthet*, “en synd



4. Blindpunkt demonstrasjon

som enkelt kan *ses* hos andre, men som er vanskelig å erkjenne i oss selv”.¹⁰ Den er akkurat som dårlig ånde – tydelig for andre enn en selv.

“I det førjordiske råd var det stolthet som felte Lucifer”.¹¹ Det var “det nephittiske folks stolthet [som førte til at de ble] utryddet” (Moroni 8:27). Det er de stolte som vil bli brent som halm når Herren renser jorden med ild (se Malaki 4:1; 3 Nephi 25:1).

Ved begynnelse av den rette og smale stiel er det plassert et ruvende advarselsskilt: “VOKT DERE for stolthet for at dere ikke skal bli som nephittene i fordums tid” (L&P 38:39; uthevelse tilføyd). Den tragiske ironien er at “VOKT DERE”-skiltet *i seg selv* vanligvis er blindpunktet til den stolte. Derfor, “La den som er [stolt] lære visdom ved å ydmyke seg og påkalle Herren sin Gud for

at hans øyne kan bli åpnet, så han kan se” (L&P 136:32; uthevelse tilføyd).

6. Øye-hjerne forbindelse

Denne ligningen (se illustrasjon 5) ser ut til å stemme, men den er ikke helt korrekt. Det er faktisk hjernens avbildningssystem som forteller oss hva øynene våre ser. Hjernen skaper våre drømmer om natten og tolker det vi ser om dagen. Å se er ikke nødvendigvis å tro eller å oppfatte riktig. For eksempel: “Men enda han [Jesus] hadde gjort så mange tegn for deres øyne, trodde de ikke på ham” (Johannes 12:37; uthevelse tilføyd). Øynene alene er ikke nok for å frembringe tro eller *virkelig å se*.

Akkurat som hjernen fungerer sammen med øynene, fungerer Ånden sammen med Skriftene, noe som hjelper oss å se åndelig. Å bare lese i Skriftene er ikke nok for å gi åndelig syn fordi “et sjelelig menneske tar ikke imot det som hører Guds Ånd til. For det er en dårskap for ham, og han kan ikke kjenne det, det kan bare bedømmes på åndelig vis” (1 Korinterbrev 2:14).

For at Mormons bok skal fungere som et åndelig øye, må vi godta og oppriktig følge Moronis invitasjon i Moroni 10:3–5. Det er en invitasjon med et løfte fra Gud om at han “vil åpenbare sannheten av det for dere ved Den Hellige Ånds kraft” (vers 4; uthevelse tilføyd).

Takknemlig vitne

For å unngå åndelig blindhet, risikerte Lehis sønner sitt liv for å få tak i messingplatene (se 1 Nephi 3–4). Uten platene ville de ha “sunket ned i vantro” (Mosiah 1:5). I dag, takket være trykkpresse og digitale verktøy, har vi lettere og raskere tilgang til Skriftene. Dette utgjør imidlertid liten forskjell for Satan, enten holder han mennesker fra å få tilgang til dem – hans strategi i fordums tid - eller så frister han mennesker til å ikke lese dem – hans strategi i de siste dager. På den ene eller andre måten vil hans “mørke tåke [med stor suksess] ... *forblinde* menneskenes barns øyne ... så de bukker under og går fortapt” (1 Nephi 12:17; uthevelse tilføyd).

I likhet med mine *daglige* øyedråper, er det bare ved “*kontinuerlig* å holde fast i jernstangen” (1 Nephi 8:30; uthevelse tilføyd) at vi kan unngå å bli blindet av tåken i de siste dager som er så diffus og utbredt. Når en person blir mindre aktiv og forlater Kirken, er det nesten sikkert at vedkommende har sluttet å lese Mormons bok.

Mormons bok er et annet testamente om Jesus Kristus, og er virkelig et underlig og forunderlig verk. Det er et annet *øyenvitne* om Jesus Kristus og hans vidunderlige evangelium, og gir alle fordelene til det andre øyet.

Øynene – de ser

5.

Måtte vi fortsette å holde fast i jernstangen slik at vi kan være verdig til Frelserens anerkjennelse til sine disipler: “Salige er deres øyne, fordi de ser” (Matteus 13:16). ■

NOTER

1. Se Matteus 9:27–31; 12:22–23; 15:30–31; 21:14; Markus 8:22–26; 10:46–52; Lukas 7:21–22; Johannes 9; 3 Nephi 17:7–9; 26:15.
2. Se “Binocular Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
3. Se Randolph Blake and Robert Fox, “The Psychophysical Inquiry into Binocular Summation,” *Perception & Psychophysics*, vol. 14, no. 1 (1973), 161–68; se også “Binocular vision.”
4. Se “Vengeance,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
5. Se “Binocular Vision.”
6. Se “Binocular Vision.”
7. *Læresetninger fra Kirkeens presidenter: Ezra Taft Benson* (2014), 141.
8. Se “Binocular Vision.”
9. “Peripheral Vision,” Wikipedia, en.wikipedia.org.
10. *Læresetninger: Ezra Taft Benson*, 18; uthevelse tilføyd.
11. *Læresetninger: Ezra Taft Benson*, 231.

SYV KJÆRLIGE mirakler PÅ VEIEN

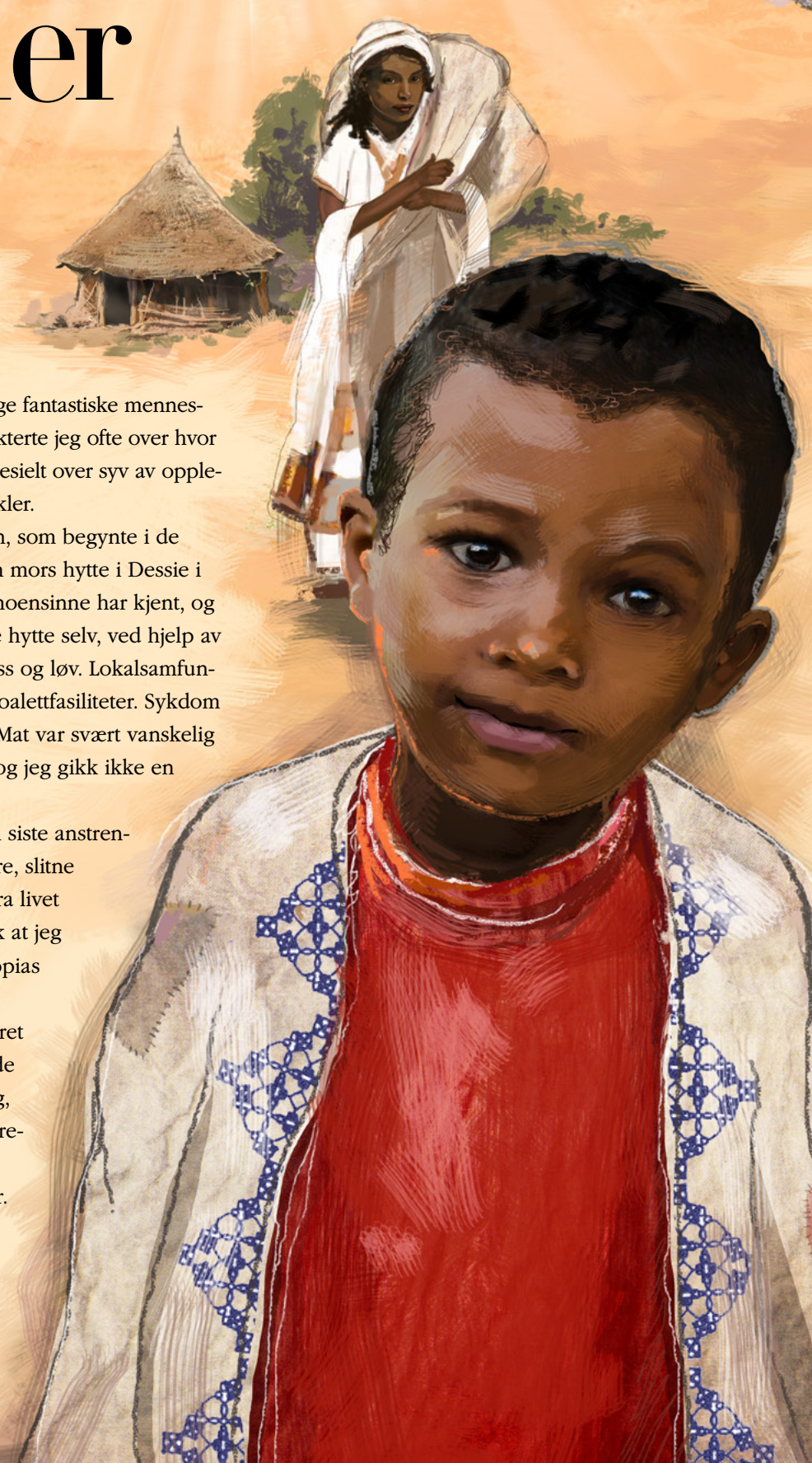
Av Ephrem Smith

Mens jeg underviste og betjente mange fantastiske mennesker i Texas Fort Worth misjon, reflekterte jeg ofte over hvor velsignet jeg var. Jeg undret meg spesielt over syv av opplevelsene mine, som jeg anser for å være mirakler.

For det første overlevde jeg barndommen, som begynte i de ringeste kår. Jeg ble født på jordgulvet i min mors hytte i Dessie i Etiopia. Mor er den eneste slektingen jeg noensinne har kjent, og hun bygget vår 2,4 m brede kuppelformede hytte selv, ved hjelp av pinner og gjørme som hun dekket med gress og løv. Lokalsamfunnet vårt hadde ikke innlagt vann og ingen toalettfasiliteter. Sykdom og død florerte i vårt *kebele*, eller nabolag. Mat var svært vanskelig å oppdrive og umulig for oss å kjøpe. Mor og jeg gikk ikke en dag uten å være sultne.

Da jeg var fire, ble mor dødssyk. Med sin siste anstrengelse trasket vi til et sykehus, hvor min kjære, slitne mor døde. Sykehuspersonalet reddet meg fra livet på gaten og sultedøden ved å ordne det slik at jeg fikk bo på et barnehjem i Addis Abeba, Etiopias hovedstad.

Det andre miraklet kom da livet mitt endret seg dramatisk. På dette barnehjemmet bodde jeg i en ren bygning, sov i en ordentlig seng, og spiste all maten jeg ønsket. Andre foreldreløse hadde også opplevd å miste sine nærmeste, og de lærte meg å takle tapet av mor. På kveldene kom vi sammen vi for å synge sanger på engelsk og be på amharisk, vårt morsmål. Vi ba for hverandre, og ba Gud velsigne oss med å bli adoptert inn i "et





ILLUSTRASJON: RED HANSEN

Herren har velsignet meg med mirakler som har hjulpet meg å følge veien han har for meg.

godt og kjærlig hjem”. Både musikken og bønnene påvirket meg sterkt. Jeg sluttet aldri å be.

For det tredje ble jeg kjent med misjonærene og Kirken da jeg var åtte. Jeg ble invitert til å se innvielsen av Kirkens første bygning i Etiopia søndag 30. november 2003. Ved innvielsen følte jeg Den hellige ånds sterke innflytelse, og misjonærene som var tilstede, strålte av glede, lykke og den samme sterke ånden. Jeg husker jeg tenkte at jeg ønsket å bli akkurat som dem. Jeg hadde imidlertid ingen anelse om hvordan jeg noensinne kunne nå dette målet.

Det fjerde miraklet kom kort tid senere. En familie i USA adopterte meg. Min nye far hentet meg på barnehjemmet og tok meg med hjem. Vi startet prosessen med å bli kjent, og jeg begynte å finne meg til rette i mine nye omgivelser.

Mange utfordringer dukket opp umiddelbart etter min ankomst. Hvor jeg enn kom, lo folk av engelsken min. Min begrensede utdannelse skapte problemer på skolen. Jeg ba om hjelp, og så jobbet jeg hardere og smartere for å redusere kunnskapsgapet, spesielt når det gjaldt engelsk. Igjen besvarte vår himmelske Fader mine bønner. To år senere kunne jeg stolt hoppe over en klasse.

Så ble det kaos hjemme. Bønner til Herren, høye personlige mål og et dypt ønske om å lykkes hjalp meg gjennom denne ekstremt vanskelige tiden. Til slutt, med en sosialarbeiders hjelp, ble far og jeg enige om å avslutte adopsjonen. Dette var en tid for bønn, tålmodighet, tro og hjelp fra vår himmelske Fader.

Jeg var nå 15 år gammel, og dro for å bo hos en fosterfamilie i ca et år. Det var da det femte miraklet kom.

Mens jeg var ute og kjørte hest og slede sammen med to venner, møtte jeg en medlemsfamilie med to hyggelige døtre. På hjemturen sa en av døtrene: “Jeg tror Herren ønsker at vi skal adoptere Ephrem Smith.” Bemerkesverdige nok hadde de tre andre familiemedlemmene også fått den samme inspirasjonen. Faren var ansatt i sosialtjenesten, og snart flyttet jeg til mitt nye hjem. Helt fra starten av ga min fantastiske nye far meg handlefrihet. Han forklarte for eksempel at familien går i kirken på søndager. Han lot meg velge å bli med dem eller å bli hjemme. Han sa at de ville være glad i meg selv om jeg ikke ville gå i kirken. Jeg valgte å gå i kirken, og jeg har siden tatt mange andre gode avgjørelser.

Mirakel nummer seks kom da jeg fikk et vitnesbyrd om evangeliet. Én søndag satt jeg på nadverdsmøtet og sang “Jeg står helt forundret” (*Salmer*, nr. 111). Store tårer begynte å trille nedover kinnene mine da jeg fikk et personlig vitnesbyrd om at Jesus er Kristus og at Kirken er hans kirke.

Til slutt, ni år senere, visste jeg hvordan jeg kunne bli som de misjonærene! Misjonæralderen var nå 18, men adopsjonen min hadde ennå ikke gått gjennom. Jeg ventet i syv lange måneder til adopsjonen var fullført. Endelig kunne misjonspapirene sendes inn. Fire dager senere fikk jeg misjonskallet mitt. På bare en uke velsignet Herren meg med de endelige adopsjonspapirene og et misjonskall. Jeg setter utrolig stor pris på begge papirene! De er mitt syvende mirakel. Ja, det skulle mange mirakler til på veien fra jordhytten i Etiopia til min skattede misjon. ■

Forfatteren bor i Nevada, USA.

KOM, FØLG MED MEG: Undervis i de grunnleggende tingene hjemme

Alicia Stanton og Natalie Campbell

Profeter har gjentatte ganger sagt: "Den suksess som hver enkelt av oss og som Kirken som et hele vil oppnå, vil i høy grad bero på hvor trofast vi konsentrerer oss om å etterleve evangeliet i hjemmet."¹

Etterlevelse av evangeliet er den beste måten å lære og undervise i evangeliet på. Når vi etterlever disse doktrinære prinsippene, vil vi bringe vår familie og oss selv nærmere Ånden. Med Åndens hjelp kan vi best lære og undervise i disse prinsippene. Vi vil bli ledet til de mest effektive læringsmetodene for våre behov og omstendigheter, og komme nærmere Frelseren som familie.



Ved å følge disse medlemmenes eksempel, kan også du bringe prinsippene fra undervisningsmaterialet for ungdom inn i hjemmet.

J
Ordin

Pres
vi gir v
nelser.
er å te
tilbake
holder
inngåt

En u
holder
en gan
ga hen
minne
sine by
døpt (s
hetene
velge å

S
på hvil
medle
ger å n
evalue
dere h
har inn
for eks
forber
den ut
ordina
plikttre
deres p
hellige
dere å



Ordinanser og pakter

stedømmets ordinanser og hellige pakter – løfter
vår himmelske Fader – gir oss mektige velsig-
En måte å se for seg hensikten med ordinanser
enke på dem som milepæler på en vei som fører
e til vår himmelske Faders nærhet – evig liv. Vi
oss på denne veien ved å holde paktene vi har
t.
ung kvinne beskriver for eksempel hvordan hun
seg på paktens vei: “En klassekamerat ba meg
ng om hjelp. Jeg tenkte ikke så mye over det, men
ne bare den hjelpen hun trengte. Men etterpå
t Ånden meg på at ved å hjelpe henne å bære
yrder, holdt jeg paktene jeg inngikk da jeg ble
se Mosiah 18:8–10). Jeg er takknemlig for mulig-
e som vår himmelske Fader gir meg hver dag til
å gå på paktens vei.”



familie kan dere se
ordinanser hvert
fremdeles tren-
og deretter
hvor godt
paktene dere
Hva viser
pel deres
til å motta
nadverds-
om deres
overfor
ter? Den
kan lære
forbedringer.

AUGUST: Ekteskap og familie

Ekteskap og familie står sentralt for vår lykke og
vår himmelske Faders plan for vår frelse. Familien
er den grunnleggende enhet i tid og evighet.

Å undervise barna om ekteskap og familie kan
være så enkelt som å fortelle om en personlig erfa-
ring. En ung voksen fortalte hvordan hun lærte å
sette pris på sin tempelbesegling:

“Jeg husker at jeg satt alene i et tomt celestiale
rom i templet. Jeg var engstelig, for jeg visste ikke
om jeg ville bli beseglet i templet den dagen på
grunn av misforståelser med hensyn til anbefalin-
gene som min forlovede trengte.

“Jeg begynte å be inderlig om at Herren ville la
oss bli beseglet i sitt tempel den dagen. Mens jeg
gjorde det, streifet en tanke meg: Selv om
du er alene i det celestiale rom, er
det celestiale rike celestiale fordi
du ikke vil være alene. Du vil
være sammen med din evige
familie og din himmelske fami-
lie. Det er derfor du blir beseglet.

Førti minutter og noen telefon-
samtaler senere kunne min mann
og jeg bli beseglet. Jeg ble overveldet
av takknemlighet og lettelse. Ordinansen
ble mer meningsfylt for meg fordi vi kunne bygge
et celestiale liv sammen med Gud, hvor vi aldri
behøvde å være alene.”

Hvilke erfaringer har lært dere om hvilken rolle
ekteskap og familie har i vår himmelske Faders
plan? Den hellige ånd kan hjelpe dere å huske og
fortelle om egnede erfaringer. Uansett familiesi-
tuasjon kan Den hellige ånd lære dere å anvende
prinsippene for ekteskap og familie i deres liv.





SEPTEMBER:

Bud

Bud er de lover og betingelser som er gitt av en kjærlig himmelsk Fader for å velsigne oss.

Én effektiv måte å studere dem på er ved å granske Skriftene for å lære om velsignelsene som kommer ved lydighet, slik denne unge voksne gjorde:

“Når jeg studerer om et bud, liker jeg å lese alle skriftstedene jeg kan finne om det, og lage en liste over velsignelser min himmelske Fader lover for min lydighet. Å lære mer om lovede velsignelser har styrket mitt vitnesbyrd om at vår himmelske Fader elsker meg og ønsker å velsigne meg.”

For å lære eller undervise om budene, kan dere sammen med deres barn lese leksjon 4 i kapittel 3 i *Forkynn mitt evangelium*, studere de tilhørende skriftstedene og lage deres egne lister over lovede velsignelser. Dere kan bruke denne fremgangsmåten for å lære om velsignelsene knyttet til et hvilket som helst av evangeliets prinsipper.

OKTOBER:

Bli mer lik Kristus

I løpet av Kristi tjenestegjerning befalte han oss: “Vær da fullkomne, likesom deres himmelske Far er fullkommen” (Matteus 5:48). Vi strekker oss etter fullkommenhet når vi rett og slett arbeider med å utvikle én av Kristi mange egenskaper om gangen, og prøver å bli bedre på dette området med hans hjelp. En ung mann begynte med å arbeide med flid.

“Jeg ønsket å utvikle flere Kristus-lignende egenskaper, så jeg studerte Skriftene og *Forkynn mitt evangelium*. I kapittel 6 i *Forkynn mitt evangelium* fant jeg et forslag til mønster for å utvikle Kristus-lignende egenskaper, og bestemte meg for å prøve det på egenskapen flid. Først skrev jeg ned min egen definisjon av flid og spørsmålene jeg hadde om det. Så gikk jeg gjennom de foreslåtte skriftstedene om flid, og skrev ned mine tilskyndelser og svar jeg fant mens jeg leste. Deretter satte jeg meg som mål å være mer flittig med skolearbeidet, og har følt meg mer motivert og stabil når jeg hver kveld ber om flid.”

Når dere prøver å utvikle og undervise deres barn om hvordan de kan utvikle Kristus-lignende egenskaper, kan Kirkens ressurser hjelpe dere å vite hvor dere skal begynne. Skriftene gir oss alltid Kristi eksempel, og ressurser som *Forkynn mitt evangelium* gir oss mønstre som kan hjelpe oss å utvikle vaner for studium og målsetting. Når

de brukes sammen, hjelper Skrif-

tene og andre ressurser oss

å anvende det vi lærer,

slik at vi kan bli mer

lik Kristus.



NOVEMBER: Åndelig og timelig selvhjelpenhet



Å utvikle selvhjelpenhet innebærer å utøve vår handlefrihet for å ta vare på oss selv og vår familie, og gjøre vårt beste for å finne løsninger på våre egne problemer. Etter hvert som vi blir mer selvhjelpne, får vi større evne til å tjene i vårt hjem, i Kirken og i vårt lokalsamfunn. En av de beste måtene å undervise disse prinsippene på er ved eksempel, slik dette medlemmet beskriver:

“Så lenge jeg kan huske, har mor stått opp tidlig hver dag for å studere Skriftene. Jeg har sett hvordan hun har utviklet en åndelig styrke som hjelper henne gjennom vanskelige tider. Hun stoler på sitt eget forhold til vår himmelske Fader som sin støtte. I tillegg til hennes åndelige styrke, har jeg blitt imponert over hennes evne til å ta vare på familien. Jeg har sett henne sette opp budsjett, ofre sine egne ønsker, skaffe seg utdanning og vise stor ydmykhet på måter som har gjort henne i stand til å dekke familiens økonomiske behov, og likevel være hjemme sammen med barna etter skoletid. Jeg ønsker den slags styrke som hun har, og jeg er så takknemlig for hennes eksempel som lærer meg hvordan jeg kan oppnå den.”

Hvordan kan dere være et bedre eksempel for deres barn på fremtidsrettet livsførsel? Hvis dere ikke vet så mye om noen aspekter ved selvhjelpenhet ennå, kan dere invitere barna til å lære sammen med dere, og dette vil være et godt eksempel i seg selv.



DESEMBER: Bygg opp Guds rike i de siste dager

“Hvem vet om det ikke er nettopp for en tid som denne at du har fått dronningverdigheten?” (Ester 4:14). Dette er den typen spørsmål dere kan stille dere selv og deres barn etter hvert som dere finner ut hva som er deres oppgaver i oppbyggingen av Guds rike.

Dette medlemmet har lært å stole på Herren for å hjelpe henne å bygge opp riket: “Jeg husker at mor og far lærte meg fra ung alder av at vi alltid tar imot våre kall fordi de blir gitt av Herren. I studietiden ble jeg kalt som president for Hjelpeforeningen. Jeg ble overveldet, men det streifet meg aldri å si nei. Så jeg begynte året med over 100 kvinner å ta vare på, lite erfaring og tro på at Herren ville gjøre resten. Et år senere ble jeg avløst. Da jeg tenkte tilbake på stunder med åpenbaring da jeg visste nøyaktig hvilken leksjon jeg skulle holde eller hva jeg skulle si, eller de mange gangene noen laget et måltid til meg fordi jeg var for opptatt til å lage mat, eller haugen med oppmuntrende lapper jeg hadde mottatt, visste jeg med sikkerhet at Herren hadde forsterket min innsats for å bygge opp riket.”

Når dere og deres barn tenker på hvordan dere kan bygge opp Guds rike, må dere huske å gi dem oppmuntring og muligheter til å tjene. Dere kan vurdere å drøfte hvordan dere kan utføre tjeneste for andre i kallene dere har. På hvilke andre måter kan dere hjelpe verket å rulle fremover? Uansett hvor dere tjener, er deres innsats verdifull. President Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap, sa: “Stå tett sammen, og løft der dere står.”² ■

Artikkelforfatterne bor i Utah, USA.

NOTER

1. Spencer W. Kimball, “Living the Gospel in the Home,” *Ensign*, mai 1978, 101; se også L. Tom Perry, “Hvordan være en disippel,” *Liahona*, jan. 2001, 72.

2. Dieter F. Uchtdorf, “Løft der dere står,” *Liahona*, nov. 2008, 56.

Del 1 av denne artikkelen ble publisert i januar 2016-nummeret av Liahona.

A woman with long, dark, wavy hair is shown in profile, looking out of a large window. She is wearing a black, high-collared coat. The background is a bright, modern interior with large glass windows and a staircase. The lighting is soft and natural, coming from the window.

Av David A. Edwards

Kirkens tidsskrifter

Gjennom alle tider har utallige mennesker stilt samme spørsmål som Job: “Når en mann dør, lever han da opp igjen?” (Job 14:14). Å kunne rope “Ja!” som svar på et slikt spørsmål, er det store privilegiet for dem som har et vitnesbyrd om Jesus Kristus og hans oppstandelse.

Likevel er det mange rundt oss som går gjennom dette liv “uten Gud i verden” (Efeserne 2:12), og må navigere mellom forskjellige fakta og oppfatninger om døden. For det første har de det de selv kan se, den “bitre virkeligheten” at døden er universell og absolutt – de har aldri sett noen komme tilbake. Men så finnes det hyppige rapporter om nær døden-opplevelser, med bemerkelsesverdige likheter seg imellom. Og så er det den kjensgjerning at menneskenes kulturer over hele verden alltid har hatt en oppfatning om en eller annen form for liv etter døden, en annen likhet som man gjerne skulle hatt en forklaring på.

Men vissheten om at livet ikke ender ved døden, kommer fra Gud, som har åpenbart det fra begynnelsen av gjennom en rekke vitner, blant annet profeter, apostler og ikke minst Den hellige ånd.

HVA VET VI OM

livet etter døden?

*“Når en mann
dør, lever han
da opp igjen?”
Ja! Men hva så?*

Fra begynnelsen av


Frelsesplanen ble første gang undervist på denne jorden til Adam og Eva, våre første foreldre. De lærte om Jesu Kristi evangelium og hvordan vi kan vende tilbake til vår himmelske Faders nærhet – og de forsto at å *vende tilbake* innebar at vi hadde vært hos ham før. Helt fra begynnelsen av visste altså Adam og Eva uten tvil at dette liv ikke er alt som finnes. De visste – og underviste sine barn – at på grunn av Jesu Kristi forsoning ville de oppstå etter dette liv, og motta evig liv hvis de var lydige (se Moses 5:10–12).

Ikke-religiøse teorier antar at troen på et liv etter døden er et uavhengig resultat av et slags universelt psykologisk behov. Den utbredte oppfatningen om et liv etter døden skyldes imidlertid en form for nedarvet eller kollektivt minne (om ikke et førjordisk minne) om det som ble åpenbart i begynnelsen og deretter ble overlevert fra generasjon til generasjon. Det president Joseph F. Smith (1838–1918) en gang sa om noen vanlige religiøse handlemåter, gjelder også vanlige oppfatninger om for eksempel livet etter døden: “Kunnskapen om [det]... ble utvilsomt bragt med av Adams etterkommere til alle land, og fortsatte ... gjennom Noah ... til hans etterkommere og spredte seg ut i alle nasjoner” (“Discourse,” *Deseret News*, feb. 19, 1873, 36).

Med andre ord er tanken om et liv etter dette så universell fordi dens opprinnelse sammenfaller med selve menneskehetens opprinnelse.

Tydelige og viktige sannheter

Som siste-dagers-hellige kan vi bidra til å bringe håp til dem som lever uten Gud i verden, ved frimodig å bære vårt vitnesbyrd om sannheten om vår tilværelse: Døden er ikke enden. I tillegg kan vi besvare mange spørsmål om livet etter døden på grunn av de klare og verdifulle sannheter i det gjengitte evangelium som har blitt åpenbart. Her finner du korte svar på noen slike spørsmål.



Hva skjer med oss rett etter døden?

På dødstidspunktet forlater ånden kroppen og trer inn i åndeverdenen (se Jakobs brev 2:26; Alma 40:11).

Hva er ånden vår?

Åndelegemet ser ut slik det gjorde i det førjordske liv – en menneskekropp i en fullkommen voksen skikkelse (se Ether 3:16; *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph F. Smith* [1998], 131–32). Etter døden vil ånden ha de samme holdninger, lyster og ønsker vi hadde på tidspunktet for vår fysiske død på jorden (se Alma 34:34).

Hva er ånd?

Ånd er en form for materie, bare “finere og renere” (L&p 131:7).

Hvordan er åndeverdenen?

Det er to hovedtilstander, eller inndelinger, blant åndene i åndeverdenen – paradiset og åndenes fengsel. Rettskafne ånder går til paradiset, som er “en hvilens tilstand, en fredens tilstand hvor de skal hvile fra alle sine vanskeligheter og fra all bekymring og sorg” (Alma 40:12). Ånden til personer som ennå ikke har mottatt Jesu Kristi evangelium, sies å være i åndenes fengsel (se 1 Peter 3:18–20). De kan fortsatt velge mellom godt og ondt, og ta imot eller forkaste evangeliet. Åndene i paradiset kan forkynde evangeliet for dem (se L&p 138). For dem hvis ånd og legeme er adskilt i lang tid, kan denne adskillelsen fortone seg som “et fangenskap” (L&p 45:17; 138:50).

Hva er himmelen?

Med himmelen forstår vi vanligvis stedet der Gud bor, og hvor rettfærdige mennesker til slutt kan bo. I denne forstand er det forskjellig fra paradiset i åndeverdenen.

Hva er helvete?

I Skriftene kan *helvete* bety to ting: (1) “En midlertidig bolig i åndeverdenen for dem som var ulydige i jordelivet” eller (2) “det permanente sted for dem som ikke blir forløst ved Jesu Kristi forsoning” (Veiledning til Skriftene, “Helvete,” scriptures.lds.org). I en generell forstand er det

den åndelige tilstanden til dem som har forkastet evangeliet. Joseph Smith sa: “Den store lidelsen i åndenes verden... er at de vet at de ikke vil få del i den herligheten som andre får del i, og som de selv også kunne ha fått del i, og derfor er de sine egne anklagere” (*Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Smith* [2007], 224).

Hva er oppstandelse?

Oppstandelse er gjenforeningen av ånd og legeme i en fullkommen, udødelig tilstand (se Alma 11:43).

Hvem vil oppstå?

Alle mennesker som har levd på jorden, vil oppstå (se 1 Korinterbrev 15:22; Alma 11:44).

Når vil vi oppstå?

Menneskene vil oppstå til forskjellige tider. Jesu Kristi oppstandelse innledet den første oppstandelse, eller de rettfærdiges oppstandelse. Noen rettfærdige mennesker har allerede oppstått siden den gang. Etter Jesu Kristi annet komme vil mange flere rettfærdige mennesker oppstå. I tusenårsriket



vil andre gode mennesker oppstå. Etter tusenårsriket vil de ugudelige oppstå. (Se L&p 76:32–112; 88:97–101.)

Hvordan ser et oppstandent legeme ut?

Et oppstandent legeme er kjøtt og ben (se Lukas 24:39), udødelig (se Alma 11:45), fullkomment (se Alma 11:43), herlig og vakkert. “Det finnes ikke noe som er vakrere å se på, enn en oppstanden mann eller kvinne” (President Lorenzo Snow [1814–1901], *The Teachings of Lorenzo Snow*, red. Clyde J. Williams [1996], 99).

Hva skjer med oss etter oppstandelsen?

Når alle mennesker har oppstått og tusenårsriket er over, vil vi bli ført inn i Guds nærhet for å bli dømt etter våre ord, gjerninger, tanker og ønsker (se Åpenbaringen 20:12; Alma 12:14; L&p 137:9). Jesus Kristus vil være vår dommer (se Johannes 5:22, 27–29; Romerne 14:10).

Hva skjer etter den endelige dom?

Etter den endelige dom vil vi motta en av de følgende evige belønninger:

Det celestiale rike: Hjemmet til vår himmelske Fader, Jesus Kristus og alle dem som har kvalifisert seg til evig liv ved å inngå og holde alle evangeliets pakter (se L&p 76:50–70).

Det terrestriale rike: Hjemmet til gode mennesker som ikke tok imot Jesu Kristi evangelium i jordelivet, men mottok det i ånde verdenen, eller som ikke var tapre i vitnesbyrdet om Jesus Kristus i dette liv (se L&p 76:71–80).

Det telestiale rike: Hjemmet til dem som var ugudelige og ikke tok imot Jesu Kristi evangelium, og som ikke oppsto før etter tusenårsriket (se L&p 76:81–89).

Uendelig straff: Den endelige tilstanden til fortapelsens sønner, så vel som djevelen og hans engler (se L&p 76:31–49).

Hva kommer menneskene til å gjøre i det celestiale rike?

De som arver den høyeste grad i det celestiale rike, vil bli opphøyet, noe som betyr at de vil få evig liv, bli som vår himmelske Fader og motta alt som Faderen har. Å bli som vår himmelske Fader innebærer å tilegne seg hans fullkomne egenskaper, herunder kjærlighet og tjeneste.¹ Det innebærer også å ta del i hans gjerning og herlighet, som er “å tilveiebringe mennesket udødelighet og evig liv” (Moses 1:39). Opphøyelse omfatter å være beseget i etteskap i all evighet, leve i en evig familie og få evige åndebarn. (Se L&p 76:59, 62; 130:2; 132:19–23.)

Hva kommer menneskene til å gjøre i de andre rikene?

Menneskene i de andre rikene vil være engler, som “er hjelpende tjenere for å betjene dem som er verdig en langt større, ja, en overmåte stor og evig herlighet” (L&p 132:16). De vil ikke være gift eller få åndebarn (se L&p 131:1–4; 132:16–17). ■

NOTE

1. “Tjenestegjerning er ikke noe vi utholder her på jorden for å fortjene retten til å bo i det celestiale rike. Tjenestegjerning er selve hovedingrediensen som et opphøyet liv i det celestiale rike består av” (President Marion G. Romney [1897–1988], annenrådgiver i Det første president-skap, “The Celestial Nature of Self-Reliance,” *Ensign*, nov. 1982, 93).



*Vi finner glede
i en konse-
kvent innsats
for å oppleve
en forandring
i hjertet når vi
tar imot Jesu
Kristi forsoning
i vårt liv.*

EN forandring i hjertet



Av eldste
Edward Dube
i De sytti

Rosemary, vårt førstefødte barn, var en pen nyfødt baby da mor kom på besøk fra sin landsby i det sentrale Zimbabwe. Som helt nybakte foreldre gledet min hustru Naume og jeg oss veldig til mors besøk. Vi var ivrige etter å lære alt vi trengte å vite om å oppdra et barn.

Da mor kom, hadde hun med seg et halsbånd av tøy. Innpakket i tøy, forklarte hun, var det en magisk gjenstand. Hun holdt frem halsbåndet til Naume for at hun skulle feste det rundt Rosemarys hals. Da hun skjønnte at Naume nølte, sa mor umiddelbart: "Da jeg var liten, ga mor og mormor meg denne magiske gjenstanden, og den har beskyttet meg og alle mine barn, også din mann. Denne amuletten vil beskytte din datter mot sykdommer og all slags trolldom som kan komme over henne, og hun vil overvinne alle vanskelige situasjoner i livet. Hun må gå med dette til hun er fem år gammel."

På den tiden var jeg grenspresident, og jeg tenkte umiddelbart: "Hva vil medlemmene i grenen tro når de ser dette 'magiske' halsbåndet rundt barnets hals?" Så tenkte jeg: "Kanskje vi kan dekke det til slik at det ikke er så synlig." Jeg så på Naume. Ansiktsuttrykket hennes fortalte meg at vi ikke skulle ta imot denne gaven. Jeg spurte mor om hun kunne lage et lite, tynt halskjede, et som ikke ville være så synlig. Hun svarte at det ikke var mulig, og at den magiske gjenstanden fungerte best i det formatet hun hadde forberedt den.

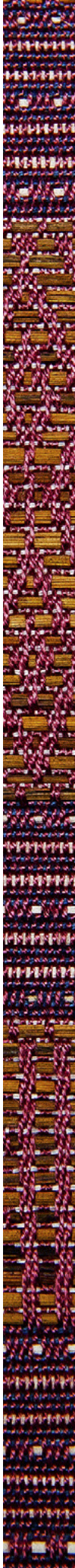
Igjen ga Naume meg et blikk som tydelig ga uttrykk for hennes misbilligelse. Jeg vendte meg til mor og

forklarte at som grenspresident i vår lokale forsamling, ville jeg ikke føle godt med å feste halsbåndet på barnet vårt. Mor svarte med en advarsel: Hun fortalte oss at uten halsbåndet ville barnet vårt dø.

Et øyeblikk med panisk krise

Noen uker etter denne hendelsen ble vår lille Rosemary svært syk. Vi hadde ikke penger til å ta henne med til legen. Det var om natten, og akkurat da begynte jeg å tenke på hva mor hadde sagt i advarselen sin. Jeg begynte å ønske at jeg hadde tatt imot halsbåndet. Jeg ville ha tatt det og festet det rundt Rosemarys hals. I dette øyeblikket med panikk hørte jeg en stille hvisken oppfordre meg til å utøve tro på Herren Jesus Kristus. Jeg tok straks på meg søndagsklærne mine. Jeg tok barnet i armene mine og uttalte en prestedømsvelsignelse. Jeg følte fred og trøst, og jeg fornemmet at min hustru følte det samme. Nesten umiddelbart sovnet både Naume og lille Rosemary fredelig. Rosemary ble helbredet. I dagene som fulgte, kom hun seg langsomt og ble helt frisk. Hvilket mirakel vi var vitne til! I sin milde barmhjertighet strakte Herren seg ut til meg og styrket min tro på ham.

Jeg var takknemlig, men også litt skamfull. Her var jeg, en hjemvendt misjonær som virket som grenspresident, men jeg var mer opptatt av hva folk ville si enn å tro på Gud (se Mosiah 4:9). Ja, til og med mor, som jeg elsker og beundrer så veldig, kunne ikke forstå alle ting. Jeg trengte å være noe mer enn bare en hjemvendt misjonær, noe mer enn en grenspresident. Jeg



måtte forandre meg og oppleve det Alma opplevde.

Et øyeblikk med mektig forandring

Alma, en av den ugudelige kong Noahs prester, foretok trolig en grundig selvransakelse da profeten Abinadi stilte dette inngående spørsmålet: “Dere har ikke forsøkt å forstå med hjertet, derfor har dere ikke vært vise. Derfor, hva lærer dere dette folk?” (Mosiah 12:27). I likhet med Alma måtte “en mektig forandring [finne sted i mitt] hjerte” (Alma 5:12).

Som prest ved kong Noahs hoff var Alma vant til et privilegert liv. Han mottok til livets opphold av folkets skatter. Han hadde makt og innflytelse. Han var en av dem som “var oppblåste i sine hjerter stolthet” (Mosiah 11:5). Men da Alma fikk høre om Frelserens komme til verden – om hans læresetninger, lidelse, død og oppstandelse, og at Jesus Kristus er “verdens lys og liv, ja, et lys som er uendelig som aldri kan fordunkles, ja, og også et liv som er uendelig, så det aldri mer kan bli noen død” (Mosiah 16:9) – han var klar til å forandre seg. Han var til og med beredt til å dø om nødvendig.

Omgitt av motstand og livstruende farer, tryglet Alma tappert kong Noah om å la Abinadi dra sin vei i fred. Almas handlinger kom fra hjertet. Han hadde følt Frelserens kjærlighet gjennom Herrens profet Abinadi.

Da mor ga meg et halsbånd for beskyttelse, som jeg skulle henge rundt halsen på barnet mitt, bygget jeg mine betenkeligheter på hvordan det ville virke utad. Jeg var

bekymret for hva medlemmene i grenen ville synes om meg. Jeg hadde tydeligvis ennå ikke fullt ut opplevd denne mektige forandringen i hjertet. Jeg har siden forstått at vår fremgang og lykke kommer av hvor fullstendig vi er villige til å bringe evangeliet inn i vårt hjerte. For at vi skal finne sann lykke, glede og fred, må “Jesu Kristi rene evangelium trenge inn i [vårt] hjerte ved Den hellige ånds kraft”.¹

En anledning til å bære vitnesbyrd

Med denne typen forandring gjør det å se opp til Frelseren i alle ting og på alle steder, oss i stand til å strekke oss ut til andre. Alma ble en stor misjonær som hjalp veldig mange og organiserte Kristi kirke blant sitt folk som flyktet fra kong Noah.

Skjønner du hvordan jeg gikk glipp av en anledning til å dele evangeliet med mor da hun ga oss den magiske gjenstanden, som hun trodde alltid hadde beskyttet henne og hennes barn? Jeg kunne ha vært et redskap i Herrens hender – akkurat

Jeg tok barnet i armene mine og uttalte en prestedømsvelsignelse.



VEDVARENDE OMVENDELSE

“Vi trenger å oppleve en kontinuerlig omvendelse til evangeliet ved å øke vår tro på Jesus Kristus og vår trofasthet til evangeliet gjennom hele livet – ikke bare én gang, men regelmessig.”

Eldste M. Russell Ballard i De tolv apostlers quorum, “Hold deg i båten, og hold fast!” *Liahona*, nov. 2014, 90.





Gjør en vedvarende forandring

Noen unge i dag strever med å velge mellom det som er riktig i Guds øyne og å behage sine foreldre eller foresatte, som kanskje ikke føler det samme som dem med hensyn til evangeliets sannhet.

Alma ba tappert kong Noah om å la Abinadi dra bort i fred.

som Alma – som forkynte Jesu Kristi evangelium og “forandret deres hjerter, ja, han vekket dem opp av en dyp søvn, og de våknet opp for Gud” (Alma 5:7).

Når jeg tenker på denne anledningen med mor, lurer jeg på hva som ville skjedd hvis jeg hadde reagert mer som Alma. Mor kunne ha blitt vekket til Gud, og hennes forandring kunne hatt positiv innflytelse på mine søsken. Denne forandringen kunne så hatt stor innflytelse på mine søskens barn og deres etterkommere.

Almas mektige forandring kunne føles ikke bare av dem han underviste og vitnet for, men også av hans barn og hans etterkommere. Da hans sønn Alma forkynte for folket i og omkring Zarahemlas land, minnet han dem om sin fars vitnesbyrd om Frelseren Jesus Kristus:

“Se, jeg kan fortelle dere – trodde ikke min far, Alma, de ord som ble forkynt ved Abinadis munn? ...

Og som følge av hans tro fant en mektig forandring sted i hans hjerte” (Alma 5:11–12).

For en ung mann som Alma, var denne mektige forandringen i hjertet, som begynte med Abinadis oppfordring til å anvende hjertet for å forstå Guds ord, nøkkelen til hans lykke og fremgang med hensyn til å hjelpe andre: “Og se, han forkynte ordet til deres fedre, og en mektig forandring fant også sted i deres hjerter, og de ydmyket seg og satte sin lit til den sanne og levende Gud, og se, de var trofaste til enden, derfor ble de frelst.” (Alma 5:13).

Når du står overfor et slikt valg, bør du tenke: “Hjelper denne beslutningen meg å føle at mine ‘gjerninger ... har vært rettferdige gjerninger’ (Alma 5:16), og får den meg fremdeles til å ønske ‘å synge den forløsende kjærlighets sang?’” (Alma 5:26).

Selv om vi skulle elske og beundre våre foreldre, må vi vite at valgene vi tar, vil ha direkte innvirkning på våre barn og våre etterkommere. For noen av oss kan det være nødvendig å bevege oss bort fra trivselssonen i likhet med Alma, som flyktet fra kong Noahs tjenere og forkynte evangeliet i svært vanskelige omstendigheter. Han tilveiebragte forandring ikke bare i sin familie, men også i andre. For å oppleve en forandring i hjertet, er det viktig at vi tenker på andre og “[forener oss] i faste og mektig bønn for velferden til de sjeler som ikke [kjenner] Gud” (Alma 6:6).

Hva om vår lille Rosemary ikke hadde overlevd sykdommen, selv etter prestedømsvelsignelsen jeg ga henne? Herrens formaning gir meg stor styrke: “Den som finner sitt liv, skal miste det. Men den som mister sitt liv for min skyld, skal finne det” (Matteus 10:39).

Vi finner glede i en konsekvent innsats for å oppleve en forandring i hjertet når vi tar imot Jesu Kristi forsoning i vårt liv. Jeg er takknemlig for denne kunnskapen, og jeg vet virkelig at frelseren gikk ut og hadde “smerter og lidelser og fristelser av alle slag, og dette for at det ord kunne bli oppfylt som sier at han vil påta seg sitt folks smerter og sykdommer” (Alma 7:11). Jeg vet at det finnes reell trygghet og beskyttelse i å se hen til Herren og følge hans råd. ■

NOTE

1. Henry B. Eyring, “We Must Raise Our Sights,” *Ensign*, sep. 2004, 16.

HURRA!

Av G. Craig Kiser

En fireåring hjalp meg å verdsette nadverden på en ny måte.

Tankene mine dreide seg om Frelseren da forsamlingen var ferdig med å synge nadverdssalmen, men da jeg begynte å lukke salmeboken, fortsatte musikken. En stor forsamling den dagen gjorde det nødvendig for organisten å spille to vers til mens prestene gjorde seg ferdig med å bryte brødet. Jeg var takknemlig for den ekstra tiden. Den ga meg enda en stund med ærbødig meditasjon før nadverdsbønnene.

Under bønnene fulgte jeg omhyggelig med på ordene prestene uttalte da de velsignet symbolene på Kristi offer for oss. Akkurat da den siste bønningen ble avsluttet, og da forsamlingen uttrykte sin tilslutning, hørte jeg stemmen til en fire år gammel gutt to rader bak meg, akkurat da de andre sa "amen".

"Hurra!" utbrøt han.

Hans spontane uttrykk var høyt nok til å få flere barn i nærheten til

å fnise. Jeg må innrømme at det fikk meg til å smile spørrende.

"Hurra?" tenkte jeg. Det er da en merkelig reaksjon på nadverdsbønnene. Det var iallfall en reaksjon jeg aldri hadde hørt før, og sannsynligvis aldri vil høre igjen. Vi avslutter jo våre bønner med "Amen".

Kanskje dette lille barnet hadde følt mer av sannheten enn jeg hadde.

Hurra formidler begeistring. Det er et gledesutbrudd, vanligvis for en seier. Noen ganger ropes det for å vise anerkjennelse for noen som har

utført en vanskelig oppgave godt.¹

Tankene mine grep umiddelbart fatt i ideen. Ja, tenkte jeg: Hurra for at Jesus Kristus overvant døden slik at vi alle kan oppstå! Hurra for at han kan tilgi våre synder på grunn av sin forsoning! Og ikke minst at han kan tilgi *mine* synder! Hurra for at jeg, på grunn av hans nåde, kan vende tilbake til min himmelske Fader og ha håp om evig liv! Ja! Hurra!

Da jeg stille lovpriste og takket min himmelske Fader på denne måten, fylte Den hellige ånd mitt hjerte med en glede som nesten bragte meg til tårer. Den dagen hadde jeg blitt ledet av et lite barn (se Jesaja 11:6), og jeg gledet meg over et nytt perspektiv på velsignelsene ved Frelserens forsoning i mitt liv. ■

Artikkelforfatteren bor i Oregon, USA.

NOTE

1. Se *Merriam Webster's Collegiate Dictionary*, 11. utgave (2003), "hooray"; se også en.wiktionary.org/wiki/hooray.



IKKE PÅ MIN VAKT!

Av Brett J. Porter

Nøkkelen til vår suksess var å elske de unge mennene mens vi utførte tjeneste for dem.

Jeg var gode venner med en familie som hadde en sønn i Unge menn. Under en aktivitet mens han var diakon, irettesatte en leder ham og gjorde ham forlegen foran sine jevnaldrende. Etter dette følte han seg vanæret, sluttet å gå på aktiviteter og søkte venner utenfor menigheten.

Denne opplevelsen gjorde sterkt inntrykk på meg. Jeg bestemte meg for at noe slikt aldri skulle skje på min vakt hvis jeg ble kalt til å arbeide med unge menn. To år senere ble jeg kalt til å arbeide med diakonene.

Etter noen måneder måtte jeg håndtere en ung mann som stadig tøyde grensene med sin oppførsel.

“Her går grensen,” sa jeg til slutt om handlingene hans. “Ikke kryss den.”

Han krysset den, vi hadde en liten krangel, og han gikk.

Senere snakket jeg med ham for å løse konflikten. Jeg sa: “David, jeg er glad i deg, og du er en god ung mann, men jeg er ikke glad i noen av de tingene du gjør. De andre unge mennene ser på deg som en leder, og hvis de ser deg slippe unna med noe upassende, vil kanskje de også prøve seg på det.”

Vi ordnet opp, han følte seg akseptert, og vi ledere bidro til å dempe noen av hans personlige utfordringer. Da han fylte 14, ba han meg om å ordinere ham til lærer. I dag, mange år senere, gir han meg en stor klem hver gang han ser meg, og han snakker med beundring om sin tid i Unge menn.

Når vi er glad i de unge mennene og liker å være sammen med dem, skjønner de det. Det var derfor mine rådgivere og jeg viste oppriktig



interesse for våre unge menn. Vi gjorde aldri en aktivitet bare fordi den sto i boken. Vi gjorde den fordi vi visste at de unge mennene ville lære en ferdighet, utvikle seg og ha det moro.

Ved én anledning hadde vi en ung mann hvis foreldre ikke var interessert i programmet vårt.

“Det er i orden,” sa jeg til dem, “men har dere noe imot om sønnen deres fortsatt kommer, lærer og har det litt moro?”

Vi inkluderte ham i programmet vårt, og det varte ikke lenge før foreldrene hans sa ja til at han kunne delta fullt ut. De så at gutten deres lærte og hadde det moro. Han dro senere på heltidsmisjon. Hans yngre bror blomstret også, og reiste også på misjon.

Vi så en sammenheng mellom ledere som viste interesse for en ung mann, og at den unge mannen lærte, utviklet seg og til slutt reiste på misjon. Det er givende å se unge menn utvikle seg, og det er morsomt å lære sammen med dem. Nøkkelen til vår fremgang var å elske dem mens vi utførte tjeneste for dem. ■

Artikkelforfatteren bor i California, USA.

ALLE KAN LÆRE AV EN PROFET

Da jeg var 17, arbeidet jeg på et hotell i Kailua-Kona på Hawaii. Mens jeg arbeidet som pikkolo, så jeg mange kjendiser som gjester på hotellet, som for eksempel John Wayne, Dorothy L'Amour og Esther Williams.

En kveld etter at de fleste av gjestene hadde kommet, tok jeg en pause foran hotellet da en svart limousin stoppet ved fortauskanten og syv menn kom ut, kledd i sorte bukser, hvit skjorte og slips. En annen mann i sort dress var sammen med dem. Etter at sjåføren hadde parkert bilen, gikk alle inn i spisesalen for å spise middag. Jeg syntes de så ut som FBI-agenter da jeg gikk inn igjen for å fortsette å ta imot romservice-bestillinger.

Omtrent en time senere var jeg utenfor hotellet og røykte en sigarett da gruppen jeg hadde sett tidligere, kom ut for å sette seg i limousinen igjen, som ventet ved fortauskanten. De gikk nedover gangveien til bilen og åpnet bakdøren for la mannen i den sorte dressen sette seg inn. Men istedenfor å sette seg inn i bilen, stoppet den sortkledde mannen, snudde seg og så på meg som sto lent mot bygningen, og kom bort til meg.

Han var høy og tynn, og hadde briller med tynn innfatning og et lite, hvitt fippskjegg. Han rakte ut hånden for å håndhile på meg, og la den andre hånden på skulderen min. Jeg ble forbløffet over at en så distingvert utseende mann ville komme og

snakke med meg, en ung mann han ikke engang kjente.

Jeg kan ikke huske alt han sa, annet enn at "de greiene der er ikke bra for deg", idet han henviste til sigaretten min. Hans vennlighet og oppførsel gjorde dypt inntrykk på meg.

Over et år senere mottok jeg diskusjonene fra misjonærene og ble døpt.

Mens jeg bladde gjennom bilder av ledere i Kirken, la jeg merke til et bilde av president George Albert Smith (1870–1951), og gjenkjente ham straks som den vennlige og distingverte mannen jeg hadde møtt foran hotellet. Jeg ble enda mer imponert

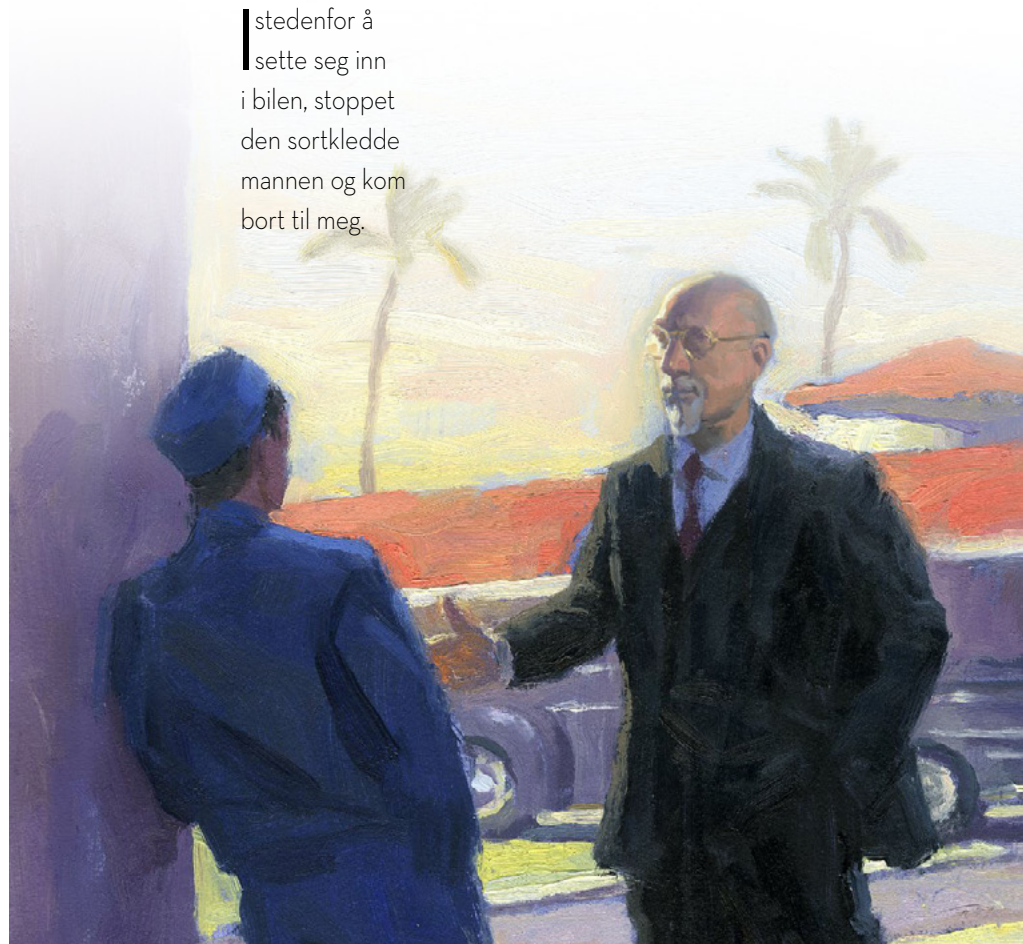
over at Kirkens president ville gjøre noe slikt for en som meg, en gutt som ikke engang var medlem av Kirken, og ikke spesielt viktig.

For en stor mann han var som viste slik kjærighet og omtanke for en ung gutt som arbeidet i en ubemerket stilling, og ikke hadde noen forståelse av evangeliet eller vår himmelske Faders kjærighet til oss.

Sekstifem år senere har jeg stor forståelse av denne omsorgen og kjærligheten, og jeg prøver å se på menneskene rundt meg slik president Smith så på meg. ■

Henry Serion sr., Hawaii, USA

I stedet for å sette seg inn i bilen, stoppet den sortkledde mannen og kom bort til meg.



ER DET VIRKELIG VERDT DET?

Vår fire år gamle sønn, Coleton, viste stolt frem en papirlapp som hans Primær-lærer hadde gitt ham, med informasjon om hans rolle i det kommende Primær-programmet. Vår oppgave var å lære ham hans syv ord lange replikk før programmet om to uker.

Mandag kveld brukte vi hele familiens hjemmeaften til øvelse. Med et smil om munnen gjorde Coleton en rekke øvelsesforsøk, mens min hustru og jeg å ga tilbakemeldinger som: "Ikke vær tullete mens du sier det" og "Pass på å snakke tydelig."

Til tross for alle våre anstrengelser, var ikke engang jeg sikker på at det sto noe bedre til enn da vi begynte.

Forberedelsene til kirken søndagen etter omfattet to bortkomne sokker, en åtte måneder gammel baby som holdt på å få tenner, og en gråtende fireåring.

Da møtet begynte, hadde vi knapt nok kommet gjennom åpningssalmen før jeg måtte to turer ut på gangen med et gråtende barn. Da koret reiste seg for å synge, hadde jeg nesten

oppgitt håpet om at noen i familien skulle få en oppbyggende opplevelse, og håpet i stedet bare at vi ville komme oss gjennom møtet.

Da siste amen ble uttalt, ga jeg fra meg et utmattet lettelsens sukk. Men mens jeg feiret seieren, kunne jeg ikke la være å tenke: "Er det virkelig verdt det? Gjør vi virkelig fremgang med barna våre ved å ta dem med til kirken hver uke?"

Jeg kom til å tenke på noe eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum hadde sagt. Han sa: "Noen ganger var søster Bednar og jeg oppgitt over at de rettferdige vaner vi strevde så hardt med å få til, ikke umiddelbart syntes å gi de åndelige resultater vi ønsket og forventet ...

Søster Bednar og jeg mente at det å hjelpe våre sønner å forstå innholdet i en bestemt leksjon eller et spesielt skriftsted var det ultimate utbytte. Men et slikt resultat kommer ikke hver gang vi studerer eller ber eller lærer sammen. Det konsekvente i vår hensikt og innsats var kanskje

den største lærdommen – en lærdom vi ikke verdsatte fullt ut den gangen" ("Mer flittige og samvittighetsfulle hjemme," *Liahona*, nov. 2009, 19).

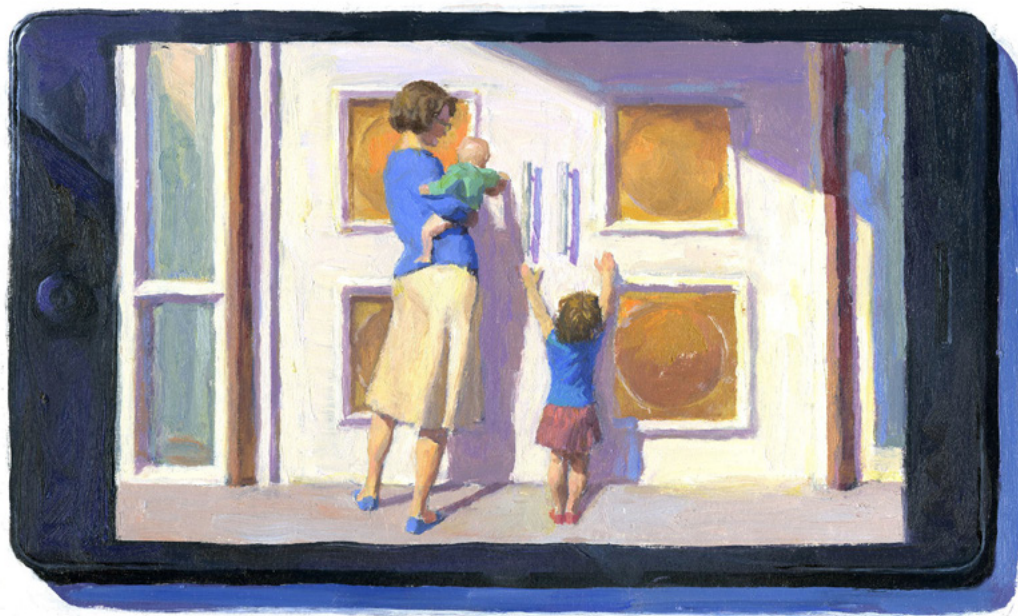
Med fornyet selvtillit kom jeg hjem og fortsatte å øve om og om igjen sammen med min sønn. Da det ble hans tur til å snakke, ble vi begeistret over å høre ham tydelig og selvsikkert erklære: "Jesus Kristus er Guds sønn."

Vi hadde hørt ham si dette flere titalls ganger før, men det var noe ved å høre ham si det på et annet sted enn hjemme, på egen hånd, som var annerledes og langt mer tilfredsstillende.

Vi har en masse undervisning å gjøre før vår lille gutt blir en mann, men vi vil fortsette å gjøre vårt beste for å delta på våre møter, ha vår familiens hjemmeaften og holde våre daglige bønner, i håp om at en dag når han er borte fra hjemmet og på egen hånd, vil han igjen huske disse ytterst viktige ordene: "Jesus Kristus er Guds sønn." ■

Brandon Comstock, Utah, USA





Callie var ivrig etter å ta barna med til templet så de kunne røre ved det.

FØL TEMPLETS ÅND

Jeg fikk anledning til å besøke min datter Callie i Las Vegas i Nevada, dit hun nylig hadde flyttet sammen med sin mann og to barn. Callies menighet startet møtene klokken tolv, så vi hadde en hyggelig og fredelig formiddag til å gjøre oss klar og snakke om noen alternativer til etter kirken. Siden Callie ikke hadde hatt anledning til å besøke templet ennå, bestemte vi oss for å dra og ta noen bilder av barna på tempelomten.

I likhet med alle templer, var tomten rundt Las Vegas Nevada tempel vakker og velstelt med nydelige fontener og blomster.

Etter å ha lest en historie som president Thomas S. Monson hadde fortalt, var Callie ivrig etter å ta med barna til templet slik at de kunne røre ved det (se "Finn fred," *Liahona*, mars 2004, 5–6). Det første hun gjorde var

å forklare templets hellighet og betydning for sin datter Stella.

Stella forsto like godt som en hvilken som helst treåring ville, og vi oppfordret henne til å røre ved templet. Vi tok mange bilder av at Stella og hennes tre måneder gamle bror rørte ved templet.

Da det var på tide å dra, var Stella spesielt motvillig. Vi trodde vi skjønnte hvorfor – hun hadde storkost seg i vakre omgivelser, og følte utvilsomt den samme ånd som vi gjorde.

Etter å ha fått henne inn i bilen og festet beltene våre, begynte vi å kjøre. Jeg snudde meg, vinket og sa til Stella: "Si ha det, tempel." Hun så på templet, vinket og sa: "Ha det, tempel. Ha det, bestefar." Jeg var ikke sikker på om jeg hadde hørt riktig, men da jeg snudde meg til Callie og så at hun begynte å få tårer i øyene, visste jeg at vi begge hadde hørt det samme.

Stellas bestefar – min mann Tim – hadde gått bort fire år før Stella ble født. Hun hadde jo sett bilder av ham og hørt familien snakke om ham, men han hadde ikke blitt nevnt i våre samtaler den dagen.

Da Tim døde, hadde vi bare ett barnebarn. Vi har nå 12, og hver gang jeg holder et av disse dyrebare nye barna som så nylig forlot vår himmelske Faders nærhet, har jeg lyst til å spørre: "Har du møtt din bestefar? Hvilke råd sendte han deg av sted med?"

Mitt vitnesbyrd om templenes hellighet ble styrket den dagen. Vi kan kanskje ikke ta våre små barn med oss inn, men vi kan ta dem med helt til døren og la dem legge hendene på dørene som utallige verdige medlemmer har brukt til å tre inn i Herrens hus. ■

Kathy Rossier, California, USA

HVA VAR VIKTIGST FOR MEG?

Omtrent halvveis gjennom mitt tredje år på universitetet innså jeg at pengene jeg hadde spart til å betale husleie og strøm, ikke ville holde gjennom sommeren. Det var da jeg kunne arbeide for å betale for neste semester. Jeg fant meg en deltidsjobb som butikkassistent.

Alt gikk bra helt til arbeidsplanen ble forandret til å omfatte søndager. Under jobbintervjuet hadde ikke jeg sagt noe om å ikke arbeide på søndager, ettersom butikken var stengt den dagen. Men jobben var viktig for meg, og jeg likte det jeg gjorde. Jeg arbeidet sammen med en venn, og vi fordelte vaktene slik at vi kunne ha fri på to søndager og arbeide de andre to. Slik kunne jeg delta på noen av Kirkens møter og utføre mitt kall.

Jeg fant imidlertid snart ut at jeg ikke ville klare å fortsette på denne måten. Jeg følte at jeg ikke klarte å utføre mine ansvarsoppgaver på søndagene, selv om jeg ikke arbeidet hver søndag. Jeg tenkte på hva jeg kunne gjøre for å forandre denne situasjonen. Etter at jeg hadde bedt om hjelp til å bløtgjøre mine overordnede hjerte, leste jeg 1 Nephi 7. Jeg leste vers 19, der Nephi hadde bedt, og brødrene fikk sitt hjerte bløtgjort. Til slutt klarte jeg å snakke med mine arbeidsgivere om å ikke arbeide på søndager.

Jeg fortalte mine overordnede at jeg var medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, og de spurte meg

om hva siste-dagers-hellige trodde på. Da jeg spurte dem om jeg kunne få fri på søndager, var svaret nei. De minnet om at jeg i løpet av mitt første intervju hadde sagt at jeg var tilgjengelig for å arbeide på en hvilken som helst dag i uken, og aldri hadde nevnt noen religiøse behov.

Månedene gikk uten noen endring, helt til en søndag jeg stormet ut fra Kirkens møter for å skynde meg på jobb. Jeg tenkte: "Hva er viktigst for deg?" Svaret kom umiddelbart, og var umulig å overse: Kirken, evangeliet, tjeneste i mitt kall, helhjertet deltagelse på søndagens møter og disippelskap i ord og gerning.

Jeg bestemte meg for å spørre om igjen om å få slippe å arbeide

på søndager, men denne gangen skulle jeg gjøre det med et oppsigelsesbrev i hånden, i tilfelle de sa nei enda en gang.

Jeg hadde bedt, fastet og mottatt støttende tekstmeldinger fra venner.

Selv om hjertet banket under intervjuet, var jeg rolig fordi jeg visste at jeg gjorde det rette. Denne gangen sa min overordnede ja. Min bønn var besvart. Jeg rev i stykker oppsigelsesbrevet så snart jeg kom hjem.

Denne opplevelsen ga meg mange velsignelser, men den mest umiddelbare og varige velsignelsen var at jeg fikk beholde jobben og likevel kunne holde sabbatsdagen hellig. For dette er jeg virkelig takknemlig til Herren. ■
Eleonora Sonnellini, Trieste, Italia

En søndag stormet jeg ut fra Kirkens møter for å skynde meg til jobben. Jeg tenkte: "Hva er viktigst for deg?"





Av eldste
David F. Evans
i De sytti

Iherdighet og disippelens vei

En Internett-ordbok definerer *iherdighet* som “utholdenhet, standhaftighet og hardnakket bestemthet”. I tillegg står det: “Iherdighet er egenskapen som vises av en som rett og slett ikke vil gi opp, som fortsetter å prøve til han eller hun har nådd målet.”¹

Vi trenger iherdighet for å bli Frelserens sanne disipler og for å oppnå virkelig gode mål – å bli en god misjonær, fullføre utdannelsen, finne en evig ledsager og stifte familie – som vår himmelske Fader vet at vi trenger for å nå for å forberede oss til eviglivet. Vår evne til å være iherdige i alt godt vil avgjøre om vi blir den slags sønner og døtre av Gud som han vet at vi kan og må bli.

Dagens generasjon heltidsmisjonærer har blitt kalt “den beste generasjon misjonærer i Kirkens historie”, og har blitt sammenlignet med Helamans 2000 unge krigere.² Til tross for disse unge mennenes enestående egenskaper og iherdige tro og innsats,

sier Helaman, deres leder: “Det var to hundre av mine to tusen og seksti som hadde besvimt på grunn av blodtap. Ved Guds godhet og til vår store forbauselse, men også til hele vår hærstyrkes glede, hadde likevel ikke en eneste én av dem omkommet” (Alma 57:25).

De ble utfridd “på grunn av deres overmåte store tro på det som de hadde blitt opplært til å tro, nemlig at det fantes en rettferdig Gud, og at enhver som ikke tvilte, skulle bli bevart ved hans forunderlige kraft” (Alma 57:26).

Helaman sier om dem: “De er unge, og deres sinn er urokkelig, og de setter alltid sin lit til Gud” (Alma 57:27).

Slik må det også være med oss. I livet er det når regnet faller og flommen kommer og vindene blåser og slår mot oss og vårt hus at vi finner ut om vår tro er sterk og om vi kontinuerlig setter vår lit til Gud. Det er rett og slett ingen prøve før vi opplever motgang.

**Ha tro på Gud
og hans løfter,
og gjør det
rette hele tiden,
uansett hvem
som vet om det.**

Tap ikke motet

For noen år siden presiderte min hustru Mary og jeg over Japan Nagoya misjon. Ordene *tapre og modige, sterke, aktive og trofaste*, som beskriver de 2000 unge krigerne (se Alma 53:20), beskriver også misjonærene vi virket sammen med. En annen beskrivelse av de 2000 unge krigerne – at noen *besvimte* (se Alma 57:25) – beskriver også noen av våre misjonærer.



En misjon er ikke lett. Det er heller ikke livet. Alle vil bli skadet på en eller annen måte. Noe av denne skaden skyldes uoppgjort overtredelse. Noe kommer i form av ulykke eller sykdom. Noe kommer når vi ser dem vi elsker enten forkaste Jesu Kristi evangelium eller slutte å være trofaste mot det de vet er sant. Men gjennom alt dette blir vi kjent med Gud, og vi utvikler oss til å bli Frelserens disipler. Vårt hjerte forandrer seg, og denne forandringen blir permanent når vi fortsetter å velge rettferdighet fremfor synd og tvil.

De 2000 unge krigerne var iherdige i sine ønsker. De ville ganske enkelt ikke gi opp, selv om veien var vanskelig. En generasjon tidligere ble deres fedre og mødre undervist av Ammon og hans brødre. Disse misjonærene hadde stor fremgang, men de måtte også holde fast og ikke gi opp da deres misjon ble vanskelig og nedslående.

Ammon beskriver disse stundene: "Og da våre hjerter var nedstemte og vi var nær ved å vende tilbake, se, da trøstet Herren oss og sa: Gå til deres brødre lamanittene, og bær deres plager med tålmodighet, og jeg vil gi dere fremgang" (Alma 26:27).

Med tålmodighet og iherdighet arbeidet Ammon og hans følgesvenner seg gjennom sine lidelser og oppnådde til slutt bemerkelsesverdig fremgang.

Iherdighet i evangeliet

I 1999 kom søster Marci Barr til Japan Nagoya misjon fra Columbus

i Ohio. Japansk var ikke lett for henne, men hun var iherdig. Så snart hun lærte å kommunisere, sluttet hun aldri å snakke med folk om evangeliet.

Store løfter er gitt de trofaste, standhaftige og iherdige misjonærene som åpner sin munn med frimodighet og kjærlighet, og arbeider av all sin makt på de måter Herren har fremsatt (se L&P 31:7). Noen misjonærer blir imidlertid engstelige for avvising, og lar sin frykt overvinne deres kjærlige frimodighet.

Ikke søster Barr! Hun fant og underviste, og hun underviste og fant på hele sin misjon.

På den siste dagen av sin misjon reiste søster Barr til misjonshjemmet i Nagoya. Den kvelden skulle jeg intervju henne og fortelle henne at hun hadde gjort en fantastisk innsats. Neste dag skulle hun reise hjem.

På reisen så hun en gruppe jenter i videregående-alder snakke sammen på T-banen. Hun gikk bort til dem og spurte om hun kunne få snakke med dem. Hun snakket om evangeliet og dets gjengivelse. Så ga hun en misjonærbrosjyre til en av jentene som virket interessert, og fortalte henne om søstermisjonærene som kunne undervise henne i evangeliet.

Så kom søster Barr til misjonshjemmet og fikk intervjuet sitt, uten å si noe til meg om sin opplevelse på T-banen. For henne var det dagligdags. Hun gjorde bare det hun visste var riktig, helt til slutten. Kanskje dette

er den beste definisjonen av *iherdighet* i evangeliet som jeg kjenner til: Uansett hva som skjer, fortsetter man å ha tro på Gud og hans løfter, og å gjøre det rette hele tiden, uansett hvem som vet om det.

Søster Barr reiste hjem til Columbus. I en studentmenighet der møtte hun sin fremtidige ektemann, og sammen oppdrar de en familie i Jesu Kristi evangelium.

Jenta på T-banen – Hitomi Kitayama – ble undervist av søstermisjonærene. Hitomi holdt ut og viste sin egen form for iherdighet idet hun tok imot evangeliets sannheter, overvant motstand fra familiemedlemmer og sin egen tvil.

Vi møtte Hitomi nesten seks år senere på en misjonskonferanse i Tokyo, hvor hun var misjonær. Hun fortalte oss om møtet med søster Barr på T-banen og om sin senere omvendelse til evangeliet.

Etter sin misjon møtte og giftet hun seg med en annen hjemvendt





STREKK DEG ETTER STØRRE SELVDISCIPLIN

“Jeg oppfordrer alle, unge og gamle, til å gjennomgå målene sine og strebe etter å utøve større selvdisciplin. Vår daglige adferd og våre valg skulle være i samsvar med våre mål.”

Eldste Quentin L. Cook i De tolv apostlers quorum, “Velg med omhu,” *Liahona*, nov. 2014, 49.

misjonær, Shimpei Yamashita. Interessant nok er Shimpei sønn av en mann som eldste Randy Checketts og jeg underviste sommeren 1971 mens jeg var på min første misjon til Japan.

Det er ikke bare for å spre evangeliet at vi trenger iherdighet til å gjøre det rette. Vi trenger denne samme rettskafne iherdigheten når vi prøver å overvinne personlig synd og fristelse, fullføre utdannelsen og søke tempel-ekteskap og en evig familie. Vi trenger iherdighet, kjærlighet og standhaftighet når vi holder på vår ektefelle og våre barn, og arbeider oss gjennom utfordringene som kommer til ethvert ekteskap og enhver familie. Vi vil også trenge iherdighet, pliktroskap og tålmodighet når velsignelsene vi søker, ikke kommer når vi forventer det.

I alt dette og i alt annet som er godt, vil vår beslutning om å gjøre

det rette bli utfordret av verden. Men vi må ikke gi opp. Vi må fortsette å prøve til vi når målet. Målet er til syvende og sist evig liv sammen med vår ektemann eller hustru, med våre barn og med deres barn i generasjoner fremover.

Sett deg verdige mål

Hvordan utvikler vi vår beslutning om å gjøre det rette, og hvordan får vi styrke til å holde den?

For det første setter vi oss mål som er verdt å nå og er forenlige med vårt endelige mål om evig liv. Dette omfatter mål for utdanning og arbeid som vil føre til og være forenlige med en familie, personlig utvikling, tjeneste, aktivitet i Kirken og personlig lykke. En del av det å sette disse målene vil være vårt eget personlige valg, men en annen del må omfatte bønn og personlig åpenbaring. Hvis du bryr deg nok til å søke Guds vilje, vil han svare.

Blant de mange tingene du bør be om, er det å finne en verdig ledsager som du kan dra til templet og inngå hellige pakter sammen med. *Hvis du vil inngå og holde hellige pakter og være motivert til å oppnå dine mest rettfærdige mål, må du ydmykt søke de velsignelser og det ansvar som følger med ekteskap.*

På dette og andre områder av livet bør du finne ut hva Gud vil at du skal gjøre. Studer og tenk det ut i ditt sinn. Ta avgjørelser. Legg dem

frem for Herren, og søk hans vilje i saken. Sett så i gang med å arbeide mot dine mål.

Midt i alt dette, hvis vi skal være iherdige i det som er godt, må vi holde oss nær til Herren ved å leve rettskaffent. Få ting kan avlede oss mer fra å oppnå våre rettfærdige mål enn å være uverdige til velsignelsene ved å ha Ånden med oss.

Sett rettfærdige mål. Be alltid, og søk Herrens veiledning. Vær verdig, og unngå de tingene som vil avlede deg eller hindre din fremgang. Ha og bruk din tempelbefaling. Hold dine pakter, særlig når livet er vanskelig. Søk velsignelsene ved evig ekteskap og familie. Hold så fast. Ikke gi opp. Ikke slutt.

Vær iherdig i alt som er godt. Du vil oppleve at din tro blir styrket og at dine sterke sider og talenter blir utviklet og foredlet samtidig som din tro vokser. Husk også det eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum har lovet: “Noen velsignelser kommer snart, noen kommer sent, noen kommer ikke før i himmelen men de kommer.”³ ■

Fra talen “Tenacity”, holdt under en andakt ved Brigham Young University 4. november 2014. Hele talen finnes på engelsk på speeches.byu.edu.

NOTER

1. Vocabulary.com/Dictionary/tenacity.
2. Se M. Russell Ballard, “Den beste generasjon misjonærer,” *Liahona*, nov. 2002, 47, 48; for å se hvordan Mormons bok beskriver dem, kan du se Alma 53:17–21; 56:17, 45–48; 57:20–21.
3. Jeffrey R. Holland, “En yppersteprest for de goder som skulle komme,” *Liahona*, jan. 2000, 45.

Sabbatens forkjempere

Av Samantha McFadyen

Da rugbytreneren min sa at vår kvartfinalekamp i landsmesterskapets sluttspill gikk på en søndag, tenkte jeg bare: "Hvorfor nå?"

Laget mitt, Brigham Young Universitys kvinnelag i rugby, hadde forberedt seg til mesterskapet hele sesongen. Vi så frem til å spille mot laget som hadde slått oss i turneringen året før. Jeg var sikker på at vi kunne vinne, for vi hadde noen av landets beste spillere. Vi ønsket å vise oss for rugbymiljøet ved å vinne et landsmesterskap, men det viste seg at vår himmelske Fader hadde en annen plan for oss.

Vi holdt fast ved våre normer


Turneringsledelsen hadde forsinket oss om at kampene våre skulle gå på fredag og lørdag, men på grunn av en feil, var kampene i stedet satt til lørdag og søndag. Vi fant ikke ut om feilen før fem dager før turneringen, som foregikk i Sanford i Florida. Siden kvinnerugby ikke

var et offisielt BYU-lag den gangen, var det opp til oss om vi ville spille eller ikke. Vi valgte å ikke gjøre det. Det var en enstemmig avgjørelse, og ingen klaget.

Å spille på søndag var ikke engang noe alternativ. For meg hadde det aldri vært det. Mor og far lærte meg å holde sabbatsdagen hellig, og jeg hadde holdt dette budet hele mitt liv. Å adlyde vår himmelske Faders vilje var viktigere enn en rugbykamp.

Men det ble ikke noe lettere fordi vi visste at vi gjorde det rette. Vi var nedstemt da vi fløy til Florida, og visste at uansett om vi vant eller tapte, ville lørdagens kamp være vår siste.

Etter at vi kom til Florida, fikk vi en telefon fra en journalist fra *New York Times*, som ønsket å skrive om oss. Vi ble lamslått. Vi hadde aldri forventet at noen skulle bry seg om vårt valg om å holde sabbaten hellig, langt mindre en landsdekkende avis.



Jeg hadde
aldri trodd at vårt
valg om å holde
sabbatsdagen
hellig ville påvirke
så mange.

På fredag, på tidspunktet da vi ville ha spilt dersom planleggingsfeilen ikke hadde funnet sted, dro vi til Orlando Florida tempel for å utføre dåp for de døde. Da vi hadde utført ordinansene, snakket tempelpresidenten med oss. Han fant frem en artikkel som hadde blitt skrevet om oss, og leste noen av kommentarene leserne hadde lagt ut på nettet til støtte for vår beslutning.

Senere leste treneren flere kommentarer han hadde mottatt. Siste-dagers-hellige og andre takket oss for vårt eksempel og fortalte oss at det var



forfriskende å se noen holde fast ved sine normer. Ordene deres oppmuntret oss. Det var da vi begynte å forstå hvilken innflytelse vi kunne ha uten engang å bli landsmestere.

Jeg visste at vår himmelske Fader var oppmerksom på oss, men jeg hadde aldri trodd at det var andre som fulgte med. Reaksjonene på beslutningen vår ga oss en ny hensikt med å være i Florida: Vi var ikke der for å vinne, men for å forsvare våre normer.

En bedre vei

Lørdagen kom, og vi vant kampen 46–7. Etterpå gikk vi til funksjonærene og sa at vi ville stå over kampen vi skulle ha spilt på søndag – som tilfeldigvis var mot laget som har slått oss året før. Jeg var skuffet over at sesongen endte på denne måten. Jeg skulle ønske vi kunne ha spilt mot dette laget, men jeg ønsket ikke å spille mot dem, eller noen, på sabbaten.

Det ble skrevet en rekke artikler om oss, og vi fortsatte



HELLIGHOLDELSE AV SABBATSDAGEN

“Frelseren kalte seg Herre over sabbaten. Det er hans dag! Han har gjentatte ganger

bedt oss *overholde* sabbaten, eller *helligholde* sabbatsdagen. Vi har inngått pakt om å gjøre det ...

[Vi tenker] ganske enkelt: ‘Hva slags *tegn* ønsker jeg å gi Gud?’ Dette spørsmålet [gjør våre] valg om sabbaten krystallklare ...

[Vi vet] at uansett hvor vi bor, skulle vi være et forbilde for de troende i vår familie, og blant våre naboer og våre venner. Sanne troende holder sabbatsdagen hellig.”

President Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum, “Sabbaten er en lyst,” *Liahona*, mai 2015, 129–130, 132.

å få oppmuntrende brev og e-postmeldinger. Ved å holde fast ved våre normer nådde vi flere enn vi noensinne kunne ha nådd om vi hadde vunnet mesterskapet.

Jeg har lært å stole på at vår himmelske Fader vil lede meg til en bedre vei enn den jeg selv har tenkt på. Laget mitt ønsket å vise hva vi var gode for ved å bli mestere, men nå forstår jeg at vår himmelske Fader ønsket at vi skulle få frem et helt annet poeng. Han ga oss muligheten til å være et eksempel når vi trodde at ingen fulgte med, og han var i stand til å bruke oss til det gode fordi vi valgte å adlyde. ■

Artikkelforfatteren bor i Washington, USA.



FOTOGRAFIER GJENGITT MED TILLATELSE FRA BYUS KVINNELAG I RUGBY OG PAUL MEYERS

Det VANSKELIGSTE ved å være MISJONÆR

Noen ganger er det ikke misjonærarbeid som er den største utfordringen i misjonærarbeidet.

Av Wendy Ulrich, PhD.

En misjonær sa en gang: “Da folk sa det ville være vanskelig å være på misjon, trodde jeg det betydde at jeg ville fryse eller ha vanskelige levekår eller streve med språket. Men for meg er det vanskeligste det som foregår i hodet mitt – som at jeg kan bli motløs eller frustrert over ledsagere eller ikke liker å snakke med fremmede – bare det å takle alle opp- og nedturene, avvísningen og forandringen.”

For å forberede deg til en misjon, kan og skulle du lese *Forkynn mitt evangelium*, studere Skriftene og lære å lage mat og vaske klær. Men du bør også skaffe deg praktisk erfaring nå med de *følelsesmessige, sosiale og andre* ferdighetene du trenger som misjonær. Her er en liste over noen av disse ferdighetene. Du kan krysse av en eller to av dem for å begynne å øve nå.

Ferdigheten å være ydmyk uten å føle seg ydmyket

En søstermisjonær i Alabama sa: “Jeg trodde visst at da de beskikket meg, ville jeg på et eller annet vis få superkrefter. Så det ble litt av et sjokk for meg å finne ut da jeg kom til misjonen, at jeg fremdeles bare var meg selv. Jeg hadde fremdeles de samme svakhetene, den samme frykten og den samme utilstrekkeligheten. Og de har egentlig aldri blitt borte. Jeg har måttet lære å takle å være utilstrekkelig til å gjøre Herrens arbeid.”

Enten du kommer til misjonen med mange suksesser under beltet eller noen få, hvis du er ydmyk, lærevillig og villig til å fortsette å prøve og arbeide, kan Herren samarbeide med deg.

Men dine ferdigheter som misjonær vil bare bli bedre hvis du øver, stiller spørsmål, får hjelp og fortsetter å prøve. Hvis du er overbevist om at mennesker i utgangspunktet er gode (eller dårlige) på misjonærarbeid, språk, vitnesbyrd eller mellommenneskelige forhold, vil du få det vanskeligere.

En misjonær sa en gang til meg: “Jeg har måttet lære at det er Herrens verk, ikke mitt. Og det er i orden om jeg føler meg utilstrekkelig med hensyn til dette fordi jeg *er* utilstrekkelig. Jeg vil aldri bli fullgod på å gjøre det som bare Gud kan gjøre. Det er mye jeg kan gjøre for å bli bedre, men jeg trenger ikke å finne ut av alt sammen selv. Jeg kan stole på ham.”



Prøv å gjøre nye og vanskelige ting. Da vil du lære å ikke å ta følelser av utilstrekkelighet for alvorlig. For eksempel:

- Prøv ting som bringer deg litt ut av trivselssonen, for eksempel nye jobber, fritidsaktiviteter eller ukjente fag eller kurs. Still spørsmål, få hjelp, analyser feil og fortsett å prøve. Prøv deg på ting du må øve på og arbeide med, så du lærer å stole på at du *vil* bli bedre med innsats.
- Ta til motmæle mot røster i hodet som forteller deg at folk enten er født med talent, intelligens eller sosiale ferdigheter, eller så er de det ikke. Verdens største idrettsutøvere, musikere, forskere – og misjonærer – opplever mange nederlag og øver mange timer på veien til suksess.



Ferdigheten å kunne takle mulig (og virkelig) avvisning

Avvisning og skuffelse er daglige opplevelser på misjon. Øv på å ta sjanser og takle avvisning, slik at du kan bli flinkere til å ta dem med fatning.

- Søk på en jobb, gå på jobbintervjuer, og arbeid på deltid eller heltid.
- Prøvespill for et lag eller et teaterstykke.
- Inviter folk på stevnemøter eller aktiviteter.
- Når det ikke går så bra, legger du merke til tanker og handlinger som kan hjelpe deg å takle det og føle deg bedre.
- Lær av tilbakeslag, og prøv igjen.

Ferdigheten å styre motivasjonen

Vi må alle finne ut hvordan vi kan motivere oss når vi kjeder oss, og roe oss ned når vi er overspente.

- Hvis en situasjon er kjedelig eller ikke utvikler seg, så vær nysgjerrig på hva som er galt og hvordan du kan ordne opp i det, eller finn ut hva du kan lære.
- Legg merke til når du er overspent, og finn ut hva du fortsatt kan gjøre på misjon for å roe deg ned (snakke med noen, slappe av, skrive, synge, gå). Ta et skritt tilbake, del problemet i mindre deler, involver andre, ta små skritt, be og ta til motmæle mot en negativ indre samtale.

Ferdigheten å takle uoverensstemmelser

Ledsagere, ledere, medlemmer og undersøkere vil være fantastiske, men vil også til tider sette din tålmodighet på prøve.

Øv sammen med søsken og venner for å:

- Lære å forstå andre ved å spørre hvorfor de gjør det de gjør.
- Ta ansvar, og be oppriktig om unnskyldning når din adferd sårer noen, selv om du ikke mente noe vondt med det.
- Se etter en medfølende forklaring på en annens adferd. Bær ikke nag.
- Ta opp et problem, og be om hjelp til å løse det istedenfor å klandre noen eller uroe deg.
- Når det oppstår konflikt, bruker du dempet stemme og viser respekt for andres følelser.
- Del rom med en som er annerledes enn deg. Vær positiv og nysgjerrig med hensyn til vedkommendes valg.

OVERSIKT



Ferdigheten å føre en samtale

Enten du er en introvert (innadvendt) eller ekstrovert (utadvendt), kan du lære ferdigheter for å føre en god samtale som du vil trenge på misjon og resten av livet.

Hvis du er mer introvert:

- Sett deg som mål å snakke med en ny person (spesielt ukjente voksne) i fem minutter hver uke.
- Smil, vær nysgjerrig på folk, og lær gode spørsmål som kan få andre i snakk.
- Finn ut hvordan du kan innlede og avslutte en samtale på en vennlig måte.
- Legg merke til når andre prøver å innlede en samtale, slik at du er åpen og mottagelig.

Hvis du er mer ekstrovert:

- Få andre til å åpne seg ved å stille spørsmål.
- Øv på å være god til å lytte.
- Se etter tegn på at tilhøreren din begynner å bli sliten. Gi plass til andre.

Fysiske ferdigheter for velvære

Som misjonspresident snakket min mann med en misjonær som hadde det svært tungt og vanskelig. Min mann følte seg tilskyndet til å spørre ham: "Hva spiste du til frokost?"

"Iskrem."

"Hva spiste du til lunsj?"

"Pommes frites."

"Hva spiste du til middag?"

"Pommes frites og iskrem."

"Hvor lenge har du bare spist pommes frites og iskrem?"

"Omtrent en måned."

"Her er oppgaven din: Dra hjem og spis noe grønt – men ikke peppermynteiskrem."

Kosthold og mosjon påvirker virkelig vårt syn på livet. Begynn nå å:

- Lære om riktig kosthold. Spise sunt. Hvis du er kresen, kan du begynne med å prøve noen få nye ting.
- Mosjoner. Regelmessig mosjon hjelper alle å takle angst og depresjon bedre. Begynn i det små, og bygg deg sakte opp, for eksempel med en spasertur hver kveld (kanskje sammen med en venn eller med musikk), gå på stedet under TV-reklamer, eller ta noen situps og armhevinger.
- Lær å ta godt vare på eiendeler, klær, penger og tid.
- Styr søvnen. Hvis du har problemer med å sovne eller våkne, kan du be andre om forslag. Kom inn i en fast rutine for når du legger deg og står opp, og følg helst den du vil bruke som misjonær.



Ferdigheten positivitet

- Utvikle humoristisk sans. Le av deg selv, ikke av andre. Ikke ta alt så alvorlig at du blir stresset.
- Be tidligere misjonærer fortelle deg om noe som var vanskelig for dem, og hvordan de taklet det. Finn ideer du kan bruke.
- Lag en liste over skriftsteder og salmer som oppmuntrer deg og fyller deg med tro.
- Ta til motmæle mot den negative røsten hodet ditt med noe positivt. Hvis denne røsten er sarkastisk, nedvurderende, vanærende, sint, hjerteløs eller gjør at du føler deg håpløs eller hjelpeløs, kommer den ikke fra Herren. Hans røst vil alltid være håpefull, oppmuntrende og barmhjertig, spesielt når du prøver.

Åndelige ferdigheter for velvære

- Be innstendig. Be vår himmelske Fader sitte sammen med deg, og snakk åpenhertig med ham om dine problemer, dine ønsker og din takknemlighet. Prøv å be høyt, be med papir og blyant for å skrive ned tilskyndelser, eller be bare for å takke.
- Studer Skriftene. Se etter, og forvent, svar på dine bekymringer.
- Vær misjonær nå. Gå ut sammen med heltidsmisjonærene og hjelp dem, snakk med dine venner om evangeliet i hverdags situasjoner, og bær oppriktig vitnesbyrd i kirken. Du vil bli mer begeistret for misjonærarbeidet når du gjør det. ■

Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.

TO TYPER MENNESKER SOM OFTE STREVER

De som strever følelsesmessig på misjon, er ofte:

- **De som går gjennom skolen uten å måtte arbeide særlig hardt.** De som er smarte eller dyktige nok til å klare seg uten å måtte arbeide så hardt, ser kanskje på talentene sine som en slags magi. Når magien forsvinner (og det gjør den alltid på et eller annet tidspunkt), vet de ikke hva de skal gjøre, annet enn å prøve å skjule sine feil. Før eller siden må alle lære å være ydmyke, arbeide hardt, øve, be om hjelp og overvinne hindringer og nederlag for å fortsette å utvikle seg og bli bedre.
- **De som aldri har opplevd å lykkes i særlig grad.** Noen ser på vanskeligheter som en bekreftelse på at de er dumme eller talentløse. Alle blir imidlertid klokere og dyktigere når de fokuserer, analyserer hva som gikk galt, prøver kreative løsninger, ber om hjelp, arbeider hardt og øver.

Hvis du er i en av disse gruppene, må du ofte minne deg selv på at ingen er født som en fantastisk misjonær. Misjonærferdigheter utvikles med øvelse, mye hardt arbeid, og ved å ta sjanser, overvinne hindringer, prøve igjen etter mislykkede forsøk, lære av andre og stole fullstendig på Herren. Han elsker deg og vil hjelpe deg å utføre både din personlige misjon og din heltidsmisjon.

FORBEREDELSE TIL MISJONÆRLIVET

Hvis du ønsker flere ideer om hvordan du kan forberede deg til en misjon akkurat nå, kan du skaffe deg ressursheftet Adjusting to Missionary Life på store.lds.org eller gjennom din biskop. (Bare på engelsk)



Har du opplevd Mormons boks kraft i ditt liv? Sett den på prøve slik disse misjonærene gjorde!



JEG FANT DEN MANGLENDE BRIKKEN

Da jeg gikk på videregående, ble jeg fornærmet med hensyn til noe av Kirkens lære. Det fikk meg til slutt til å bli mindre aktiv. Jeg deltok på noen aktiviteter i en annen kirke, men jeg var ikke så lykkelig som jeg burde. Det var liksom noe som manglet.

Det tok meg tid å finne ut hva som manglet, men en dag etter at jeg hadde holdt bønn, åpnet jeg øynene og så Mormons bok på bordet mitt. Jeg var nær ved å sovne da tanken slo meg: "Jeg ble født som mormon. Hvordan kan det ha seg at jeg ikke har lest hele Mormons bok?" Den dagen bestemte jeg meg for å bli ferdig med å lese Mormons bok.

Etter mange år med søking, fant jeg endelig brikken som manglet for at jeg kunne bli lykkelig. ■

Eldste Jayme Promise, Filippinene Quezon City misjon

NÅR FOLK ÅPNER BOKEN

På misjon har jeg sett personer som å drikker, røyker og bruker narkotika, åpne Mormons bok og snu om på livet sitt og komme tilbake til sin familie og til Kirken. Jeg har sett fortapte sønner komme hjem og dra på misjon etter at de åpnet denne boken. Jeg har sett ødelagte familier

lese Mormons bok sammen, og senere bli besejlet i templet. Jeg har sett folk som er helt fortvilet og ikke vet hva de skal gjøre, åpne denne boken, og alt begynner å falle på plass.

I samme øyeblikk som jeg åpner Mormons bok og bruker et vers til å hjelpe noen, finner mirakler sted. Guds kraft ligger under disse sidene

og venter på et liv å forandre, venter på at et mirakel skal utspille seg. Jeg kan love deg at mirakler skjer hver gang du åpner Mormons bok. De vil kanskje ikke alltid være det vi ønsker at de skal være eller skje når vi ønsker at de skal skje, men de vil skje. ■

Eldste Benjamin Baradi,
Filippinene Bacolod misjon

FRA
MISJONSMARKEN



FOTOLLUSTRASJONER: DAVID STOKER

EN SJEL SOM ROPER

Han så ikke ut som en hyggelig mann å snakke med. Jeg var litt redd, men samtidig ønsket jeg virkelig å snakke med ham.

Av Stephen Dugdale

Jeg fikk anledning til å være misjonær i Catania i Italia. Etter hvert kom vi til et punkt hvor arbeidet gikk trått. Vi hadde hatt en hel uke hvor så godt som alt gikk galt, og hver dag var en prøve på om vi ville holde humøret oppe, fortsette å smile og fortsette å prøve hardt.

En kveld var vi fast bestemt på å gjøre en forandring. Vi gikk rundt og snakket med folk i en park i nærheten av huset vårt, og fikk øye på en gutt som satt på en benk med bøyd rygg og en sigarett i munnen. Han var kledd i sort fra topp til tå, og hadde hetten på sin store, oppblåste jakke over hodet. Han så ikke ut til å være en særlig hyggelig mann å snakke med. Jeg så på ham, min ledsager så på ham, vi så på hverandre, og deretter på ham igjen.

Eldste Farley spurte meg: "Har vi snakket med ham før?"

"Jeg tror det, for jeg syns virkelig jeg kjenner ham," svarte jeg.

"Ja, samme her," sa eldste Farley.

Så begynte vi å gå bort til ham. Jeg var litt redd, for han var ikke en person jeg vanligvis ville snakke med, men samtidig ønsket jeg virkelig å snakke med ham.

"God kveld, står til?" sa vi.

Han så opp med mørke øyne, som for å si: "Hvem forstyrrer luren min?" Så sa han svært lavmælt: "God kveld." Vi presenterte oss som misjonærer, og han fortalte oss raskt at han var ateist og ikke trodde på noe. Vi spurte ham hvorfor, noe jeg tror overrasket ham litt.

"Jo, fordi jeg mistet mor, far, en søster og en niese samme måned, og jeg har levd et fryktelig ensomt liv på grunn av det. Religion har ikke gjort noe annet enn å gjøre det verre for meg."

Vi spurte ham om han visste hvor hans nærmeste var.

"På kirkegården i Catania, hvor de har vært en lang stund," svarte han.

Vi forklarte åndeverdenen og oppstandelsen for ham. Vi fortalte ham at nå er vi alle en ånd og et legeme, og at døden bare en midlertidig adskillelse av ånden og legemet. Vi fortalte ham at familiemedlemmene hans bare ventet på ham før de alle kunne bli gjenforenet med sitt legeme og leve sammen for evig.

Han så forvirret på oss, og sa: "Jeg forsto ikke noe av det. Kan dere gjenta alt sammen?"

Så vi gjentok alt sammen. Da hevet han forvirret et øyenbryn og sa: "Vent, er jeg en ånd og en kropp? Og familien bare venter på meg og lærer i denne stund?"

Vi leste flere skriftsteder fra Alma 40 og andre kapitler for ham, og han så på oss og spurte: "Så hvorfor har jeg aldri hørt dette før?"

TILHØRIGHET TIL GUDS FAMILIE

“Alle [mennesker er] Guds barn, dine brødre og søstre. Gud elsker dem slik han elsker deg. Mange av disse søker etter en hensikt med livet. De er urolige for sin familie. De trenger å føle den tilhørighet som de får ved kunnskapen om at de er Guds barn, medlemmer av hans evige familie.”

Forkynn mitt evangelium: En veiledning i misjonærarbeidet (2005), 1.

Jeg tror ikke jeg noensinne hadde møtt en mer ydmyk person i hele mitt liv. Denne mannen hadde vært i villrede så lenge, så forvirret, så ensom. Han tok til seg alt vi sa. Han sa at han forsto svært lite av det fordi alt sammen var ting han aldri hadde hørt før, men han likte alt sammen.

Vi fortalte ham om hvordan vi kan få svar ved hjelp av bønn. Han ikke hadde holdt bønn på over 30 år, og sist han hadde fremsagt en bønn i kirken, var som barn. Da vi hadde snakket om svar fra Ånden, spurte han oss hvordan Ånden føles. Siden det kan være forskjellig for alle, fortalte vi begge hvordan den føles for oss. Jeg fortalte ham at for meg føles det som å få en klem av moren din når du ikke har sett henne på lenge. Jeg følte meg tilskyndet til å love ham at han kunne og ville

føle det samme, en følelse av en klem fra moren hans, som hadde manglet i livet hans så lenge.

Vi spurte ham om vi kunne be sammen med ham. Han ble veldig forvirret og spurte: “Nå? Her i parken?”

“Vi kan be når som helst og hvor vi vil,” sa jeg. “Gud ønsker å høre fra oss, og han er spesielt ivrig etter å høre fra deg, fordi han ikke har hørt fra deg på lenge.”

Han hadde aldri hørt en bønn som ikke var en utenat lært bønn til en helgen, så han var ganske ivrig etter å se hvordan det fungerte. Vi bøyde hodet, og min ledsager ba for vår nye venn Alfio, og ba om velsignelser, hjelp og trøst for ham. Han ba om at Alfio måtte føle et svar om at familien hans hadde det bra og at Gud virkelig finnes. Vi avsluttet bønningen, og Alfio så på oss med svære øyne.

“Jeg må fortelle dere noe,” sa han. “Jeg er ikke en person som lyver, spesielt ikke om noe slikt som dette. Det føles som om jeg nettopp har fått en stor klem av mor. Jeg har ikke fått en klem av noen på veldig lenge. Det følte så godt. Jeg ønsker å vite hvordan jeg kan føle det igjen, for jeg ønsker flere slike klemmer.”

“Helt siden den bønningen har jeg gått omkring med hodet hevet, og jeg ser på alt. Verden er vakker.”

Dagen etter møttes vi igjen. Alfio satte seg ved siden av oss på den samme benken og sa: “Eldster, i hele mitt liv har jeg gått omkring med hetten på og hodet ned, og stirret i bakken. Jeg har aldri noensinne gått med hodet hevet. Helt siden den bønningen har jeg gått omkring med hodet hevet, og jeg ser på alt. Verden er vakker.”

Naturligvis fortsatte vi å jobbe med Alfio for å gi ham flere klemmer, mer lys og flere stunder med hevet blikk. Den skremmende mannen på benken som så ut som om han ville hate oss, var egentlig en sjel som ropte og tryglet om å føle sin himmelske Faders kjærlighet igjen. ■

Artikkelforfatteren bor i Missouri, USA.



Eldste David A. Bednar

i De tolv apostlers
quorum

HVORDAN DU KAN HJELPE MISJONÆRENE

Det er riktig av oss å be for heltidsmisjonærenes sikkerhet og fremgang over hele verden. I mange av våre bønner ber vi om at misjonærene må bli ledet til enkeltpersoner og familier som er forberedt til motta gjenopprettelsens budskap. Men det er egentlig mitt ansvar og deres ansvar å finne mennesker som misjonærene kan undervise. Misjonærer er heltidslærere, mens dere er heltidsfinnere. Vi som er misjonærer hele livet, skulle ikke be om at heltidsmisjonærene må gjøre vårt arbeid!

Hvis dere og jeg virkelig ville be i tro, slik Joseph Smith gjorde – hvis vi ville be med en forventning om å handle og ikke bare uttrykke – da ville arbeidet med å forkynne evangeliet gå fremover på bemerkelsesverdig vis. En slik bønn i tro kan inneholde noen av følgende elementer:

- At vi takker vår himmelske Fader for læresetningene og

ordinansene i Jesu Kristi gjengitte evangelium som gir oss håp og lykke.

- At vi ber om mot og frimodighet til å åpne vår munn og dele evangeliet med familie og venner.
- At vi bønnfaller vår himmelske Fader om å hjelpe oss å finne enkeltpersoner og familier som vil være mottakelige for vår innbydelse til å bli undervist av misjonærene i vårt hjem.
- At vi lover å gjøre vår del denne dagen og denne uken, og at vi ber om hjelp til å overvinne angst, frykt og nøling.
- At vi søker dømmekraftens gave – at vi må ha øyne til å se og ører til å oppfatte misjonæranledninger når de byr seg.
- At vi ber inderlig om styrke til å handle slik vi vet vi bør.

Takknemlighet ville bli uttrykt, og det ville bli anmodet om andre velsignelser i en slik bønn, som ville



bli avsluttet i Frelserens navn. Og så ville det innviede arbeidet i forbindelse med den bønnen fortsette og vokse.

Dette samme mønsteret med hellig kommunikasjon og innviet arbeid kan anvendes i våre bønner for de fattige og trengende, for de syke og plagede, for familiemedlemmer og venner som strever og for dem som ikke kommer på Kirkens møter.

Jeg vitner om at bønn blir meningsfylt når vi ber i tro og handler. Jeg oppfordrer oss alle til å be i tro om vårt gudgitte oppdrag å forkynne evangeliet. Hvis vi gjør dette, lover jeg at dører vil åpne seg, og vi vil bli velsignet med å gjenkjenne og handle på de muligheter som byr seg. ■

Fra en tale ved generalkonferansen i april 2008.

“Mor og far banner, hører på høy musikk og ser upassende TV-programmer. Hva kan jeg gjøre for å føle Ånden hjemme, spesielt på søndager?”

Da du ble døpt, mottok du Den hellige ånds gave. Dette betyr at uansett hvilken situasjon du er i, kan du ha Åndens veiledning hvis du holder deg verdig og tar gode personlige avgjørelser.

Når du tar del i nadverden hver uke, vil du bli påminnet om dine pakter med vår himmelske Fader om å “påta [deg hans] Sønns navn og alltid minnes ham og holde hans bud ... så hans Ånd alltid kan være hos [deg]” (L&P 20:77). Ved å holde dine pakter, holder du deg verdig til Åndens veiledning.

Å delta på nadverdsmøtet og andre møter i Kirken er ikke den eneste måten å la søndagen ha fokus på å holde pakter. Uavhengig av dine omstendigheter i hjemmet, kan du vise vår himmelske Fader din pliktroskap overfor dine pakter ved å arbeide med din slektshistorie, studere evangeliet og utføre tjeneste for andre, spesielt for dem som er ensomme eller syke. Å velge i slike aktiviteter, selv om resten av familien ikke gjør det, vil gi deg glede og fryd. (Se Russell M. Nelson, “Sabbaten er en lyst,” *Liahona*, mai 2015, 129–32.)



Si ifra

Enten foreldrene dine er medlem av Kirken eller ikke, kan du snakke med dem om

hvorfor det er viktig for deg å alltid ha Ånden i hjemmet ditt, spesielt på søndager. I ditt tilfelle kan du velge det fredeligste stedet i huset og invitere andre medlemmer av Kirken til å komme og være og sammen deg, og sammen innby Ånden til å være der. Jeg vet at hvis du holder sabbatsdagen hellig, vil Herren velsigne deg storlig.

Joskares C., 16 år, Santo Domingo, Den dominikanske republikk

Fokuser på å gjøre gode ting

Søndager er alltid vanskelig for meg hjemme. Jeg er eneste medlem av Kirken i huset vårt, og mine foreldre og brødre ser på TV og hører på musikken sin på sabbaten. Jeg ønsker å vise min kjærlighet til vår himmelske Fader ved å holde sabbatsdagen hellig. Jeg kan gå på rommet mitt og lese i Skriftene, lytte til Kirkens musikk og gå på besøk sammen med venner eller med misjonærene. Jeg er så takknemlig for at jeg har Herrens hjelp til med flid å holde sabbatsdagen hellig, og for styrken han alltid gir meg.

Lais de Jesus M., 19 år, Sergipe, Brasil

Vend deg til Skriftene

Snakk med foreldrene dine om det de gjør, men hvis de ikke vil høre, kan du be om veiledning om hvordan du kan

få hjelp til å føle Ånden i ditt hjem. For å føle Ånden i mitt hjem, leser jeg i Skriftene, og det bringer umiddelbart Ånden inn i rommet.

Blake E., 14 år, Utah, USA



Be for foreldrene dine

Du kan be for foreldrene dine. Mormon skrev: "Herren vil også huske de rettferdiges bønner som er blitt oppsendt til ham" (Mormon 5:21). Foreldrene dine vil kanskje ikke slutte med en gang, men Herren vil hjelpe deg.

Cole M., 17 år, Arizona, USA



Bruk Kirkens ressurser

Hvis du har en smarttelefon eller et nettbrett, kan du laste ned appene Mormon Channel og LDS Youth. De er fulle av fantastiske sanger, videoer og taler som alltid bringer Ånden når jeg spiller dem! Det er enkelt, men det hjelper meg virkelig å føle Ånden, selv om jeg er omgitt av støy. Det gjør en forskjell, og bringer fred i hele huset.

HunterEve V., 16 år, Texas, USA

Følg Kristi eksempel

Det er viktig at et hjem er fylt med Ånden, men det er enda viktigere at en person er fylt med den. Kristus var det fullkomne eksempel på å ha

Ånden med seg hele tiden. Å bare prøve å leve mer som Kristus, være snill mot andre og se verden slik han ville, er trolig den beste måten å ha Ånden med deg uansett hvor du er.

Isabel W., 16 år, Oregon, USA

Foreslå familieaktiviteter

På søndager kan du kanskje foreslå aktiviteter dere kan gjøre sammen som familie. Foreslå noe familien kan gjøre for å komme sammen, hvor de upassende tingene ikke ville finne sted. Hvis dere gjør noe sammen som familie, kommer dere nærmere hverandre. Og det gir dem en annen oppfatning av hva man kan gjøre på søndager. Kanskje de neste søndag vil si: "Det vi gjorde forrige gang, var moro – la oss gjøre det igjen."

Ryan B., 19 år, Idaho, USA



FØLG TILSKYNDELSENE

"Jeg kan gi følgende oppmuntring. Dere har opplevd å føle Den hellige ånds innflytelse ...

Dere kan behandle slike stunder med inspirasjon som de frø av tro som Alma beskrev (se Alma 32:28). Så hvert av dem. Dere kan gjøre det ved å følge tilskyndelsen dere følte. Den mest verdifulle inspirasjonen vil være å vite hva Gud ønsker at dere skal gjøre ...

Når dere adlyder, vil tilskyndelser fra Ånden komme oftere, og komme nærmere og nærmere å være konstant veiledning. Deres evne til å velge det rette vil øke."

President Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det første presidentskap, "Den hellige ånd som din ledsager," Liahona, nov. 2015, 105.

KOMMENDE SPØRSMÅL

"Bestevenninnen min sier at hun ikke tror på Gud. Hvordan kan jeg dele evangeliet med henne?"

Send ditt svar og, hvis ønskelig, et høyoppløselig bilde innen 1. juli 2016, på liahona.lds.org, pr. e-post til liahona@ldschurch.org, eller i posten (se adresse på side 3).

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

Svar kan bli redigert på grunn av lengde eller klarhet.

HVORDAN VÆRE

EN GOD VENN

Av David Dickson

Vi ønsker alle å føle oss inkludert. Her er noe du kan gjøre hvis du eller en annen føler seg utelatt.

HVORDAN VI KAN FÅ GODE VENNER

Det gjør vondt å bli utelatt, men å være sint eller bære nag vil ikke hjelpe deg. Prøv isteden å gjøre disse tingene:

- Delta på Kirkens aktiviteter. Dette er gode anledninger til å omgi deg med personer som respekterer dine normer.
- Lær, og utvikle ferdigheter. Å delta i studentforeninger, idrettslag eller klubber er en god måte å bli kjent med personer som har noen av de samme interessene som deg.
- Vent ikke alltid på at andre skal be deg om å være deres venn. Presenter deg for andre.
- Vær det beste mennesket du kan være, og oppretthold dine normer. Du vil finne venner som setter pris på deg for din karakter og lyset du utstråler.
- Tilbring tid med familien. Du vil kanskje innse at noen av dine beste venner finnes i ditt eget hjem.

Jeg begynte å undersøke Kirken som tenåring, men jeg sluttet å delta på søndagens møter fordi jeg følte meg ekskludert av mange av ungdommene. Litt senere inviterte en av disse ungdommene meg til en aktivitet i kirken. Jeg takket ja, og likte aktivitetene fordi de var noe av det jeg liker å gjøre: Skuespill, basketball og løping.



Mens jeg fortsatte å delta på aktiviteter, ble jeg kjent med ungdommene og oppdaget at mange av dem gikk på skolen min. Etter hvert utviklet jeg vennskap med unge menn og unge kvinner som hadde de samme normene som jeg følger. Jeg er takknemlig for at noen inviterte meg til en aktivitet i kirken, og jeg er takknemlig for at jeg takket ja.

Har du noensinne følt deg slik som jeg – utelatt, eller at du ikke passet inn? Eller har du kjent noen som ikke følte seg akseptert, og ikke hadde mange venner? Enten det er på skolen, i kirken eller et annet sted, har de fleste følt det slik en eller annen gang.



TA HENSYN TIL ANDRE

“Jeg håper at vi alltid vil prøve å være hensynsfulle og oppmerksomme på

andres tanker og følelser og omstendigheter. La oss ikke snakke nedsettende. La oss heller være medfølende og oppmuntrende.”

President Thomas S. Monson, “Kjærlighet – selve kjernen i evangeliet,” *Liahona*, mai 2014, 93.



HVORDAN DU KAN INKLUDERE ANDRE

Noen ganger kan det virke vanskelig å forlate trivselssonen og være vennlig mot andre mennesker, men når vi husker at vi alle er Guds barn, vil vi se viktigheten av å hjelpe andre. Her er noen forslag:

- Snakk med nye mennesker på skolen og i kirken. Presentere dem for vennene dine.
- Inviter en som trenger en venn, til en aktivitet på skolen eller i kirken.
- Konfronter - med vennlighet og tålmodighet - personer som med vilje får andre til å føle seg uønsket.
- Sett deg ved siden av en som er alene, eller be ham eller henne sitte sammen med deg og vennene dine.
- Be til vår himmelske Fader når du ikke vet hvordan du kan hjelpe noen. Han vet fullt og helt hva vedkommende trenger for å være lykkelig, og kan hjelpe deg å gi denne hjelpen. ■

Artikkelforfatteren bor i Santa Cruz i Bolivia.

Stå for det rette

Av Aysia Tan, Utah, USA

HEI, JEG HETER EVAN!

Jeg bor i Irland, og jeg liker et spill som kalles hurling. Det er en irsk sport som ligner på landhockey. Yndlingsfaget mitt er matematikk. Å være medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige er en velsignelse for meg.



STÅ RAKRYGGET PÅ SKOLEN

En ny gutt på skolen mobbet søstrene mine. Jeg gikk mellom dem og beskyttet søstrene mine. Jeg adlyder også Visdomsordet. Mange elever ved skolen drikker te og kaffe. Når noen tilbyr meg te, sier jeg: "Nei, takk."



EVANS TIPS FOR Å STÅ RAKRYGGET

Det krever mot å etterleve evangeliet.

- Ikke gi opp.
- Lytt til Den hellige ånd. Han vil veilede deg.
- Husk at det å hjelpe andre å ha evangeliet, vil gjøre dem lykkeligere.

BØNN SAMMEN MED VENNER

Jeg går på en katolsk skole. Søstrene mine og jeg er de eneste elevene der som er medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Da bestemor var syk, spurte jeg læreren om jeg kunne holde en bønn for henne. Alle i klassen foldet armene og bøyde hodet. Jeg ba høyt foran klassen.

VERDENS BESTE STOREBROR

Jeg har som mål å fortsette å gjøre det som er riktig. Jeg hjelper mor og far å ta seg av søstrene mine. Når søstrene mine er redde, leker jeg med dem til de glemmer at de er redde. En gang da mor og far var borte, fortalte jeg søsteren min historier til hun sovnet.

SEND OSS DITT FOTAVTRYKK!

Hvordan kan du stå rakrygget med hensyn til å følge Jesus? Tegn rundt foten din, og send oss din historie og et bilde av deg, sammen med dine foreldres tillatelse. Send det via liahona.lds.org (klikk på "Submit an Article") eller e-post til liahona@ldschurch.org.



VÆR ET EKSEMPEL

Mine venner på skolen kan se at jeg er lykkelig. Jeg setter et godt eksempel ved å ikke banne eller misbruke Herrens navn. Jeg kan også være et eksempel i familien.





Jordans studiekompis

Av Kirstin Ide

Basert på en sann historie

“Ånden vil vitne, og dypt i mitt sinn vil jeg vite at Skriften er sann”
(Barnas sangbok, 66).

Jordan hadde ikke sett sin søster Kirsi på over et år – det føltes som en evighet! Snart skulle hun komme hjem fra misjon for å bli operert. Jordan var lei seg fordi hun var syk, men han var glad for at de snart skulle få være sammen.

Da han kom hjem fra skolen dagen etter, satt Kirsi i sofaen.

Jordan løp og omfavnet henne.

“Hei, Jordan! Jeg har savnet deg sånn!” sa Kirsi.

Jordan smilte. “Jeg har savnet deg også! Jeg er så lei for at du er syk.”

“Takk, kompis,” sa Kirsi. Hun hadde Mormons bok på fanget.

“Kan jeg lese sammen med deg?” spurte han.

“Hvorfor ikke gå og hente din

Mormons bok, så kan vi begynne på begynnelsen sammen.”

Jordan løp inn på rommet og hentet boken sin. “Har den!” ropte han mens han løp tilbake. Han satte seg tett inntil Kirsi.

De slo opp på tittelsiden. “Mormons bok: Et annet testamente om Jesus Kristus,” leste Jordan. De byttet på å lese.

“På misjon studerte jeg Skriftene sammen med ledsageren min hver dag,” sa Kirsi. “Vil du være min



*Jordan savnet å være Kirsis studiekompis.
Men så fikk han en god idé!*

studiekompis til jeg kan dra tilbake på misjon?” spurte Kirsi.

“Ja,” sa han.

Noen dager senere ble Kirsi operert. Hun kom hjem fra sykehuset for å hvile og komme seg i noen uker. Hun og Jordan studerte Mormons bok sammen hver dag.

Før hun dro tilbake på misjon, sa Kirsi: “Jordan, jeg vil utfordre deg til å fullføre Mormons bok før du blir døpt!”

Jordan tenkte over det. Hans åttende fødselsdag var bare noen måneder unna. Det ville bli mye lesing. Men han ønsket å gjøre det. “Ja,” svarte Jordan.

“Når du leser, vil du be og spørre om den er sann?” spurte Kirsi. “Moroni lovet at hvis vi gjør det, vil Den hellige ånd fortelle oss om den er sann.”

studiekompisen hennes. Men så fikk han en god idé!

På skolen dagen etter gikk han bort til pulten til sin beste venn Jake.

“Jeg skal lese hele Mormons bok før jeg blir døpt,” sa Jordan. “Siden vi skal bli døpt på samme dag, vil du også gjøre det?”

“Ja,” sa Jake. “Jeg har aldri lest hele Mormons bok før.”

Hver dag på skolen stilte de hverandre det samme spørsmålet.

“Hvor langt har du kommet?”

“Slutten av Jakobs bok. Hvor langt har du kommet?”

Snart behøvde de ikke engang å stille

spørsmålet. De ga hverandre et blikk, og de visste spørsmålet.

“Jeg tror vi blir ferdige akkurat i tide til dåpen,” sa Jordan.

Endelig kom dåpsdagen.

“Jeg ble ferdig i går kveld,” hvisket Jordan.

“Jeg også!” sa Jake. “Og jeg ba om å få vite om den var sann, og jeg følte meg veldig varm og glad.”

Jordan smilte. “Samme her. Det følte veldig godt da jeg ba.” Han var så takknemlig for Kirsis utfordring. Nå var han i ferd med å utvikle sitt eget vitnesbyrd. ■

Forfatteren bor i Virginia, USA.



Guds fulle rustning

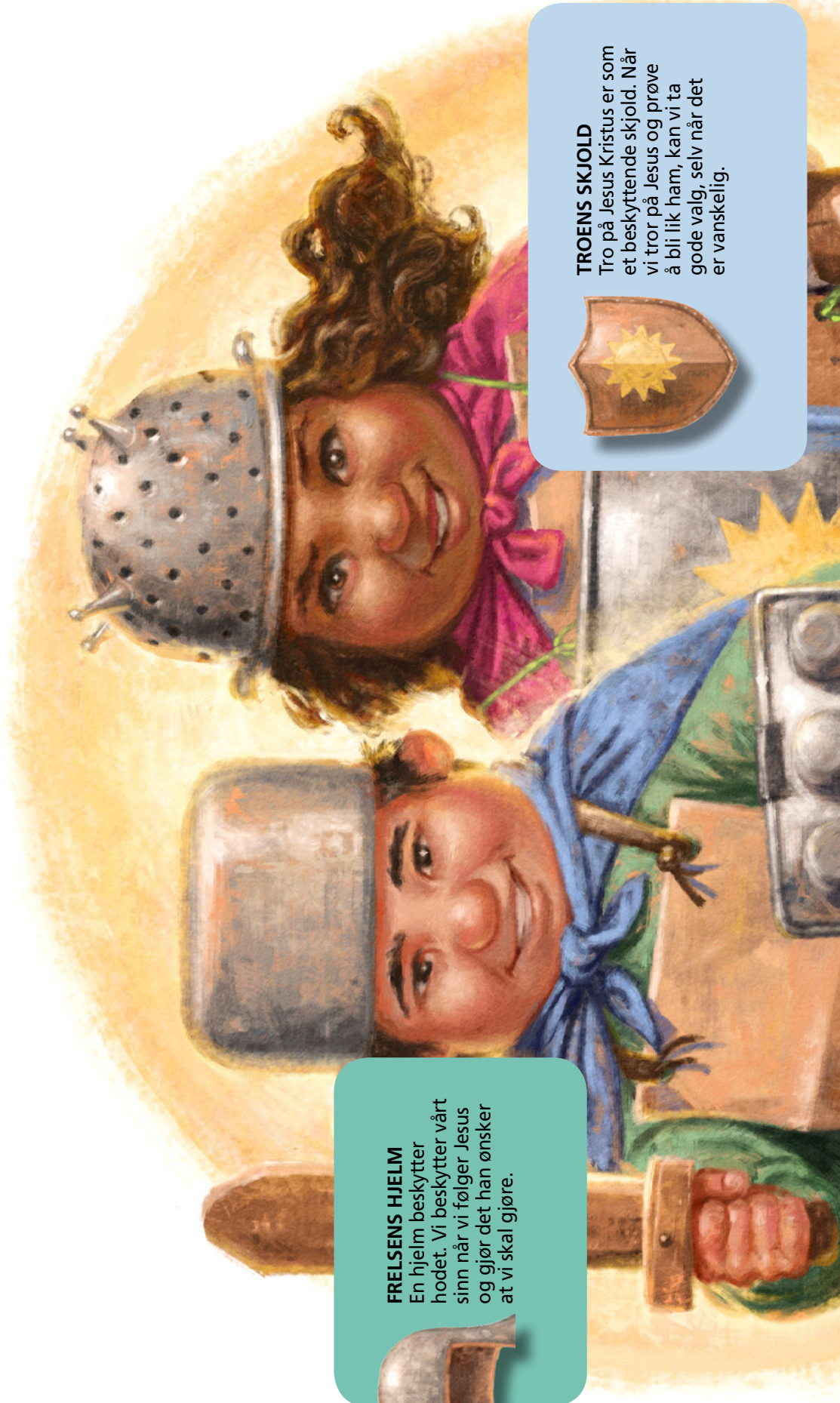
Skriftene lærer oss at vi skulle ta på oss “Guds fulle rustning” (se Efeserne 6:11–18 og L&p 27:15–18). Når vi studerer Skriftene og ber, er det som å ta på en rustning som er med på å beskytte oss.

FRELSENS HJELM

En hjelm beskytter hodet. Vi beskytter vårt sinn når vi følger Jesus og gjør det han ønsker at vi skal gjøre.

TROENS SKJOLD

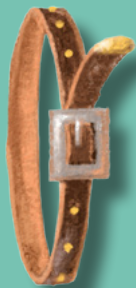
Tro på Jesus Kristus er som et beskyttende skjold. Når vi tror på Jesus og prøve å bli lik ham, kan vi ta gode valg, selv når det er vanskelig.





**RETTFERDIGHETENS
BRYNJE**

Brynjen beskytter hjertet. Når vi elsker Gud av hele vårt hjerte, prøver vi å holde hans bud. Vi blir velsignet når vi velger det rette.



SANNHETENS BELTE

En soldat har ofte et bredt belte som bidrar til å beskytte kroppen. Å vite hva som er sant beskytter oss. Evangeliet er sant, og vi blir sterke ved å etterleve det.



FREDENS SKO

Sko beskytter føttene. Vi prøver å følge Jesu Kristi fotspor, slik at vi kan få bo hos ham en dag.



ÅNDENS SVERD

Et sverd hjelper oss å kjempe mot det som er galt. Ånden hjelper oss når vi står overfor dårlige eller vanskelige ting. Hvis vi lytter til Ånden, får vi hjelp til å holde oss trygge.

Hva kan du gjøre hver dag for å holde din ånd trygg og lykkelig?



Av eldste
Neil L. Andersen
i De tolv apostlers
quorum

Hvilke løfter inngår vi ved dåpen?



Vi påtar oss Jesu Kristi
navn og blir medlem
av hans kirke.

Deretter, når vi tar nadverden
hver uke, lover vi å minnes
Jesus. Vi lover å holde
hans bud.



Vi tror på ham.
Vi tilber ham.
Vi følger ham.

Fra "Komme ditt rike," Liahona, mai 2015, 119–123.



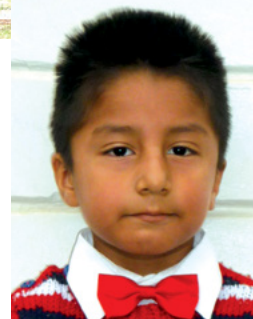
Det følte veldig godt da jeg ble døpt. Jeg var litt nervøs i begynnelsen, men da jeg kom ned i vannet, gikk nervøsiteten over. Jeg følte meg svært trygg i døpefonten. Jeg er veldig glad for at jeg bestemte meg for å bli døpt. Jeg vet at Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige er sann og at det finnes en levende Gud.

Neyliana V., 8 år, Brasil



Familien min og jeg dro til templet, og jeg vet at templet virkelig er Jesu Kristi hus.

Helam A., 5 år, Peru



Far og mor snakker med oss om templet. De viser oss et bilde av templet og vitner om dets evige velsignelser.

Tresor I., 7 år, Kongo

Skapelsen

Vår himmelske Fader skapte denne livfulle verden i rettferdighet.

Han bragte lys til mørket og skapte luft, hav og land, med en overflod av ting og skiftende årstider som gjør det mer spennende.

Så var det solen, månen og stjernene og dyrene som skulle ledsage oss.

Mennesket ble så skapt for å regjere på jorden.

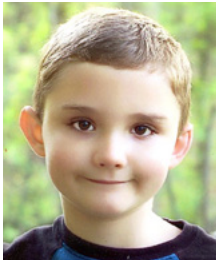
Nå kunne vår himmelske Fader hvile.

På denne hellige dagen lærer vi om mange av disse sannhetene.

C. Ling-yao, 10 år, Taiwan

Abish var misjonær

Abish far lærte henne å tro på Jesus Kristus. I hjembyen hennes var det ikke mange som trodde på Jesus. Da Ammon kom til folket hennes og underviste kong Lamoni, visste Abish at vår himmelske Fader ønsket at hun skulle dele evangeliet med folket. Endelig kunne hun fortelle alle om Jesus.



Familien vår laget en misjonsplan. Vi bestemte oss for hva hver av oss skulle gjøre. Jeg bestemte meg for å gi læreren min en Mormons bok. Da jeg ga den til henne, sa

hun: "Takk, Adam. Jeg liker å lese." Jeg er virkelig glad for at vi kunne følge familiens misjonsplan.

Adam W., 8 år, Utah, USA



"Abish og dronningen," Marley D., 6 år, Washington, USA

ILLUSTRASJON: JARED BECKSTRAND



Klipp, brett og ta vare på dette utfordringskortet!



ABISH

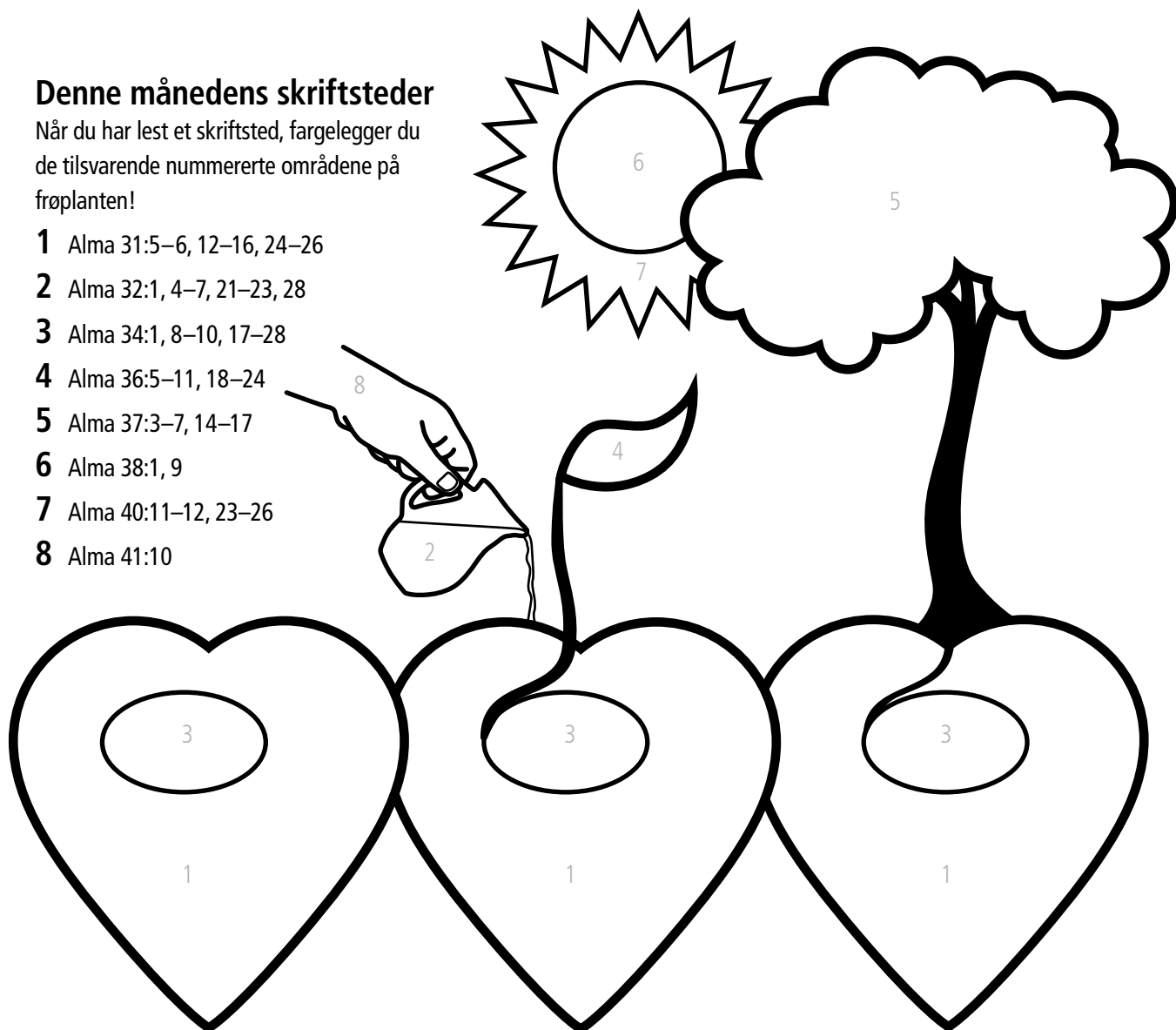
Jeg kan være misjonær!

- Lær utenat Alma 19:36.
- Inviter en venn til Primær for å lære om evangeliet.
- Hjelp vitnesbyrdet ditt å vokse ved å dele det med noen!
- Jeg utfordrer meg selv til å ...

Denne månedens skriftsteder

Når du har lest et skriftsted, fargelegger du de tilsvarende nummererte områdene på frøplanten!

- 1 Alma 31:5–6, 12–16, 24–26
- 2 Alma 32:1, 4–7, 21–23, 28
- 3 Alma 34:1, 8–10, 17–28
- 4 Alma 36:5–11, 18–24
- 5 Alma 37:3–7, 14–17
- 6 Alma 38:1, 9
- 7 Alma 40:11–12, 23–26
- 8 Alma 41:10



ILLUSTRASJON: JARED BECKSTRAND



De vokste i troen

Alma og Amulek underviste mange om Jesus Kristus. De forandret menneskers liv ved å så troens frø. Alma og andre var misjonærer og forkynte Guds ord. Se etter en ny leseutfordring neste måned! ■

Alma lærer oss hvordan vi skulle be



Alma den yngre dro sammen med andre for å undervise zoramittene. Zoramittene hadde trodd på vår himmelske Fader før, men holdt ikke budene hans lenger. De trodde ikke på Jesus.

Og de husket ikke den rette måten å be på.

En gang i uken byttet zoramittene på å be. De klatret opp på en høy forhøyning. De holdt armene opp i været. Så takket de vår himmelske Fader for at de var mer spesielle enn andre mennesker. Alle uttalte nøyaktig den samme bønnen.





Zoramittene ba bare når de gikk opp på forhøyningen. De tenkte ikke på vår himmelske Fader og ba ikke til ham hverken hjemme eller noe annet sted.



Alma lærte folket at de kunne be når som helst. De kunne be hjemme, på markene og i villmarken. Han sa at de kunne be om hva som helst, og vår himmelske Fader ville hjelpe dem.



Vi kan be slik Alma underviste. Vi kan be når som helst og hvor som helst. Og vi kan be stille i vårt hjerte. Vår himmelske Fader vil alltid høre oss! ■

Jeg kan være ærbødig





Av president
Spencer W. Kimball
(1895-1985)

Kirkens tolvte president

HVA, HVORFOR OG HVORDAN I FORBINDELSE MED ET VITNESBYRD

*Hver gang du bærer vitnesbyrd,
blir det sterkere.*

Enhver sjel i denne verden kan motta åpenbaring, den samme som Peter mottok [se Matteus 16:13–17]. Denne åpenbaringen vil være et vitnesbyrd, en kunnskap om at Kristus lever, at Jesus Kristus er denne verdens Forløser. Enhver sjel kan få denne vissheten, og når han får dette vitnesbyrdet, har det kommet fra Gud og ikke bare ved å studere. Studium er naturligvis et viktig element, men sammen med studium er det nødvendig med mye bønn og anstrengelse, og så kommer denne åpenbaringen ...

Vitnesbyrdsmøtene er noen av de beste møtene i menigheten i hele måneden hvis man har Ånden med seg. Hvis du kjeder deg på et vitnesbyrdsmøte, er det noe i veien med deg og ikke med de andre. Du kan reise deg og bære vitnesbyrd, og du synes det er månedens beste møte. Men hvis du sitter der og teller grammatiske feil og ler av mannen som



ikke snakker så bra, vil du kjede deg, og hvis du begynner å kjede deg, vil du gli rett ut av riket ...

Hver måned kommer Det første presidentskap og De tolv sammen med alle generalautoritetene i templet. De bærer vitnesbyrd og forteller hverandre hvor glad de er i hverandre, akkurat som alle dere gjør. Hvorfor trenger generalautoritetene et vitnesbyrdsmøte? Av samme grunn som du trenger et vitnesbyrdsmøte. Tror du at det kan gå tre, seks, ni og tolv måneder uten at du bærer ditt vitnesbyrd, og at det fremdeles er like sterkt?

Noen av våre gode medlemmer blir så redde for banaliteter at de prøver å styre unna og bort fra sitt vitnesbyrd ved å snakke om andre ting. Bekymre deg aldri for det forslitte i vitnesbyrd. Når Kirkens president

bærer vitnesbyrd, sier han: "Jeg vet at Joseph Smith ble kalt av Gud, han var en guddommelig representant. Jeg vet at Jesus er Kristus, den levende Guds Sønn." Så dere ser at det er det samme som alle sier. Det er et vitnesbyrd ...

Et vitnesbyrd er ikke en formaning, det er ikke en preken (ingen av dere er der for å formane de andre). Det er ikke en reiseskildring. Du er der for å bære ditt eget vitnesbyrd. Det er forbløffende hva du kan si på 60 sekunder i et vitnesbyrd, eller på 120 eller 240 eller på den tiden du har til disposisjon, hvis du innskrenker deg til et vitnesbyrd. Vi vil gjerne vite hva du føler. Elsker du virkelig Herrens verk? Arbeider du med glede? Elsker du Herren? Er du glad for at du er medlem av Kirken?

Sitt ikke der på fastemøtet og bedra deg selv og si: "Jeg tror ikke jeg vil bære vitnesbyrd i dag. Jeg tror ikke det ville være riktig overfor de andre medlemmene, for jeg har hatt så mange anledninger." Du bærer ditt vitnesbyrd. Og ett minutt er lenge nok.

Du har et vitnesbyrd! Det trenger naturligvis å bli oppbygget, foredlet og styrket, og det er det du gjør. Hver gang du bærer vitnesbyrd, blir det sterkere. ■

Fra "President Kimball Speaks Out on Testimony," New Era, aug. 1981, 4–7; bruk av store bokstaver standardisert.

INNSIKT



Hvordan kan vi føle kjærligheten vår himmelske Fader har til alle sine barn?

“For å tjene andre effektivt, må vi se dem med en fars øyne, med vår himmelske Faders øyne. Først da kan vi begynne å fatte den sanne verdien av en sjel. Først da kan vi føle kjærligheten vår himmelske Fader har til alle sine barn. Først da kan vi fornemme Frelserens kjærlige omtanke for dem. Vi kan ikke fullstendig oppfylle vår pakt om å sørge med dem som sørger, og trøste dem som trenger trøst, med mindre vi ser dem med Guds øyne.”

Også i dette nummeret

FOR UNGE VOKSNE



Sabbatens forkjempere

s. 50

Vi måtte velge mellom å holde sabbatsdagen hellig og å prøve å vinne et landsmesterskap i rugby mot våre rivaler. Til slutt vant vi mer enn vi hadde forventet.

FOR UNGDOM

Det **VANSKELIGSTE** ved å være **MISJONÆR**

s. 52

Forberedelse til misjon innebærer mer enn bare å studere Skriftene. Det betyr også å lære å samarbeide med ledsagere, takle avvisning og vite at det ikke er OK å spise iskrem til frokost, lunsj og middag!



FOR BARN



Jordans studiekompis

s. 68

Jordan elsker å være sin søsters studiekompis i noen dager. Men hva skulle han gjøre når hun dro tilbake på misjon?



NORWEGIAN

JESU KRISTI
KIRKE
AV SISTE DAGERS HELLIGE