

DE KERK VAN JEZUS CHRISTUS VAN DE HEILIGEN DER LAATSTE DAGEN • JUNI 2019

# Liahona

Wij zijn de  
handen van de Heer,  
pp. 8, 12, 20

Hoe kan God  
u gebruiken? p. 28

Steun aan kinderen die  
thuis geen evangelieonderricht  
krijgen, p. 40

DE KERK  
IS  
HIER

# Taxco Mexico





FOTO GETTY IMAGES

Taxco de Alarcon (Guerrero, Mexico) was ooit een mijnstadje. Tegenwoordig staat het bekend als een van de *pueblos magicos* (magische steden), beroemd om de productie van zilveren sieraden, haar Spaans koloniale bouwkunst en prachtige landschap. De stad is gelegen op onherbergzaam terrein en heeft steile, grillige straten. De 18e-eeuwse Santa Prisca-kerk is de markantste bezienswaardigheid.

Er is in Taxco ook een gemeente van De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen. Elke zondag komen de leden samen in een gebouw aan de *Avenida de los Plateros* (Laan van de zilversmeden). De gemeente maakt deel uit van de ring Iguala. Er zijn 1987 wijken en gemeenten van de kerk in Mexico, met in totaal meer dan 1,4 miljoen leden. Het land telt bovendien 34 zendingsgebieden en 13 tempels. Daarnaast is in Mexico-Stad het op een na grootste opleidingscentrum voor zendingen van de kerk gevestigd. In het centrum is steeds plaats voor ruim 1000 zendingen.

- De eerste vijf leden in Mexico lieten zich in 1876 dopen.
- Mexico was het eerste land buiten de Verenigde Staten met 100 ringen.
- De Mexico-Stadtempel, de eerste in Mexico, is in 1983 ingewijd. De Tijuana-tempel is het meest recent (in 2015) ingewijd. In oktober 2018 is de Pueblatempel aangekondigd.
- Toen president Howard W. Hunter (1907–1995) Mexico in 1994 bezocht, stichtte hij de ring México-Stad-Contreras, de 2000e ring van de kerk.



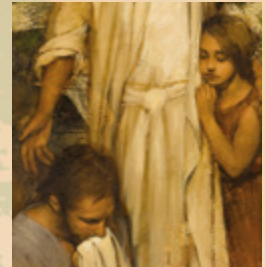


Bediening is  
anderen door  
de ogen van de  
Heiland zien  
8



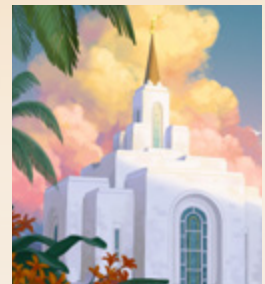
Bediening op een  
heiliger manier  
*Ouderling  
Neil L. Andersen*

12



Anderen helpen om de  
genezing van de Heer  
te ontvangen  
*Merrilee Browne Boyack*

20



Goddelijke leiding in  
ons discipelschap  
*Bisschop Dean M. Davies*

28

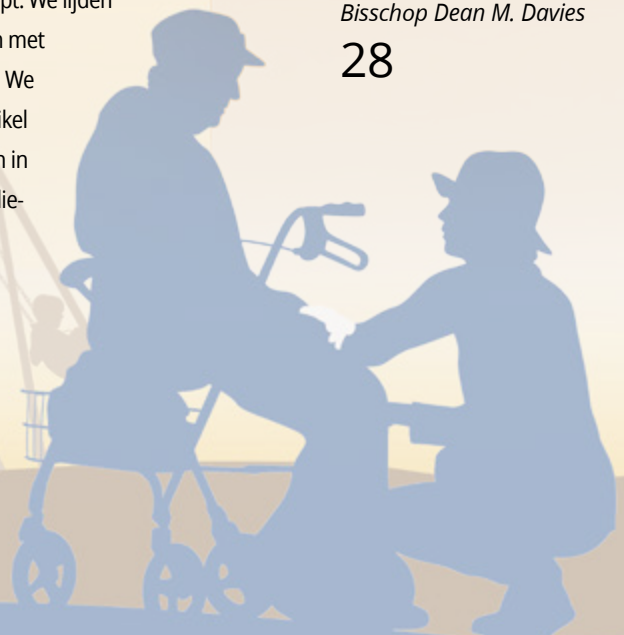
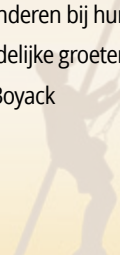
# Kunnen we door onze bediening aan de genezing van anderen bijdragen?

Op zekere zondag zat ik in de avondmaalsdienst te peinen en las toen in mijn Schriften dat we de werken horen te doen die de Heiland deed (zie 3 Nephi 27:21). Ik dacht: Welke werken heeft Christus op aarde gedaan? Er kwamen vooral twee dingen in mij op: dienstbetoon en genezing. Ik kon dienen, maar kon ik genezen?

Het concept genezing is iets waar ik vaak bij heb stilgestaan. Ik heb tot nu toe al zestien operaties ondergaan en moest dus vaak genezen! Maar ik vroeg me af hoe ik als Jezus Christus kon zijn en aan de genezing van anderen kon bijdragen. Ik had zeker niet de genezende macht die Hij bezat. Dus hoe wilde Hij dan dat ik zijn aardse genezingswerk zou doen? Wat kon ik doen?


Toen ik erbij stilstond hoe anderen mij hadden geholpen bij mijn genezing, kreeg ik zicht op het ongelooflijke genezingswerk – troosten, dienen en bedienen – dat anderen voor mij hadden gedaan. Als we ons erop richten anderen te bedienen zoals de Heiland dat deed, is anderen bij hun genezing helpen een krachtig concept. We lijden allemaal op onze aardse levensreis. Zovelen kampen met lichamelijke of psychische ziektes of lijden geestelijk. We hebben allemaal genezing nodig. Zoals ik in mijn artikel (pagina 20) uitleg en zoals ouderling Neil L. Andersen in zijn artikel (pagina 12) zegt, kan ieder van ons zo bedienen dat we anderen bij hun genezing helpen.

Met vriendelijke groeten,  
Merrilee Boyack



# Inhoud

- 5 De roeping van vader**   
Lees geliefde leringen en uitspraken over vaderschap uit de Schriften en van de profeten.
- 6 Geloofsportret:**  
Rodrigo Quintanilla – Valparaíso (Chili) 
- 8 Beginselen voor uw bediening:**  
Bediening is anderen door de ogen van de Heiland zien
- 12 Bediening op een heiliger manier**  
*Ouderling Neil L. Andersen*  
Als u anderen wilt bedienen, zal God u naar zijn zoons en dochters leiden.
- 20 Anderen helpen om de genezing van de Heer te ontvangen**  
*Merrilee Browne Boyack*  
Leer hoe we mensen die lijden kunnen helpen bij hun genezing.
- 24 Zegeningen van zelfredzaamheid:**  
Bloemen en financiële zekerheid   
*Mechel Wall*
- 26 Lessen uit het Nieuwe Testament:**  
Martha en Maria   
*Camille Fronk Olson*
- 28 Goddelijke leiding in ons discipelschap**  
*Bisschop Dean M. Davies*  
Als u zijn discipel wilt worden, zal God u goddelijke leiding geven.
- 32 Onder heiligen der laatste dagen**   
Een helder moment dat zijn leven veranderde; het besef dat ze altijd al een zendeling was geweest; een reis die hem bij de kerk bracht; een toespraak die haar getuigenis versterkte.
- 36 Dit geloven wij:**  
Wij geloven volmaakt te moeten zijn – in Christus 
- 38 Ons gezin, ons thuis:**  
Gekko's, krekels en tijd met kinderen   
*Nancy Thomas*
- 40 Tieners en jonge kinderen onderwijzen:**  
Als een of beide ouders niet naar de kerk gaan   
*Karmel Newell*

 Weglezertjes



Op de omslag  
*De bevrijding,*  
Jenedy Paige.

## Katernen

### Jongvolwassenen

# 42

**Wanneer neem je kinderen, en hoeveel, en wat doe je als niet alles verloopt zoals je gehoopt had?** Zomaar een paar vragen waar je mee te maken kunt krijgen als je **van plan bent kinderen te nemen**. Lees in het katern van deze maand hoe andere jongvolwassenen ermee omgaan.



### Jongeren

# 51

Leer uit de artikelen van deze maand hoe je **realistische doelen stelt**, hoe het heilsplan je **gemoedsrust brengt**, en hoe je het gebruik van **elektronica indamt**.

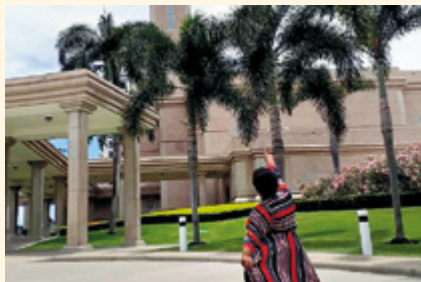


### Kinderen

Ontdek hoe je **nieuwe vriendschappen** sluit en bestaande vrienden helpt. Leer meer over **de Heilige Geest**. En kijk wat er op de reis van ouderling Cook naar Brazilië gebeurde.



## DIGITALE THEMA-ARTIKELEN

**Eindelijk kon ik naar de tempel**

Ramona Morris

Een jongvolwassene uit Barbados vertelt over haar voorbereiding op de tempel en hoe ze daar uiteindelijk naartoe ging.

**Leer je elke dag wat nieuws?**

Zelfredzaamheidsdiensten

Nieuwe dingen leren heeft zo zijn extraatjes, zoals preventie van alzheimer en een verbeterde mentale gezondheid.

**MEER WETEN**

In de app Evangeliebibliotheek en op liahona.lds.org kunt u:

- De huidige uitgave lezen.
- Uitsluitend op het internet beschikbare inhoud ontdekken.
- In voorgaande uitgaven zoeken.
- Uw verhalen en opmerkingen insturen.
- U abonneren of een geschenkabbonnement geven.
- Uw studie met digitale hulpmiddelen verbeteren.
- Uw favoriete artikelen en video's delen.
- Artikelen downloaden of afdrukken.
- Naar uw favoriete artikelen luisteren.

**CONTACT MET ONS OPNEMEN**

Stuur uw vragen en opmerkingen via e-mail naar [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

Dien uw geloofsversterkende verhalen in op [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) of stuur ze naar:

Liahona, flr. 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT, 84150-0023, VS

**JUNI 2019 JAARGANG 119 NUMMER 6  
LIAHONA 18606 120**

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

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

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

**Verantwoordelijk redacteur:** Randy D. Funk

**Adviseurs:** Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopschke, Lynn G. Robbins

**Hoofdredacteur:** Richard I. Heaton

**Directeur kerkelijke tijdschriften:** Allan R. Loyborg

**Zakelijk manager:** Garff Cannon

**Hoofdredacteur:** Adam C. Olson

**Assistent-hoofdredacteur:** Ryan Carr

**Publicatieassistent:** Camila Castrillón

**Redactieteam:** Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, , Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Sally Johnson Ode Kirk, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

**Leidend artdirector:** J. Scott Knudsen

**Artdirector:** Tadd R. Peterson

**Grafisch team:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnson, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

**Coördinator intellectuele eigendom:** Collette Nebeker Aune

**Productiemanager:** Jane Ann Peters

**Productieteam:** Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Mairissa M. Smith

**Drukvoorbereiding:** Joshua Dennis, Ammon Harris

**Directeur drukwerk:** Steven T. Lewis

**Directeur distributie:** Troy R. Barker

**Vertaling:** Jos Peeters

Kerkelijk vertaalbureau  
Diestseweg 40/4, B-2440 Geel  
E-mail: [peetersjmg@gmail.com](mailto:peetersjmg@gmail.com)

**Distributie:** Corporation of the Presiding Bishop of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints  
Steinmühlstrasse 16, 61352 Bad Homburg, Duitsland

**Jaarabonnement:** Neem voor bestelling van abonnementen of adreswijziging contact op met Customer Service op 00800 2950 2950 (gratis) of +49 6172 492833 (of 34).

E-mail: [orderseu@ldschurch.org](mailto:orderseu@ldschurch.org)

Online: [store.lds.org](http://store.lds.org)

Prijs jaarabonnement: 9,20 EURO

**Stuur manuscripten en vragen online naar [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org), of per brief aan:** Liahona, Rm. 2420, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; of per e-mail naar: [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

De *Liahona* (een woord uit het Boek van Mormon dat 'kompas' of 'aanzwijzer'

betekent) verschijnt in de volgende talen: Albanees, Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans, Cebuano, Chinees, Chinees (vereenvoudigd), Deens, Duits, Engels, Ests, Fiji, Fins, Frans, Grieks, Hongaars, IJslands, Italiaans, Japans, Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees, Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Pools, Portugees, Roemeens, Russisch, Samoans, Sloveens, Spaans, Swahili, Tagalog, Tahitiaans, Thai, Tongaans, Tsjechisch, Urdu, Vietnamees en Zweeds. (Frequentie verschilt per taal.)

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America.

**Informatie auteursrechten:** Tenzij anders aangegeven, kan materiaal uit de *Liahona* voor persoonlijk, niet-commercieel gebruik (zoals kerkroepingen) worden gekopieerd. Dit recht kan ieder ogenblik ingetrokken worden. Afbeeldingen mogen niet worden gekopieerd indien die beperking bij de afbeelding vermeld staat. Voor vragen over auteursrechten, neemt u contact op met het Intellectual Property

Office, 50 E. North Temple St., FL 13. Salt Lake City, UT 84150, USA; of e-mail: [cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org).

**For Readers in the United States and Canada:** June 2019 Vol. 119 No. 6. LIAHONA (USPS 311) Dutch (ISSN 1522-9173) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

**POSTMASTER:** Send 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.



## 'DE ROEPING VAN VADER IS EEUWIG EN HET BELANG ERVAN OVERSTIJGT DE TIJD.'

*Leringen van kerkpresidenten: Ezra Taft Benson (2014), 206.*

### ENKELE VAN ONZE LIEVELINGSLERINGEN OVER VADERSCHAP

Als u wat aanmoediging nodig hebt, bestudeer dan een van deze boodschappen:

- Lukas 15:20–24
- D. Todd Christofferson, 'Vaders', *Liahona*, mei 2016, 93–97.
- L. Tom Perry, 'Vaderschap, een eeuwige roeping', *Liahona*, mei 2004, 69–72.
- 'De heilige roeping van vaders en moeders', hoofdstuk 15 in *Leringen van kerkpresidenten: Ezra Taft Benson*.
- 'Liefde thuis', hoofdstuk 14 in *Leringen van kerkpresidenten: Harold B. Lee* (2000).

## Rodrigo Quintanilla

Valparaíso (Chili)



*Toen Rodrigo Quintanilla door een arbeidsongeval niet meer kon lopen, kon hij zijn werk als lasser niet meer voortzetten – en heel veel andere dingen niet meer doen. Maar hij besloot om met geloof door te gaan, en te vertrouwen op het plan van onze hemelse Vader voor hem en zijn gezin.*

LESLIE NILSSON, FOTOGRAAF

Als er iets heel ergs met ons gebeurt, kunnen we op twee manieren reageren. We kunnen boos op God worden, de kerk verlaten en er niets meer mee te maken hebben. Of we kunnen op onze knieën gaan, bidden en blijven groeien.

Ik raakte mijn geloof niet kwijt, en ik vroeg me ook niet af: 'Waarom is mij dit overkomen?' Ik weigerde die weg in te slaan.

Ik weet dat onze hemelse Vader, als we beproefd worden, het ons mogelijk maakt om die beproeving te doorstaan. Toen ik herstelde, was het gezelschap van de Heilige Geest essentieel. Ik moest beroepsmatig opnieuw beginnen, dus ik bad om leiding van de Geest. God gaf me antwoord.

Tegen mensen die een levensveranderend ongeval of een levensveranderende gebeurtenis hebben meegemaakt, wil ik zeggen: 'Het kan heel moeilijk zijn, maar blijf in de kerk. Blijf trouw aan het evangelie. Het leven is veel moeilijker zonder de kerk en het evangelie. Doe uw uiterste best, dan doet onze hemelse Vader de rest.'



### MEER WETEN

Lees hoe Libuletswe Gofrey Mokgatle uit Zuid-Afrika op God vertrouwde en ondanks een handicap is doorgestaan: [lds.org/go/6196](https://lds.org/go/6196).

Op [lds.org/go/9184](https://lds.org/go/9184) vindt u meer informatie over hulpmiddelen van de kerk voor mensen met een handicap.

Op [lds.org/go/18](https://lds.org/go/18) staan meer geloofsportretten.





## Beginselen voor uw bediening

# BEDIENING IS ANDEREN DOOR DE OGEN VAN DE HEILAND ZIEN

*Jezus bracht veel tijd door met mensen die men als anders beschouwde.  
Hij zag hun goddelijke potentieel.*

**B**ij ons streven om te dienen naar het voorbeeld van de Heiland kan ons worden gevraagd om iemand te dienen die anders is dan wij. Dat is een gelegenheid om te leren en te groeien.

We vormen door verschillen in cultuur, opleiding, afkomst, welstand, leeftijd of gedrag soms snel een oordeel zonder de persoon in kwestie te leren kennen. De Heiland heeft ons voor

zulke vooroordelen gewaarschuwd (zie 1 Samuel 16:7; Johannes 7:24).

Kunnen we onze verschillen opzijzetten en anderen zien zoals de Heiland hen ziet? Hoe kunnen we anderen liefhebben om wie ze zijn en wie ze kunnen worden?

### **Aankijken en liefhebben**

In de Bijbel staat het bekende verhaal over de rijke jongeling die vroeg hoe hij



het eeuwige leven kon beërven: ‘En Jezus keek hem aan en had hem lief, en Hij zei tegen hem: Eén ding ontbreekt u: ga heen, verkoop alles wat u hebt en geef het aan de armen en u zult een schat hebben in de hemel; en kom dan, neem het kruis op en volg Mij’ (Markus 10:21).

Toen ouderling S. Mark Palmer van de Zeventig deze Schrifttekst een paar jaar geleden bestudeerde, viel er hem plots iets op.

“*En Jezus keek hem aan en had hem lief.*”

‘Toen ik deze woorden hoorde, zag ik de Heer in mijn gedachten stilhouden en deze jonge man *aankijken*. *Aankijken* wil zeggen dat Hij diep en doordringend in zijn ziel keek, zijn goedheid en zijn potentieel herkende, en begreep waar hij bovenal behoefte aan had.

‘En daarna deze eenvoudige woorden: Jezus *had hem lief*. Hij voelde een overweldigende liefde en mededogen voor deze fijne jonge man, en *omwille van* deze liefde en *uit* liefde verlangde Jezus nog meer van hem. Ik vroeg me af hoe deze jonge man zich voelde toen hij door die liefde werd omringd, ook al kreeg hij de bijzonder moeilijke opdracht al zijn bezittingen te verkopen en de opbrengst aan de armen te geven.

‘[Ik vroeg me af]: “Hoe kan ik van christelijke liefde worden vervuld, zodat [iemand anders] de liefde van God in mij kan voelen en kan verlangen te veranderen?” Hoe kan ik [de mensen om me heen] *aankijken* zoals de Heer de rijke jonge man aankeek, zien wie ze werkelijk zijn en wie ze kunnen worden en mij niet blindstaren op wat ze wel of niet doen? Hoe kan ik meer op de Heiland lijken?’<sup>1</sup>

## Anderen leren zien

Anderen leren zien zoals de Heiland hen ziet, brengt mooie beloningen met zich mee. Hieronder staan enkele suggesties waarmee u dit doel kunt bereiken.

### LEER ZE KENNEN

Doe moeite om anderen echt te leren kennen. Besef dat een band opbouwen tijd en moeite vergt. (Zie voor meer informatie het artikel 'Hechte banden smeden' in de rubriek Beginselen voor uw bediening in de *Liahona* van augustus 2018.)

### NEEM UZELF ONDER DE LOEP

Let op oordelen die u bewust of onbewust voelt. Sta stil bij uw veronderstellingen over anderen en ga na waarom u zich zo voelt.

### OORDEEL NIET

Besef dat iemands omstandigheden zijn of haar waarde niet bepalen. Stel uzelf in hun plaats. Hoe zou u in die situatie graag door anderen gezien worden? Als u iemands keuzes en gedrag van zijn of haar intrinsieke waarde en goddelijke potentieel loskoppelt, kunt u die persoon door de ogen van de Heiland zien.

### BID OM LIEFDE VOOR HEN

Bid regelmatig voor hen en noem ze bij naam. Bid om geduld, zodat u echte vrienden kunt worden. Evalueer uw bediening onder gebed. Bestaat er een kloof tussen wat u doet en wat ze echt nodig hebben?



Jezus ging met verschillende soorten mensen om: rijken, armen, leiders en gewone mensen. Hij werd vaak verkeerd veroordeeld vanwege zijn schijnbaar arme of onbeduidende omstandigheden. 'Als wij Hem aanzagen, was er geen gedaante dat wij Hem begeerd zouden hebben. [...] Hij was veracht en wij hebben Hem niet geacht' (Jesaja 53:2-3).

### UITNODIGING TOT BEDIENING

Wie moet u anders bekijken? Wat gaat u doen om uw beeld van die persoon te veranderen?

## ERVARINGEN UITWISSELEN

Stuur ons ervaringen uit uw bediening aan anderen of uit de bediening van anderen aan u. Ga naar [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) en klik op 'Submit an Article or Feedback'.

### Kijken zoals Christus

Een zuster vertelt hoe ze haar buurvrouw door de ogen van Christus leerde zien:

'Julie [naam gewijzigd] woonde naast me en leek geen vrienden te hebben. Ze zag er altijd overstuur en kwaad uit. Niettemin wilde ik haar vriendin zijn. Geen kennis, maar een echte vriendin. Telkens als ik haar zag, sprak ik haar aan en toonde ik interesse in wat ze aan het doen was. Langzaam ontstond er een hechte vriendschap, waar ik erg blij om was.

'Op een dag bezocht ik Julie en vroeg ik haar waarom ze niet meer naar de kerk ging.

'Ik ontdekte dat ze geen familie in de buurt had. Haar enige broer woonde ver weg en belde haar slechts één keer per jaar op. Toen ik haar haar verbittering, woede en frustraties over haar familie en de kerk hoorde spuien, kwam er een sterk gevoel van medeleven met, en liefde voor, deze zuster in me op. Ik kon haar pijn en frustratie voelen. Ik besepte hoe eenzaam ze was. Het leek wel of ik iemand achter me hoorde zeggen: "Ik heb haar ook lief. Heb haar lief en respecteer haar."

'Ik bleef luisteren tot ze uitgepraat was. Ik voelde liefde en medeleven. Dit was een zuster die niet wist hoe het voelde om geliefd te zijn. Plots begreep ik haar beter. Ik bedankte haar voor ons gesprek, omhelsde haar en uitte mijn liefde en respect. Ze zal nooit beseffen hoe diep ons gesprek me raakte. Onze



hemelse Vader opende mijn ogen en maakte me duidelijk dat ik met meer mededogen kon liefhebben. Ik heb me voorgenomen om niet slechts een vriendin, maar familie voor haar te zijn.'

Een uitnodiging om deel van iemands leven uit te maken is heel bijzonder. Door te bidden en geduld te oefenen, en met de hulp van de Geest, kunnen we meer zoals Christus naar anderen kijken. ■

#### NOOT

1. S. Mark Palmer, 'En Jezus keek hem aan en had hem lief', *Liahona*, mei 2017, 115.

### MEER WETEN

Ontdek hoe u kunt zorgen dat anderen zich welkom voelen:

- Lees 'We kunnen het beter: anderen zich welkom laten voelen in de kudde' in de *Liahona* van september 2017.
- Bekijk op [lds.org/go/61911](http://lds.org/go/61911) hoe kerkleiders deze beginselen uitleggen.





**Ouderling  
Neil L. Andersen**  
van het Quorum  
der Twaalf  
Apostelen

# Bediening op een heiliger manier

Ik beloof dat God, als u Hem met hart en ziel liefhebt, en bidt dat u een werktuig in zijn handen mag zijn, zijn geliefde zoons en dochters op uw pad zal brengen.

**E**en boek dat *The Narcissism Epidemic* heet, begint met overdreven voorbeelden van de hedendaagse Amerikaanse cultuur: 'Een meisje vertelt in een realityprogramma op tv dat ze voor haar zestiende verjaardag een doorgaande weg afgezet wil hebben, zodat een showband haar in een grootse intocht over een rood tapijt voor kan gaan. In een boek met de titel *My Beautiful Mommy* wordt plastische chirurgie uitgelegd aan kleine kinderen van wie de moeder voor het populaire programma "Mommy Makeover" onder het mes gaat. Het is nu mogelijk om neppaparazzi in te huren die je volgen als je 's avonds uitgaat en je foto maken. Je kunt zelfs de voorpagina van een namaaktijdschrift over beroemdheden met jouw foto's op de voorpagina mee naar huis nemen. Een populair liedje vermeldt zonder merkbaar sarcasme "Ik geloof dat de wereld om mij zou moeten draaien". [...] Baby's dragen slabbetjes met "Supermodel" erop geborduurd [...] en zuigen op "Bling"-fopspenen terwijl hun ouders gemoderniseerde kinderversjes voorlezen uit *Op naar de Prada-winkel zei Duimelot*.<sup>1</sup>

Als discipelen van Jezus Christus verwerpen we nadrukkelijk de gedachte dat ons leven alleen om óns draait. We volgen liever de Heiland, en Hij heeft gezegd: 'Maar wie onder u groot wil worden, die moet uw dienaar zijn; 'en wie onder u de eerste wil zijn, die moet uw dienaar zijn, 'zoals ook de Zoon des mensen niet gekomen is om gediend te worden, maar om te dienen, en Zijn ziel te geven tot een losprijs voor velen' (Mattheüs 20:26–28).



We koesteren zijn woorden:

‘Dit is Mijn gebod: dat u elkaar liefhebt, zoals Ik u liefgehad heb’ (Johannes 13:34; zie ook Johannes 15:12).

‘Weid Mijn lammeren. [...] Hoed Mijn schapen’ (Johannes 21:15, 16).

‘Als u eens tot inkeer gekomen bent, versterk dan uw broeders’ (Lukas 22:32).

‘Kom de zwakken te hulp, verhef de handen die slap neerhangen en sterk de knikkende knieën’ (Leer en Verbonden 81:5).

Nu een voorbeeld van de christelijke bediening die onder leden van de kerk van de Heer plaatsvindt. Een student aan de Brigham Young University schreef onlangs:

‘Ik maakte een heel moeilijke periode door. Op een dag had ik het echt zwaar en was ik bijna in tranen. Ik bad en smeekte stillerjes dat ik de kracht zou opdoen om door te gaan. Precies op dat moment stuurde mijn kamergenote me een sms om haar waardering voor mij te uiten. Ze haalde een Schriftekst aan en gaf haar getuigenis. Dat gaf me op dat wanhopige moment heel veel kracht en troost.’

Ik wil u enkele ideeën aan de hand doen om uw al uitstekende bediening aan elkaar nog verder te verbeteren. Ten eerste: denk aan het eerste gebod voordat je het tweede uitvoert. Er kwam een jonge man bij de Heiland die vroeg:

‘Meester, wat is het grote gebod in de wet?’

‘Jezus zei tegen hem: U zult de Heere, uw God, liefhebben met heel uw hart, met heel uw ziel en met heel uw verstand.

‘Dit is het eerste en het grote gebod.

‘En het tweede, hieraan gelijk, is: U zult uw naaste liefhebben als uzelf’ (Mattheüs 22:36–39).

In hoeverre u in staat bent om uw naaste op een heiliger manier lief te hebben, te verzorgen en te bedienen, is afhankelijk van de mate waarin u het eerste gebod naleeft.

### Een ander soort bediening

Iemand die God met hart en ziel liefheeft, kan een unieke, goddelijke bedieningsgave ontwikkelen door een gevestigd, goed onderlegd, standvastig en onwankelbaar geloof in Jezus Christus en het herstelde evangelie (zie Efeze 3:17; Kolosenzen 1:23; 1 Nephi 2:10; Mosiah 5:15; Alma 1:25; 3 Nephi 6:14); met name als hij de geboden nauwgezet naleeft.

Ik zal wat bekende context geven. Over de hele wereld is de jongere generatie van hun geloof aan het vallen, en met name hun geloof in een bepaalde godsdienst. Toen ik in 1975 aan de BYU afstudeerde, was het aandeel jongvolwassenen (18 tot en met 24 jaar) die lid van een kerk waren bijna 90 procent. Nu is dat 66 procent. ‘Een derde van alle jongvolwassenen is geen lid van een georganiseerde godsdienst.’<sup>2</sup>

In 2001 publiceerde een godsdienstwetenschapper, Robert C. Fuller, een boek dat *Spiritual, But Not Religious* heette.<sup>3</sup> 20 jaar geleden was er een trend in individuele spiritualiteit buiten formele godsdienstige organisaties, maar dat is niet meer het geval. De huidige jongvolwassenen in de Verenigde Staten bidden minder, geloven minder in God, geloven minder in de Bijbel, en geloven minder in de geboden.<sup>4</sup> Het is naïef om te geloven dat de wereldse trends ons, de uitverkorenen, niet beïnvloeden.

Om in stoffelijk en emotioneel opzicht voor andere mensen te zorgen, moeten we onzelfzuchtig en meevoelend zijn. Die zorg maakt een belangrijk deel van het evangelie uit. Zowel in de kerk als erbuiten verlenen goede mensen, zowel gelovig als



ongelovig, dergelijke zorg. Er zijn over de hele wereld veel fijne, vriendelijke mensen. En we kunnen veel van ze leren.

Maar er is nóg een soort bediening, die uitsluitend voorkomt onder bekeerde leden van De Kerk van Jezus van de Heiligen der Laatste Dagen. Als discipelen van de Heiland krijgen we kansen om een vriend met onze bediening in zijn geloof te schragen, een kamergenote te suggereren dat dagelijks in het Boek van Mormon lezen wonderen tot stand kan brengen, of een wijklid te laten zien dat de kernormen niet zomaar wat regels zijn, maar een manier om onze band met God sterk te houden en ons gelukkig te maken.

Iemand met een goed hart kan iemand anders helpen om een band te repareren, een buur naar de dokter brengen, met een verdrietige vriend lunchen, of glimlachen en hoi zeggen om iemands dag op te fleuren. Maar wie zich aan het eerste gebod houdt, voegt automatisch nog wat aan deze goede daden toe. Hij moedigt iemand die zich goed aan de geboden houdt aan en geeft goede raad om het geloof te versterken van iemand die aan het afdwalen is, of iemand die hulp nodig heeft met terugkeren op het pad waar hij ooit van afgedwaald is.



Ik daag u uit om de bediening aan uw medebroeders en -zusters geestelijker te maken. Een geestelijke bediening kan beginnen met koekjes bakken of samen gaan voetballen. Maar uiteindelijk vergt deze bedieningswijze dat u uw hart openstelt, uw geloof ter beschikking stelt, moed vat om de positieve groei die u in een vriend ziet verder aan te moedigen, en iets te zeggen van dingen die u constateert die niet stroken met het discipelschap.

Laten we niet zelfingenomen zijn, maar geestelijke moed vatten om onze bediening heiliger te maken, vooral door andermans geloof te versterken. Denk eens na over de volgende denkbeeldige situaties:

- U merkt dat een vriend relatief veel games op zijn mobiele telefoon speelt, maar slechts zelden aan gesprekken over evangelische onderwerpen deelneemt.
- U merkt dat een wijklid een probleem met pornografie heeft.
- Uw vriendinnen besteden veel tijd aan het nemen en delen van selfies die grenzen aan het onzedelijke.
- U merkt dat iemand die vroeger graag het Boek van Mormon besprak het nu nooit meer noemt.
- U merkt dat een familielid dat vroeger graag naar de tempel leek te gaan er nu niet meer naartoe gaat.
- U merkt dat een vriend die ooit in geloof over de raad van de profeet sprak zich er nu kritisch over uitlaat.
- U kent een teruggekeerde zending die zich wat achteloos is gaan kleden, niet helemaal in overeenstemming met zijn tempelverbonden.
- U merkt dat een wijklid redenen bedenkt om op zondag ergens anders heen te gaan dan naar de kerk.

- U hebt het gevoel dat een vriend in allerlei kleinigheden oneerlijk is geworden.
- U kent iemand die met het evangelielicht in haar ogen van zending terugkwam, maar het licht in haar ogen lijkt te zijn gedoofd.
- Je hebt een vriend die grapjes over heilige zaken maakt.
- Je hebt een vriend die zo ontmoedigd is dat hij geen goede date kan vinden, dat hij nu zegt dat God niet van hem houdt.
- U ziet dat het geloof van een vriend lijdt onder een zondige levenswijze en de noodzaak om zich te bekeren.

Kunt u zich deze of soortgelijke situaties indenken? Schieten er u namen te binnen? De apostel Paulus heeft gezegd: ‘Want wij hebben de strijd niet tegen vlees en bloed, maar tegen de overheden, tegen de machten, tegen de wereldbeheersers van de duisternis van dit tijdperk, tegen de geestelijke machten van het kwaad in de hemelse gewesten’ (Efeze 6:12). Een van de grootste behoeften in de wereld is meer geloof in onze hemelse Vader en zijn Zoon, Jezus Christus, en een grotere bereidheid om de geboden te onderhouden.

### Die ene persoon dienen

Als we de aanpak van de Heiland gebruiken, is onze bediening meestal heel persoonlijk. De Heiland zei tegen de Samaritaanse vrouw bij de bron:

‘Ieder die van dit water drinkt, zal weer dorst krijgen; maar wie drinkt van het water dat Ik hem zal geven, zal in eeuwigheid geen dorst meer krijgen. [...]

‘De vrouw zei tegen Hem: Heere, geef mij dat water, opdat ik geen dorst meer zal hebben en niet hier hoeft te komen om te putten. [...]

‘Ik weet dat de Messias komt (Die Christus genoemd wordt); wanneer Die gekomen zal zijn, zal Hij ons alles verkondigen.

‘Jezus zei tegen haar: Ik ben het, Die met u spreek’ (Johannes 4:13–15, 25–26).

Zelfs met zijn verklaring van zijn goddelijke aard was Jezus die ene persoon aan het dienen.

In tegenstelling tot iemand helpen met een lekke band, is een geestelijk probleem maar zelden met één



bedieningservaring op te lossen. Daar is tijd voor nodig, meerdere gesprekken en bemoedigende ervaringen om iemands geloof weer op te bouwen. Het daalt eerder geleidelijk als de dauw des hemels neer dan dat het als een korte stoot schuim uit een brandblusser werkt. Om iemand te helpen zich weer tot God te wenden en zich op de Heiland en zijn verzoening te verlaten, zult u die persoon herhaaldelijk moeten dienen.

En om te dienen op de wijze van de Heer, hebben we de hulp van de Heilige Geest nodig. President Russell M. Nelson heeft hier tijdens de algemene aprilconferentie van 2018 een krachtige uitspraak over gedaan: ‘Maar in de komende tijd kunnen wij geestelijk niet overleven zonder de leidende, troostende en voortdurende invloed van de Heilige Geest.’<sup>5</sup>

Hij zei verder: ‘Ik spoor u aan om uw huidige geestelijke grenzen om persoonlijke openbaring te ontvangen te verleggen.’<sup>6</sup> Hij raadde ons aan om te bidden, te luisteren, onze ingevingen op te schrijven, en actie te ondernemen.

Kunnen wij onze bediening met die raad heiliger maken? Laten we bidden, luisteren, onze ingevingen opschrijven en actie ondernemen voor de mensen die we kunnen dienen.

Bid dat u kansen krijgt om anderen te helpen hun geloof te ontwikkelen. U zult niet altijd alleen maar mensen helpen

die u kent. Toen Jezus de weduwe van Naïm diende, was Hij op weg naar de stad. Maar toen Hij haar zag, had Hij mededogen met haar, en wekte Hij haar zoon op van de dood. Zijn bediening veranderde haar leven (zie Lukas 7:11–15).

Bid dat u kansen op bediening zult krijgen. Luister, schrijf uw ingevingen op, en sta klaar om actie te ondernemen als er mensen op uw pad gebracht worden.

Ik heb deze jammerklacht van de Psalmist altijd ontroerend gevonden: ‘Ik keek aan mijn rechterhand en zie, er was niemand die naar mij omzag; voor mij was de mogelijkheid tot ontvluchten verloren, niemand zorgde voor mijn ziel’ (Psalmen 142:5). Laten we mensen helpen die zich zo voelen.

### Maak tijd voor de Geest

Om hulp van de Heilige Geest te krijgen, moeten we ons verstand en ons hart daarop voorbereiden. Als leden van onze generatie moeten we onze technische apparaten met discipline en terughoudendheid gebruiken. Adam Alter heeft het in zijn boek *Irresistible* over de verslavende uitwerking van technologie en sociale media. Hij haalt Greg Hochmuth aan, een van de oprichters van Instagram: ‘Er is altijd nóg een hashtag waar je op kunt klikken. Dat gaat een eigen leven leiden, net als een organisme, en dan kan het een obsessie voor de mensen worden.’<sup>7</sup>

Alter voegt daar aan toe: ‘Zoals zo veel andere sociale media is Instagram een bodemloze put. Facebook heeft een eindeloze hoeveelheid berichten; Netflix gaat automatisch door naar de volgende aflevering van de serie; Tinder moedigt gebruikers aan om door te blijven swipen, op zoek naar een betere kandidaat. [...] Volgens Tristan Harris, een “designethicus”, is het probleem niet dat men een gebrek aan wilskracht heeft, maar dat “er aan de andere kant van het

scherm wel duizend mensen zijn wiens taak het is om jouw zelfregulering te overwinnen.”<sup>8</sup>

Alter vervolgt: ‘Een vind-ik-leuk op Facebook en Instagram geeft een [prettige neurologische] reactie, net zoals het volbrengen van een missie in World of Warcraft, of zien dat honderden Twittergebruikers je tweets delen. De mensen die technologie, games en interactieve ervaringen ontwikkelen, zijn daar erg goed in. Ze testen dit duizenden keren met miljoenen gebruikers om erachter te komen welke veranderingen wel en welke niet werken – welke achtergrondkleuren, lettertypes en geluidjes betrokkenheid bevorderen en frustratie tot een minimum beperken. Wordt een ervaring verder ontwikkeld, dan wordt het, in vergelijking met hoe het in het begin was, een onweerstaanbaar wapen. In 2004 was Facebook leuk; [nu] is het verslavend.’<sup>9</sup>

Als we willen dat de Geest in ons woont, moeten we die tijd en ruimte geven. Leer uw mobiele telefoon neerleggen. Ruim tijd in om iets te doen zonder technologie.

President M. Russell Ballard van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft tijdens de aprilconferentie van 2018 gezegd: ‘Veel te veel mensen leven door hun elektronische apparaten bijna volledig online. Hun scherm verlicht dag en nacht hun gezicht en hun hoofdtelefoon overstemt de stille, zachte stem van de Geest. Als we ons niet van onze apparaten



loskoppelen, kunnen we kansen mislopen om de stem te horen van Hem die zegt: “Wees stil en weet dat Ik God ben” [Psalmen 46:10]. Er is niets mis met technologische ontwikkelingen die door de Heer zijn geïnspireerd, maar we moeten er verstandig mee omgaan.<sup>10</sup>

### Elkaar sterken

Toen ik aan de BYU studeerde, waren het buiten mijn vrouw, Kathy, wier eeuwige invloed onmetelijk is, twee kamergenoten – een vóór mijn zending en een erná – die mijn geestelijk fundament grotendeels legden. Een van hen was Reid



Robinson, die nu aan de BYU beleidskunde doceert. Ik maakte op zending kennis met hem, en na onze zending waren we kamergenoten. Zijn nauwgezette naleving van de geboden, zijn liefde voor de profeet, en zijn onwankelbare getuigenis van de Heiland sterkten mij, en alle mensen om hem heen. En hij is de afgelopen 45 jaar een goed voorbeeld voor me geweest.

De andere kamergenoot die ik wil noemen, is Terrel Bird, die nu in St. George (Utah, VS) woont. Ik maakte kennis met Terrel toen we allebei in Pocatello (Idaho, VS) naar de middelbare school gingen. We speelden samen basketbal, maar onze vriendschap ontstond toen ik zag hoe geestelijk volwassen hij was. Hij vertelde over zijn geestelijke inzichten en de levensbeginselen waar hij over las en die hij zich eigen maakte. Het verbaasde me om dit allemaal van een 17-jarige te horen. We besloten aan de BYU een kamer te delen.

Destijds hadden we geen computers, we hadden schrijfmachines. Terrel typte belangrijke Schriftteksten en opbouwende citaten op kaartjes en bewaarde ze in een doosje, waar hij ze makkelijk vinden kon. Hij verzamelde wel zo'n duizend teksten en citaten, en veel daarvan leerde hij uit zijn hoofd. Hoewel ik werkte – ik maakte elke ochtend van vier tot zeven uur de bibliotheek schoon – en een vol lesschema had, begon ik Terrels voorbeeld te volgen en zelf een archiefdoosje te vullen.

Dit is een van de citaten die ik me na bijna 50 jaar nog herinner:

*Ons brein is de grote kracht die vormt en maakt.  
Mensen hebben een brein, en zij gebruiken vaak  
hun gedachten om te vormen wat zij willen  
en duizend fijne dingen te doen, of duizend grillen.  
Hij denkt in stilte, en er voltrekt zich wat zijn wens was:  
zijn milieu is slechts zijn spiegelglas.<sup>11</sup>*

Natuurlijk herinner ik me ook indrukwekkende Schriftteksten zoals deze: 'Ik ben de Opstanding en het Leven; wie in Mij gelooft, zal leven, ook al was hij gestorven,

'en ieder die leeft en in Mij gelooft, zal niet sterven in eeuwigheid' (Johannes 11:25–26).

Terrel hielp mij om als eerstejaarsstudent aan de BYU Schriftuurlijke en andere wijze woorden tot mij te nemen die mij de rest van mijn leven beïnvloed hebben. Ik dank Reid Robinson en Terrel Bird dat ze in geestelijk opzicht om mij gaven toen dat iets voor mij betekende.

Hier volgt een gedicht van mijn buurman, Thomas L. Kay:

*God zij dank voor allen die anderen verlichting bieden in hun leven,  
voor hen die werkelijk om een ander geven;*



die hun armen om de zwakken heen slaan  
 en in gebed voor hen pleiten gaan.  
 God zij dank voor hen die het hart horen  
 en luisteren naar de woorden;  
 die weten dat een gewone blik of iemand teder aanraken  
 meer dan de hele wereld uitmaken.  
 God zij dank voor hen die de handen opheffen  
 en de zwakke knieën sterken;  
 die rondgaan, zielen opbeurende  
 in hun stilzwijgende bediening.<sup>12</sup>

Mijn beste vrienden en medediscipelen, ik geef u mijn vaste getuigenis: ik weet dat de Heiland leeft. Hij is uit de dood herrezen. Hij leidt dit heilige werk. President Nelson is zijn gezalfde profeet op aarde. Onze tijd op aarde is van eeuwig belang.

Ik beloof dat de Heer zijn geliefde zoons en dochters op uw pad zal brengen, dat u hun dienende engelen zult worden en hen voor eeuwig tot zegen zult zijn, als u God met hart en ziel liefhebt, bidt dat u een werktuig in zijn handen mag zijn, andere mensen dient, uw vermogen om openbaring te ontvangen ontwikkelt, en vertrouwt op de ingevingen van de Heilige Geest. Uw bediening zal heiliger zijn.

Ik bid dat dit op uw reis door ons sterfelijke leven belangrijk voor u mag zijn. Ik geef u mijn vaste getuigenis van de Heiland, van uw eeuwige waarde voor Hem, en dat Hij zal wederkomen en ons als zijn zoons en dochters, en als zijn discipelen, zal omarmen. ■

*Naar een toespraak, 'A Holier Approach to Ministering', op 10 april 2018 gehouden tijdens een devotionaal aan de Brigham Young University.*

#### NOTEN

1. Jean M. Twenge en W. Keith Campbell, *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* (2009), 1.
2. Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood* (2017), 121; zie ook Figure 5.1, 121.
3. Zie Robert C. Fuller, *Spiritual, But Not Religious: Understanding Unchurched America* (2001).
4. Zie Jean M. Twenge, *iGen*, 119–142.
5. Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', *Liahona*, mei 2018, 96.
6. Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', 95.
7. Greg Hochmuth, aangehaald door Adam Alter in *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* (2017), 3; zie ook Greg Hochmuth, aangehaald door Natasha Singer in 'Can't Put Down Your Device? That's by Design', *The New York Times*, 5 december 2015, nytimes.com.
8. Adam Alter, *Irresistible*, 3; zie ook Tristan Harris, aangehaald door Natasha Singer in 'Can't Put Down Your Device? That's by Design.'
9. Adam Alter, *Irresistible*, 5.
10. M. Russell Ballard, 'Bijzondere gaven van God', *Liahona*, mei 2018, 10.
11. James Allen, *As a Man Thinketh* (1902), frontispice.
12. Thomas L. Kay, 'Saints', in *The Road I've Taken* (2016), 16; zie ook 'Saints', muziek: Rachel Bastian, *New Era*, september 1999, 51.



# Anderen helpen om de genezing van de Heer te ontvangen

**Merrilee Browne Boyack**

Op een zondag las ik de Schrifttekst: ‘Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u, dit is mijn evangelie; en u weet de dingen die u in mijn kerk moet doen; *want de werken die u Mij hebt zien doen, die zult u eveneens doen*’ (3 Nephi 27:21; cursivering toegevoegd).

Ik dacht: Welke werken heeft Christus op aarde gedaan? Er kwamen vooral twee dingen in mij op: dienstbetoon en genezing. Ik kon dienen, maar kon ik genezen? Ik was toch niet in staat anderen te genezen, of was ik dat toch?

Ik was nog maar pas hersteld van een operatie waarop een zware allergische reactie was gevolgd. Ik dacht onmiddellijk aan iedereen die me in mijn genezingsproces had bijgestaan. Dat was een lange lijst. Als zij mij konden helpen om te genezen, kon ik dat dan niet ook voor anderen doen?

Ieder van ons kan opmerkzaam zijn en zo zijn broeders hoeder worden.<sup>1</sup> We zijn omringd door mensen die lichamelijk, psychisch of geestelijk ziek zijn en die we door onze hulp tot zegen kunnen zijn.

### De zieken bezoeken

In Mosiah 4:26 staat: '[Ik] zou willen dat u van uw bezit aan de armen geeft, ieder naar hetgeen hij heeft, en wel door de hongerigen te voeden, de naakten te kleden, de zieken te bezoeken en in hun behoeften te voorzien, zowel de geestelijke als de stoffelijke, naar hun noden.'

Ziek zijn, of dat nu lichamelijk, psychisch of geestelijk is, kan ons erg isoleren. Mensen brengen talloze eenzame uren door in slaapkamers of in het ziekenhuis waar ze proberen te herstellen. Je kunt dan makkelijk depressief worden. Wanneer de duistere gedachten zich opstapelen, kan het bezoek van een liefdevolle vriend, vriendin of familielid een lichtpunt voor hen zijn.

Het is ook belangrijk *hoe* we de zieken bezoeken. Verschillende vrouwen hebben gereageerd op mijn vraag hoe anderen hen met hun genezingsproces hebben geholpen. Judi (Arizona, VS) merkte op: 'Luisteren [is] zo'n geweldige steun in moeilijke tijden. Luisteren *zonder* te oordelen.' Geduldig, oprecht en liefdevol luisteren is een

We beoefenen de geneeskunst wanneer we de gezegende zegeningen van de Heer bezorgen aan wie lichamelijk, psychisch of geestelijk ziek zijn.

waardevolle steun voor wie aan het herstellen is.

Linda van Californië (VS) vertelde hoe een bezoek door een vriend haar had geholpen: 'Ik herinner me deze bijzondere mensen – vooral wie echt luisterden en de aangename raad van de Geest overbrachten. Nadat ik op

30-jarige leeftijd een weduwe met vijf jonge kinderen geworden was, voelde ik de liefde van mijn hemelse Vader en van de Heiland inniger dankzij mijn goede vriendin Karen. Ze was voortdurend op mij afgestemd en stond altijd met haar 'luisterend oor' klaar. Ik voelde me nooit alleen omdat ze me consequent herinnerde aan de prachtige band die ik als dochter van God met Hem heb.'

Dienende broeders en zusters in het bijzonder kunnen deze geneeskunst uitvoeren. Het is belangrijk dat we ons afstemmen op de behoeften van wie lijden. Soms is een kort bezoekje aangewezen omdat ze erg moe zijn. Soms zijn ze eenzaam en vervelen ze zich, en dan vervult een langer bezoek hun behoeften. Het is ook belangrijk dat we ons op hun persoonlijkheid afstemmen. Sommigen willen privacy en stilte terwijl anderen veel interactie en steun verlangen. We horen eerst hun behoeften te bepalen en ze dan op de juiste wijze de helpende hand toe te steken.

### Elkaars lasten dragen

Alma beschreef fraai hoe wij het voorbeeld van de Heiland toegewijd kunnen volgen, toen hij de gelovigen in het Boek van Mormon vroeg of ze bereid waren 'tot de kudde van God toe te treden en zijn volk te worden genoemd en gewillig [waren] elkaars lasten te dragen, opdat zij licht zullen zijn' (Mosiah 18:8).



## WIJ ZIJN DE HANDEN VAN DE HEER

‘Christus weet  
hoe we anderen  
volmaakt kunnen

dienen. Als de Heiland zijn handen  
uitstrekt, worden degenen die Hij  
aanraakt, opgebouwd en worden ze  
grotere, sterkere en betere mensen.

‘Als wij zijn handen zijn, behoren we  
dan niet hetzelfde te doen?’

Ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum  
der Twaalf Apostelen, ‘Jullie zijn mijn handen’,  
*Liahona*, mei 2010, 70.

We dragen allemaal allerlei lasten. Daar  
is het moeilijkst mee om te springen als we  
ziek zijn of met een psychische aandoening of  
geestelijke problemen zitten. Anderen helpen  
hun lasten te dragen wanneer zij lijden, is een  
geneeskunst.

Shannon (Utah, VS) vertelde hoe haar burens  
haar hadden gesteund: ‘Toen we na de begrafenis  
van mijn zoon thuiskwamen, ontdekten we  
dat onze buurt onze tuin volledig had heraan-  
gelegd terwijl wij op de begrafenis waren. Ze  
hadden prachtige struiken, bomen en bloemen  
geplant en zelfs nieuwe graszoden gelegd.  
Op een moment dat we door ons verdriet  
overmand waren, begon ons genezingsproces  
door hun zorgzame blijk van liefde en steun.  
Elk jaar, wanneer onze prachtige tuin weer  
opbloede, werden we eraan herinnerd dat de  
liefde en het leven eeuwig zijn. [Dat was] een  
heilige en symbolische ervaring die we nooit  
zullen vergeten.’

Ik was de ZHV-presidente en had mezelf  
kandidaat gesteld voor de gemeenteraad, toen  
er borstkanker bij me werd vastgesteld. Mijn  
echtgenoot zat zonder werk en we werden in  
die periode door veel andere zware beproe-  
vingen getroffen. Mijn raadgeefsters namen  
‘elkaars lasten dragen’ ter harte en deden hun

best om mijn last te verdelen. Mijn bisschop nam enkele van mijn taken  
op zich. Mijn echtgenoot zette zich voor het eten en veel huishoudelijke  
taken in. Het verootmoedigde me om vast te stellen dat mijn lasten niet  
waren weggenomen maar in plaats daarvan door heel veel mensen met  
een opmerkzaam oog werden meegedragen.

### Troosten

Alma onderwees ook dat de volgelingen van Christus ‘gewillig [zijn]  
te treuren met hen die treuren; ja, en hen te vertroosten die vertroosting  
nodig hebben’ (Mosiah 18:9).

Troosten omvat empathie, vriendelijkheid, bedachtzaamheid, zorg,  
liefde, en naastenliefde. Het is zieken en bezochten in liefdevolle armen  
sluiten zodat ze beter met hun lijden om kunnen gaan.

Anne (naam is gewijzigd) worstelde met een geestelijke en morele  
beproeving. Ze stond erbij stil hoe anderen haar hadden getroost: ‘Ze  
keken verder dan wie ik toen was en zagen mijn veelbelovende potentieel;  
het potentieel om grootser, wijzer en vriendelijker te worden. Ik blik terug  
op mijn vroegere ik en krimp soms een beetje beschaamd ineen vanwege  
mijn onwetendheid – een beetje beschaamd voor mijn overtredingen en  
zondig gedrag. Maar die prikkel van schaamte wordt altijd gevolgd door  
de genezende balsem van genade, barmhartigheid, vergevensgezindheid,

‘Ze creëerden een veilige  
omgeving voor me waarin  
de Heiland, de Meester-  
geneesheer, aan me kon  
werken.’

en liefde. Wanneer ik zie dat  
er mensen om mij heen waren,  
die me dat in overvloed schon-  
ken, verdwijnt de pijn. En ik  
zie in dat ze me hielpen om te  
genezen. Misschien is het beter  
te zeggen dat ze een veilige  
omgeving voor me creëerden,  
een koepel van genade, waarin  
de Heiland, de Meestergenees-  
heer aan me kon werken. Mij kon veranderen. Mijn hart kon veranderen.’

Een belangrijk aspect van de zieken troosten is ze naar de Meestergenees-  
heer keren. Sabrina (Utah) zei: ‘Er is geen betere genezing dan door iemand  
die u helpt om God te vinden of naar Hem terug te keren. Het gaat mogelijk  
slechts om een herinnering aan wat u al weet – dat u probeert sterker te zijn  
dan nodig is, het allemaal alleen doet en niet echt op God vertrouwt.’





De zieken troosten en ze helpen om positief te blijven vereist dat u gevoelig bent voor de Geest. Op een bepaald moment had ik al maandenlang niet goed geslapen, gemiddeld sliep ik per nacht twee tot drie uur onrustig. Ik was enorm bezorgd en uitgeput; ik was tevergeefs bij veel dokters langs geweest. Uiteindelijk verwees een vriendin me door naar een dokter die lid van de kerk was en onmiddellijk de juiste diagnose stelde. Maar zijn volgende woorden verrasten me: ‘Merrilee, het allerbelangrijkste dat je moet doen is je bezorgdheid bij God neerleggen.’ Hij moedigde me vervolgens aan elke dag even over ‘De levende Christus: het getuigenis van de apostelen’ te mediteren.

Ik had deze meditatie al enkele keren vruchteloos geprobeerd, maar ik was wanhopig op zoek naar genezing. De volgende dag mediteerde ik stilletjes over de krachtige woorden: ‘[Wij] getuigen dat Hij werkelijk bestaan heeft, dat zijn leven onvergelijkbaar was en dat zijn grote zoenoffer oneindige kracht bezit.’<sup>2</sup> Ik rilde toen ik dit getuigenis van onze grote Geneesheer begon te overdenken en besepte dat ik troost en gemoedsrust had gevonden.

## Aandacht schenken

Als we de Schriften bestuderen om het genezingswerk van Jezus te leren nastreven, lezen we dat Jezus één ding steeds weer deed: Hij besteedde aandacht aan de mensen om Hem heen.

Christus merkte mensen op. Hij sprak ondanks de culturele taboes met de Samaritaanse vrouw. Hij nam de tijd om de kinderen te zegenen. Hij at met tollenaars en zondaars, en bediende melaatsen en verstotelingen. Hij schonk iedereen zijn aandacht.

Als volgelingen van Christus die ernaar streven zijn geneeskunst te leren, kunnen we mensen door de ogen van Christus gaan zien. We kunnen de tijd nemen om ze te begroeten, te glimlachen en te vragen hoe het met ze gaat. We komen misschien nooit te weten in welke mate onze inspanningen een helende balsem zijn voor wie eenzaam, neerslachtig, ziek, zwak, of lijdende zijn. Zelfs eenvoudige uitingen van liefde kunnen een krachtige invloed hebben.

Als we het werk van Christus doen en bijdragen aan de genezing van anderen, zullen er rijkelijke zegeningen volgen. Zoals Christus zei: ‘Voor zover u dit voor een van deze geringste broeders van Mij gedaan hebt, hebt u dat voor Mij gedaan’ (Matthëus 25:40). Aan Hem die ieder van ons genezen heeft, aan Hem die ieder van ons vaker dan we zelf beseffen liefdevol heeft omarmd, aan Hem die ons de helende balsem van zijn verzoening heeft aangeboden, kunnen we onze bescheiden inzet bieden om onze broeders en zusters te helpen bij hun genezing. Dat is de echte geneeskunst. ■

*De auteur woont in Utah (VS).*

### NOTEN

1. Zie ‘U wil ik volgen, Heer’, *Lofzangen*, nr. 153.
2. ‘De levende Christus: het getuigenis van de apostelen’, *Liahona*, mei 2017, binnenzijde vooromslag.

# Bloemen en financiële zekerheid

Mechel Wall

De Heer heeft mij meer mogelijkheden gegeven, mijn vaardigheden vergroot en veel meer van mij gemaakt dan ik op eigen houtje had kunnen worden.

**H**et heeft me altijd dwarsgezeten dat ik geen studie heb afgerond. Ik wist dat ik financieel niet was voorbereid om voor ons gezin te zorgen als mijn man iets zou overkomen.

Toen gebeurde het ondenkbare. Ik kreeg een hartverscheurend telefoontje dat ons leven op de kop zette.

‘Bel 112!’ schreeuwde mijn man. ‘Ik zit vast onder de tractor!’

Ik riep hulp in en spoedde mij toen in recordtempo naar het terrein dat hij aan het ontginnen was. Ik passeerde daarbij een lange rij voertuigen van hulpdiensten op de grindweg naar onze boerderij in Pea Ridge (Arkansas, VS). Barry leefde nog, maar zat inderdaad vast onder de motor van een tractor die gekanteld was.

Met behulp van hydraulische reddingsapparatuur takelden hulpverleners de tractor op en trokken Barry eronder vandaan. Zijn benen waren doordrenkt met diesel en zo te zien waren ze op diverse plekken gebroken. Hij werd met spoed naar een traumacentrum gebracht. Daar kreeg hij een zalving voordat men röntgenfoto's van zijn benen maakte.



Er was tot onze verrassing geen enkel bot gebroken. Wel had Barry aan de achterkant van een van zijn benen ernstige brandwonden opgelopen. Ook had het letsel door het pletten tot vergiftiging van zijn nieren geleid. Zijn leven was in gevaar.

Na vijf spannende dagen in het ziekenhuis begon Barry's toxinespiegel eindelijk te dalen. Er volgden maanden van verbanden verschonen, huidtransplantaties, operaties en hyperbare zuurstoftherapie. Toen Barry zich goed genoeg voelde, pakte hij zijn verkoopbaan vanuit huis weer op.

### 'Niemand nam me aan'

Dit voorval opende mijn ogen. Terwijl ik in de jaren erna overdacht wat ik kon doen als Barry er niet meer was, deed ik vrijwilligerswerk, nam ik deel aan workshops en solliciteerde ik op diverse deeltijdbanen. Maar ik had geen vaardigheden waar vraag naar was en niemand nam me aan.

We wonen op een boerderij met een stuk weiland voor een paar dieren, dus begon ik uit te pluizen hoe ik agrarisch werk voor de kost kon doen. Op een dag kreeg ik een idee: bloemen. Nadat ik meer over bloementeel te weten was gekomen, besloot ik een poging te wagen. Ik woonde een conferentie voor bloementelers bij en trof voorbereidingen voor de overstap van weiland naar rijtjesplanten. Toen gaf ik me in november 2016 op voor

een zelfredzaamheidscursus over hoe ik mijn eigen bedrijf kon beginnen en uitbreiden.

### Onze bloemenzaak

De cursus van twaalf weken was precies wat ik nodig had. Ik had een basaal ondernemingsplan en veel leuke ideeën, maar was niet georganiseerd. Er kwamen ideeën in de cursus naar voren waar ik niet eerder bij stil had gestaan. Ik gebruikte ze allemaal. Ik maakte tijdens dat eerste jaar bloementeel en -verkoop gebruik van de suggesties en beginselen die ik in de cursus had geleerd:

- Ik sloot een zakelijke lening af tegen een lage rente.
- Ik breidde mijn leveringen uit naar boerenmarkten en bloemenwinkels.
- Ik boekte diverse evenementen op onze boerderij als uitbreiding van mijn diensten.

Tegen het einde van 2017, na mijn eerste teeljaar, besepte ik dat verkopen aan bloemenwinkels te veel tijd vergde. Stel dat ik zelf een bloemenzaak opende? vroeg ik me af. De plaatselijke bloemenwinkel was ermee gestopt en het pand zag er inmiddels niet uit. Mijn man en ik besloten het te kopen, knapten het op en openden een bloemenzaak waarin we ook kunstproducten en plaatselijk ambachtswerk gingen verkopen. Bovendien opende ik een zaak

voor de verhuur van en interieurinrichting met planten.

Ik verkoop mijn bloemen via onze winkel en bij coffeeshops, boetiekjes en een kiosk op de plaatselijke luchthaven. Ik oogst elke dag wat ik nodig heb.

### De Heer is begaan

Ik heb een getuigenis dat de Heer begaan is met mijn bedrijf. Hij heeft mij geholpen om financiële zekerheid voor mijzelf te scheppen, en deeltijdbanen voor verscheidene vrouwen die flexibele uren willen werken en voor studenten die er hun opleiding mee bekostigen. Een van onze dochters beheert de bloemenkwekerij en twee zoons doen veel van het werk op de kwekerij. Zij helpen onder meer mee met het bouwen van een kas. Barry neemt in de avonden en de weekenden het zware werk voor zijn rekening.

We steunen elkaar en werken allemaal samen. Het is voor alle betrokkenen een grote zegen. Ik heb altijd wat te doen, maar ik heb nog steeds tijd voor mijn gezin, kerkroepingen, bedieningstaken en vrijwilligerswerk.

Het werk, vanaf het zaaien of planten van een bol tot het overhandigen van een bloem aan een klant, geeft me enorme voldoening. Ik weet zonder twijfel dat de Heer mijn vaardigheden heeft vergroot en veel meer van mij heeft gemaakt dan ik op eigen houtje had kunnen worden. ■

*De auteur woont in Arkansas (VS).*

# Martha en Maria

**Camille Fronk Olson**

Emeritus hoogleraar oude Schriftuur,  
Brigham Young University

*Het is van essentieel belang dat we Christus met heel ons hart en verstand aanvaarden en volgen, ongeacht de manier waarop we dienen.*

Toen er in Jeruzalem veel verwarring over de identiteit van de Heiland heerste, onderwees Jezus: ‘Als iemand de wil heeft om Zijn wil te doen, zal hij van dit onderricht weten’ (Johannes 7:17). Als we meer willen doen dan de leer bestuderen, als we te weten willen komen wie Jezus Christus is en zijn discipel willen worden, dan moeten we ons geloof in daden omzetten. Uit het verhaal van Martha en Maria blijkt dat we de Heiland niet slechts op één manier kunnen dienen.

Kort na deze rede ging Jezus met enkele discipelen naar het huis van Martha in Bethanië, waar Hij het evangelie predikte. Martha nam haar verantwoordelijkheid als gastvrouw en zorgde wellicht voor eten en onderdak, terwijl haar zus, Maria, aan Jezus’ voeten zat en naar Hem luisterde. (Zie Lukas 10:38–42.) Uit de verschillende manieren waarop deze zussen de Meester dienden, leren we dat we de verschillende manieren moeten respecteren waarop mensen blijf geven van hun discipelschap. Uit Jezus’ leringen

in dit verhaal blijkt ook dat Hij vond dat vrouwen, net als mannen, mogen kiezen hoe ze Hem dienen en volgen.

## Dienen door te geven

Het verhaal over Martha en Maria staat in het evangelie van Lukas vlak na de gelijkenis van de barmhartige Samaritaan. De Heiland leert ons in die gelijkenis dat we barmhartig moeten zijn door bijvoorbeeld mensen in nood voedsel en onderdak te geven en voor hen te zorgen (zie Lukas 10:30–37). ‘Martha was druk bezig met bedienen’ (Lukas 10:40). Dat geeft aan dat ze dit beginsel begreep en wilde toepassen. Zo zette ze haar geloof in daden om.

Jezus diende zijn medemens zijn hele leven lang en illustreerde op die manier dat de grootsten anderen dienen (zie Mattheüs 20:26–28; Lukas 22:26–27). Martha gaf blijf van haar verlangen om Hem te dienen. In dit verhaal over Martha en Maria zien we twee vrouwen die waar geloof en discipelschap vertoonden door te dienen en te leren. Net als Martha, die haar

liefde voor Christus toonde door te dienen, kunnen wij de mensen om ons heen dienen vanuit onze liefde voor de Heiland en onze bereidwilligheid om zijn evangelie te leren en na te leven.

Maar we mogen niet vergeten dat er andere manieren zijn om te dienen, en dat we de mensen die die toepassen niet mogen oordelen. De reactie van Martha in Lukas 10:40 zorgde voor onenigheid en bracht de liefdevolle sfeer van het bezoek van de Heiland in gevaar.

Martha was gastvrij en verantwoordelijk, maar druk in de weer en bezorgd over alles wat ze moest doen. Ze klaagde tegen Jezus: ‘Heere, trekt U het Zich niet aan dat mijn zuster mij alleen laat bedienen? Zeg toch tegen haar dat zij mij helpt’ (Lukas 10:40). Ze dacht dat zij als enige aan het dienen was. Ze zag niet dat anderen, onder wie Maria en de Heiland zelf, op een andere manier aan het dienen waren. Martha was een voorbeeld van geven, maar haar houding was niet bevorderlijk voor de Geest. Ook wij



*We kunnen zowel het voorbeeld van Martha als dat van Maria overwegen en bidden om de leiding van de Geest, zodat we het doeltreffendst kunnen dienen.*

kunnen door onze daden *en* onze houding onze liefde voor anderen tonen.

### **Dienen door te ontvangen**

Jezus erkende Martha's goedbedoelde pogingen en haar frustratie, maar waarschuwde haar ook: 'Martha, Martha, u bent bezorgd en maakt u druk over veel dingen' (Lukas 10:41). De Heiland minachtte de vorm van gastvrijheid die Martha gekozen had niet, maar Hij erkende Maria's recht om te dienen door te luisteren en te leren. Uit Maria's daden leren we wat voor eenieder die verlangt Christus te volgen van essentieel belang is, ongeacht de manier waarop hij of zij kiest te dienen.

Maria stond de Heiland toe haar te dienen, doordat ze zijn woord ontving. Haar voorbeeld toont ons dat we blijk van onze liefde voor de Heiland kunnen geven door aan zijn voeten te zitten om te leren en geestelijk te groeien.

### **Eén ding is nodig**

Om haar probleem op te lossen, moest Martha beseffen dat 'één ding nodig [is]' (Lukas 10:42). De diepgaande kracht van eenvoud wordt hier stilzwijgend verondersteld, maar *eenvoud* kan voor iedereen iets anders betekenen. Bepalend voor wat 'nodig' is, is niet zozeer wat we doen, maar waarom we iets doen. Het belangrijkste is dat we Christus met heel ons hart en

verstand aanvaarden en volgen, ongeacht de manier waarop we dienen.

Het kan zijn dat we in bepaalde situaties beter op een 'Martha-manier' dienen, terwijl andere omstandigheden dan weer om een 'Maria-reactie' vragen – of zelfs om een aanpak die niet in deze twee categorieën past. We kunnen zowel het voorbeeld van Martha als dat van Maria overwegen en bidden om de leiding van de Geest, zodat we het doeltreffendst kunnen dienen.

Laten we bij onze gekozen manier van dienen onze houding onder de loep nemen, en onthouden dat het allerbelangrijkste ons voornemen is om Hem te volgen. Ik bid dat we altijd aan de voeten van de Heiland mogen zitten. ■



**Bisschop  
Dean M. Davies**  
Eerste raadgever  
in de Preside-  
rende Bisschap

# Goddelijke leiding in ons discipelschap

Streef ernaar een ware discipel van onze geliefde Heiland, de Heer, de God van de hemel, te worden. Dan zal Hij u leiden.

**I**k wil twee vragen behandelen waarmee ik zat toen ik jong was. Ten eerste: als ik mijn leven aan God wijd, zal Hij me dan leiden en door mij zijn rechtschapen doeleinden verwezenlijken? Ten tweede: als ik besluit de Heiland te volgen en zijn discipel te zijn, zal de Heer dan over me waken, me leiden, zegenen en met vreugde en voldoening vervullen wanneer Hij zijn rechtschapen doeleinden door mij verwezenlijkt?

Geliefde broeders en zusters, als u uw hart aan de Heiland geeft en in geloof en mededogen zijn pad bewandelt, zal de Heer van uw dienst gebruikmaken op manieren die u zich niet kunt voorstellen.

‘Maar ik ben niet bijzonder’, zegt u misschien. ‘Ik ben maar een doodgewoon mens. Ik ben niet uitzonderlijk slim, welbespraakt, modieus of zelfs welgemanierd. Wat heeft God aan mij?’

Onze hemelse Vader heeft zijn doeleinden sinds het begin der tijden door doodgewone mensen verwezenlijkt. De apostel Paulus schreef het volgende tot de inwoners van Korinthe, maar ook tot u:

‘Maar het dwaze van de wereld heeft God uitverkoren om de wijzen te beschamen, en het zwakke van de wereld heeft God uitverkoren om het sterke te beschamen.

‘En het onaanzienlijke van de wereld en het verachte heeft God uitverkoren, en wat niets is, om wat iets is teniet te doen, ‘opdat geen vlees voor Hem zou roemen’ (1 Korinthe 1:27–29).

Waarom denkt u dat de Heiland een bescheiden, laaggeschoolde jongen koos toen Hij zijn kerk op aarde wilde herstellen?

Waarom droeg God de boer Gideon op om manschappen naar huis te sturen totdat hij er slechts driehonderd overhield om daarmee een gigantisch leger te bestrijden? (Zie Richteren 7:1–25.)

Waarom koos de Heiland een visser als hoofdapostel die de kerk na zijn dood moest leiden? (Zie Mattheüs 16:18.)

Ten eerste omdat de Heer niet ziet ‘wat de mens ziet, want de mens ziet aan wat voor ogen is, maar de Heere ziet het hart aan’ (1 Samuel 16:7).

Ten tweede omdat God uit de eenvoudigste klei een meesterwerk kan maken. ‘Als God voor ons is, wie zal tegen ons zijn?’ (Romeinen 8:31.)

Ten derde kiest God de zwakken opdat niemand kan opscheppen en zeggen: ‘Ik heb dit zelf gedaan.’

Als Petrus, een bescheiden visser, van een groepje gelovigen een machtige kerk maakt, verheffen de mensen hun stem om God te danken.





Als een groep van driehonderd man een leger van duizenden verslaat, loven de mensen God.

Als een boerenjongen zijn ploeg achterlaat en het meest inspirerende en levensveranderende boek vertaalt sinds de Bijbel, verheerlijken de mensen niet het intellect van de jongen, maar de macht van God.

Voor onze hemelse Vader hoeft u niet sterk, intelligent of welbespraakt te zijn. Hij wil dat u uw hart aan Hem geeft en Hem verheerlijkt door Hem en de mensen om u heen liefdevol te dienen.

### **De invloed van de Heilige Geest**

Het tweede waarvan ik u wil doordringen is dat God u op onvoorstelbare manieren zegent als u Hem in waarheid en macht volgt.

In 2006 besloten president Gordon B. Hinckley (1910–2008) en zijn raadgevers een tempel in San Salvador (El Salvador) te bouwen. We bezochten een aantal percelen, waaronder een volledig stadsblok midden in het oude gedeelte van de stad. We reden van het ene naar het andere, maar niets leek goed genoeg.

Uiteindelijk reden we langs een gebied in opbouw in het westen van de stad. Ik voelde iets in dat gebied en verkende de buurt. Mijn oog viel op een ommuurd perceel. Ik nam

contact op met de eigenaars en kreeg te horen dat het niet te koop was. Daarop keerde ik terug naar huis.

Maar de profeet had gezegd dat er in San Salvador een tempel moest komen, en dus keerde ik terug om andere percelen te bekijken. Ik werd opnieuw door het ommuurde perceel aangetrokken en nam weer contact op met de eigenaars. Ze zeiden nogmaals dat het niet te koop stond.

Ik keerde weer naar huis terug, maar raakte het gevoel dat de tempel daar moest komen niet kwijt. Ik nam contact op met de familie en nodigde ze voor een persoonlijk gesprek uit. Ze gingen akkoord. Ik keerde nogmaals naar San Salvador terug, dit keer met Robert Fox, een vriend die voor de afdeling vastgoed van de kerk werkte. Die ochtend knielden we in mijn kamer in gebed neer en vroegen de Heer om hulp.

Toen we door de poort naar het huis reden, leek het wel alsof we een heilige tuin binnengingen. Er groeiden bomen en bloemen, en de drukte van de buitenwereld hield bij de poort op. Mr. Miguel Dueñas, zijn broer en twee van Miguel's zonen stonden ons op te wachten. Ze verwelkomden ons en leidden ons de grote, ruime woning van hun voorouders binnen.

We vertelden hun dat we in opdracht van de president van onze kerk kwamen, en dat hij het land en de kerkleden wilde



zegenen door een tempel te bouwen. Ik toonde hun foto's van andere tempels. Ik zei dat we het gevoel hadden dat hun perceel, de woning van hun voorouders, de juiste plek was.

We waren niet verrast toen ze ons aanbod wederom verwierpen, maar we moesten het proberen. En dus probeerden we een uur lang verschillende aanpakken. We stelden voor het perceel te kopen, er een ander perceel voor in de plaats te geven, en elke andere optie die we konden bedenken. Maar ze waren vastberaden en verwierpen elk aanbod.

We hadden al het mogelijke gedaan. We hadden ons voorbereid. We hadden ons uiterste best gedaan. Maar het was niet voldoende.

Ik zei een schietgebedje: 'Vader, laat ons weten wat we moeten zeggen of doen.'

Het leek alsof onze reis voor niets was geweest. Niets zou hen van gedachten doen veranderen. Maar toen we aanstalten maakten om te vertrekken, gebeurde er plots iets. De Geest van de Heer kwam de kamer binnen. Hij was voelbaar. Iedereen in de kamer voelde Hem. Het was een van de krachtigste geestelijke ervaringen die ik ooit heb meegemaakt.

Miguel Dueñas, die geen lid van de kerk was, begon te huilen. Mr. Dueñas zei tegen zijn broer: 'We kunnen de woning van onze voorouders niet verkopen, maar kunnen we ons mooiste eigendom aan de overkant van de straat niet verkopen?'

Zijn broer ging akkoord. We praatten over het andere perceel. Ze bezaten aan de overkant van de straat honderden hectaren grond. Het hart van het perceel was iets hoger gelegen, zodat elke auto die voorbijreed de tempel zou zien.

Dat was het perceel dat ze ons aanboden. Het was echt een wonder. Ook bij de rest van de bouw bleef de Heer ons zegenen. Op 21 augustus 2011 wijdde president Henry B. Eyring, toen eerste raadgever in het Eerste Presidium, de tempel in.

Er staat nu een prachtige tempel in het heuvelachtige San Salvador, en ik getuig dat broeder Fox en ik daar niets mee te maken hadden. Hij staat er door de krachtige invloed van de Heilige Geest van onze almachtige God.

## **Onze barmhartige Vader**

Als de Heer het belangrijk genoeg vindt om zijn Geest te sturen, zodat er een tempel kan worden gebouwd, zal Hij dan zijn Geest niet naar u toe sturen om uw hart voor te bereiden en u te leiden?

U bent oneindig veel waardevoller dan een perceel. U bent een geliefd kind van uw eeuwige Vader. U bent een nakomeling van de God van het heelal!

Denkt u dat Hij Zich niet om u bekommert? Denkt u dat Hij u niet zal gebruiken en op onvoorstelbare, heerlijke manieren zegenen?

In de Schriften staat dat we met heel ons hart op de Heer moeten vertrouwen en niet op ons eigen inzicht mogen steunen. Als we Hem in al onze wegen kennen, dan zal Hij ons pad rechtmaken (zie Spreuken 3:5-6).

Koning Benjamin vat de boodschap die ik bij u wil achterlaten perfect samen. Hij zegt: 'Ik [wil] dat u nadenkt over de gezegende en gelukkige toestand van hen die de geboden van God onderhouden. Want zie, zij worden gezegend in alle dingen, zowel stoffelijke als geestelijke; en indien zij getrouw volharden tot het einde, worden zij in de hemel ontvangen, waardoor zij bij God kunnen wonen in een staat van nimmer eindigend geluk' (Mosiah 2:41).

Ik verhef dankbaar mijn stem en getuig dat dit waar is. Ik getuig dat ik de beloften van God keer op keer in mijn leven en dat van andere mensen in vervulling heb zien gaan.

Geef uw hart aan uw Vader in de hemel. Probeer Jezus Christus elke dag meer lief te hebben en beter te volgen. Verlicht uit mededogen en goedheid de lasten en verhef de handen van de mensen om u heen die het moeilijk hebben. Streef ernaar een ware discipel van onze geliefde Heiland, de Heer, de God van de hemel, te worden. Ik beloof u dat Hij u dan zal leiden. Hij zal zijn verheven doeleinden door u verwezenlijken. Hij zal u op onvoorstelbare manieren zegenen. ■

*Uit de toespraak 'God Will Use You, God Will Bless You', gehouden op 3 november 2015 tijdens een devotionaal aan de Brigham Young University.*

## Verandering van hart, verandering van vrienden

**A**ls tiener was ik behoorlijk opstandig, en mijn gedrag stemde niet overeen met de manier waarop ik was opgevoed. Ik begon te drinken toen ik 13 was, en in de laatste klas van het middelbaar onderwijs dronk ik elk weekend.

Ik ging af en toe naar de kerk om het aantal ruzies met mijn ouders te verlagen, maar ik sliep meestal tijdens de avondmaalsdienst en ging naar het strand voordat de zondagsschool begon. Als ik zeg dat mijn ouders niet blij waren met mijn gedrag, druk ik mij heel zachtjes uit. Maar ze respecteerden mijn keuzevrijheid en bleven me aanmoedigen om het evangelie na te leven. Ik was niet van plan om actief in de kerk te blijven, en ik had zeker geen plannen om op zending te gaan.

Na de middelbare school deed ik een vervolgopleiding en ik bleef opstandig. Op een avond lag ik op de zitbank over

mijn toekomst na te denken. Met wat voor meisje zou ik trouwen? Als ik de Heer de rug zou toekeren, zou ik dan ooit de weg terug vinden? Hoe belangrijk die beslissingen ook waren, ik was niet gemotiveerd om te veranderen.

Enige tijd later was ik op een feestje met alcohol en een groot kampvuur in de achtertuin van een vriend. Toen ik een tijdje met mijn vrienden had rondgedold, liep ik even weg en sloot ik mijn ogen.

Toen ik mijn ogen weer opendeed, had ik een helder moment. Ik zag mijn vrienden gek doen en voelde me niet meer thuis in die groep. Ik ging weg en besloot niet meer te drinken en te feesten. Dat hield in dat ik nieuwe vrienden moest zoeken, wat niet makkelijk zou zijn. Maar ik deed het.

Door die beslissingen ben ik enorm gezegend. Ik ben uiteindelijk op zending gegaan en heb veel taken

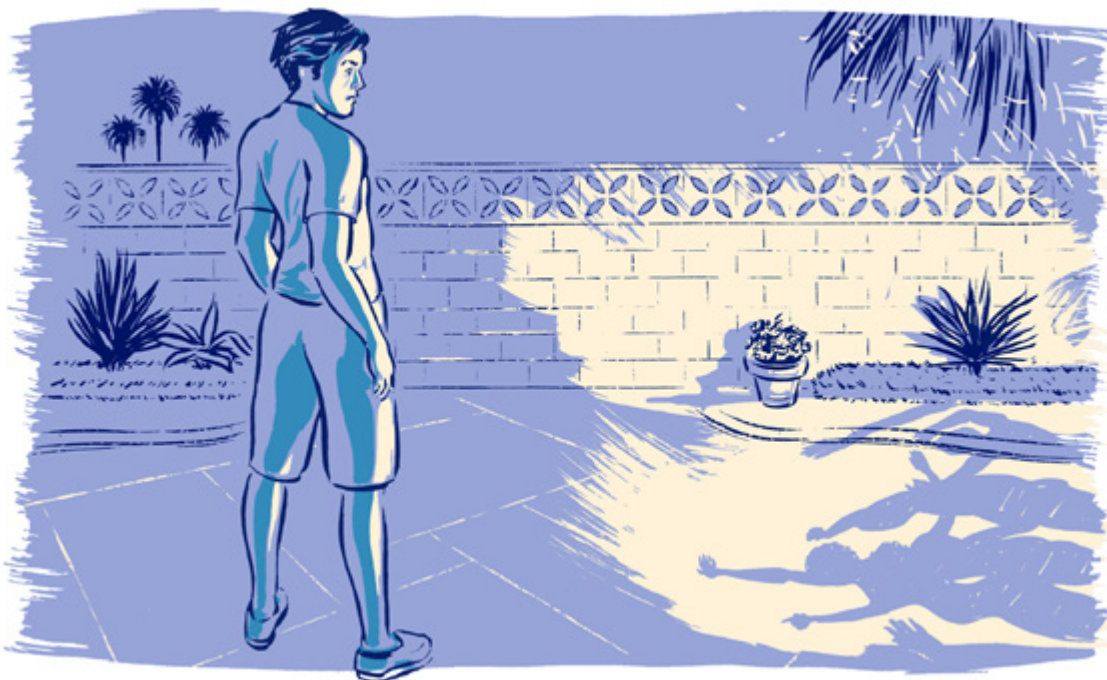
volbracht. Maar het allerbelangrijkste is dat ik met een geweldige vrouw in de tempel ben getrouwd. Daardoor heb ik de mooiste zegeningen ontvangen.

Ik las onlangs over de bekering van Alma en de zonen van Mosiah (zie Mosiah 27) en dat zij een machtige verandering van hart hadden ervaren (zie Alma 5:12–14), die gedeeltelijk door de getrouwe gebeden van Alma's vader teweeg was gebracht. Toen dacht ik aan mijn ouders en besepte, ruim dertig jaar later, dat mijn verhelderende ervaring op dat feestje een direct resultaat van hun gebeden was geweest.

Nu ik zelf een kind heb dat het moeilijk heeft, bevind ik me in dezelfde situatie als Alma's vader en mijn ouders. Maar als ik de Schriften op mezelf toepas, heb ik geloof en hoop dat mijn kind op een dag ook een verandering van hart zal ondervinden. ■

**Anoniem, Californië (VS)**

**O**p een feestje zag ik mijn vrienden gek doen en voelde ik me niet meer thuis in die groep.



# Mijn zendingsdroom eindelijk vervuld

Ik droomde er jarenlang van een voltijdzending te vervullen. Maar toen ik terug naar huis keerde nadat ik was afgestudeerd, zag ik hoe hard mijn familie me nodig had. Mijn vader sukkelde met zijn gezondheid en mijn familie had financiële steun nodig. Ik was de oudste van de vier kinderen en ik vond dat ik thuis moest blijven om te helpen. Mijn hemelse Vader zegende me met een degelijke baan. Hoewel ik er niet veel verdiende, was het toch voldoende om rond te komen.

Als iemand me vroeg of ik een voltijdzending zou vervullen, antwoordde ik instemmend. Telkens als ik dit zei, keek mijn moeder me echter met een mengeling van opwinding en verdriet in haar ogen aan. Ik wist dat ze, als ik zou vragen of ik kon gaan, ja zou zeggen en de angst voor het verminderde familieinkomen in haar hart zou begraven.

Enkele jaren later vroeg een waardige priesterschapsdrager me om een tempelhuwelijk met hem te sluiten. Ik zei ja. We werden nadien met drie kinderen gezegend: twee meisjes en een jongen. We waren enorm verheugd toen onze zoon op zending vertrok. Een gevoel van troost en gemoedsrust vervulde ons huis. Het leek alsof mijn



**D**oor de verhalen van mijn dochters zending te lezen, werd ik met de geest van het zendingswerk vervuld. Ik had voor zendingsmogelijkheden en kreeg de ingeving om mijn vriendin een berichtje te sturen.

drang om een zending te vervullen gedeeltelijk was vervuld.

Ik was enthousiast toen mijn oudste dochter zei dat ze ook een zending wilde vervullen. Elke week schreef ze me verhalen over wat ze in het zendingsveld had gedaan. Haar getuigenis inspireerde me en vervulde me met de geest van het zendingswerk. Ik had iedere dag om zendingsgelegenheden.

Op een dag kreeg ik de ingeving om een vriendin via een persoonlijk berichtje op sociale media te vragen of ze interesse had om de zendingen eens te spreken. Ze zei: 'Ja!' Ik vulde een onlineformulier voor een verwijzing op LDS.org in en al snel begonnen de zendingen haar te onderwijzen. Zij werd drie maanden later lid van de kerk. Haar kinderen volgden enkele maanden later haar voorbeeld. Geleid door de Geest spoorde ik andere vrienden aan om naar de zendingen te luisteren. Toen mijn dochter thuiskwam, had ik het gevoel dat ik ook achttien maanden zendingswerk had gedaan.

Mijn hemelse Vader kende de verlangens van mijn hart en wist wat het beste was voor mijn familie en mij. Ik ben dankbaar dat Hij mijn verlangen om als zendinge te dienen had vervuld. Dat verlangen had zolang in mijn hart geleefd. ■

**Jean Daniel Daroy (Ontario, Canada)**



## Onze reis van dertig jaar naar de tempel

**V**oor mijn broer Oswaldo naar Zwitserland vertrok, fluisterde de Geest me in dat deze reis hem dichter tot de Heiland en zijn kerk zou brengen.

**E**nkele maanden na mijn doop, sloot mijn jongere broer Oswaldo zich aan bij een andere kerk en nam hij in hun kerkgemeente actief deel. Maar ik wilde dat Oswaldo ook de waarheid leerde die ik nu kende. In het bijzonder wilde ik dat hij de woorden van de profeten zou kennen.

Elke maand, wanneer ik de *Liahona* ontving, las ik die samen met Oswaldo. Ik suggereerde dat enkele van de artikels in het tijdschrift hem op zijn kerkbijeenkomsten konden voorbereiden. Ik was blij toen hij op mijn voorstel inging. Er gingen echter veel jaren voorbij en ik betreunde het dat mijn broer het herstelde evangelie van Jezus Christus niet wilde aannemen.

Op zekere ochtend vertelde Oswaldo onze familie dat hij ons huis in Ecuador ging verlaten en naar Zwitserland ging. Op de dag dat hij vertrok, aanvaardde hij een zegen van me. Dat was een emotioneel moment voor me omdat de Geest me influisterde dat deze reis Oswaldo dichter tot de Heiland en zijn kerk zou brengen.

In Zwitserland kwam Oswaldo de zendingen tegen en uiteindelijk nodigde hij ze bij hem thuis uit. Na verloop van tijd sloot hij een hechte vriendschap met hen. Maar hij vertelde

me dat hij ze niet meer zou binnenlaten, als de zendingen over zijn doop zouden beginnen. Beeld u mijn verbazing en vreugde in toen ik een e-mail van hem ontving waarin stond dat hij zich zou laten dopen. Ik was in 1981 lid van de kerk geworden. Oswaldo liet zich twintig jaar later dopen, namelijk in mei 2001. Hij ontving zijn begiftiging in juli 2002 en liet zich in februari 2003 aan zijn vrouw verzegelen.

Toen Oswaldo naar Ecuador terugkeerde, gaf hij in een avondmaalsdienst zijn getuigenis. Met tranen in zijn ogen zei hij: 'Mijn broer besprak de woorden van de profeten met me. Deze woorden inspireerden me bij mijn voorbereiding op de bijeenkomsten van de kerk waar ik toen lid van was. Op die manier werden veel mensen opgebouwd. De woorden van de profeten hadden grote invloed op mij. Door die woorden ontdekte ik dat het evangelie van Jezus Christus weer in zijn volheid op aarde was, met macht en gezag.'

In februari 2011 werden Oswaldo en ik in de Guayaquiltempel (Ecuador) aan onze ouders verzegeld. De woorden van profeten hebben mijn familie voor eeuwig gezegend. ■

**Francisco W. Fierro (Lima, Peru)**

# Martelaren en mijn getuigenis

Ik was sceptisch toen de zendelingen mij over Joseph Smith en het Boek van Mormon vertelden. Mijn eerste gedachte was dat Joseph Smith, net zoals veel andere zogenaamde 'profeeten', misschien wel een onwaar boek had gepubliceerd om rijk, beroemd of een held te worden.

Ik was niet van plan om het Boek van Mormon te lezen. Maar na verloop van tijd nam mijn nieuwsgierigheid naar de boodschap van de zendelingen dankzij hun vriendschap en enthousiasme voor het evangelie toe.

Ik begon de verzen in het Boek van Mormon te lezen die de zendelingen aandroegen. Daarbij stuitte ik op Moroni's uitnodiging om met een oprecht hart, een eerlijke bedoeling en geloof in Christus aan God te vragen of het Boek van Mormon waar is (zie Moroni 10:4-5). Ik dacht: wie zou ons in de wetenschap dat het boek verzonnen was, willens en wetens uitdagen om God met

een eerlijke bedoeling en oprecht te vragen of het Boek van Mormon waar is?

Toen legden de zendelingen me op een dag uit dat Joseph Smith en zijn broer, Hyrum, omwille van hun getuigenis de martelaarsdood waren gestorven. Ik kreeg opeens de gedachte dat zij hun eigen leven nooit zouden hebben opgegeven voor iets waarvan ze wisten dat het niet waar was. Op dat moment ging er een warm, brandend gevoel door me heen. Het was een getuigenis door de Heilige Geest die in mijn hart bevestigde dat Joseph Smith een waar profeet was. Met dat getuigenis liet ik mij dopen en bevestigen.

Ik moest hier vijftientig jaar later aan terugdenken toen ik een toespraak van ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen las. Ouderling Holland stelde de vraag of Joseph en Hyrum op het kritieke moment van hun martelaarschap God nog zouden lasteren door hun leven,

hun eer en hun eeuwig heil te vestigen op een boek waarvan ze wisten dat het onwaar was.

*'Dat zouden ze nooit doen!'* aldus ouderling Holland. 'Zij wilden liever sterven dan de goddelijke oorsprong en de eeuwige waarheid van het Boek van Mormon te verloochenen.'<sup>1</sup>

Ouderling Hollands woorden klonken heel logisch en versterkten mijn getuigenis van de profeet Joseph Smith en de kracht van het Boek van Mormon nog meer.

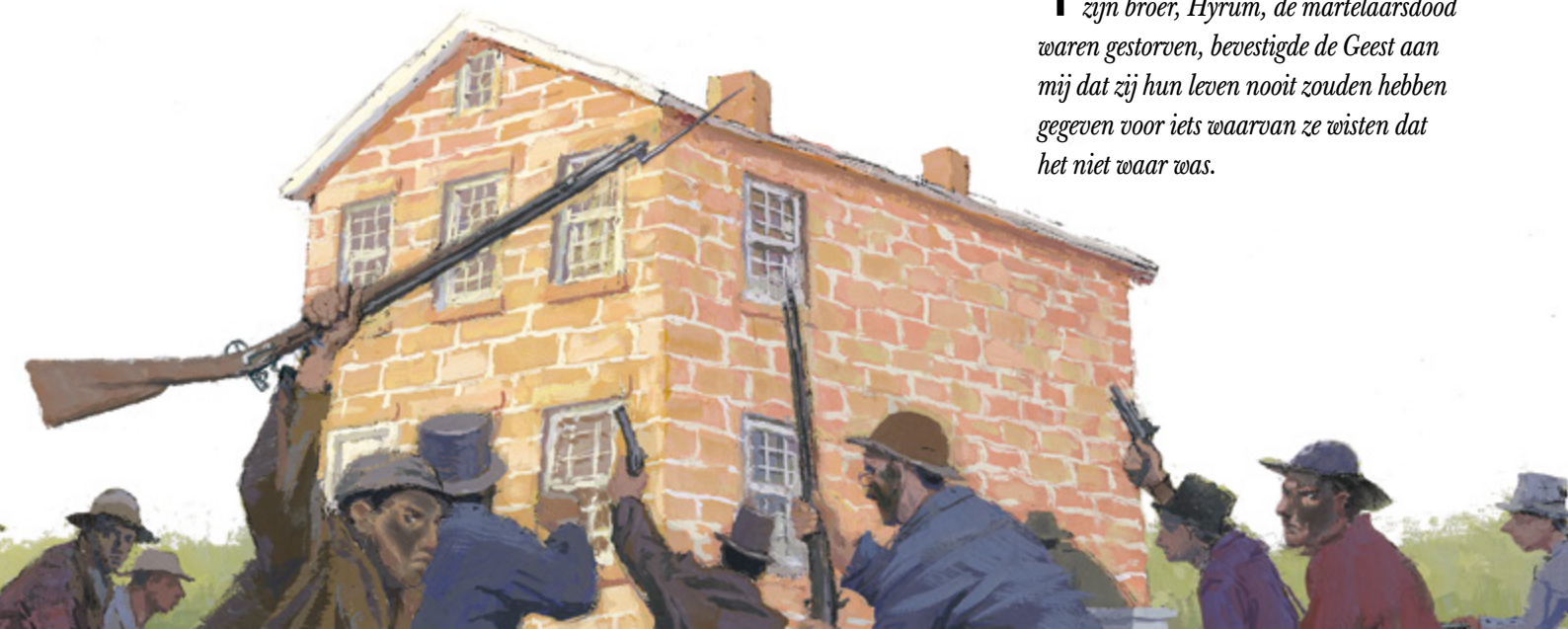
Ik ben dankbaar voor de profeet Joseph Smith. Hij bracht het Boek van Mormon aan het licht en gaf zijn leven bereidwillig om een getuige van Jezus Christus te zijn. Dankzij het Boek van Mormon heb ik Gods bestaan en zijn liefde voor mij leren kennen. ■

**Sunju Kim Muir (Maryland, VS)**

## NOOT

1. Jeffrey R. Holland, 'Veiligheid voor de ziel', *Liahona*, november 2009, 89.

**T**oen ik hoorde dat Joseph Smith en zijn broer, Hyrum, de martelaarsdood waren gestorven, bevestigde de Geest aan mij dat zij hun leven nooit zouden hebben gegeven voor iets waarvan ze wisten dat het niet waar was.



# Wij geloven volmaakt te moeten zijn – in Christus

Jezus gaf ons in zijn Bergrede het moeilijke gebod om volmaakt te zijn (zie Mattheüs 5:48). Maar niemand ontkomt eraan om fouten te maken. Hoe verwacht God dan dat we dit gebod onderhouden? Met een juist begrip van wat God van ons verwacht, kunnen we te weten komen wat de profeet Moroni bedoelde toen hij zei dat wij ‘volmaakt kun[nen] zijn in Christus’ (zie Moroni 10:32–33).

## Wat houdt volmaakt zijn in?

‘Het Griekse woord voor *volmaakt* is te vertalen met “volledig, voleindigd of voltooid” (zie Mattheüs 5:48). Onze Heiland vraagt ons om volledig, voleindigd en voltooid te worden – om vervolmaakt te worden in de deugden en eigenschappen waarin onze Vader in de hemel en Hij een voorbeeld zijn.’<sup>1</sup>

‘De volmaking die de Heiland voor ons op het oog heeft, is veel meer dan foutloos handelen. Het is de eeuwige verwachting die door de Heer verwoord is in zijn hogepriesterlijk gebed tot zijn Vader: dat wij vervolmaakt zouden worden en in staat

zouden zijn in de eeuwigheid die voor ons ligt bij Hem te verblijven.’<sup>2</sup>

‘Ik geloof dat Jezus met zijn rede over dit onderwerp niet de bedoeling had om ons onze tekortkomingen in te peperen. Ik geloof eerder dat Hij die gaf als eerbetoon aan wie en wat God de eeuwige Vader is en wat we in de eeuwigheid met Hem kunnen bereiken.’<sup>3</sup> ■

## NOTEN

1. Gerrit W. Gong, ‘Volmaakt worden in Christus’, *Liahona*, juli 2014, 45.
2. Russell M. Nelson, ‘Perfection Pending’, *Ensign*, november 1995, 86.
3. Jeffrey R. Holland, ‘Weest u dan volmaakt – uiteindelijk’, *Liahona*, november 2017, 41.



‘Als we de verzoenende liefde begrijpen die de

Heiland ons mildelijk geeft, kan dat ons bevrijden van de onrealistische, zelfgelegde eis van volmaaktheid die we onszelf onterecht hebben opgelegd.’

Ouderling Gerrit W. Gong van het Quorum der Twaalf Apostelen, ‘Volmaakt worden in Christus’, *Liahona*, juli 2014, 42.

## Wat God verwacht

'U [onthouden] van alle goddeloosheid [...] en God liefheb[ben] met al uw macht, verstand en kracht' (Moroni 10:32).

Ons met geloof in Jezus Christus bekeren wanneer we tekortschieten.

De verbonden met, of beloften aan, God nakomen.

Ons best doen om de geboden ons hele leven te onderhouden.

'Volhard[en] in alle geduld totdat u vervolmaakt bent' (Leer en Verbonden 67:13).



## Wat God *niet* verwacht

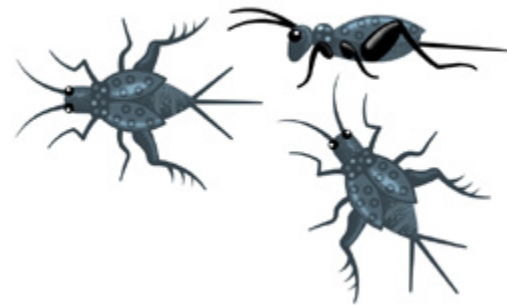
*Nu* volmaakt zijn! Nooit fouten maken.

Onder een perfectionistische houding gebukt gaan.

Voortdurend bezig zijn – alleen maar werken zonder ontspanning.

Zelfkritiek wegens gebrek aan vooruitgang.

Toegang tot de hemel proberen te 'verdienen'.



# Gekko's, krekels en tijd met kinderen

Nancy Thomas

*Ik had nooit gedacht dat reptielen zo'n duurzame invloed op mijn band met mijn zoon zouden hebben.*

Mijn zoon Dallin is altijd dol op reptielen geweest. Ik ben er daarentegen nooit gecharmeerd van geweest. Hij mocht op één voorwaarde een reptiel hebben: wat hij ook koos moest in de stofzuigerslang passen, voor het geval het dier uit zijn kooi zou ontsnappen terwijl hij op school was. We keken naar verschillende mogelijkheden, van kikkers tot leguanen. Uiteindelijk kwamen we uit op twee fluweelachtige luipaardgekko's, Fuzz en Diane.

Dallins nieuwe vriendjes voegden zich bij ons gezin toen hij zeven jaar was. Er was één aspect waar ik geen rekening mee had gehouden: je moet gekko's één keer per week krekels – levende krekels – voeren. Dallin en ik gingen vervolgens jarenlang op 'krekeltocht'. Dat kwam zelden goed uit. Het kwam er doorgaans op neer dat we 's avonds laat vóór sluitingstijd nog snel naar de dierenwinkel moesten.

Diane hield het maar drie jaar vol, maar Fuzz leidde jarenlang een gezond en gelukkig leventje. Dallin kwam aan

het eind van zijn laatste jaar aan de middelbare school aan de beurt voor het vak 'spreken in het openbaar'. Hij polste mijn man en mij voor ideeën. We opperden dat hij het over luipaardgekko's kon hebben. Daar wist hij immers al heel veel van en hij kon Fuzz ter illustratie meenemen. Dallin kwam toen met de mededeling dat Fuzz dood was gegaan.

'Meen je dat nou? Wanneer is hij doodgegaan?' vroeg ik in ongeloof.

Dallin vertelde ons dat Fuzz een week ervoor dood was gegaan.

'Hij is in mijn kamer, maak je geen zorgen. Hij gaat niet stinken. Ik heb hem dubbel ingepakt.'

Dallin zag onze verbazing en zei: 'Ik ben met een experiment bezig – ik wil zijn ontbindingsproces zien.'

Dallins experiment bleek uiteindelijk meer te zijn dan zijn ontbindingsproces zien. Hij onderbrak het proces steeds door Fuzz een paar weken in de vriezer te leggen en liet hem daarna ontdooien en nog wat verder ontbinden.

Een jaar later, toen Dallin op zending was, trof ik Fuzz aan terwijl ik de vriezer aan het schoonmaken was. Hij lag nog steeds achterin, dubbel ingepakt. Ik was net met een pakketje voor Dallin bezig en kwam op het grappige idee om zijn kleine experiment mee te sturen. Ik legde Fuzz voorzichtig in een doos, deed er mooi papier met zwarte en witte stippen omheen en stopte het geheel in Dallins pakketje. Ik deed er een briefje bij met de woorden: 'Er zit een verrassing in je pakketje.' Daarna wachtte ik met spanning op zijn reactie.

'Ik heb over die gekko nagedacht sinds ik hem terug heb gekregen', schreef hij. 'Niet zozeer over de gekko zelf, maar over al die tijd elke week in de auto om krekels te halen en andere boodschappen te doen. Ik luisterde tijdens die ritjes naar je ideeën, verhalen en getuigenis. We hadden een goed excuus om op pad te gaan en samen te praten (niet dat ik veel zei, maar ik luisterde wel).'





Krekels kopen. Wie had dat gedacht? Als ouders kunnen we de timing van onze invloed niet altijd plannen. Het gebeurt vaak gewoon. Soms is het als we onze kinderen 's avonds in bed stoppen, samen in een skilift zitten of gewoon boodschappen doen met de auto. We moeten de tijd nemen om bij onze kinderen te zijn.

De Heiland heeft het beste voorbeeld gegeven door tijd voor kinderen te nemen. Na een lange dag van onderricht aan de Nephieten gebood

Christus de mensen hun kleinen tot Hem te brengen. Hij knielde tussen de kleine kinderen neer en bad. Na het gebed weende Hij. Daarna nam Hij 'hun kleine kinderen een voor een en zegende hen en bad tot de Vader voor hen' (3 Nephi 17:21).

Die kinderen wisten dat Jezus van hen hield. Hij nam graag de tijd voor hen. Hij luisterde naar hen, bad voor hen en zegende hen. Zij die hiervan getuige waren, werden met zulke kracht vervuld dat er is opgetekend:

'Nimmer heeft het oog gezien, noch het oor gehoord, zulke grote en wonderbare dingen als wij Jezus zagen en hoorden spreken tot de Vader' (3 Nephi 17:16).

De invloed die Jezus Christus op die kinderen had, duurde generaties lang voort. Als wij onze belangstelling en tijd in onze kinderen investeren, ook al is het maar door krekels met ze te kopen, zal onze invloed hopelijk ook generaties lang voortduren. ■

*De auteur woont in Maine (VS).*

# Als een of beide ouders niet naar de kerk gaan

Karmel Newell

**P**resident Russell M. Nelson groeide op in een liefdevol gezin met ouders waar hij dol op was. Maar als kind ging hij zonder zijn ouders naar de kerk. Hij wilde in de tempel aan zijn ouders worden verzegeld.<sup>1</sup> Maar een kind hoeft niet alleen over het verbondspad te lopen. De liefde en zorg van familie- en wijkleden kunnen de leemtes opvullen voor kinderen die thuis geen steun in het evangelie hebben. Uiteindelijk kunnen alle kinderen door degelijke evangelieleerstellingen en goede ervaringen thuis en in de kerk de liefde van onze hemelse Vader voelen.

## Voor ouders die zonder huwelijks-partner naar de kerk gaan

1. **Getuig van de zegeningen die u ontvangt omdat u het evangelie naleeft.** Zorg ervoor dat uw kinderen zien dat we vrede in ons hart krijgen als we het evangelie naleven – en dat onze lasten verlicht worden. Leg uit waarom u ervoor kiest om actief in de kerk te zijn, zonder iets negatiefs te zeggen over de ouder die niet naar de kerk gaat. Vertel over de gevoelens van troost en leiding die u krijgt omdat u uw doopverbond naleeft.
2. **Bevorder een positieve mentaliteit.** Draag ertoe bij dat de kinderen het goede in de andere gezinsleden zien. U kunt er ook toe bijdragen dat ze het goede in leerkrachten,



*Als we met kinderen over hun goede ervaringen thuis en in de kerk praten, kunnen ze de liefde van onze hemelse Vader voelen.*

- leidinggevend en leden van de wijk zien. Bespreek wat uw kinderen in de kerk geleerd hebben. Sta niet stil bij de zwakheden of ongevoelige opmerkingen van anderen. Maar wees positief en laat zien dat u bereid bent om van anderen te leren.
3. **Ga positief met negatieve gevoelens om.** Help de kinderen om negatieve gevoelens, zoals angst, eenzaamheid, teleurstelling en boosheid te

benoemen. Dan kunt u ertoe bijdragen dat ze die gevoelens door middel van tekenen, spelen of praten verwerken. U kunt zo nodig ook professionele hulp invoeren. Als een gewond hart wordt genezen, is iedereen ontvankelijker voor geestelijke gevoelens en heeft iedereen betere ervaringen in de kerk.

4. **Vraag zo nodig om hulp.** Als u hulp nodig hebt, wacht dan niet tot

iemand die aanbiedt. Soms zien kerkleiders en wijkleden niet dat er hulp nodig is. Ze kunnen ook aarzelen om zonder uitnodiging hulp te verlenen. Als een kind een zegen nodig heeft, overweeg dan met een gebed in uw hart wie dat kan doen en vraag die persoon dan. Vraag u ook af wie u kunt helpen.

### Voor alle volwassenen

1. **Let op kinderen die zonder een of beide ouders naar de kerk komen, en heb ze lief.** Leer hun namen uit het hoofd en begroet ze met warmte en zorg. Vel geen oordeel over hun omstandigheden en stel geen vragen over afwezige ouders. Als kinderen voelen dat de kerkleden oprecht om ze geven, is het waarschijnlijker dat ze zich ontspannen, leren en de Geest voelen.
2. **Let op bijzondere behoeften.** Als kinderen zonder een of beide ouders naar de kerk komen, besef dan dat bepaalde leringen of activiteiten lastig voor ze kunnen zijn. Zeg in een les over de zegeningen van het priesterschap dat iedereen toegang tot die zegeningen heeft. Als er een activiteit is waarbij de ouders betrokken zijn, nodig dan alle ouders uit. Wees u bewust van kinderen voor wie dagen als vaderdag of moederdag lastig kunnen zijn.
3. **Zorg ervoor dat ze hun gezinsleden liefhebben en sterken.** Leer de kinderen dat het gezin door God

is ingesteld.<sup>2</sup> Moedig ze aan om het goede in hun familie te waarderen. Door familiegeschiedenis kunnen kinderen beseffen dat hun familie al bestond voordat zij geboren waren. En ze kunnen door familiegeschiedenis gezegend worden met 'een hechtere band en meer vreugde in [hun] gezin.'<sup>3</sup>

4. **Onderwijs ze in de ware leer.** Keuzevrijheid is een fundamentele leerstelling in het heilsplan, en kinderen zijn niet verantwoordelijk voor de keuzen en zonden van hun ouders (zie Mozes 6:54). De problemen van de ouders zijn niet de schuld van de kinderen en het is niet hun verantwoordelijkheid om er iets aan te doen. Als kinderen zich dat bewust zijn, maken ze zich minder zorgen over dingen die ze niet kunnen veranderen en waarderen ze de vele dagelijkse zegeningen die ze als gezin ontvangen.

President Henry B. Eyring, tweede raadgever in het Eerste Presidium, heeft gezegd: 'Onze hemelse Vader wil niets liever dan zijn hele gezin bijeen vergaderen en zegenen. [...] Zijn plan [biedt] al zijn kinderen de kans om zijn uitnodiging aan te nemen of af te slaan. En gezinnen vormen de kern van dat plan.'<sup>4</sup> ■

*De auteur woont in Utah (VS).*

#### NOTEN

1. Zie Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', *Liahona*, mei 2018, 93–96.
2. Zie 'Het gezin: een proclamatie aan de wereld', *Liahona*, mei 2017, 145.
3. Quentin L. Cook, 'De vreugde van familie-historisch werk', *Liahona*, februari 2016, 27.
4. Henry B. Eyring, 'Het gezin van God bijeen vergaderen', *Liahona*, mei 2017, 20–21.

### VOOR KINDEREN

In de *Vriend*:

- President Nelson's ervaring uit zijn jeugd: 'Dankbaar voor ouders' (juni 2019, V2)
- 'Een nieuw hoofdstuk' (juni 2019, V4)
- 'Stevens eerste toekomstige-vaderdag' (*Liahona*, juni 2015, 72)

### VOOR JONGEREN

In de *Liahona*:

- 'Het leven is een marathon' (april 2019, 54)



## Het volmaakte plan

**W**anneer zijn jouw plannen voor het laatst in duigen gevallen? Vorige week? Dat gebeurde mij. We kunnen nog zulke perfecte plannen maken, **onverwachte wendingen** horen nu eenmaal bij het sterfelijk leven. Ik had er niet op gerekend dat ik vier miskramen zou krijgen tussen de geboorte van mijn twee kinderen, maar dat gebeurde wel. **Hoe gaan we ermee om** als onze zorgvuldig gemaakte plannen niet lopen zoals we hadden gedacht, of zelfs totaal mislukken? In deze uitgave vertellen jongvolwassenen van verschillende achtergronden hoe ze reageerden toen hun gezinsplanning niet naar wens verliep.

Miskramen lieten het leven van mijn man en mij stilvallen en braken ons hart (zie p. 44). Voor Katherine en haar man was het een hele opgave om de stem van de Heer door de meningen van de mensen om hen heen te horen (zie p. 48).

In de digitale thema-artikelen vertelt Christina over haar angsten en twijfels om

moeder te worden, en legt Brian uit hoe zijn legerdienst zijn plannen en die van zijn schoonfamilie op losse schroeven zette. Katie, een jonge alleenstaande, geeft ons meer inzicht in de eeuwige aard van onze identiteit als ouders.

Of je nu wacht tot je met kinderen wordt gezegend, meer kinderen hebt dan je had gepland, of gewoon wacht op iemand om mee te trouwen, één ding is zeker: **onze Hemelse Vader heeft het volmaakte plan**. Altijd leidt en steunt Hij ieder van ons persoonlijk, als we ernaar streven onze wil op die van Hem af te stemmen.

Ongeacht het resultaat zal **het eenvoudige verlangen om kinderen ter wereld te brengen** ons een dieper inzicht in het grote heilsplan van onze hemelse Vader geven. In welke fase van ouderschap je je ook bevindt, ik hoop dat de Heilige Geest je tijdens het lezen naar inzichten en antwoorden leidt waar je onderweg iets aan hebt.

Veel leesplezier!

*Marion van Bracht*

## HET BESTE ADVIES ...

*Jongvolwassenen vertellen wat het beste advies was dat ze ooit over het ouderschap hebben gekregen:*

'Toen we pas getrouwd waren, heeft een geweldige leerkracht gezegd dat het een beslissing is van jou, je huwelijkspartner en de Heer. Hij waarschuwde ons dat mensen het vaak hebben over een beslissing tussen man en vrouw, en de Heer vergeten. Door de Heer bij onze beslissingen te betrekken, zijn we meer gezegend dan ik kan beschrijven.'

- **Bonnie Cornick, Idaho (VS)**

'Wacht niet op het "juiste moment" om kinderen te krijgen, want dan kun je blijven wachten.'

- **Annie Hall, Queensland (Australië)**

'Trek je niets aan van wat anderen zeggen! De beslissing is aan jou, je huwelijkspartner en je hemelse Vader.'

- **Kulani Walters, Auckland (Nieuw-Zeeland)**

*Wat is het beste advies dat jij ooit over het overwinnen van tegenspoed hebt gekregen? Stuur je antwoord uiterlijk 30 juni 2019 naar [liahona.lds.org](mailto:liahona.lds.org).*

## VERTEL JE VERHAAL

Heb je een geweldig verhaal te vertellen? Of wil je artikelen over bepaalde onderwerpen zien? Dan horen we graag van je! Mail je artikelen of je feedback naar [liahona.lds.org](mailto:liahona.lds.org).

## OVER DE SCHRIJVERS IN HET KATERN VOOR JONGVOLWASSENEN

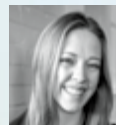
**Marianne von Bracht** houdt van tijd doorbrengen met haar gezin, muziek en zonneshijf. Ze is geboren en getogen in Michigan (VS), waar de zon niet altijd schijnt. Daardoor weet ze dat het licht van Christus zelfs de dagen met de zwaarste bewolking kan opklaren.



**Katherine Ramirez de Pineda** woont in Managua (Nicaragua). Ze werd lid van de kerk toen ze 18 jaar was. Ze studeerde voor leerkracht Engels als vreemde taal en geeft nu les aan de basisschool. Zij en haar man zijn in de Guatemala-Stadtempel (Guatemala) aan elkaar verzegeld en hebben drie prachtige kinderen.



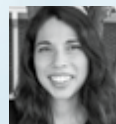
**Katie Sue Embley** vindt dat er heel veel mooie mensen op de wereld zijn, die allemaal een verhaal te vertellen hebben. Ze studeert journalistiek en Spaans, met het doel goed nieuws op #sharegoodness te delen.



**Brian Morrill**, zijn vrouw en hun twee dochters wonen op de militaire basis Naval Station Norfolk in Virginia (VS). Hij is luitenant en vliegt met een E-2 Hawkeye.



**Christina Crosland** is onlangs afgestudeerd aan de Brigham Young University. In haar vrije tijd leest en verzamelt ze boeken waarmee ze ooit een bibliotheek hoopt te openen. Ze is pas met haar man en hun dochtertje verhuisd naar Texas (VS).



## IN DIT KATERN

44 Leven met stoplichten  
Marianne von Bracht

48 Gezegend door ons ouderschap  
Katherine Ramirez de Pineda



## UITSLUITEND DIGITAAL

Onze eeuwige identiteit als ouders

Katie Sue Embley

De noden van de marine – en ons gezin

Brian Morrill

Mijn angst voor kinderen krijgen overwinnen

Christina Crosland

Je kunt deze artikelen (en meer) hier vinden:

- Op [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org)
- In **Wekelijkse content voor JOVO's** (onder 'Jongvolwassenen' in de Evangeliebibliotheek)
- Op [facebook.com/liahona](https://facebook.com/liahona)

# Leven met stoplichten

Na een reeks mis-  
kramen had ik het  
gevoel dat ik met  
het ene stoplicht na  
het andere te maken  
kreeg. Maar toen  
ik me tot de Heer  
wendde, besepte ik dat  
elk verlies gepaard  
ging met gemoeds-  
rust, inzicht en groei.





## Marianne von Bracht

**M**ijn vingers klemde zich om het stuur terwijl ik zenuwachtig naar het stoplicht keek. Toen het licht eindelijk op groen sprong, duwde ik het gaspedaal helemaal in. Maar al gauw stond ik weer voor een stoplicht dat maar niet op groen wilde springen. Ik moest nog tien minuten rijden naar mijn afspraak met de zendelingzusters en ik was al vijf minuten te laat. Een verstandiger moeder had kunnen voorzien dat mijn 3-jarige dochter een driftbui van een kwartier zou krijgen toen het tijd was om te vertrekken. Maar ik had er geen rekening mee gehouden. Nee, de wereld zou niet vergaan omdat ik te laat was, maar waarom konden er niet *een paar* verkeerslichten meewerken? Ik probeerde toch iets goeds te doen? Terwijl ik voor het zoveelste stoplicht stond te wachten, voelde ik mijn frustratie uitgroeien tot regelrechte woede. Ik probeer iets goeds te doen! Ik doe mijn best! Waarom krijg ik geen hulp?

Twintig maanden eerder had ik dezelfde vragen gesteld in een soortgelijke situatie, maar op de plaats waar ik me toen bevond, heerste meer vrede en sereniteit dan op dit kruispunt.

Om mij heen stonden de bomen van het heilige bos in Palmyra (New York, VS) nog in de knop. Het frisse lentegroen van de struiken ademde nieuw leven uit. Het enige geluid kwam van een zacht briesje, onze kinderwagen en mijn voetstappen. Er waren geen auto's, geen straten, geen luide gesprekken. Maar ondanks de serene rust gonsde het in mijn hoofd van de vragen en onzekerheid. Mijn man, Lance, en ik wachtten al 72 bange uren op een telefoontje van mijn dokter met de resultaten van een laatste echoscopie en bloedtest. Ik snakke naar antwoorden en troost.

## Getroost worden

*'En het geschiedde dat de Heer hen met zijn Geest bezocht en tot hen zei: Wees vertroost. En zij waren vertroost' (Alma 17:10).*

Ik staarde naar de wintervaste bloemenperken van de Palmyratempel (New York). In gedachte formuleerde ik vragen als: Als deze zwangerschap ook wordt beëindigd, waarom? Wat dan? En zo zacht als de lentebries gaf de Heer mij de troostende woorden in waar ik zo naar had verlangd. De dokter hoefde niet meer te bellen. Ik wist dat mijn zwangerschap in een miskraam zou eindigen, maar ik begreep plots dat dit kleine zieltje in de volmaakte, liefhebbende handen van onze hemelse Vader lag. Meteen maakte mijn allesoverheersende wanhoop plaats voor een troostende gemoedsrust die mij door de volgende weken en maanden zou dragen.

## Wachten op het groene licht

*'Ik [ben] dankbaar voor de talrijke manieren waarop de Heer mij met de Trooster heeft bezocht als ik behoefte aan vrede had. Onze Vader in de hemel bekommert Zich echter niet alleen om ons welzijn, maar nog meer om onze gestage vooruitgang.'*<sup>1</sup>  
– President Henry B. Eyring

Enkele dagen na mijn bezoek aan Palmyra kreeg ik een traumatiserende miskraam. Hoewel ik werd gedragen door een gevoel van gemoedsrust, was ik lichamelijk en emotioneel uitgeput door het verlies. Ik was evenmin voorbereid op het wachten dat volgde. Eerst moest ik wachten op de resultaten van het laboratorium, die wezen op een zeldzame, partiële molazwangerschap. Daarna kwamen de wekelijkse, tweewekelijkse en uiteindelijk maandelijkse bloedtesten om te zien of zich geen kanker had gevormd. Zelfs tijdens dit maandenlange wachten konden Lance en ik makkelijk zien dat de hand van de Heer ons troostte en geruststelde. De partiële molazwangerschap had geen blijvende schade aangericht, en na zes maanden gaf de dokter ons het groene licht om weer zwanger te worden. Eindelijk kon ik weer verder met mijn leven. Het verkeerslicht stond niet meer op rood.

Maar amper drie maanden en ettelijke bloedtesten later kreeg ik weer een miskraam, vlak voor Kerstmis. Drie maanden later kreeg ik weer hoop toen een zwangerschapstest positief was, maar een week later volgde weer een miskraam. Het zoveelste stoplicht.

## Een beproeving van mijn geloof

*'Zelfs met groot geloof worden veel bergen niet verzet. [...] Als alle tegenslag werd beperkt, als alle kwalen werden genezen, zouden de voornaamste doelen van het plan van de Vader worden gedwarsboemd.'*<sup>2</sup> – Ouderling David A. Bednar

Ik werd weer zwanger, en mijn bevalling was net rond Kerstmis uitgerekend. Ik had een goed gevoel bij deze zwangerschap. Bij een vroege

echoscopie hadden we het hartje zien kloppen, en we wisten dat onze familie voor ons bad. Op een dag namen we deel aan een begiftigingsdienst in de tempel, en er kwamen duidelijke gedachten in mij op: Als deze zwangerschap in een miskraam eindigt, zal mijn geloof dan standhouden? Natuurlijk. Maar ik zal vast geen miskraam krijgen, want deze keer ben ik klaar om de wil van de Heer te aanvaarden, wat er ook gebeurt.

Ondanks mijn positieve houding kreeg ik enkele weken later bekende symptomen. Ik liet een echoscopie maken, en begon de lijdensweg die ik maar al te goed kende opnieuw. In tegenstelling tot wat ik had gedacht, hield mijn geloof geen stand. De antwoorden die mij door mijn vorige miskramen hadden gedragen, hielpen niet meer. Ik raakte depressief. Ik voelde mij gebroken, leeg, en zelfs een tikkeltje verraden. Mijn man en ik waren niet de enigen die op de Heer wachtten. Onze dochter zei vaak dat ze graag een broertje of zusje zou willen hebben. Dat deed ons ook verdriet. Ik legde mijn kwetsbare gevoelens in krachtig gebed aan de Heer voor, en opnieuw ontving ik een duidelijk getuigenis dat mijn hemelse Vader mijn verdriet en situatie kende, en dat Hij van mij hield. Hoewel mijn situatie niet veranderde, was het wonderlijk hoe er een last van mijn schouders viel door deze fijne, eenvoudige ervaring. Ik kon de draad weer oppikken en voelde me zelfs gelukkig. Wat de toekomst ook bracht, alles zou goed komen.

Enkele maanden later gaven de resultaten van genetische tests geen duidelijke antwoorden, waardoor we in verwarring waren over het waarom van deze tegenslagen. Ik deed mijn uiterste best om mijn eigen verlangens opzij te schuiven en mijn wil aan die van de Heer te onderwerpen, maar in moeilijke momenten kon ik het wel uitschreeuwen. Wat moet ik hiervan leren? Ik probeer iets goeds te doen! Waarom krijg ik geen hulp?







## Mijn reactie bijstellen

*'Moeilijk [is] de constante factor! We krijgen allemaal met moeilijkheden te maken. De variabele factor is onze reactie op de moeilijkheden.'*<sup>3</sup>

– Ouderling Stanley G. Ellis

Acht maanden na mijn vierde miskraam, en een paar weken na mijn haastige rit naar de zendelingzusters, stond ik rustig aan een stoplicht te wachten toen ik mijn antwoorden kreeg. Ik keek naar de auto's die naast mij stilstonden en de auto's die voor mij uit reden, en plots zag ik mijn leven in een eeuwig perspectief. Ineens besepte ik dat op het pad blijven dat mij terug naar mijn hemelse thuis zou leiden, het enige was wat telde. Het aantal 'stoplichten' was niet van invloed op mijn bestemming. Maar mijn reactie op die stoplichten was dat wel.

Ik begon alle stoplichten, zowel de metaforische als de letterlijke, te koesteren. In plaats van tijdverspilling werden ze kansen om geduld te oefenen en de inzichten te verwerven die alleen door wachten ontstaan. Net zoals elk rood verkeerslicht betekent dat een ander licht op groen staat, besepte ik dat elk stoplicht voor mij de weg baant om te groeien, zij het niet altijd in de richting die ik in gedachte had. In plaats van mij te wentelen in de teleurstellingen, begon ik mij te verheugen in elke onverwachte wending als een kans om te groeien.

## De Heiland staat centraal

*'Een belangrijke vraag die zich dan opwerpt: "Waar plaatsen we ons geloof?" Richt ons geloof zich gewoon op verlossing van pijn en lijden of staan God de Vader en zijn heilige plan, en Jezus de Christus en zijn verzoening er centraal in?'*<sup>4</sup>

– Ouderling Donald L. Hallstrom

Twee lange jaren na mijn eerste miskraam beviel ik van een prachtig, gezond jongetje. In de periode voor die heugelijke dag voor ons gezin, kwam ik tot het besef dat Jezus Christus niet voor mij heeft geleden om alle lijden uit mijn leven weg te nemen. Nee, Hij heeft geleden zodat ik door mijn beproevingen sterker kan worden en groeien. Hoewel ik nog steeds verdriet voel als ik terugdenk aan mijn momenten van verlies en het lange wachten, kan ik die dingen nu koesteren. Op die heilige momenten begreep ik dat de Heiland mijn persoonlijke lijden kent. Hij heeft mij gesteund zoals alleen iemand die mijn diepste verdriet kent dat kan. Tegenslagen lijken onze plannen vaak te dwarsbomen. Maar de Heer gebruikt die tegenslagen om ons vooruit te stuwten. Zo leren we zijn liefde kennen en ons daaraan vasthouden. ■

*De auteur woont in Texas (VS).*

### NOTEN

1. Henry B. Eyring, 'Mijn vrede laat Ik u', *Liahona*, mei 2017, 17.
2. David A. Bednar, 'De wil en timing van de Heer aanvaarden', *Liahona*, augustus 2016, 22.
3. Stanley G. Ellis, 'Vertrouwen we Hem? Moeilijk is goed', *Liahona*, november 2017, 113.
4. Donald L. Hallstrom, 'Is de dag van wonderen dan opgehouden?' *Liahona*, november 2017, 90.

Mensen bekritiseerden ons omdat we nog een kind kregen, maar dankzij ons nageslacht kunnen we de liefde van onze hemelse Vader beter begrijpen en ons goddelijke potentieel ontwikkelen.



# Gezegend door ons ouderschap

**Katherine Ramirez de Pineda**

**I**s dit jullie laatste kind? Toen ik voor de derde keer zwanger was en al twee kinderen jonger dan 5 jaar had, konden mensen het vaak niet laten hun mening te geven. 'Is dit de laatste?' 'Gaan jullie niet wat te snel?' 'Hoe ga je voor drie kinderen zorgen?' Voortdurend kreeg ik dergelijke vragen. Ergens was dat te begrijpen, aangezien mensen in mijn land omwille van economische redenen vaak maar één of twee kinderen hebben. Maar wat ze niet wisten, was dat mijn man en ik tijdens onze verkering hadden besproken hoeveel kinderen we wilden en wanneer. Gezinsplanning was voor ons een belangrijke en ernstige zaak, en daarom namen we elke beslissing samen, en streefden we daarbij altijd naar Gods leiding. We luisterden naar de Geest en niet naar de

stem van mensen in onze omgeving, en we zijn gezegend door ons ouderschap.

Toen de Heer met Abraham een verbond sloot, beloofde Hij hem een talrijk nageslacht (zie Genesis 17:5-6; 22:17). Uit die verzen kunnen we opmaken dat onze hemelse Vader het krijgen van kinderen beschouwt als een van de grootst mogelijke zegeningen. Dankzij ons nageslacht kunnen we de liefde van onze hemelse Vader beter begrijpen, en ons goddelijke, eeuwige potentieel ontwikkelen. Als je kinderen krijgt, zorg je er niet alleen voor dat geesten uit het voorsterfelijk leven naar de aarde kunnen komen en een lichaam krijgen, je hebt ook het voorrecht ze in het evangelie te onderwijzen. Ik ben van mening dat er maar weinig zaken in het leven zijn die ons beter op het eeuwig leven voorbereiden dan het ouderschap. Het



gezin is de beste plek om te leren hoe we de eigenschappen van de Heer kunnen toepassen. Nu ik kinderen heb, beseft ik dagelijks hoe belangrijk het is om dicht bij mijn hemelse Vader te blijven. Ik bid voortdurend om leiding, kracht en geduld, en ik dank Hem voor de vele zegeningen die met het ouderschap gepaard gaan.

Kinderen krijgen verandert je leven voorgoed. Het is soms moeilijk, maar je krijgt er enorm veel vreugde voor in de plaats. Telkens wanneer ik mijn oudste dochter een jeugdwerkliedje hoor zingen, of wanneer ik mijn 2-jarig zoontje zijn oogjes zie dichtknijpen tijdens ons gezinsgebed, of wanneer mijn jongste zoontje in mijn armen ligt te slapen, loopt mijn hart over van een onbeschrijfelijke vreugde. Onze kinderen geven ons de energie om tot het

einde te volharden, welke moeilijkheden er ook op ons pad komen. Ik ben mijn hemelse Vader enorm dankbaar dat Hij mij de kans heeft gegeven de moeder van mijn kinderen te zijn.

Ik weet dat onze hemelse Vader van ons houdt. Ik heb zijn liefde gevoeld in die heerlijke momentjes van eeuwig geluk, en ook in tijden van beproeving. Hij heeft zijn Zoon, Jezus Christus, gestuurd om ons de weg te wijzen zodat wij naar ons hemelse thuis kunnen terugkeren. Ik hou van mijn gezin, en ik weet dat het gezin eeuwig samen kan zijn. ■

***De auteur woont in Managua (Nicaragua).***

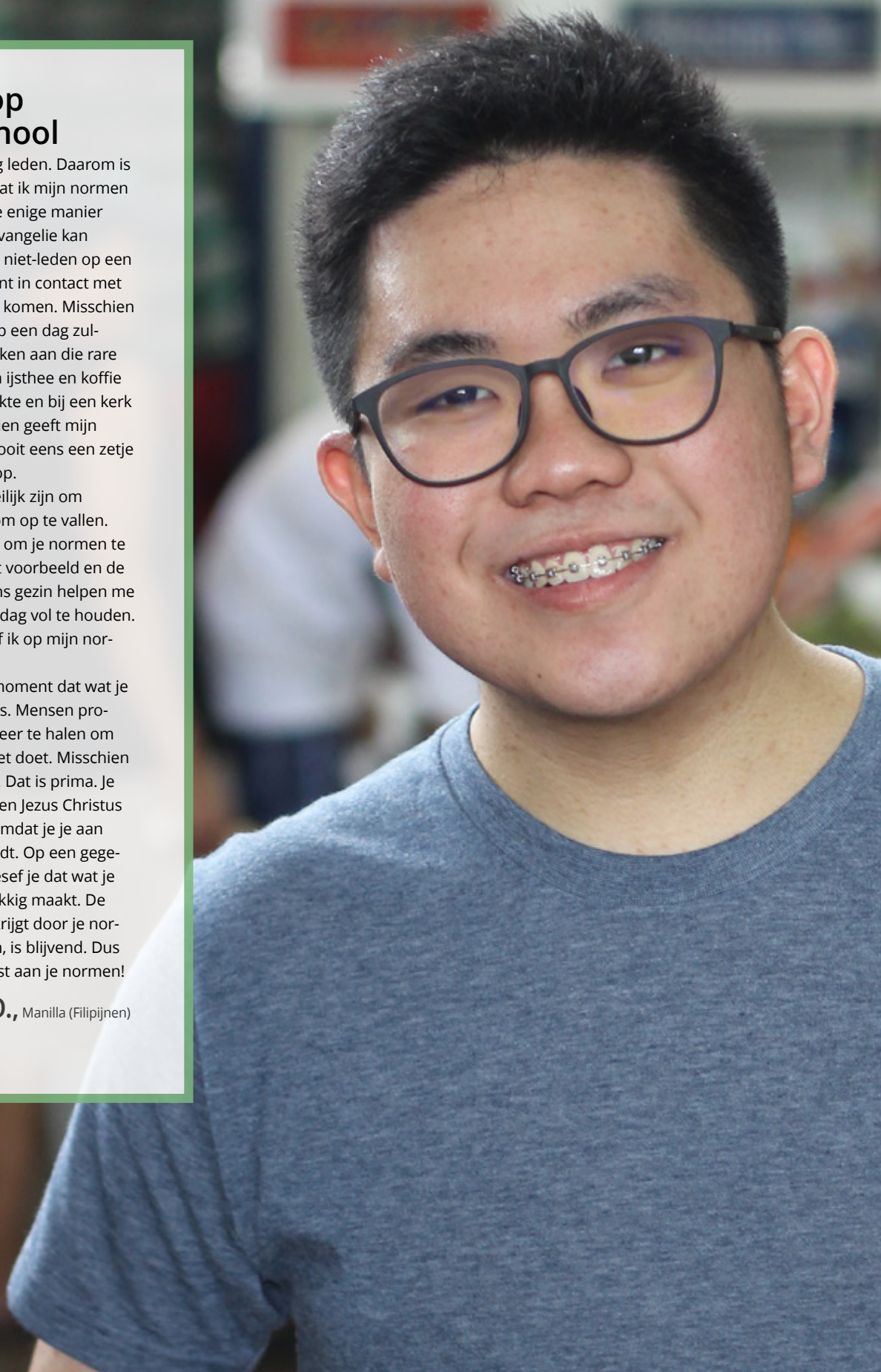
## Er zijn op mijn school

maar erg weinig leden. Daarom is het belangrijk dat ik mijn normen naleef. Dat is de enige manier waarop ik het evangelie kan uitstralen zodat niet-leden op een gegeven moment in contact met de kerk kunnen komen. Misschien niet nu, maar op een dag zullen ze terugdenken aan die rare jongen die geen ijsthee en koffie dronk, niet vloekte en bij een kerk hoorde. Misschien geeft mijn voorbeeld hun ooit eens een zetje de goede kant op.

Het kan moeilijk zijn om anders te zijn, om op te vallen. Het is makkelijk om je normen te laten varen. Het voorbeeld en de gebeden van ons gezin helpen me om het de hele dag vol te houden. Door gebed blijf ik op mijn normen gefocust.

Denk geen moment dat wat je doet niet goed is. Mensen proberen je altijd neer te halen om dingen die je niet doet. Misschien ben je niet cool. Dat is prima. Je hemelse Vader en Jezus Christus vinden je cool omdat je je aan de normen houdt. Op een gegeven moment besef je dat wat je nu doet, je gelukkig maakt. De vreugde die je krijgt door je normen na te leven, is blijvend. Dus hou vol, hou vast aan je normen!

**Nathan O.**, Manilla (Filipijnen)



## IN DIT KATERN



- 52 Levensvoorbereiding:  
Realistische doelen die  
je kunt bereiken**  
Chakell Wardleigh
- 54 Ik had gemoedsrust omdat  
ik het heilsplan begreep**  
Nance Regold J. Micabani
- 56 Mensen uit Galilea**  
Breanna Call Herbert
- 60 Vraag en antwoord:  
'Hoe kan ik voorkomen  
dat mijn apparaten me in  
de kerk en tijdens het  
seminarie afleiden?'**
- 62 Onze plek**
- 64 Nog een gedachte:  
'Vrees niet, Ik ben met u'**  
Ouderling David A. Bednar

# REALISTISCHE DOELEN

*die je kunt bereiken*

*Wil je aan jezelf werken? Iets beter onder de knie krijgen? Iets helemaal nieuws leren? Dan zul je waarschijnlijk doelen moeten stellen.*

**Chakell Wardleigh**  
Kerktijdschriften

Soms maken we lange lijstjes met doelen en doen heel erg ons best om ze te bereiken, om ze dan te vergeten of het gewoon op te geven. Klinkt bekend? Hoe komt het toch dat we onszelf willen veranderen en verbeteren, maar het niet volhouden met de doelen die we onszelf hebben gesteld? Dat heeft allemaal te maken met hoe realistisch onze doelen zijn en hoeveel moeite we ervoor willen doen!

Met deze tips kun je realistische doelen stellen:

- **Stel je doelen breed.** Richt je op veel aspecten van je leven, niet maar één. De Heiland heeft een perfect voorbeeld gegeven: Jezus nam toe 'in wijsheid en grootte en genade bij God en de mensen' (Lukas 2:52). Hij ontwikkelde Zich dus mentaal, fysiek, sociaal en geestelijk. Jij kunt je doelen ook daarop richten. Als je weet dat je door je doelen een beter mens wordt, kan dat je motiveren om vol te houden.
- **Schrijf je doelen op.** Houd je doelen op een plaats waar je ze elke dag ziet! Het maakt niet uit of dat een prikbord op je kamer is, of op de koelkast, of zelfs je telefoon, als je ze maar vaak leest. Hoe vaker je aan je doelen wordt herinnerd, hoe groter de kans dat je eraan blijft werken.



### DE BELANGRIJKSTE DOELEN

'De belangrijkste doelen die we kunnen stellen zijn: naar [Gods] aanwezigheid *terugkeren* en de eeuwige zegeningen *ontvangen* die voortvloeien uit het sluiten en nakomen van verbonden.'

President M. Russell Ballard, waarnemend president van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'Terugkeren en ontvangen', algemene aprilconferentie 2017

- **Wees concreet.** Als je 'iets nieuws leren' op je doelenlijstje hebt staan, is dat doel zeker realistisch, maar niet specifiek. Wát voor nieuws wil je leren? Een nieuw instrument? Een nieuw recept? Misschien een heel nieuwe hobby? Wees specifiek over wat je wilt bereiken!
- **Ruim tijd in voor je doelen.** Omdat het leven zo druk is met school, werk, vrienden en familie, vallen je doelen makkelijk tussen wal en schip. Maar als je elke dag, elke week of hoe vaak je maar wilt, een specifiek moment kiest om aan je doel te werken, houd je het makkelijker vol.
- **Stel doelen voor de korte termijn.** Je kunt wel een groot doel stellen, maar om zo'n doel te bereiken moet je tussendoelen hebben die naar dat doel toeleiden. Wat je dus nodig hebt, is een plan. Bijvoorbeeld, je wilt dit jaar een marathon lopen. Om 42 km te kunnen hardlopen, moet je klein beginnen. Stel een doel om elke week een paar kilometer te gaan hardlopen. Voer je afstand dan elke week een beetje op. Als we plannen maken om onze doelen te bereiken, zal God ons helpen (zie Spreuken 16:9).
- **Doe niet te veel.** Stel niet zoveel doelen dat je bijna niet meer weet wat je je allemaal hebt voorgenomen. Als je met maar een paar belangrijke doelen begint in plaats van met 40 doelen in het diepe te springen, houd je overzicht en zul je meer vertrouwen hebben dat je ze gaat halen. We moeten zorgen dat 'al deze dingen in wijsheid en ordelijkheid worden gedaan, want het is niet nodig dat iemand harder loopt dan hij kracht heeft' (Mosiah 4:27). En als je één doel bereikt, is de kans groot dat je er nog een bereikt! Uit het kleine komt het grote voort. ■

Ik had gemoedsrust  
omdat ik

# HET HEILSPAN

begreep

*Toen bij mijn  
moeder terminale  
kanker werd  
vastgesteld, zag ik  
de toekomst heel  
somber in. Maar  
toen getuigde zij  
van het heilspan.*

**Nance Regold J. Micabani**

**E**en paar jaar geleden, op mijn ouders' trouwdag, werd bij mijn moeder alveeskliekkanker stadium 4 vastgesteld. De CT-scan liet zien dat haar ziekte levensbedreigend was en haar lichaam achteruitging. Op dat moment besepte ik dat mama niet lang meer te leven had.

Ik was daar niet klaar voor. Ik zag het leven zonder mijn moeder voor me. Alles was donker, somber en verdrietig. Geen blijheid of gelach meer – en ook geen troostrijke warme knuffels van mijn moeder meer. Alles leek volkomen levenloos.

De maanden gingen voorbij en mama's lichaam werd steeds zwakker. Maar wat me zo verbaasde, was haar drang om naar de kerk te gaan, dagelijks met ons gezin de Schriften te bestuderen, les te geven op onze gezinsavonden en zelfs met ons te lachen.

Op een dag vroeg ik haar: 'Ben je niet aan onze hemelse Vader gaan twijfelen? Heb je je niet afgevraagd waarom juist jij





kanker moest krijgen?' Mama glimlachte en getuigde van het heilsplan. Ze zei dat ik het heilsplan moest snappen om het ware geluk dat het geeft te voelen. Ze zei dat, als ik begreep waar we vandaan komen, wat het doel van ons leven is, en waar we heen gaan, ik zou begrijpen dat we altijd samen zullen zijn, dat ik haar nooit echt kwijt zal raken. Ze spoorde me aan om me op een zending te blijven voorbereiden en om anderen over het evangelie van Jezus Christus en het heilsplan te vertellen, zodat zij ook de zegeningen van troost en geluk konden krijgen.

Ik besepte dat ze gelijk had. Waarom zou ik bang zijn om haar hier op aarde kwijt te raken als ik wist dat ik haar in het volgende leven zou zien, zolang ik mijn verbonden onderhield en de wil van de Vader deed? Ik had er vrede mee.

Kort daarna overleed mama. Tijdens onze wake – een viering van haar leven vóór haar begrafenis – had ik het zwaar en was ik verdrietig, maar toch leek alles vredig en voelde ik mama's nabijheid. Het

leek of zelfs de mensen om mij heen zich opgebouwd voelden. Ik wist dat ik deze zegen ervaarde omdat ik Gods eeuwige plan begreep.

Later, toen we mijn moeder naar de begraafplaats zouden brengen, kwam er een jongetje naar me toe die vroeg waarom ik niet huilde. Ik weet nog hoe ik eerst tegen mijn moeders dood had aangekeken en daar alleen maar de sombere en verdrietige kant van had gezien. Ik glimlachte en ging op mijn hurken zitten. Ik zei: 'Ik weet dat ik mijn moeder weer zal zien als ik Gods geboden blijf onderhouden.' Het jongetje glimlachte ook en ik wist dat hij diezelfde rust voelde.

Mijn moeder was er niet meer, maar die zware deken van somberheid en droefheid die ik had verwacht ook niet meer. Ik nam afscheid van haar en zei haar dat we elkaar in het volgende leven weer zouden zien. Bij ons verlies voelde ik ook troost. Dat was een zegen die ik kreeg omdat ik het heilsplan begreep. ■

*De auteur woont in de Filipijnen.*

---

Lees meer over het hierna-  
maals in Leer en Verbonden  
afdeling 76, waarin de Heer  
beschrijft wie het celestiale,  
terrestriale en telestiale  
koninkrijk beërvan, en de  
heerlijkheid van die konink-  
rijken met de zon, de maan  
en de sterren vergelijkt.

---



# Mensen uit GALILEA



**Breanna Call Herbert**  
Kerktijdschriften

**T**oen de Heiland op aarde was, onderwees en diende Hij veel mensen. Dit zijn enkele mensen die Jezus Christus in Galilea diende. Wat zouden deze mensen hebben gezegd als ze hun eigen verhaal in de Schriften hadden kunnen vertellen? Hier zijn wat ideeën.



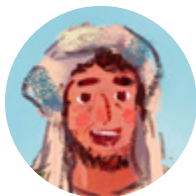
**KIND:** ik stond vlakbij Jezus Christus en zijn apostelen.

De apostelen waren ergens ruzie over aan het maken en Jezus Christus vroeg waar ze het over hadden. De apostelen werden heel stil. Niemand zei iets omdat ze ruzie maakten over wie van hen de grootste in de hemel zou zijn. Toen gebaarde de Heiland naar mij. Ik kwam bij hen staan en Hij nam me in zijn armen. Hij zei dat wie zo nederig is als een klein kind, de grootste is in de hemel. (Zie Markus 9:33-37; Mattheüs 18:1-5.)



**JONGEN:** ik had gehoord van Jezus Christus en de wonderen die Hij voor zieke mensen had gedaan.

Dus toen Hij naar Tiberias kwam, ging ik mee met de menigte die Hem volgde. We waren met heel veel, wel 5000 mensen. Ik had vijf broden en twee vissen bij me. Jezus Christus nam ze en zegende ze. Er gebeurde een wonder: iedereen kreeg te eten van het voedsel dat ik bij me had. En dat was niet alles. Toen iedereen genoeg had gegeten, raaptten de discipelen de restanten op. Ze vulden er 12 manden mee. (Zie Johannes 6:5-14.)



**MAN:** ik was verlamd dus kon ik me niet bewegen. En ik had ook nog eens van die bevingen.

Het was verschrikkelijk. Mijn vrienden hadden gehoord dat Jezus Christus in een bepaald huis was. Ze wisten dat Hij me kon helpen, dus probeerden ze me bij Hem te brengen. Het huis zat propvol, dus ze besloten om mij door het dak te laten zakken. Ze maakten het dak open en lieten me recht voor Jezus Christus neerzakken. Toen Hij me zag, zei Hij dat mijn zonden vergeven waren. Hij zei dat ik op moest staan, mijn bed op moest pakken en op weg gaan. Dat deed ik. Iedereen stond versteld! (Zie Markus 2:1-12.)



**HOVELING:** ik was op dat moment in Kana. Mijn zoon lag in Kapernaüm op sterven. Ik hoorde dat

Jezus in de buurt was, dus ging ik naar Hem toe. Ik vroeg Hem om naar Kapernaüm te gaan om mijn zoon te genezen. Hij zei dat ik naar huis moest gaan omdat mijn zoon leefde. Ik geloofde Hem. Toen ik thuiskwam, kwamen mijn dienaren mij tegemoet. Ze vertelden me dat mijn zoon leefde. Ik vroeg ze wanneer hij begon op te knappen. Ze zeiden: gisteren op het zevende uur. Dat was het moment dat Christus had gezegd dat mijn zoon leefde! (Zie Johannes 4:46-53.)



**MARIA MAGDALENA:** Jezus Christus heeft zeven duivels uit mij geworpen. Ik volgde Hem

toen Hij van dorp tot dorp ging om het evangelie te prediken. (Zie Lukas 8:1-3.) Toen Christus gekruisigd werd, was ik bij het kruis (zie Johannes 19:25). Ik ging naar het graf waarin zijn lichaam was gelegd. Ik was de eerste die Hem na zijn opstanding zag. Eerst dacht ik dat Hij de tuinman was, maar toen Hij mijn naam zei, wist ik dat het mijn Heiland was. (Zie Johannes 20:11-16.)



**SALOME:** ik ben de vrouw van Zebedeüs en de moeder van Jakobus en

Johannes, twee van Jezus

Christus' apostelen. Ik volgde en diende Hem toen Hij in Galilea was. Ik was op Golgotha toen Hij werd gekruisigd. (Zie Markus 15:37-41.) Ik was met specerijen naar zijn graf gegaan om zijn lichaam te zalven, maar toen ik daar aankwam, was Hij er niet. In plaats daarvan zag ik een man in een wit, lang gewaad. Eerst was ik bang, maar hij zei dat dat niet hoefde. Hij zei dat Jezus Christus was opgestaan en dat ik dat aan de apostelen moest vertellen. (Zie Markus 16:1-8.)



**SCHOONMOEDER VAN SIMON**

**PETRUS:** ik was erg ziek met hevige

koorts. Toen Jezus

Christus dat hoorde, kwam Hij naar me toe. Hij pakte me bij de hand zodat ik overeind kwam. De koorts verdween direct. Ik voelde me zo goed dat ik zelfs de andere mensen kon verzorgen. (Zie Markus 1:29-31.)

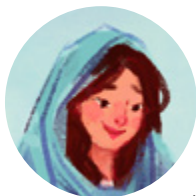


**DE WEDUWE IN**

**NAÏN:** mijn zoon was net overleden. Ik had ook mijn man

al verloren. Ik was

kapot van verdriet. Hoewel er veel mensen bij me waren, kon ik niet ophouden met huilen. Toen we het lichaam van mijn zoon de stadspoort uitdroegen, kwam er een man naar me toe. Dat was Jezus Christus. Hij leefde intens met me mee en zei dat ik niet hoefde te huilen. Toen ging Hij naar mijn zoon. De mensen die hem droegen, hielden stil. Jezus Christus zei tegen mijn zoon dat hij op moest staan. En dat deed hij! Hij ging overeind zitten, begon te praten en kwam naar me toe. Hij leefde! Allemaal verheerlijkten we God en wisten dat er een groot profeet onder ons was. (Zie Lukas 7:11-17.)



**MARIA:** ik had gehoord dat er een Messias zou komen. Ik had alleen

niet verwacht dat ik

daar iets mee te maken zou hebben. Ik was verloofd met Jozef toen een engel tegen me zei dat ik een kind zou baren dat de Zoon van God zou zijn en dat ik Hem Jezus moest noemen. (Zie Lukas 1:26–38.) En de Messias kwam. Ik bracht Hem in een stal ter wereld. Herders en wijzen bezochten Hem en gaven Hem geschenken. (Zie Mattheüs 2:1–12; Lukas 2:1–20.) Jozef en ik voedden Hem op, maar Hij hield nooit op ons te verbazen. Op een keer was Hij ineens drie dagen zoek. Uiteindelijk vonden we Hem bij de tempel. Geleerde mannen luisterden naar Hem en stelden Hem vragen. (Zie Lukas 2:40–52.)



**FILIPPUS:** ik ben een van Christus' apostelen. Hij stuurde ons uit om zijn evangelie

te prediken. Hij zei dat

we ons vooral moesten richten op de verloren schapen van Israël. Hij gaf ons ook de macht om zieken te genezen, melaatsen te reinigen, doden op te wekken en duivels uit te werpen. Hij zei dat we geen geld of kleding moesten meenemen, maar waarschuwde ons dat we vervolgd zouden worden. Maar we vertrouwden Hem, want we wisten dat we, als we tot het einde volhardden, gered zouden worden. (Zie Mattheüs 10:1–10, 17–18, 22–23.)



**THADDEÛS JUDAS:**

ik ben een apostel van Christus. Toen Hij ons op een dag

onderrichtte (dat deed

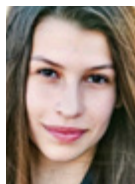
Hij vaak), zei Hij dat Hij niet veel langer op aarde zou zijn. Hij zei tegen ons dat Hij tot ons zou komen en Zich aan ons zou openbaren, als we zijn geboden onderhielden en Hem liefhadden. Hij zei ook dat Hij de Heilige Geest zou sturen om ons te herinneren aan wat Hij ons had geleerd. (Zie Johannes 14:19–27.) ■

# 'Hoe kan ik voorkomen dat mijn apparaten me in de kerk en tijdens het seminarie afleiden?'

*'Zakapparaten zoals smartphones zijn een zegen, maar ze kunnen ons ook afleiden van het luisteren naar de "stille, zachte stem". Die apparaten moeten ons dienen en niet overheersen. [...]*

*'Als onze smartphone onze relatie met vrienden en familieleden in de weg begint te staan – en belangrijker nog, met God – moeten we iets veranderen.'*

President M. Russell Ballard, waarnemend president van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'Wees stil en weet dat ik God ben' (CES-haardvuuravond voor jongvolwassenen, 4 mei 2014), [broadcasts.lds.org](http://broadcasts.lds.org).



## **Uit het oog, uit het hart**

Ik betrapte me er laatst op dat ik mijn digitale apparaten tijdens de kerk en jeugdactiviteiten begon

te gebruiken. Het was een gewoonte geworden. Elke keer dat ik mijn telefoon zag, moest ik hem pakken om te zien of ik nog nieuwe meldingen of berichtjes had gekregen. De oplossing? De telefoon voor mezelf verstoppen. In een tas, onder een stoel, of zelfs bij een vriend – zolang ik mijn telefoon niet zag, kwam ik niet in de verleiding om er iets mee te doen.

*Taryn M. (15), Florida (VS)*



## **Stel je apparaten zo in dat ze je zo weinig mogelijk afleiden**

Stel je apparaten in zoals je je geestelijk en lichamelijk

op de sabbat instelt. Zet berichten tijdens de klas op stil. Je kunt de app Evangeliebibliotheek apart zetten zodat je niet door andere apps wordt afgeleid als je iets in de Schriften wilt opzoeken of iets wilt opschrijven.

*Delguimar S. (21), São Paulo (Brazilië)*

## Bid om hulp

Ik zoek de Geest door te bidden. Dat helpt mij om mijn apparaten tijdens het seminarie en op de sabbat met rust te laten. Als ik tot mijn hemelse Vader bid en het Boek van Mormon lees, ontdek ik een manier om los van mijn apparaten te komen.

*Desire M. (18), regio Comoé (Ivoorkust)*

## Er zijn ook nog boeken!

Evangeliestudie met elektronica is prima, maar soms loopt het uit de hand. Om te voorkomen dat je wordt afgeleid, kun je de Schriften in boekvorm gebruiken. De Heer zal je leiden. Je leert veel meer en je voelt de Geest.

*Aiyana A., (13), Laguna (Filipijnen)*

## Leg hem weg

In de kerk zet ik mijn telefoon op stil en houd hem in mijn zak behalve als ik iets in de Schriften opzoek. Tijdens het avondmaal kijk ik er helemaal niet op. Ik blijf er vanaf zodat ik niet in de verleiding kom er iets mee te doen.

*William W. (17), Virginia (VS)*

*De antwoorden gelden als leidraad en niet als officiële uitspraak over de leerstellingen van de kerk.*



## Wat zeg ik als mijn vrienden het oneens zijn met onze opvattingen over huwelijk en gezin?

In 'Het gezin: een proclamatie aan de wereld' zeggen het Eerste Presidium en het Quorum der Twaalf Apostelen duidelijk dat 'het huwelijk tussen man en vrouw van Godswege is geboden en dat het gezin centraal staat in het plan van de Schepper voor de eeuwige bestemming van zijn kinderen' ([familyproclamation.lds.org](http://familyproclamation.lds.org)).

Deze proclamatie '[verkondigt] eeuwige waarheid', is door een 'proces van openbaring' tot stand gekomen en is 'meer dan een beleidsverklaring'. (Dallin H. Oaks, 'Het plan en de proclamatie', *Liahona*, november 2017, 30, 29.) Je kunt zeggen dat jij dit echt gelooft, en je kunt vertellen over de zegeningen die het jou heeft gebracht.

In gesprekken met anderen moeten we niet zelfingenomen of ruzieachtig zijn. We moeten proberen ze lief te hebben. Mensen die open en oprecht zijn, verdienen een oprecht antwoord. Maar als iemand duidelijk niet serieus is en alleen maar jouw overtuigingen wil bespotten of kleineren, of gewoon op ruzie uit is, kun je de discussie het beste uit de weg gaan (zie Mattheüs 7:6).

## Wat vind jij?

**'Hoe kan ik positief zijn rond vrienden die depressief lijken te zijn?'**

Stuur je antwoord, eventueel vergezeld van een foto met hoge resolutie, vóór 15 juli 2019 in op [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) (klik op 'Submit an Article or Feedback').

De redactie kan reacties inkorten of duidelijker formuleren.



## RENNEN!

OP EEN AVOND liep ik naar huis. Een paar straten verderop had ik net met een paar vrienden staan praten, maar nu was het helemaal donker. Ik kon nauwelijks zien waar ik liep.

Ik merkte dat drie jonge mannen me volgden. Ik liep sneller om bij ze vandaan te komen, maar ze bleven me volgen. Er kwam een beklemmend gevoel over me. Toen kreeg ik een heldere ingeving: rennen! Ik rende de heuvel op. Die heuvel was heel steil, maar ik voelde een kracht die niet van mij was. Hij was veel groter dan mijn eigen kracht.

De jonge mannen renden nu ook en haalden me in. Ik wist niet zeker wat ik moest doen. Weer

kreeg ik een heldere ingeving, nu om een smal steegje in te slaan. Toen ik dat deed, zag ik tot mijn verbazing een politieagent. Uitgeput van al dat rennen en buiten adem vroeg ik hem om hulp. Toen de jonge mannen me met de agent zagen praten, hielden ze op met hun achtervolging en gingen uiteindelijk weg. Voor mijn veiligheid liep de agent met me mee naar huis.

Die avond dacht ik steeds terug aan de ingevingen die ik had gekregen. Ik voelde me gerust in de wetenschap dat onze hemelse Vader me had geholpen. In mijn gebed dankte ik Hem voor zijn leiding. Ik weet dat we veilig zijn als we naar de stem van de Geest luisteren.

*Martín S., Puerto Madryn (Argentinië)*

‘Je kunt leren om de beste gids van allemaal te volgen: de influisteringen van de Heilige Geest. Dat is individuele openbaring. Er is een proces waardoor we voor geestelijke gevaren gewaarschuwd kunnen worden.’

President Boyd K. Packer (1924–2015) van het Quorum der Twaalf Apostelen, ‘Geestelijke krokodillen’, *Ensign*, mei 1976, 31.

Hoe kan ik klaar zijn om ingevingen te horen en op te volgen?

1. **Wees stil.**

Als je wat tijd neemt om in stilte na te denken, hoor je de Geest eerder (zie Psalm 46:11, NBG51).

2. **Bekeer je.**

Bekering zuivert je zodat de Geest bij je kan zijn (zie Alma 34:36).

3. **Studeer.**

Als je de woorden van de Heer kent, herken je zijn stem eerder (zie Leer en Verbonden 1:38).



## OPSTAAN: MIJN KEUS

OP ZONDAGEN maakte mijn moeder me meestal wakker zodat ik me klaar kon maken voor de kerk en op tijd kon komen. Maar op een zondag maakte mijn moeder me niet wakker. Ik werd uit mezelf wakker en merkte dat ik niet de gebruikelijke geluiden hoorde van het gezin dat zich klaarmaakte om naar de kerk te gaan. Geschrokken keek ik op de klok en besepte dat ik een half uur te laat was voor de kerk. Ik had het avondmaal gemist. Waarschijnlijk zou ik ook de zondagsschool missen.

Ik voelde me in de war en achtergelaten. Waarom had mijn moeder me vanochtend niet wakker gemaakt? Ze maakte me altijd wakker. Maar toen drong het tot me door: het was niet mijn moeders verantwoordelijkheid om mij wakker te maken zodat ik op tijd naar de kerk kon. Het was mijn eigen verantwoordelijkheid. Ik had zelf verbonden met mijn hemelse Vader gesloten en het was aan mij om die na te leven.

Later die dag kwam mijn moeder er nog even op terug. Ze zei dat ze me niet meer wakker ging maken. Ze zei dat ik er zelf moeite voor moest doen om een getuigenis te krijgen.

Die week besepte ik dat ik niet altijd op het getuigenis van mijn ouders kon teren en dat ik beter mijn best moest doen om mijn getuigenis te versterken. Sindsdien heb ik hard geprobeerd elke zondag vroeg op te staan zodat ik op tijd naar de kerk kon om aan het avondmaal deel te nemen. Ik ben geestelijke zelfredzaamheid aan het leren.

*Lia Alves, Ceará (Brazilië)*



## GESCHOPT MAAR TOCH LIEF

IK STOND met mijn moeder in de rij om onze boodschappen af te rekenen. Het was druk, dus mijn moeder moest over een jongetje dat vóór ons stond heenreiken om onze boodschappen op de band te leggen. Het jongetje begon haar te schoppen. De tweede keer dat hij haar schopte, stapte ze achteruit en zei: 'Wil je me alsjeblieft niet schoppen?'

De moeder van het jongetje draaide zich om en zei dat het mijn moeders eigen schuld was dat ze geschopt werd. Ze was heel grof tegen ons. Toen ze zich omdraaide en ook nog eens lelijk tegen de caissière was, kon ik haar alleen maar aanstaren! Ik deed kalm, maar van binnen was ik boos. Ik had er last van. Ik wist dat wat er was gebeurd niet de schuld van mijn moeder of van mij was, maar ik voelde me toch gekwetst.

Toen we thuis kwamen, ging ik naar mijn kamer en pakte mijn Schriften. Toen ik een minuut had gelezen, kreeg ik het gevoel dat ik moest bidden. Ik was daar niet echt voor in de stemming, maar ik knielde en begon te bidden. Uiteindelijk hoorde ik mezelf bidden voor deze vrouw die ons zo schandig had behandeld. Toen kwam er een kalmte over me die ik nooit eerder had gevoeld. Ik had gewoon geen ruimte in mijn hart meer om nog boos op haar te zijn. Ik voelde liefde.

*Teresa G., Idaho (VS)*



# ‘Vrees niet, Ik ben met u’

Ouderling David A. Bednar  
van het Quorum der Twaalf Apostelen

**E**en beroemde generaal heeft ooit nadrukkelijk gesteld: ‘Laat je nooit door angst leiden’<sup>1</sup>. Als we zien wat er allemaal om ons heen gebeurt, vinden we misschien dat we alle reden hebben om bang te zijn, te aarzelen en ons af te vragen of het in ons leven allemaal zal uitpakken zoals we hopen.

Sommigen van jullie hebben misschien geen vertrouwen in je vermogen om materieel en spiritueel succesvol te zijn. Misschien vraag je je af of de steun en leiding die de Heer heeft beloofd (en die je bij zoveel anderen direct herkent en erkent) ook voor jou zijn weggelegd. Je aarzelt misschien om ergens te gaan solliciteren of studeren omdat je niet precies overziet hoe alles zal lopen, en bent dus terughoudend om aan de slag te gaan en de eerste stappen op dat pad te zetten. Of misschien ben je zo bang om fouten te maken dat je niet in geloof handelt, niet voorwaarts streeft en daardoor de mislukking die je wilt voorkomen juist in de hand werkt.

Ons niet door angst laten leiden, betekent simpelweg dat we niet toestaan dat angst en onzekerheid onze koers in het leven bepalen, onze houding en ons gedrag negatief beïnvloeden, of een ongepaste invloed op onze belangrijke beslissingen hebben, of ons wegvoeren of afleiden van alles in deze wereld wat deugdzaam, lieflijk of eerzaam is. Ons niet door angst laten leiden, betekent dat geloof in de Heer Jezus Christus onze angst domineert

en dat we standvastig in Hem voorwaarts streven. Ons niet door angst laten leiden, betekent dat we vertrouwen op de leiding, beloften en timing van God in ons leven. Ik beloof dat iedereen die probeert zich niet door angst te laten leiden, kan en zal worden gezegend met leiding, bescherming en blijvende vreugde.

Naarmate we geloof in Christus oefenen en op zijn beloften vertrouwen, leren we in de duisternis lopen met de absolute zekerheid dat er licht op ons pad zal komen – in ieder geval genoeg om de volgende stap te kunnen zetten – en dan nog een stap – en dan nog een.

Joseph Smith heeft gezegd: ‘We hebben niets te vrezen als we getrouw zijn.’<sup>2</sup>

President Thomas S. Monson (1927–2018) heeft gezegd: ‘Wees niet bang. Houd goede moed. De toekomst is net zo stralend als uw geloof.’<sup>3</sup>

Als je de toekomst met geloof tegemoet ziet, zal de Heiland bij al je oprechte pogingen en alle dagen van je leven voor je aangezicht uitgaan, aan je rechter- en linkerhand zijn, en zijn Geest zal in je hart zijn (zie Leer en Verbonden 84:88). ■

*Uit een devotionaal aan de Brigham Young University-Hawaii op 15 december 2012.*

## NOTEN

1. In Mary Anna Jackson, *Memoirs of Stonewall Jackson* (1895), 264.
2. *The Personal Writings of Joseph Smith*, red. Dean C. Jessee, gerev. ed. (2002), 338.
3. Thomas S. Monson, ‘Houd goede moed’, algemene aprilconferentie 2009.

Op 15 juni 1952 geboren in  
**San Leandro**  
(Californië)



Is in Zuid-  
Duitsland op  
**zending**  
geweest

Was van 1997 tot 2004  
president van  
**BYU-Idaho**



Ouderling

# DAVID A. BEDNAR



Trouwde in 1975 in de  
**Salt Lake-  
tempel**  
met Katherine Jacob



In zijn jeugd  
hielp  
hij thuis  
met fruit  
wekken.

Hij grapt dat hij  
meer fruit opat  
dan in de pot  
deed.



Was de  
quarterback van het  
**football-  
team van  
zijn school**

Ontmoette zijn vrouw bij een  
wedstrijdje flag football  
**Ze maakte indruk op hem**  
toen ze zijn lange pass ving.



Was van 1997 tot 2004  
**hoogleraar**  
aan de Texas Tech  
University en de  
University of Arkansas

Studeerde af aan de  
**Brigham Young  
University**

Behaalde zijn  
**doctorsgraad**  
in beleidskunde aan de Purdue University.



Op 7 oktober 2004  
als lid van het  
**Quorum  
der Twaalf  
Apostelen**  
gesteund



Heeft **drie zoons**

Zijn lievelingslied is  
**'Verlosser  
van Israël'**  
(Lofzangen, nr. 6)



JONGVOLWASSENEN

**JE GEZIN PLANNEN?**

*Deze maand vertellen jongvolwassenen hoe ze zijn omgegaan met problemen rond gezinsuitbreiding.*

42

JONGEREN  
**GIDS BIJ HET STELLEN  
VAN DOELEN**

52

DOOD EN VERDRIET  
**GODS PLAN  
BEGRIJPEN**

54

NIEUWE TESTAMENT  
**ONTMOET DE MENSEN  
UIT GALILEA**

26, 56



DE KERK VAN  
**JEZUS CHRISTUS**  
VAN DE HEILIGEN  
DER LAATSTE DAGEN



# Vriend



Groetjes uit de  
**Dominicaanse  
Republiek!**

Zie p. V8-V11



President  
Russell M. Nelson

# Dankbaar voor ouders



Heb je ooit lang op iets fijs moeten wachten? Hoe kun je bij dat wachten geholpen worden?

**A**l mijn acht overgrootouders waren Europese bekeerlingen tot de kerk. Zij waren allemaal heel trouw aan de kerk. Maar sommige van mijn voorouders die na hen kwamen, leefden niet meer volgens het evangelie. Daardoor gingen mijn ouders toen ik nog een kind was, niet vaak naar de kerk.

Ik was dol op mijn ouders. Zij hebben me heel belangrijke lessen geleerd. Ik kan ze niet genoeg bedanken voor ons gelukkige gezinsleven. En toch wist ik als kind al dat ik iets miste, omdat wij niet vaak naar de kerk gingen. Op een dag nam ik de tram en ging naar een boekwinkel van de kerk om een boek over de kerk te kopen. Ik leerde heel graag over het evangelie.

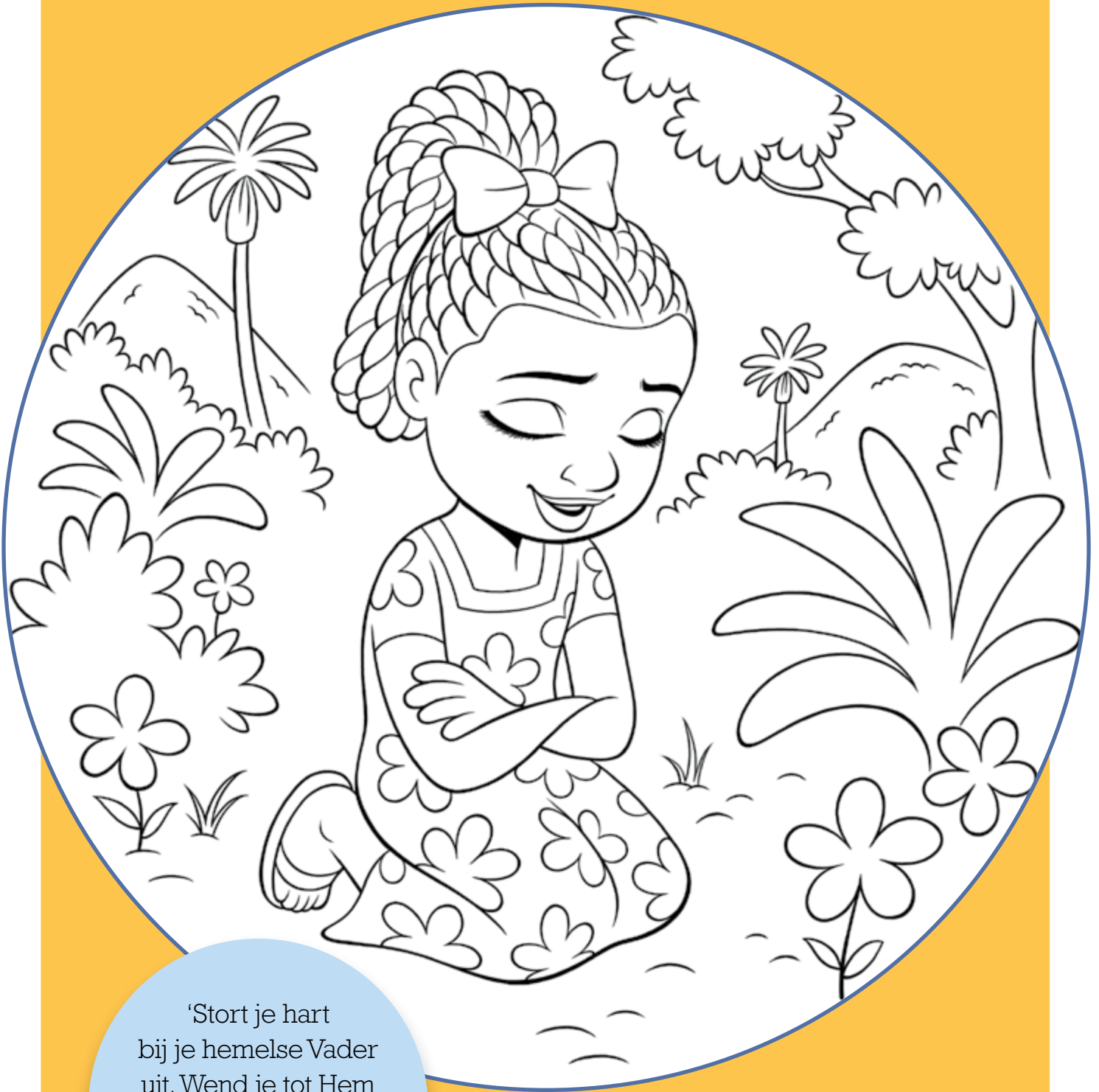
Toen ik inzicht in het woord van wijsheid kreeg, besepte ik dat mijn ouders zich daar niet aan hielden. Maar ik wilde dat ze dat wel deden! Dus op een dag

gooide ik alle flessen sterke drank in ons huis op de betonnen vloer kapot. Ik verwachtte dat mijn vader me straf zou geven, maar hij zei er geen woord over.

Naarmate ik ouder werd, bleef ik over het evangelie leren. Ik begreep het prachtige plan van onze hemelse Vader steeds beter. Ik ben gedoopt toen ik 16 was. Met Kerstmis zei ik vaak tegen mezelf: 'Ik wil absoluut geen kerstcadeautjes meer! Ik wil gewoon in de tempel aan mijn ouders verzegeld worden.' Maar ik moest jarenlang wachten voordat die droom uitkwam. Toen mijn ouders over de 80 waren, zijn we als gezin aan elkaar verzegeld. Ik was die dag dolgelukkig. En ik ben elke dag nog blij over hun verzegeling aan elkaar en mijn verzegeling aan hen. ●

*Uit 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', algemene aprilconferentie 2018.*

## Kleurplaat



'Stort je hart  
bij je hemelse Vader  
uit. Wend je tot Hem  
voor een antwoord  
en voor troost.'

- **President  
Russell M. Nelson**

# Een nieuw hoofdstuk

Jane McBride

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

*'Door deze zegeningen ben ik dankbaar dat ik ik ben'*  
(Children's Songbook, 11).

Sarah zat in haar kamer een Sdoos uit te pakken, toen haar mama binnenkwam.

'Kunnen we de muren geel schilderen?' vroeg ze mama.

Ze waren net verhuisd. Sarah had al een mooi kleed en gordijnen voor haar nieuwe kamer uitgekozen.

'Ik denk het wel', zei mama. 'Geel is een vrolijke kleur.'

Sarah zette een paar boeken op een plankje bij haar bed. Mama was de laatste tijd niet altijd *vrolijk*; niet sinds papa bij een ongeluk was omgekomen. Sarah zette haar lievelingsfoto van



papa voorzichtig naast de boeken. Daar kon ze hem elke morgen als ze wakker werd, zien.

Ze hoorde wat snuiven en zag tranen in mama's ogen.

'Ik hou van je, mam!' zei Sarah. Ze sloeg haar armen om mama's middel en drukte haar stevig tegen zich aan.

'Ik hou nog meer van jou.'

De zaterdag voordat de school begon, deden mama en Sarah oude kleren aan. Ze duwden de meubels naar het midden van Sarahs kamer en daarna dipten ze verfrollers in bakjes met gele verf. Na een tijdje waren de muren geel, en hun gezicht en kleren ook!

'Je ziet eruit alsof er zonneshijn over je hele gezicht



gespetterd is', zei mama lachend.

Sarah giechelde. 'En jij ziet eruit alsof er net een banaan naast je ontploft is!'

Ze moesten nog steeds lachen toen ze opruimden. Maar toen Sarah dacht aan het jeugdwerk morgen en aan school overmorgen, verdween die glimlach.

'Ik zie op tegen naar de kerk gaan en naar mijn nieuwe school', zei ze tegen mama terwijl ze de verfrouters uitspoelden. 'Ik ken niemand, geen leerkrachten en geen kinderen.'

Mama deed de kraan dicht en sloeg haar armen om Sarah heen.

'Je krijgt wel vriendinnetjes. Je bent lief. Dat zal anderen aantrekken. Wees gewoon je lieve zelf, dan vind je wel vriendinnetjes.'

Sarah voelde zich wat beter, maar bleef toch gespannen.

'Ik wou dat papa hier was om me een zegen te geven', zei ze. 'Zoals hij dat altijd deed als ik weer naar school ging.'

Mama was eventjes stil. 'En als we het eens aan oom Wyatt vroegen?' zei ze. 'Ik weet zeker dat hij je graag een zegen geeft.'

Sarah knikte. Een zegen zou misschien wel helpen.

Die avond legde Sarahs oom zijn handen op haar hoofd en zegende haar.



'Ik zegen je dat je zult weten dat de Heiland aan je denkt, nu je aan dit nieuwe hoofdstuk van je leven begint', zei hij. 'Hij zal je niet in de steek laten.'

Sarah vielen vooral de woorden *nieuw hoofdstuk* op. Ze was dol op lezen en had altijd zin in een nieuw hoofdstuk.

De volgende morgen gingen Sarah en mama naar de kerk. Na de avondmaalsdienst hielp mama Sarah om het jeugdwerklokaal te vinden. Een van de meisjes daar lachte haar toe en zei 'hallo'.

'Wil je hier zitten?' vroeg ze en wees naar de lege stoel naast haar.

'Ja, dank je', zei Sarah. 'Ik heet Sarah. Ik ben nieuw hier.'

'Ik ben Melody. Ik ben ook nieuw. Dit is pas mijn tweede keer hier.'

Al gauw zaten Melody en Sarah met de andere jeugdwerkkinde- ren te praten. Hun lerares was heel aardig.

Ik hoop dat het op school ook zo goed gaat! dacht Sarah toen ze 's avonds naar bed ging.

De volgende dag ging Sarah met de bus naar haar nieuwe school. Ze vond het fijn dat er een paar kinderen van het jeugdwerk bij haar in de klas zaten.

'Dank u wel, hemelse Vader', bad Sarah stilletjes terwijl ze haar lunch met haar nieuwe vriendinnen at. 'Misschien wordt dit toch nog een goed hoofdstuk.' ●

*De auteur woont in Colorado (VS).*

# Ouderling Cook in Brazilië

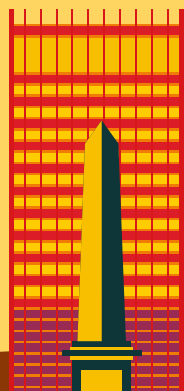
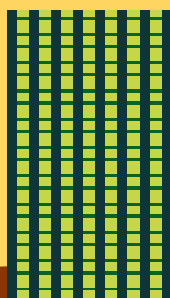


Ouderling Quentin L. Cook en zuster Mary Cook gingen naar Brazilië om de leden van de kerk daar te bezoeken. Ze gaven les en toonden de liefde van Jezus Christus.



Ze gingen naar de grote stad Belo Horizonte. De naam van die stad betekent 'mooie horizon'. Ouderling Cook zei dat hij nog nooit zo'n mooie zonsondergang had gezien als daar!

Als we een licht zijn, dan zijn we een goede invloed op de wereld.





Ouderling en zuster Cook bezochten ook een opleidingscentrum voor zendelingen. Zendelingen brengen elke dag het licht van Jezus Christus naar de mensen!



De kinderen waren blij dat ze bij een apostel van God mochten zijn.

### KIJK NAAR DE ZONSONDERGANG

Neem de tijd om naar een zonsondergang te kijken en ervan te genieten, net als ouderling Cook. Maak een tekening van de zonsondergang die je hebt gezien. Bedenk dan wie van je klasgenoten, burens of familie wat vriendschap kan gebruiken.

Maak hen blij door je tekening te laten zien.

## Maak een lantaarn



papieren bekertje  
gaatjesmachientje of scherp potlood  
zaklamp of glowstick

1. Maak met het gaatjesmachientje of het potlood overal in het bekertje gaatjes. Maak ook gaatjes in de onderkant of haal die er helemaal uit (vraag een volwassene om hulp).
2. Versier je bekertje. Leg de brandende zaklamp of glowstick onder het bekertje.
3. Doe het licht uit, dan zie je hoe je lantaarn straalt!

**Tip:** als je geen papieren bekertjes hebt, kun je een stuk stevig papier oprollen en de uiteinden aan elkaar plakken.

Hoe kun je thuis, bij je in de buurt en op school een licht zijn?

# Op Ian wachten

Joshua J. Perkey

Kerktijdschriften

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal



*'We vinden het fijn in het jeugdwerk en zijn blij dat jij er ook bent'* (Children's Songbook, 256).

Toen Ian wakker werd, hoorde hij zijn moeder zingen. Ze zong 'Ik voel uw liefde, Heer.' Dat was Ians favoriete jeugdwerkliedje! Hij begon met haar mee te zingen.

'Je bent wakker!' zei ze. Ze lachte en had tranen in haar ogen. Ians vader zat naast haar. Hij keek ook blij.

'Ik heb elke dag je lievelingsliedjes voor je gezongen', zei mama.

Ian lachte ook, maar zijn hoofd deed pijn. Eigenlijk deed zijn hele lichaam pijn, vooral zijn been.

Hij keek om zich heen. Hij was niet thuis. Hij lag in een metalen bed in een onbekende kamer. Toen zag hij een verpleegster en om zich heen nog meer bedden. Dit moet wel een ziekenhuis zijn, dacht hij.

'Wat is er gebeurd?' vroeg hij.

Mama keek verdrietig. 'Je hebt een ernstig ongeluk gehad. Er is een metalen hek op je gevallen. Je ligt al twee weken in het ziekenhuis, maar het komt allemaal goed.'

Twee weken! Wauw, dat is wel lang slapen, dacht Ian. Het laatste wat hij zich herinnerde, was dat hij in de kerk was om voor de jeugdwerkpresentatie te oefenen.

O nee! De presentatie!

'Heb ik de avondmaalspresentatie gemist?' vroeg Ian. Hij had er al zo lang naar uitgekeken! Hij zong graag met zijn vrienden.

Mama glimlachte en schudde haar hoofd. 'Nee, je hebt het niet gemist. De wijk heeft besloten het uit te stellen totdat jij wakker was, zodat je nog mee kunt doen.'

'Echt waar?'

'Echt,' zei papa, 'alle jeugdwerkkinderen vroegen de bisschop of ze op jou mochten wachten. Ze wilden dat

je erbij kon zijn. Ze wisten hoe je er dit jaar naar uitgezien had.'

Ian was blij dat hij toch nog aan de jeugdwerkpresentatie mee kon doen. Maar eerst moest hij beter worden.

'Dat weet ik niet', zei Ian.

'Kom, laten we het proberen', zei Chaís. Ze hielp bij het opstaan. Ian zette zijn voet voorzichtig neer. Hij bracht zijn lichaam naar voren. Hij stond nog steeds!



En dat duurde lang. Hij moest nog een poos in het ziekenhuis blijven. En toen hij tenslotte thuis kwam, kon hij nog niet lopen of spelen.

Maar hij kreeg wel vriendjes op bezoek. Ian vroeg hun naar school en de kerk. En zij vroegen hem wanneer hij terugkwam.

'Pas als mijn been beter is', zei hij dan. 'Ik kan nog niet lopen.'

Het werd november en Ian werd langzaam beter. Op een dag vroegen zijn vrienden hem om samen naar een film te komen kijken. Ians vader en moeder brachten en haalden hem.

'Doet je been nog pijn?' vroeg Chaís.

'Ja', zei Ian. 'Maar het gaat elke dag wat beter.'

'Kun je al lopen?' vroeg Chaís.

Het was zijn eerste stapje na ruim een maand! Iedereen klapte.

'Nu kun je weer naar de kerk!' zei Chaís.

En ze had gelijk. Binnen een paar weken had Ian geen pijn in zijn been meer. De dokters haalden het gips eraf en deden er een brace om. De volgende zondag was het tijd voor de jeugdwerkpresentatie.

Tijdens de avondmaalsdienst wandelde Ian met zijn vrienden naar het podium van de kapel. Hij stond rechtop en lachte naar zijn vader en moeder. Bij de liedjes zong hij uit volle borst. En toen hij aan de beurt was, stond hij bij de microfoon en gaf zijn getuigenis. Hij was dankbaar voor zijn jeugdwerk vrienden. En hij was blij dat hij toch nog aan de jeugdwerkpresentatie mee kon doen. ●

**De jongen in dit verhaal woont in de Dominicaanse Republiek. In het volgende artikel kun je meer over zijn land lezen!**

Groetjes  
uit de  
Dominicaanse  
Republiek!



Hoi!  
Ik heet Margo.  
Dit is mijn  
broer Pablo.



We bezoeken  
de Dominicaanse  
Republiek. Kom maar  
met ons mee!

## Dominicaanse Republiek

De Dominicaanse Republiek ligt in het Caribische gebied. Het ligt op een eiland waarop ook het land Haïti ligt. Er wonen honderd miljoen mensen in de Dominicaanse Republiek, waaronder ongeveer 130 duizend leden van de kerk.

**Santo Domingo** ★

Mensen in de Dominicaanse Republiek spreken Spaans. Hier zie je een jongen met el Libro de Mormón – het Boek van Mormon.



Veel kinderen in de Dominicaanse Republiek spelen graag honkbal. Dat is daar de populairste sport.



Afgelopen jaar heeft de profeet ook een bezoekje aan de Dominicaanse Republiek gebracht. Hij sprak de mensen toen in het Spaans toe.



In de Dominicaanse Republiek staat één tempel, in Santo Domingo. De tekst op de tempel luidt: 'Santidad al Señor: La Casa del Señor.' Dat betekent: 'De Here gewijd – Het huis des Heren.'



Mensen in de Dominicaanse Republiek eten veel tropische groenten en fruit. Deze jongens drinken kokosmelk!

**Kom je uit de Dominicaanse Republiek? Schrijf ons! We willen graag iets van je horen.**

Leuk dat je de Dominicaanse Republiek met ons hebt verkend. We gaan verder naar ons volgende avontuur!



### Enkele vrienden uit de Dominicaanse Republiek:



'Ik help de jongere jeugd-werkkinderen graag als ze druk worden. Ik schrijf de liedjes op papier en help ze met zingen. Als we in de Schriften lezen, leg ik die aan ze uit.'

**Ambar O. (11), Dominicaanse Republiek**




'Ik hou van Jezus en voel me erg dicht bij Hem. Ik hou ook van de lofzangen en de jeugdwerklidjes.'


**Ian R. (8), Dominicaanse Republiek**

# De Heilige


Marissa  
Kerktijds



Als een warme **deken** om je hart. Hij kan je troosten als je verdrietig of bang bent.



Als een **alarm** dat je voor gevaar waarschuwt. Hij kan je weg leiden van dingen die je pijn zouden doen.



Als een vriendelijke **leraar**. Hij kan je de waarheid vertellen en je herinneren aan wat je hebt geleerd.

1. **Lid van de Godheid.** Dat betekent dat de Heilige Geest samen met de hemelse Vader en Jezus Christus één God is. Hij helpt ons en geeft ons kracht. Hij wordt een Geest in ons lichaam genoemd. Hij wordt ons Geest te ontvangen.
2. **Een gave die je na je doop krijgt.** Bij die zegen wordt de Heilige Geest te ontvangen.
3. **Een belofte van onze hemelse Vader.** Als je dat ook doet, belooft de Heilige Geest bij je te zijn.



# Geest is . . .

Widdison  
Schriften

betekent dat Hij met onze  
Christus samenwerkt om ons te  
genoemd omdat Hij geen

opvangt. Als je uit het water  
regen die 'bevestiging' wordt  
wordt je gevraagd om de Heilige

hemelse Vader. Als je deelneemt  
dat je Jezus steeds zult volgen.  
om onze hemelse Vader dat de

Als een **boodschapper** van onze hemelse Vader.  
De Heilige Geest kan je helpen om Gods liefde te  
voelen en te begrijpen wat Hij van je wil.



Als een **richtingaanwijzer**  
die je helpt om te weten  
waar je heen moet gaan.  
Als je keuzen maakt, kan  
Hij je helpen om op het  
pad naar het eeuwige  
leven te blijven.



Als een **beste vriend** die altijd bij je wil zijn!  
Als je het goede kiest, nodig je Hem uit  
om bij je te blijven.

## IN DE SCHRIFTEN

Johannes 14:26  
Galaten 5:22  
2 Nephi 31:17-18  
Leer en Verbonden 130:22



**Becky Craven**

Tweede raadgeefster  
in het algemeen jong-  
gevrouwenpresidium

# Mijn normen naleven

*'Te allen tijde [...] als getuige van God' optreden  
(Mosiah 18:9).*

Mijn vader was beroepsmilitair, dus we verhuisden vroeger vaak. Een van de moeilijkste kanten van verhuizen was afscheid nemen van mijn vriendinnen. Ik vond het lastig om vriendschap te sluiten, omdat ik verlegen was. Gelukkig waren de

mensen op school en het jeugdwerk altijd vriendelijk. In de kerk maakte het niet uit of je anders was. We waren allemaal met elkaar bevriend.

Een van de manieren waarop ik mijn verlegenheid overwon, was door in de kerk te helpen. Het begon in het jeugdwerk. Ik vertelde tijdens de participatieperiode over een tekst. Of ik las in de les iets voor. Stukje bij beetje kreeg ik meer zelfvertrouwen. Daardoor kon ik ook over mijn geloof praten.

Toen ik in het vierde of vijfde leerjaar zat, woonden we in Maryland (VS). Er zaten maar een paar leden van de kerk op mijn school. Ik had vriendinnen die lid waren en vriendinnen die geen lid waren.

Toen ik een tiener was, deden sommige vriendinnen dingen die niet met mijn normen strookten. Maar ze probeerden mij er niet toe over te halen. Ik ben blij dat mijn vriendinnen mijn geloof respecteerden. Soms had ik wel eens het gevoel dat ik er niet bij hoorde, omdat ik niet aan alles mee kon doen. Maar ik had altijd het idee dat ik me aan mijn normen moest houden. Ik besloot het evangelie in alle omstandigheden na te leven. Mijn getuigenis was door het jeugdwerk en de gezinsavond gegroeid. Ik leerde dat ik een kind van God was.

Jaren later hoorde ik dat twee van mijn vriendinnen van school lid van de kerk waren geworden. Ik was dolblij! Ze zeiden dat ze gezien hadden dat ik het evangelie altijd naleefde. Mede daarom hadden ze besloten naar de zendingen te luisteren.

Mijn lieve jonge vrienden en vriendinnen, jullie zijn kinderen van onze hemelse Vader. Als je die waarheid *elke dag* in gedachte houdt, wordt het makkelijker om het evangelie na te leven. ●



Ik kan  
naar de  
**Heilige  
Geest  
luisteren.**

Ik kan **VRIENDELIJK** zijn.

Ik kan op de sab-  
bat dingen doen  
waardoor ik aan  
Jezus Christus  
kan denken.

Ik kan **respect**  
voor God,  
anderen en  
mijzelf tonen.

Ik kan me  
**netjes**  
kleden en  
gedragen.

Ik kan **ME BEKEREN** en weer  
mijn best doen, als ik iets  
verkeerd heb gedaan.



Ik kan  
**eerlijk** zijn.

# Ik kan het goede kiezen

Ik kan  
eerbiedig  
over God  
spreken.

Ik kan  
**nette woorden**  
gebruiken.

Ik kan me nu al voorbereiden  
op naar de tempel gaan.

Ik kan  
**GOEDE  
VRIENDEN**  
kiezen.

Ik kan mijn  
gedachten en  
mijn lichaam  
**gezond**  
houden.

Ik kan mijn ouders  
**GEHOORZAMEN**  
en mijn gezinsleden  
**HELPEN.**

Ik kan goede dingen  
lezen, en naar goede  
dingen kijken en luisteren.

Jezus houdt van mij. Ik kan Hem  
stukje bij beetje leren volgen.



# Plaatjes en praatjes



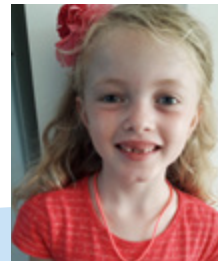
Ik heb met een vriendje dat eenzaam was gespeeld.

**Alexis H. (7),  
Nova Scotia  
(Canada)**



Ik zie ernaar uit dat ik het priesterschap al gauw krijg en naar de tempel mag om te dopen voor de familieleden die mama en ik hebben gevonden.

**Brigham W. (11), Victoria (Australië)**

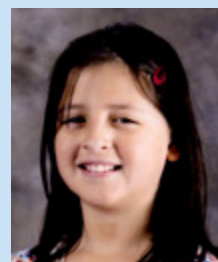


Ik leer graag over Jezus. Ik ben Hem dankbaar voor het offer dat Hij voor ons heeft gebracht.

**Sara D. (6), Rio Grande do Sul (Brazilië)**



**Philip W. (8), Lancashire (Engeland)**



Op school zag ik dat er rommel op de speelplaats lag. Daarom vroeg ik het schoolhoofd of ik met mijn vriendinnetje de

rommel op mocht rapen. Ik ben blij dat ik een goede burger ben.

**Ellea D. (10), Baden-Württemberg (Duitsland)**



Ik help mama met mijn babybroertjes.

**Samantha S. (8),  
Berlijn (Duitsland)**



**Feranmi F. (8), Lagos (Nigeria)**



Een  
welkom  
voor  
Halim!

## WIJ KUNNEN VRIENDELIJK ZIJN

'Ieder van ons kan thuis, op school, op het werk en in een spel broederlijke vriendelijkheid ontwikkelen.'

President Russell M. Nelson, 'These ... Were Our Examples', *Ensign*, november 1991, 62.



### Katie Richey

Gebaseerd op een waargebeurd verhaal

*'U hebt het voor niets ontvangen, geef het voor niets'*  
(Mattheüs 10:8).

Die ochtend op school zag Marcus een nieuwe jongen in de klas.

'Goedemorgen allemaal', zei juf Becker toen iedereen stil werd. 'Dit is Halim. Hij is nieuw op onze school. Hij is zelfs nieuw in ons land.'

Halim keek naar de vloer toen hij hallo zei. Marcus had de indruk dat zijn stem een beetje anders klonk. Juf Becker bleef praten.

'We zijn blij dat hij hier is en in onze klas komt. Ik hoop dat we allemaal ons best doen om te zorgen dat hij zich thuis voelt.'

Toen juf Becker Halim wees waar hij zat, beseftte Marcus hoe zenuwachtig hij zou zijn geweest als hij naar een nieuw land en een nieuwe school had moeten verhuizen.

Na de fruitpauze vertelde juf Becker de klas dat ze een verrassing voor hen had. Marcus zat op het puntje van zijn stoel zodat hij kon zien wat ze uit haar tas haalde. Het waren allemaal emmertjes. Ze deelde ze aan iedereen uit.

'We hebben allemaal een denkbeeldige emmer in ons', zei ze, terwijl ze Marcus een geel emmertje gaf. 'Andere mensen vullen onze emmertjes als ze fijne dingen voor ons doen. En wij kunnen de emmertjes van anderen vullen door vriendelijk voor ze te zijn. Als je moeder je bijvoorbeeld knuffelt, dan vult ze jouw emmertje. Als je iets vriendelijks tegen iemand zegt, dan vul je zijn of haar emmertje.'

Marcus keek naar zijn beste vriend, Caleb. Hij had ook een geel emmertje gekregen!

'We zetten ons emmertje deze week allemaal op ons tafeltje, zodat we er leuke briefjes voor elkaar in kunnen doen', zei juf Becker. Ze vouwde een

klein papiertje op en deed het in een emmertje. 'Daardoor zullen we denken aan de denkbeeldige emmertjes die we allemaal in ons hebben. We willen vriendelijk zijn zodat we emmertjes vullen.'

Marcus pakte een papiertje en overwoog wat hij aan Caleb zou schrijven, bijvoorbeeld dat hij zo goed kon sporten. Maar toen keek hij naar Halim. Zijn schouders hingen een beetje, alsof hij verdrietig was.

Marcus vroeg zich af of Halim in het land waar hij vandaan kwam een beste vriend had. Het was vast heel moeilijk geweest om afscheid te nemen en eng om zo ver weg te gaan.

Marcus keek naar zijn lege papiertje voor zich. Hij had een idee. Toen schreef hij:

'Beste Halim,

Welkom op onze school. Als je dat wilt, kunnen we in de pauze samen spelen. Ik word je vriend. En Caleb wordt vast ook je vriend.

Marcus'

Hij vouwde het papiertje netjes op en deed het in Halims emmertje. Halim glimlachte. Marcus had een warm, blij gevoel van binnen. Hij vond het fijn om emmertjes te vullen! ●

*De auteur woont in Idaho (VS).*



# Jezus legde het avondmaal uit



Voordat Jezus stierf, had Hij een bijzondere maaltijd met zijn discipelen.  
Het heette het laatste avondmaal.



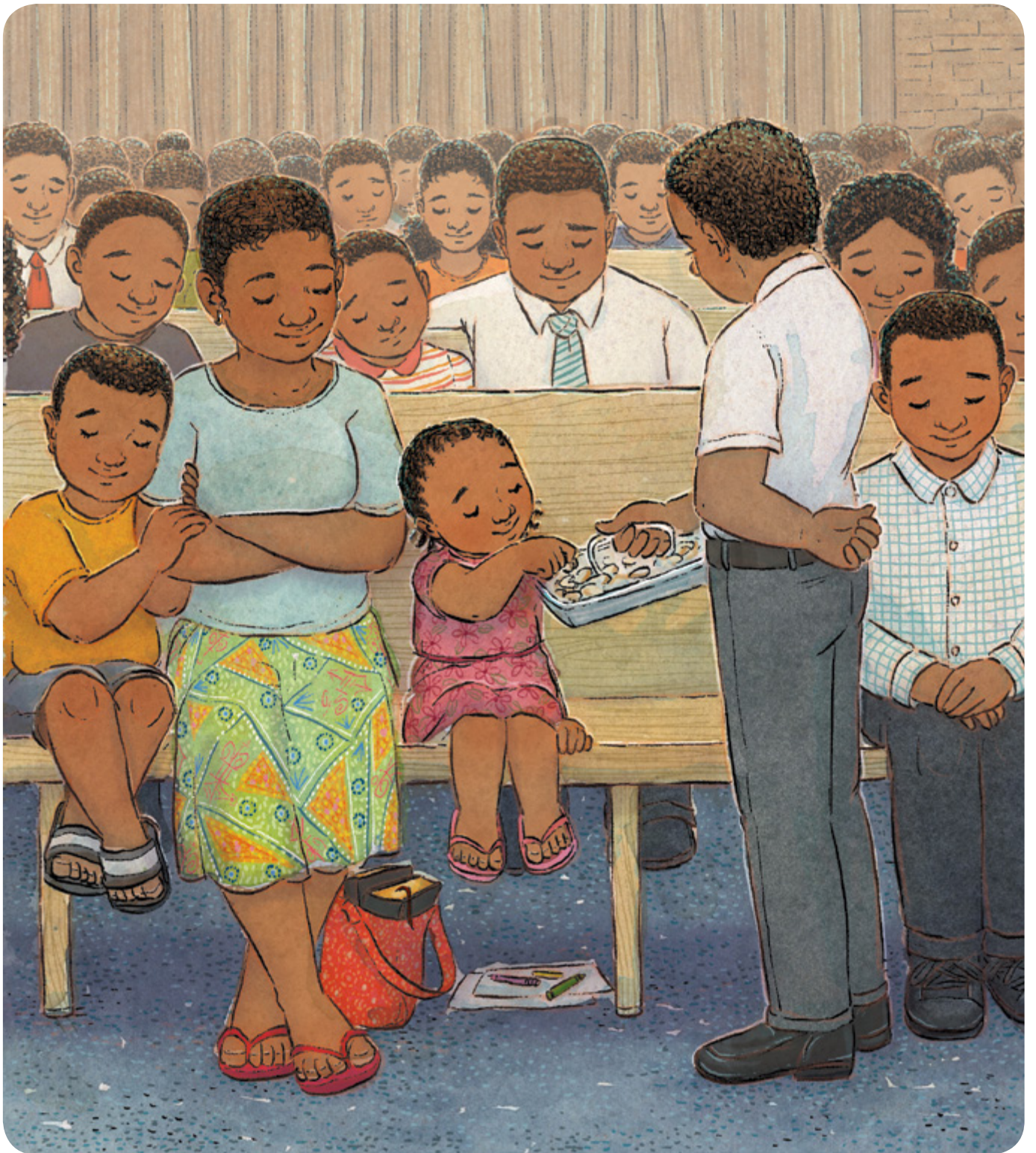
Jezus pakte brood en zegende het. Toen gaf Hij het aan zijn discipelen. Hij vroeg hun om het te eten zodat ze beter aan Hem zouden kunnen denken.



Daarna nam Jezus een beker en gaf die aan zijn discipelen. Hij zei dat ze eruit moesten drinken om beter aan Hem te denken.

Jezus en zijn discipelen zongen ook een lofzang.





Ik kan aan Jezus denken doordat ik elke week van het avondmaal neem, zoals Jezus ons gevraagd heeft. ●

*Lees wat Jezus leerde in  
Mattheüs 26:26–28; 1 Korinthe 11:24–25.*

# Jezus heeft ons het avondmaal gegeven



# Beste ouders,

**Veel gezinnen** ontbreekt het aan een vader en moeder die in de tempel aan elkaar verzegeld zijn. President Russell M. Nelson groeide in zo'n gezin op. Wat onze gezinssituatie ook is, we kunnen onze kinderen altijd leren om naar de zegeningen van de tempel uit te zien. En we kunnen ze helpen familiehistorisch werk te doen, zodat onze voorouders die zegeningen ook kunnen ontvangen. Op pagina V2 leest u hoe president Nelson lang wachtte op de verzegeling van zijn ouders.

Laat ons alstublieft weten hoe uw gezin de verhalen en activiteiten in de *Vriend* deze maand heeft gebruikt.

Veel liefs,  
de *Vriend*

PS: als u thuis geen kinderen hebt, wilt u dan de *Vriend* aan iemand geven die wel kinderen heeft?

**New Friend**  
**50 E. North Temple Street,**  
**Room 2393**  
**Salt Lake City, UT 84150, VS**  
**liahona@ldschurch.org**



**Zoek de verstopte Liahona!**

## INHOUD

- V2** Van het Eerste Presidium: Dankbaar voor ouders
- V4** Een nieuw hoofdstuk
- V6** Apostelen reizen over de hele wereld: Ouderling Cook in Brazilië
- V8** Op Ian wachten
- V10** Groetjes uit de Dominicaanse Republiek!
- V12** De Heilige Geest is ...
- V14** Mijn normen naleven
- V15** Ik kan het goede kiezen
- V16** Poster met een schitterend idee: Jezus houdt van mij
- V17** Plaatjes en praatjes
- V18** Een welkom voor Halim!
- V20** Verhalen uit de Schriften: Jezus legde het avondmaal uit
- V23** Kleurplaat: Jezus heeft ons het avondmaal gegeven

OP DE OMSLAG VAN DE *VRIEND*  
Illustratie Shane Clester