

# Liahona



HJELPEFOR-  
ENINGENS

175-  
ÅRSJUBILEUM

s. 14





Elizabeth Howard, Eliza Roxcy Snow og Hannah Tapfield Kong blir fotografert cirka 1867. Omtrent på denne tiden påtok Eliza R. Snow seg oppdraget fra president Brigham Young (1801-77) om å organisere Hjelpeforeninger over hele Kirken. Hun ble Hjelpeforeningens andre generalpresident i 1880, og virket frem til sin død 5. desember 1887.



## BUDSKAP

- 4 Budskap fra Det første presidentskap: Væpnet med rettskaffenhet**  
Av president Henry B. Eyring
- 7 Besøkende lærerinnens budskap: Jesu Kristi styrkende kraft og hans forsoning**



OMSLAGSSIDEN  
Foto: Cody Bell.

## HOVEDARTIKLER

- 13 Forberedelse til en åndelig fest**  
Av Manuel Emilio Ciriaco  
*Vi bestemte oss for å behandle nadverdsmøtet som mer enn bare et søndagsmøte, og resultatet ble bemerkelsesverdig.*
- 14 En utgytelse av Ånden**  
*På 175-årsdagen for opprettelsen av Hjelpeforeningen deler Hjelpeforeningens generalpresidentskap sine vitnesbyrd og sin kunnskap om denne hellige og kraftfulle organisasjonen.*
- 26 Velsignet av min trofaste søster**  
Av Rafael Antillon  
*Min søster Thelmas eksempel og vitnesbyrd forandret livet mitt.*
- 30 Evangeliet og det gode liv**  
Av eldste Quentin L. Cook  
*Eldste Cook minner oss om hvor viktig det er å velge en livsfilosofi som fokuserer på Frelseren og det som betyr mest.*

## AVDELINGER

- 8 Notater fra generalkonferansen i oktober 2016**
- 10 Undervisning på Frelserens måte: Kraften som følger undervisning i læren**  
Av Douglas D. Holmes
- 38 Bilder på tro: Markus Tilgner**
- 40 Sagt av siste-dagers-hellige**
- 80 Til vi ses igjen: En lærdom fra Dandy**  
Av president David O. McKay





48

#### 44 Vær et forbilde for de troende

Av eldste Von G. Keetch

*Hvordan ivaretar vi vårt gudgitte ansvar for å undervise andre om sannheten uten å forårsake strid og sinne?*

#### 48 Unge voksne profiler: Smak på verden i Sør-Afrika

Av McKenna Johnson

*En ung voksen ser Herrens empati og kjærlighet gjenspeilt i andre helliges handlinger.*

54



OMVENDELSE  
er en  
resept,  
ikke  
en straff.

#### 50 Syv ting vi frykter ved omvendelse – og hvorfor vi ikke skulle det

Av David A. Edwards

*Vi utsetter ofte omvendelse på grunn av frykt. Disse ideene og forslagene vil hjelpe deg å finne mot til virkelig å forandre deg.*

#### 54 Akkurat det legen foreskrev

Av Charlotte Larcabal

*I motsetning til å ta medisin eller få en sprøyte, kan omvendelse føles godt.*

#### 57 Rett på sak

*Hva vet vi om vår himmelske Mor?*

*Hvordan bør seksualundervisning foregå?*

#### 58 Fra misjonsmarken: Nølede trofast, rikelig velsignet

Av Isaias Vargas Chavarria

#### 60 Vår spalte

#### 62 Plakat: Velg håp

#### 63 Svar fra Kirkens ledere:

**Hvordan takle prøver på tro**

Av eldste Neil L. Andersen

#### 64 Miraklet kom i siste øyeblikk

Av Cesar H. Bonito Duarte

*Jeg hadde arbeidet på den ødelagte maskinen i hele lærlingtiden uten å lykkes. Kunne en bønn i siste liten hjelpe?*



*Se om du kan finne liahonaen som er gjemt i dette nummeret.  
Tips: Hvordan måler du høyden din?*



76

#### 66 Verdt å vente

Av Jessica Larsen

*Sadie fylte åtte, men faren hennes ville likevel ikke gi henne tillatelse til å bli døpt.*

#### 68 Svar fra en apostel: Hva om jeg føler at jeg ikke strekker til?

Av eldste Jeffrey R. Holland

#### 69 Spørsmålshjørne

*Noen ganger blir jeg irritert på familien min. Hva kan jeg gjøre?*

#### 70 Barn med hjerte: Hun maler kjærlighet

Av Jill Hacking

#### 72 En god følelse

Av Jane McBride

*Det hadde ikke engang gått en dag siden Paulo ble døpt, og han hadde allerede gjort en feil. Hvordan kunne nadverden hjelpe?*

#### 74 Jeg så Guds profet

Av eldste Kim B. Clark

*Jeg husker første gang jeg så profeten i virkeligheten.*

#### 75 Figurer fra Kirkens historie: Kirken blir organisert

#### 76 Historier om Jesus: Jesus ble døpt

Av Kim Webb Reid

#### 79 En side å fargelegge: Jeg er takknemlig for kroppen min



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

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

**Redaktør:** Joseph W. Sitati

**Assisterende redaktører:** Randall K. Bennett, Carol F. McConkie  
**Rådgivere:** Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R. Curtis Jr.,  
Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W. Kopischke, Larry R.  
Lawrence, Carole M. Stephens

**Administrerende direktør:** Peter F. Evans  
**Director of Church Magazines:** Allan R. Loyborg  
**Økonomiansvarlig:** Garff Cannon

**Redaksjonssjef:** Adam C. Olson

**Assisterende redaksjonssjef:** Ryan Carr

**Produksjonsassistent:** Cremilda Amaral

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

**Kunstnerisk ansvarlig:** J. Scott Knudsen

**Bilredaktør:** Tadd R. Peterson

**Design:** Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, C. Kimball Bott, Thomas  
Child, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren,  
Scott M. Mooy, Mark W. Robison, Rachel Smith, Brad Teare,  
K. Nicole Walkenhorst

**Koordinator for opphavsett:** Collette Nebeker Aune

**Produksjonssjef:** Jane Ann Peters

**Produksjon:** Glen Adair, Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett,  
Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate Rafferty, Derek Richardson

**Forhåndstrykk:** Joshua Dennis, Ammon Harris

**Trykkerisjef:** Steven T. Lewis

**Oversettelse:** Kirkens oversettelseskontor

**Distribusjonssjef:** Troy K. Vellinga

**Distribusjon:** Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige, Department of  
MSR Sveagatan 8A, 441 32 Alingsås, Sverige  
Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring  
vennligst kontakt kundeservice  
Telefon: +46 (0) 8500 655 20  
E-post: rctestholm@ldschurch.org  
Internett: store.lds.org

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

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

Liahonas lokalredaksjon:

Redaksjonens adresse:

Ole Podhorny

Vestbrynet 13

1519 MOSS

Tlf.: 69 27 17 04

email: ole@podhorny.com

Nyhetsredaktør: Ole Podhorny

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

© 2017 Intellectual Reserve, Inc. Ettertrykk forbudt. Trykt i USA.

**Informasjon om opphavsett:** Enkelt personer kan kopiere stoff fra  
*Liahona* til personlig, ikke-kommersiell bruk (også til kall i Kirken), om  
ikke annet er oppgitt. Denne rettighet kan til enhver tid tilbakekalles.  
Visuelt materiell kan ikke kopieres hvis det er angitt restriksjoner i  
teksten under illustrasjonen. Spørsmål om opphavsett kan sendes til  
Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake  
City, UT 84150, USA; email: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

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

March 2017 Vol. 81 No. 3. LIAHONA (USPS 311) Norwegian (ISSN  
1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of  
Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150.  
USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus  
applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty  
days' notice required for change of address. Include address label  
from a recent issue; old and new address *must* be included. Send  
USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at  
address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card  
orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone  
or at store.lds.org. (Canada 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.

# Ideer til familiens hjemmeaften

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



**“Vær et forbilde for de troende,”** side 44: Eldste Keetch drøfter betydningen av å forsvare evangeliets læresetninger med kjærlighet og godhet. Når dere har lest talen, kan dere snakke om tilfeller i familie-medlemmenes liv da de har måttet forsvare evangeliet. Dere kan også lese en historie fra Skriftene om noen som forsvarte sin tro, som for eksempel historien om Daniel eller Ester. Hvordan viste disse menneskene kjærlighet til både menneskene rundt seg og Herren? Dere kan prøve å rollespille en situasjon der familiemedlemmene kan øve på å dele sitt syn på forskjellige emner med en rolig og forståelsesfull holdning.

**“Hva om jeg føler at jeg ikke strekker til?”** Side 68: Eldste Holland snakker om hva vi kan gjøre når vi føler at vi ikke er så gode som vi kunne ha vært. Som familie kan dere snakke om talenter som vår himmelske Fader har gitt hvert familiemedlem. Vurder å be din familie å skrive ned et mål de ønsker å oppnå de neste månedene, drøfte hvordan de kan oppnå dette målet, hvordan deres talenter vil hjelpe dem og hvilke ferdigheter de trenger å utvikle for å nå målet sitt. Dere kan følge opp med denne aktiviteten senere og oppmuntre familiemedlemmene til å sette og arbeide mot sine mål.

## MER PÅ INTERNETT

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

## EMNER I DETTE NUMMERET

Tallene viser til første side av artikkelen.

**Besøkende lærerinner,** 40, 41, 43

**Bud,** 80

**Bønn,** 4, 61, 63, 64, 66

**Den hellige ånd,** 41, 42, 63

**Dåp,** 61, 66, 76

**Eksempel,** 26, 44

**Familie,** 26, 30, 60, 69, 70

**Fellesskapsfremmende arbeid,** 13, 43, 48

**Forsoning,** 7

**Hjelpeforeningen,** 14, 40, 41

**Håp,** 50, 62

**Jesus Kristus,** 7, 76

**Kirkens historie,** 75

**Kjærlighet,** 44, 70

**Kvinner,** 14, 26, 40

**Lydighet,** 58, 80

**Misjonærarbeid,** 26, 58

**Nadverden,** 13, 63, 72

**Omvendelse,** 50, 54, 63, 72

**Pakter,** 4

**Profeter,** 4

**Prøver på tro,** 63

**Sannhet,** 44

**Slektshistorie,** 40

**Takknemlighet,** 30, 79

**Tjeneste,** 41, 42, 63

**Valg,** 30

**Ydmykhet,** 30

**Åndelig beskyttelse,** 4, 14, 80





**Av president  
Henry B. Eyring**  
Førsterådgiver i Det  
første presidentskap

# VÆPNET MED RETTSKAFFENHET

**G**uds profet på jorden, president Thomas S. Monson, har sagt: “I dag kjemper vi mot det største oppbud av synd, last og ondskap vi noensinne har vært vitne til.”<sup>1</sup>

Blir du overrasket når du får vite at president Monson uttalte disse ordene for 50 år siden? Hvis vi kjempet mot det største oppbud av ugudelighet den gangen, hvor mye mer truet er vi ikke da av ugudelighet i dag? Med god grunn har Herren erklært i vår evangelieutdeling: “Se, fienden er forenet” (L&p 38:12).

Krigen vi alle kjemper i,<sup>2</sup> begynte før vi ble født på jorden. Den begynte allerede før jorden ble skapt. Den begynte for mange tusen år siden i den førjordske tilværelse, der Satan gjorde opprør og “søkte å ødelegge menneskets handlefrihet” (Moses 4:3).

Satan tapte dette slaget, og “ble kastet ned på jorden” (Åpenbaringen 12:9), hvor han fortsetter sin krig i dag. Her på jorden “fører han krig mot Guds hellige og omringer dem på alle kanter” (L&p 76:29) med løgn, bedrag og fristelser.

Han fører krig mot profetene og apostlene. Han fører krig mot kyskhetsloven og ekteskapets hellighet. Han fører

krig mot familien og templet. Han fører krig mot det som er godt og hellig.

Hvordan kan vi kjempe mot en slik fiende? Hvordan kan vi kjempe mot det onde som ser ut til å oppsluke vår verden? Hva er vår rustning? Hvem er våre allierte?

## Lammets kraft

Profeten Joseph Smith sa at Satan bare har makt over oss i den grad vi gir ham tillatelse.<sup>3</sup>

Da han så vår tid, så Nephi “at Guds Lams kraft falt på de hellige i Lammets kirke og på Herrens pakts folk som var adspredt over hele jordens overflate, og *de var væpnet med rettskaffenhet og med Guds kraft i stor herlighet*” (1 Nephi 14:14; uthevelse tilføyd).

Hvordan kan vi væpne oss med rettskaffenhet og kraft? Vi kan holde sabbatsdagen hellig og foredle prestedømmet. Vi kan inngå og holde hellige pakter, arbeide på vår slekts-historie og gå i templet. Vi kan kontinuerlig gjøre vårt beste for å omvende oss og bønnfalle Herren om å “[anvende] Kristi sonende blod, så vi kan få tilgivelse for våre synder” (Mosiah 4:2). Vi kan be, utføre tjeneste, vitne og utøve tro på Jesus Kristus.





Vi væpner oss også med rettskaffenhet og kraft når vi “til enhver tid [samler] livets ord i [vårt] sinn” (L&p 84:85). Vi samler disse ordene ved å fordype oss i de hellige skrifter og i ordene til Herrens utvalgte tjenere (se L&p 68:4) under neste måneds generalkonferanse.

I vår kamp mot det onde må vi alltid huske at vi kan få hjelp fra begge sider av sløret. Som allierte har vi blant annet Gud den evige Fader, vår Herre Jesus Kristus og Den hellige ånd.

Som allierte har vi også himmelens usynlige hærstyrker. “Frykt ikke,” sa Elisa til en engstelig ung mann da de sto overfor en ond hærstyrke, for “de som er med oss, er flere enn de som er med dem” (se 2 Kongebok 6:15–16).

Vi trenger ikke å frykte. Gud elsker sine hellige. Han vil aldri svikte oss.

Jeg vet at Gud har besvart mine bønner om å fri meg fra det onde. Jeg vitner om at med hjelp av Gud Faderen, verdens Frelser og Den hellige ånd, kan vi være trygge på at vi vil få mer enn nok styrke til å motstå enhver ond kraft vi måtte møte.

Måtte vi alltid være væpnet med rettskaffenhet, slik at vi kan ha tillit til den endelige seier. ■

#### NOTER

1. Thomas S. Monson, “Correlation Brings Blessings,” *Relief Society Magazine*, april 1967, 247.
2. Se “Modig må vi kjempe”, *Salmer*, nr. 160.
3. Se *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Smith* (2007), 214.

#### UNDERVIS FRA DETTE BUDSKAPET

**P**resident Eyring minner oss om at vi deltar i en krig mot det onde. Dere kan begynne med å synge “Modig må vi kjempe” (*Salmer*, nr. 160) sammen med dem dere underviser. Deretter kan dere be dem fortelle hvordan de har blitt beskyttet ved rettskaffenhet, og utveksle ideer om hvordan de kan beskytte familien mot Satan, som ved å velge gode medier, holde familieråd eller ha ukentlig familiens hjemmeaften. Dere kan utfordre dem til ydmykt å overveie hvordan de kan bygge opp familiens festningsverker og oppmuntre dem til å legge en plan for å gjennomføre ideene sine.



## Jeg hadde allerede bestemt meg

Av Madison Thompson

Jeg fikk en gang en verdifull lærdom i en leksjon i Unge kvinner om seksuell renhet – et tema som fikk mange av ungdommene til å vri seg på stolene sine. Jeg husker ikke alt jeg lærte den dagen, men jeg husker at lederen min snakket om en av sine personlige normer – å alltid holde seg seksuelt ren. Ordene hennes gjorde varig inntrykk, og jeg tok en bevisst beslutning om å ha dette som en av mine egne personlige normer.

En dag jeg tok bussen hjem fra et idrettsarrangement, begynte noen på bussen å leke nødt eller sannhet. Vi kjedet

oss, så noen andre ungdommer og jeg ble med. Da det ble min tur, ble jeg utfordret til å gjøre noe jeg visste ikke var riktig. Dette kunne ha vært en vanskelig avgjørelse for meg å ta, men ordene til min leder i Unge kvinner dukket opp i tankene, og valget var lett. Jeg avsto raskt. Jeg hadde allerede bestemt meg for hva jeg ville gjøre i den situasjonen.

Jeg vet at når vi går i kirken og gjør plass til de tingene vi lærer der, vil vi bli velsignet med større åndelig styrke og beskyttelse mot verdens fristelser.

*Artikkelforfatteren bor i Utah, USA.*

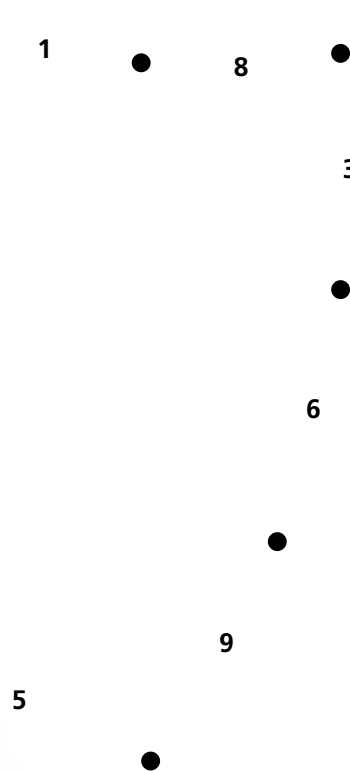
## BARN

### Ta på deg din rustning

Det er mange dårlige ting i verden i dag. Evangeliet er som et skjold som beskytter oss. Her er 10 ting president Eyring ber oss gjøre for å beskytte oss. For hver av dem finner du tallet på bildet og tegner en strek mellom punktene. Fargelegg så tegningen når du er ferdig!



1. HOLDE SABBATSDAGEN HELLIG
2. HEDRE PRESTEDØMMET
3. INNGÅ OG HOLDE PAKTER
4. ARBEIDE MED SLEKTSHISTORIE
5. DRA TIL TEMPLET
6. OMTVEND DE
7. BE
8. UTFØRE TJENESTE FOR ANDRE
9. BÆRE VITNESBYRD
10. LESE I SKRIFTENE





# Jesu Kristi styrkende kraft og hans forsoning

*Studer ydmykt dette stoffet, og søk inspirasjon for å få vite hva du skal dele med andre. Hvordan vil det å forstå formålet med Hjelpeforeningen forberede Guds døtre til det evige livs velsignelser?*



Tro,  
familie,  
hjelp

“Alt makter jeg i ham som gjør meg sterk” (Filipperne 4:13). “Selv om vi alle har svakheter, kan vi overvinne dem,” sier president Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap. “Det er ved Guds nåde at det svake kan bli sterkt, hvis vi ydmyker oss og har tro.”<sup>1</sup>

Vår Frelser sier i Lære og pakter: “Jeg vil gå foran dere. Jeg vil være ved deres høyre og ved deres venstre hånd, og min Ånd skal være i deres hjerter og mine engler rundt om dere og støtte dere” (L&p 84:88).

“Nephi er et eksempel på en som kjente, forsto og stolte på Frelserens styrkende kraft,” sier eldste David A. Bednar

i De tolv apostlers quorum. “Nephis brødre bandt ham med tau og planla at han skulle dø. Legg merke til Nephis bønn: ‘Herre, vil du, på grunn av den tro jeg har på deg, fri meg ut av mine brødres hender, ja, vil du *gi meg styrke til å sprengte disse bånd* som jeg er bundet med’ (1 Nephi 7:17; uthevelse tilføyd)

... Nephi ba ikke om at hans situasjon måtte forandres. I stedet ba han om styrke til å forandre situasjonen. Jeg tror at han ba på denne måten nettopp fordi han kjente, forsto og hadde erfart forsoningens styrkende kraft.

Jeg tror ikke at båndene som Nephi var bundet med, på

magisk vis bare falt av hendene og håndleddene hans. Jeg tror heller at han ble velsignet med både utholdenhet og personlig styrke utover sin naturlige kapasitet, og at han så ‘i Herrens styrke’ (Mosiah 9:17) bearbeidet og snodde og slet i snorene, til han til slutt virkelig fikk styrke til å bryte båndene.”<sup>2</sup>

## Ytterligere skriftsteder og informasjon

Jesaja 41:10; Ether 12:27; [reliefsociety.lds.org](http://reliefsociety.lds.org)

## NOTER

1. Dieter F. Uchtdorf, “Nådens gave,” *Liahona*, mai 2015, 108.
2. David A. Bednar, “Strength beyond Our Own,” *New Era*, mars 2015, 4.



Overvei dette

Hvordan kan  
Jesu Kristi  
styrkende  
kraft og hans  
sonoffer  
hjelp våre  
svakheter å  
bli til styrke?

# NOTATER FRA GENERALKONFERANSEN I OKTOBER 2016

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

Når du repeterer generalkonferansen som fant sted i oktober 2016, kan du bruke disse sidene (og konferanse-notater i fremtidige nummer) som hjelpemiddel til å studere og anvende de nyeste læresetninger fra de levende profeter og apostler, samt andre ledere i Kirken.



## Glede er nøkkelen til vår åndelige overlevelse

“Når vårt livs fokus er på Guds frelsesplan ... og [på] Jesus Kristus og hans evangelium, kan vi føle glede uavhengig av hva som skjer – eller ikke skjer – i vårt liv ...

Hans glede er konstant, og forsikrer oss om at våre ‘lidelser skal kun vare et øyeblikk’ [L&p 121:7] og bli helliget til vårt gagn ...

Som i alle ting, er Jesus Kristus vårt største forbilde, ‘som for den glede som ventet ham, gjennomgikk korsets lidelse.’ [Hebreerne 12:2]. Tenk på det! For at han skulle tåle den mest utholdelige opplevelsen som noensinne er utholdt på jorden, fokuserte vår Frelser på *glede!* ...

Hvis vi ser hen til verden og følger dens formler for lykke, vil vi aldri oppleve glede. ... Glede er en gave til de trofaste.”

President Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum, “Glede og åndelig overlevelse,” *Liahona*, nov. 2016, 82, 83, 84.

### PROFETISK LØFTE



#### TO TING SOM TRO IKKE KAN GJØRE

1. “Vår himmelske Fader... vil ikke tvinge noen til å velge rettferdighetens sti. Gud tvang ikke sine egne barn til å følge ham i foruttlivelsen. Hvor mye mindre vil han da ikke tvinge oss nå på vår reise gjennom dette jordelivet?

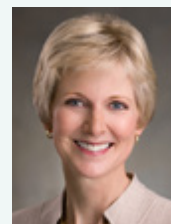
Gud vil invitere og overtale. Gud vil rekke ut hånden utrettelig, med kjærlighet, inspirasjon og oppmunttring. Men Gud vil aldri tvinge – det ville undergrave hans store plan for vår evige vekst ...

2. Tro kan ikke... påtvinge Gud vår vilje. Vi kan ikke tvinge Gud til å følge våre ønsker – uansett hvor rett vi synes vi har eller hvor oppriktig vi ber ...

Nei, troens formål er ikke å *endre* Guds vilje, men å gi oss kraft til å *handle* ifølge Guds vilje. Tro er tillit – tillit til at Gud ser det vi ikke ser, og at han vet det vi ikke vet.”

President Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap, “Fjerde etasje, siste dør,” *Liahona*, nov. 2016, 16, 17.





### **VIS NESTEKJÆRLIGHET FOR ANDRE**

“Jesus Kristus er... det fullkomne eksempel på kjærlighet ...

Vi ønsker å bruke evangeliets lys til å se andre slik Frelseren gjør – med medfølelse, håp og nestekjærlighet. Dagen vil komme da vi vil ha en fullstendig forståelse av andres hjerter og vil være takknemlig for å ta imot nåde – akkurat som vi tar imot andre med nestekjærlige tanker og ord ...

Vår forpliktelse og vårt privilegium er å oppriktig akseptere forbedringer hos *alle* mens vi strever etter å bli mer lik vår Frelser, Jesus Kristus.”

**Jean B. Bingham, første rådgiver i Primærs generalpresidentskap, “Jeg vil bringe evangeliets lys inn i mitt hjem,” *Liahona*, nov. 2016, 6, 8.**

## Bli en bedre misjonær

Under generalkonferansen i oktober 2013 sa president Thomas S. Monson følgende: “Nå er tiden inne for både medlemmer og misjonærer å komme sammen. ... Herren vil hjelpe oss i våre anstrengelser når vi handler i tro for å fullføre hans gjerning.”

To apostler oppfordret oss til å bli bedre medlemsmisjonærer. Bruk november-nummeret 2016 eller gå inn på [conference.lds.org](http://conference.lds.org) for å lese hva de har sagt.

– Se Neil L. Andersen, “Et vitne om Gud,” 35.

– Se Dallin H. Oaks, “La oss dele det gjengitte evangelium med andre,” 57.

## HISTORIER FRA KONFERANSEN

### Vendepunkter

Bruk november-nummeret 2016 eller gå til [conference.lds.org](http://conference.lds.org) for å lese om hva som forandret deres liv.

- Hva lærte president Henry B. Eyring om Det aronske prestedømme da han var en prest? – Se “Så han også kan bli sterk,” 75.
- Hva lærte eldste Dale G. Renlund om omvendelse da han var 12 år? – Se “Omvendelse: Et gledelig valg,” 121.
- Hvordan fikk eldste Gary E. Stevenson et vitnesbyrd om Mormons bok? – “Søk i boken, søk Herren,” 44.
- Hva gjorde eldste Craig C. Christensen da han var Seminar-elev, som endret måten han leser Mormons bok på? – Se “En utvalgt seer vil jeg oppreise”, 27.



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

# KRAFTEN SOM FØLGER UNDERVISNING I LÆREN

*Hvordan kan vi øke vår evne til å undervise i læren med kraft og myndighet?*

**Av Douglas D. Holmes**

Førsterådgiver i Unge menns  
generalpresidentskap

Som ny misjonspresident kom jeg til vår tildelte misjon med store forventninger om misjonærmøter fylt av Ånden, som jeg husket fra da jeg var ung misjonær. Men etter å ha gjennomført vår første runde med sonekonferanser, var jeg skuffet. Ånden var ikke så rikelig tilstede som jeg hadde håpet, og noen misjonærer virket uengasjerte.

Da min hustru og jeg grunnet og ba om hvordan vi kunne innby en sterkere ånd i vårt og misjonærenes liv, ble vi ledet til å konsentrere vår undervisning om Kristi lære og dens kraft til å forandre oss. Da vi gjorde dette i månedene som fulgte, kom flere misjonærer til meg og beklaget tidligere adferd og uttrykte et ønske om å bli flinkere til å holde misjonsreglene og etterleve evangeliet.

## **Hva forårsaket denne endringen?**

President Boyd K. Packer (1924–2015), president for De tolv apostlers quorum, sa ofte: “Sann lære som forstås, forandrer ens holdninger





og adferd. Et studium av evangeliets læresetninger vil forbedre ens adferd raskere enn et studium av adferd vil forandre adferden.”<sup>1</sup> Jeg visste dette fra før, men etter denne opplevelsen med misjonærene mine, fikk jeg mye



større forståelse av Guds ords kraft og evne til å forandre hjerter (se Alma 31:5). Etter hvert som misjonen vår utviklet seg og vi fortsatte å fokusere på å undervise i læren, gjennomgikk de en forandring i hjertet, og det samme gjorde vi. Fordi vi forsto læren, forsto vi “hvorfør” vi er lydige, ikke bare “hva” og “hvordan”.

### **Hvorfor er undervisning i læren så effektivt?**

President Henry B. Eyring, førstestradgiver i Det første presidentskap, har sagt at “Guds ord er den lære som Jesus Kristus og hans profeter underviser i”.<sup>2</sup> Sann lære er forankret i Kristus. Når hans lære undervises og mottas ved Ånden, vil den alltid styrke troen på Jesus Kristus (se Alma 32:28–43; Moroni 7:25, 31–32).<sup>3</sup> Tro er “årsaken som fører til all handling” eller adferd.<sup>4</sup> Når Faderen og Sønnen blir åpenbart for oss ved hjelp av åndelig ladede ord, vokser vår tro, vårt ønske om å omvende oss og adlyde øker, og vi blir forandret.

Kraften til å forandre hjerter ligger ikke hos læreren, men i “Guds ords kraft” (Alma 31:5). Bokstaver på en side eller lydbølger som kommer ut av en munn, har ingen iboende kraft til å forandre hjerter, men når sanne ord er ladet med Guds hellige ånd, kan de føre til en mektig forandring i hjertet (se 1 Korinterbrev 2:4; 1 Tessalonikerbrev 1:5; Mosiah 5:2; Alma 5:7; L&p 68:4). Når vi underviser i hans ord ved Ånden, bringer Den hellige ånd lys og

sannhet til elevens hjerte (se Johannes 6:63; 2 Nephi 33:1; L&p 84:45). Når elevene åpner sitt hjerte for å motta ordet, opplyser Herrens ånd deres sinn og forandrer deres hjerte – deres motiver og adferd.

Mormons bok er et sterkt vitnesbyrd om at “sann lære som forstås, forandrer ens holdninger og adferd”. Her er noen eksempler.

- Kong Benjamin underviste folket de ord han mottok fra en engel, og Ånden tilveiebragte en mektig forandring i deres hjerte slik at de ikke hadde “lyst til å gjøre ondt mer, men til stadig å gjøre godt” (Mosiah 5:2).
- Da Alma den eldre underviste folket, “ble deres sjeler opplyst av det evige ords lys”, og de ble frelst (Alma 5:7; se også vers 9).
- “På grunn av hans ords kraft” (Alma 26:13), bidro Mosiahs sønner til å tilveiebringe en fullstendig forandring i hjertet for tusenvis av lamanitter (se Alma 17:14–17; 53:10).

### **Hvordan kan vi forbedre oss?**

Det finnes ting vi alle kan gjøre for å øke vår evne til å undervise i læren med kraft og myndighet (se Alma 17:3; Helaman 5:18). Vi trenger ingen doktorgrad i pedagogikk eller religionsstudier, men vi må betale en pris. Følgende forslag kan hjelpe deg når du ønsker å innby lærens kraft i undervisningen.



## ENKELHET GIR FORSTÅELSE

“Forkynn evangeliets første prinsipper – forkynn dem om igjen. Du vil oppdage at dag for dag vil nye tanker og mer lys angående dem bli åpenbart for deg. Du kan få større forståelse av dem så de blir klare for deg. Da vil du bli i stand til å få dem [du] underviser, til å forstå dem bedre.”

Hyrum Smith, i *History of the Church*, 6:323.

1. *Samle og lev ved ordet.* For å undervise i læren med kraft og myndighet, må vi kjenne læren. Frelseren sa til Joseph og Hyrum Smith at før de søkte å forkynne hans ord, måtte de først søke å erholde det. Da ville de ha hans Ånd og hans ord, “Guds kraft til å overbevise menneskene” (L&p 11:21). Den slags forståelse “krever mer enn overfladisk lesning” slik president Howard W. Hunter (1907–95) sa. Den krever daglig, konsentrert studium.<sup>5</sup>

Studium alene er ikke nok. Hvis vi skal kjenne læren, må vi også etterleve den (se Johannes 7:17; Alma 12:9). Flittig studium og anvendelse av Skriftene og de levende profeters ord er veien til å ha hans ords kraft “i oss” (Alma 26:13; se også Alma 17:2–3; 32:42).

2. *Undervis i læren.* Vi må være nøye med bare å undervise i sann lære. Den hellige ånd er “sannhetens Ånd” (Johannes 15:26). Elever kan føle hans bekreftende vitnesbyrd når vi ikke forkynner “noe annet enn det som er av profeter og apostler” (L&p 52:36), og unngår spekulasjon og personlig tolkning. En av de beste måtene å unngå så mye som å komme i nærheten av vranglære på, er å holde vår undervisning enkel (se Mosiah 25:22; 3 Nephi 11:39–40). I tillegg bør vi knytte kommentarer og erfaringer

som klassemedlemmene deler, tilbake til læresetningene vi studerer.

3. *Undervise ved Ånden.* Vi må huske at undervisning aldri handler om oss. Vi må ha øyet ene og alene vendt mot Gud. Vi skal ikke underholde eller fremstille oss som et lys. Paulus sa til korinterne at han var med dem “i svakhet, under stor frykt og beven” (1 Korinterbrev 2:3; se også vers 4). Det høres ikke ut som Paulus brukte en godt innøvd og planlagt presentasjon.

Hvis vi skal være et redskap i Guds hender til å forandre hjerter, må vi komme oss ut av veien og la Den hellige ånd undervise sannheten. Når du forbereder deg til å undervise, må du huske at det som betyr mest i klassen din, er Den hellige ånds tilstedeværelse. Gjør alt du kan for å innby Ånden i klassen. Når du underviser, må du ikke være redd for å stoppe opp slik at du kan lytte til og føle Åndens veiledning.

Når vi nyter og lever ved hvert av Guds ord og bare underviser sann lære ved Den hellige ånds kraft, vil vi oppdage at Herren forandrer vårt hjerte og hjertet til dem vi underviser. Jeg takker Gud hver dag for den forandring hans ord har ført til i mitt hjerte, og for lærere som har undervist meg sann lære med kraft og myndighet. ■

### NOTER

1. Boyd K. Packer, “Små barn,” *Lys over Norge*, jan. 1987, 12.
2. Henry B. Eyring, “Kraften som følger undervisning i læren,” *Liahona*, juli 1999, 85.
3. President Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum, sa: “Jesu Kristi lære er utføret av Herren for å hjelpe oss å vokse i tro” (“La deres tro synes,” *Liahona*, mai 2014, 29).
4. *Lectures on Faith* (1985), 1–2.
5. Se Howard W. Hunter, “Å lese i Skriften,” *Lys over Norge*, mai 1980, 92.



# FORBEREDELSE TIL EN åndelig fest

Av Manuel Emilio Ciriaco

**D**a jeg ble kalt som førsterådgiver i biskopsrådet, hadde fremmøtet på nadverdsmøtet i menigheten sunket. Som biskopsråd bestemte vi oss for å faste inderlig og be vår himmelske Fader gi oss visdom til å vite hvordan vi kunne styrke medlemmene.

Herren inspirerte oss til å legge vekt på nadverdsmøtet som en åndelig fest, slik at vi kom frem til en måte å invitere medlemmene, deres venner og deres naboer til å komme til nadverdsmøtet og oppleve en åndelig fest. Vi laget innbydelser hvor det sto: "Kom og hør, se og føl Herrens nærhet under en åndelig fest," og ga dem til hvert av medlemmene, også unge menn og unge kvinner.

Vi forberedte også et lite menighetskor med åtte stemmer. Med bønnens hjelp valgte vi ut åndelige salmer og

talere, og oppfordret medlemmene til å bidra til ærbødigheten for anledningen.

Alt var klart til den åndelige festen! Den søndagen kom det 42 undersøkere og mindre aktive medlemmer. På den andre åndelige festen var det 64 undersøkere og mindre aktive medlemmer. Tre måneder senere fikk vi ikke lenger plass i kirkesalen, og seks måneder senere hadde menigheten vokst så mye at vi forberedte oss på at den skulle deles i to menigheter.

Vi lærte at det å behandle nadverdsmøtet som ikke bare et søndagsmøte, men som en hellig opplevelse, ga oss en strålende anledning til å invitere dem vi er glad i, til å komme til Kristus ved hjelp av en hellig åndelig fest.

Våre forberedelser for å forbedre kvaliteten på ånden og ærbødigheten under nadverdsmøtet bidro til at det kom flere som aldri hadde forestilt seg å føle glede ved å komme og se og føle, og finne det i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. ■

*Artikkelforfatteren bor i Den dominikanske republikk.*



*Vi laget innbydelser hvor det sto: "Kom og hør, se og føl Herrens nærhet under en åndelig fest."*

## HVORDAN KAN VI BIDRA TIL Å GJØRE NADVERDEN TIL EN MER ÅNDELIG ORDINANS?

- Forberedelsene kan begynne hjemme når familien snakker om hvordan de kan forbedre sin opplevelse av nadverden.
- Prestedømsbærerne som forretter nadverden, kan gjøre det ærbødig, idet de er bevisst på at de representerer Herren når de deler nadverden med medlemmene. De som velsigner nadverden, kan gjøre bønnene til en hellig kommunikasjon med Gud, ikke bare gjentakelse av ord.



Den

17. mars 1842,

noen minutter etter at hun ble president for den nye kvinnelige hjelpeforening i Nauvoo, talte Emma Smith om formålet med denne foreningen. "Å oppsøke og hjelpe de nødlidende," sa hun. Å "strebe etter å gjøre godt" og "våke over moralen".<sup>1</sup>

*"Hjelpeforeningen skal ikke bare hjelpe de fattige, men også frelse sjeler."*<sup>2</sup> –  
Joseph Smith





# En utgytelse av Anden

*Med ømhet og myndighet deler generalpresidentskapet sine følelser, sin innsikt og sine vitnesbyrd med oss som søstre i Hjelpeforeningen i anledning 175-års markeringen for Hjelpeforeningen.*

*J*i elsker søstrene over hele Kirken,” sier Linda K. Burton, Hjelpeforeningens generalpresident, og snakker da for seg selv og sine rådgivere – Carole M. Stephens, første-rådgiver, og Linda S. Reeves, annenrådgiver. “Hva mer kan vi ønske enn å hjelpe hverandre langs paktens vei mot evig liv? I Moses 1:39 åpenbarte Gud sin hensikt: ‘For se, dette er min gjerning og min herlighet – å tilveiebringe mennesket udødelighet og evig liv.’ I Hjelpeforeningen hjelper vi kvinner å forberede seg til det evige livs velsignelser. Dette gjør vi ved å øke troen på vår himmelske Fader og Jesus Kristus og hans forsoning, styrke enkeltpersoner, familier og hjem ved hjelp av ordinanser og pakter, og samarbeide for å hjelpe mennesker i nød.<sup>3</sup>

Når vi tenker på og lever i samsvar med Hjelpeforeningens formål, vil vi som siste-dagers-hellige kvinner bli ‘annerledes og forskjellige – på en positiv måte’,<sup>4</sup> og øve betydelig innflytelse til det gode i verden. *Det er dette vi ønsker for våre søstre i Hjelpeforeningen.*”

Her, i et intervju med ansatte ved Kirkens tidsskrifter, svarer medlemmene av Hjelpeforeningens generalpresidentkap på tidsaktuelle spørsmål og deler sine fremtidsvyer.



Hjelpeforeningen i Nauvoo ble opprettet i den røde teglstensbutikken.



De første hjelpeforeningene i Utah ble dannet for å lage klær til indianske kvinner og barn.

1840

1842



EMMA H. SMITH  
1842

1844

Joseph og Hyrums Smiths martyrdød.



DETALJ FRA JOSEPH OG HYRUMS MARTYRDØD, AV GARY ERNEST SMITH

1850

1854



I

## Utah

fortsatte hjelpeforeninger arbeidet med å frelse sjeler og dekke behov. Hjelpeforeninger betjente også ankomende innvandrere, blant dem de overlevende etter Willies og Martins håndkjerrekompani, og sørget for utstyr, mat og medisinsk hjelp. Fra og med 1868 begynte lokale hjelpeforeninger å bygge lokaler hvor de kunne møtes, hjelpe de fattige, behandle aktuelle saker og selge varer. Oppføringen av egne Hjelpeforenings-lokaler ble avsluttet i 1924.

### 1. Hva er det med Hjelpeforeningen som forener kvinner fra forskjellige kulturer og mangfoldige situasjoner?

*Søster Burton:* Å kjenne og leve i samsvare med vårt formål forener oss på tvers av kulturer. Jeg møtte en kvinne i Uruguay i fjor som fortalte meg at hun hadde blitt kalt til president for Hjelpeforeningen på den mørkeste tiden av sitt liv. Hun var fristet til å si: "Jeg kan ikke klare det akkurat nå." Men fordi hun hadde inngått hellige pakter, sa hun: "Jeg vil gjøre det jeg har blitt bedt om å gjøre. Jeg har tro på vår himmelske Fader og Jesus Kristus. Jeg vet at jeg kan klare det på grunn av hans forsoning. Så sa hun til meg: "Mitt kall bragte lys inn i livet mitt når jeg utførte tjeneste for mine søstre. Jeg satte min lit til Herren, og han velsignet meg."

Jeg gjenkjente Hjelpeforeningens formål i historien hennes. Hennes tro på vår himmelske Fader og Jesus Kristus og hans

forsoning hjalp henne. Hun hadde inngått hellige pakter og ønsket å holde dem. Ved å arbeide i fellesskap med biskopen, utførte hun sitt kall. Nå har hun et vitnesbyrd om at Herren velsigner oss når vi stoler på ham. Jeg tilføyer mitt vitnesbyrd til hennes om at vår Frelser Jesus Kristus vil hjelpe oss gjennom enhver utfordring i jordelivet og alt som virker urettferdig i dette liv.

*Søster Stephens:* Vår tro på kraften i Frelserens sonoffer er det som virkelig forener oss. Vår kjærlighet til vår himmelske Fader og vår kunnskap om hans store plan for lykke forener oss idet vi søker evig liv. Våre søstre er enslige, gift med barn, eller gift uten barn. Det finnes enker og dem som er skilt. Vårt håp er at vi alle kan samarbeide og være ett mens vi lærer å forstå vår identitet, vårt arbeid og vårt formål.





Eliza R. Snow ble kalt av Brigham Young til å føre tilsyn med opprettelsen av Hjelpeforeningen over hele Kirken.

1860

Hjelpeforeningens første møtelokale ble bygget av Hjelpeforeningen i Salt Lake 15. menighet. Over 120 lokaler ble bygget i løpet av de neste 50 årene.



1868

1870

1872

Kvinner i Utah var blant de første i USA til å stemme.



1880

ELIZA R. SNOW  
1866



*Søster Reeves:* Enhet gjør oss lykkelige fordi det ikke er strid, og Guds kjærlighet finnes i vårt hjerte (se 4 Nephi 1:15). Enhet krysser alle grenser. Å, som vi ønsker at våre søstre skal føle denne kjærligheten til Frelseren. Å, som vi ønsker å være ett idet vi bidrar til å oppnå hans hensikter.

## 2. Hva kan kvinner gjøre hvis de ikke føler seg om en del av Hjelpeforeningen?

*Søster Stephens:* Vårt største ønske som presidentskap er at søstrene må forstå sin evige identitet. Vi har alltid vært en del av Guds verk. Som kvinner har vi fått spesielle gaver til gagn for alle. Vi ble undervist og opplært i det førjordiske liv om hva vårt arbeid ville være. Vi var med i det store råd i himmelen hvor vi valgte vår himmelske Faders plan, som omfattet Jesu Kristi forsoning. Vi ropte av glede ved tanken på å få et jordisk legeme.

På jorden fortsetter kvinner å være en del av Guds verk, fra og med mor Eva.





Deseret Silk Association ble grunnlagt under ledelse av Hjelpeforeningens general-president Zina D. H. Young.

Primærforeningen startet.

1875



1876

Emmeline B. Wells ledet det nye kornlagringsprogrammet.

1878



1880

Hjelpeforeningens andre generalpresident-skap ble beskikket.

Det

## mest langvarige

økonomiske foretak i Hjelpeforeningen var kornlagringsprogrammet: 1876-1918. Under en hvetemangel på slutten av første verdenskrig, solgte de lagrene etter en anmodning fra amerikanske myndigheter som ikke kunne avslås. Rentene av disse hvetepengene ble brukt til å redusere mødre- og barnedødeligheten, finansiere klinikker for gravide kvinner og små barn, støtte kurs i helsevern og lagre utstyr til barnefødsler.

Profeten Joseph Smith organiserte kvinner etter mønster av prestedømmet – et mønster som alltid har eksistert – da han organiserte Hjelpeforeningen i Nauvoo, Illinois i 1842.

President Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum, har sagt: “[Finn selv] ut hvem dere egentlig er. Spør deres himmelske Fader, i Jesu Kristi navn, hva han mener om dere og deres oppgave her på jorden. Hvis dere spør med ærlig hensikt, vil Ånden med tiden hviske den livsendrende sannheten til dere. Skriv ned disse tilskyndelsene, gjennomgå dem ofte, og følg dem opp med nøyaktighet.

Jeg lover at når dere begynner å få bare et glimt av hvordan deres himmelske Fader ser dere, og hva han stoler på at dere vil gjøre for ham, vil livet deres aldri bli det samme!”<sup>5</sup> Dra til templet, og lytt! Lytt etter hvem du er og hva du skal gjøre.

### 3. Hvordan kan kvinner som har det veldig travelt, fremdeles nyte velsignelsene ved Hjelpeforeningen?

Søster Stephens: Det kommer an på prioriteringer. Jeg tilbrakte nylig tid i Vest-Afrika, og jeg så kvinner som bar vann fra brønnen på hodet hver dag, for så å arbeide for å hjelpe til med å forsørge familien. Noen ganger ble jeg overveldet av fattigdommen. Så tilbrakte jeg tid med Kirkens medlemmer på





Hjelpeforeningen starter Deseret Hospital.

1882



“Hjelpeforeningen... ble organisert for nesten et halvt århundre siden... for å gi timelige velsignelser til de fattige og trengende og oppmuntring til de svake, og vinne tilbake dem som er på avveier, og for å styrke kvinners utvikling og utøvelse av medfølelse og nestekjærlighet, slik at de kan ha mulighet til å oppnå åndelig styrke og kraft til å utrette mer godt i arbeidet med å forløse den menneskelige familie.”<sup>8</sup> – Zina D. H. Young

1887

Hjelpeforeningens kvinner organiserte avdelinger i Utah og Idaho av Organisasjonen for kvinners stemmerett i 1889.<sup>7</sup>



ZINA D. H. YOUNG  
1888

1889

President Zina D. H. Young organiserte Hjelpeforeningens første general-konferanse.

1890

1891

Hjelpeforeningen var med på å danne National Council of Women [nasjonalt kvinneråd] i USA.



opplæringsmøtene, hvor de gikk i sine strålende hvite skjorter og hjemmelagede, fargerike kjoler. Jeg lærte at disse menneskene er rike på det som ikke kan kjøpes for penger. Jeg lærte at de setter de viktigste ting først. Evangeliet betyr alt for dem. De sa: “Jeg trenger ingenting. Jeg har alt jeg trenger – jeg har evangeliet og familien.” Når vi setter det viktigste først, vil andre ting naturlig falle ut av vårt liv.

#### 4. Hva har Hjelpeforeningen å tilby unge kvinner?

*Søster Burton:* Unge kvinner kan bidra til å oppfylle profetier når de går over til Hjelpeforeningen. I 1979 profeterte president Spencer W. Kimball (1895-1985) at gode kvinner i verden “vil trekkes mot Kirken i store skarer... i den grad Kirkens kvinner – på en positiv måte – blir sett på som annerledes og forskjellige fra alle andre kvinner i verden.”<sup>6</sup> Vi trenger unge kvinners unike





De første ens-  
lige søstre ble  
beskikket som  
proselytterende  
misjonærer.



Relief Society Magazine inneholdt avhand-  
linger, inspirerende fiksjon og poesi,  
biografier og informative artikler, herunder  
månedlige leksjonsplaner.

1896

Utah ble  
delstat.

1898



1900

1902

Hjelpfor-  
eningens  
første hånd-  
bok ble utgitt,  
med en his-  
torie, taler og  
instruksjoner.



BATHSHEBA W.  
SMITH  
1901

Første redak-  
tør, Susa  
Young  
Gates.



1914

Utgivelsen av  
Relief Society  
Magazine  
begynte.  
Woman's  
Exponent  
avvikles.



EMMELINE B.  
WELLS  
1910



## Avdelingen

for sosialtjenester ble opprettet av Amy Brown Lyman i 1918 under ledelse av Kirkens president, Joseph F. Smith (1838-1918). Søster Lyman lærte også opp Hjelpeforeningens medlemmer i profesjonelt sosialarbeid. I løpet av de første årene av den store depresjonen behandlet avdelingen en enorm saksmengde og koordinerte med både lokale og føderale myndigheter for å distribuere hjelp til trengende enkeltpersoner og familier.

gaver, perspektiver og talenter for å bidra til å oppfylle denne profetien.

Om president Kimballs profeti sa president Russell M. Nelson i 2015 følgende til kvinner i alle aldre – herunder unge kvinner: “Dere er kvinnene [president Kimball] forutså!

[Vi trenger] kvinner med en klippefast forståelse av Kristi lære ... Vi trenger kvinner som kan få tilgang til den kraft Gud gjør tilgjengelig for dem som holder sine pakter ... Vi trenger kvinner som har vår mor Evas mot og perspektiv.

Jeg ber dere innstendig om å oppfylle president Kimballs profeti ... Når dere gjør det, vil Den hellige ånd foredle deres innflytelse på en enestående måte!”<sup>9</sup>

Søster Reeves: Vi er alle “døtre av en himmelsk Fader som elsker oss, og vi elsker ham”.<sup>10</sup> I Hjelpeforeningen vil du oppdage at vi er mer like enn forskjellige. For eksempel lever vi alle i en verden med

sosiale medier, reklame og verdslige forbilder. Kvinnens verdi defineres av verden. Å sammenligne oss med det vi ser og hører i verden, kan få oss til å føle at det er slik vi må være. Nå, mer enn noensinne, trenger vi alle å huske at vår verdi kommer av å være en Guds datter – ikke av det verden fremstiller at vi skulle være. Vår styrke kommer av vårt forhold til vår Fader i himmelen, vår Frelser og hverandre som søstre i evangeliet. Benytt deg av det.

Søster Stephens: Unge kvinner, Gud trenger dere, og vi trenger dere. Dere er den oppvoksende generasjon som er født med styrke til å stå sterkt mot utfordringene i disse siste dager. Bli med oss og bli kvinner som forstår Jesus Kristus og hans forsoning, kvinner som vil inngå og holde hellige pakter, og kvinner som vil samarbeide med hverandre og med prestedømsledere. Det er en velsignelse å være kvinne i enhver alder i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige i dag. La oss



Kirkens avdeling for sosialtjenester var forløperen til Kirkens familiekontor og Kirkens humanitærtjeneste som vi har i dag.

Kirkens velferdsprogram etablert i 1936.



Klær, mat og tusenvis av lappetepper laget av søstre i USA og Canada, ble sendt for å hjelpe de hellige i etterkrigstidens Europa.

1918

Hjelpeforeningens hvete ble solgt til amerikanske myndigheter.

1921

Hjelpeforeningen fokuserte på å forbedre spebarns- og mødredødelighet.



1930

For å hjelpe Utah å dra nytte av Sheppard-Towner-loven av 1921, stilte Amy Brown Lyman til valg til Representantenes hus og vant i 1923. Målet med Sheppard-Towner-loven var å redusere mødre- og barnedødelighet. Søster Lyman koordinerte det offentlige og Hjelpeforeningens programmer. Innen 1928 hadde dette arbeidet redusert barnedødeligheten med 19 prosent og mødredødeligheten med 8 prosent.

1936



1940

Hjelpeforeningens medlemmer deltok i hjelpearbeid knyttet til krigen.

CLARISSA S. WILLIAMS  
1921



LOUISE Y. ROBISON  
1928



AMY B. LYMAN  
1940



dele vårt vitnesbyrd om hvem vi er og hvem vi blir. La oss dele våre budskap om glede, og fryde oss sammen!

### 5. Hvorfor er det viktig for prestedømsbærere og søstre i Hjelpeforeningen å samarbeide i fellesskap?

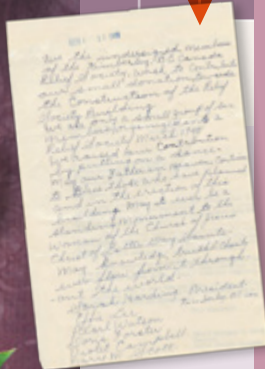
*Søster Burton:* Menn og kvinner har utfyllende oppgaver. Hver enkelt av oss tar med oss våre unike gaver og talenter for å bidra til rikets arbeid og for å styrke hverandre. Kvinner er halvparten av Herrens lagerhus, og er avgjørende for arbeidet. Vi har et perspektiv og et ønske om å bidra til å bygge opp riket som begynte med Eva, og fortsatte med Sara, Rebekka, Ester, Maria, Elisabet, Emma, Eliza og andre tapre søstre i denne siste evangelieutdeling og i fordums tid.

Når vi tenker på kraft og innflytelse, forbinder vi vanligvis kraft med prestedømskraft. Men en rettferdig kvinnes innflytelse har også enorm kraft. De samme egenskapene som er nevnt i Lære og pakter 121:41, som innbyr prestedømskraft, er de samme egenskapene som innbyr



De seks medlemmene av Hjelpeforeningen i Kimberley, British Columbia, organiserte en dans for å få samlet inn midler til oppføringen av Hjelpeforeningens bygning i Salt Lake City.

Den nye hjelpeforeningsbygningen sørget for arbeids- og møtelokaler til medlemmene av styret og generalpresidentenskapet, redaktørene av Relief Society Magazine og syersker som laget tempeltøy.



1949

De første hjelpeforeningene ble organisert i Japan.

BELLE S. SPAFFORD  
1945



1956

FOTO AV HJELPEFORENINGENS JUBILEUMSTALLERKEN GJENGITT MED TILLATELSE FRA KIRKEHISTORISK MUSEUM



1960



Åpent hus for hjelpeforeningsbygningen.

## Under

den lange tjenesteperioden til Hjelpeforeningens generalpresident, Belle S. Spafford, samarbeidet Hjelpeforeningen og andre av Kirkens hjelpeorganisasjoner i en større korrelasjonsprosess i den hensikt å eliminere dobbeltarbeid, redusere svinn og fremme stabilitet i en raskt voksende, verdensomspennende kirke. Forandringer innbefattet reorganisering av Kirkens tidsskrifter og opphør av praksisen med egne bankkonti for hjelpeorganisasjonene.

kraften i en kvinnes innflytelse – “overtalelse”, “langmodighet”, “mildhet og saktmodighet” og “oppriktig kjærlighet”. Disse tingene er nedlagt i vår guddommelige natur, og der finner vi vår mulighet til å øve god innflytelse på en effektiv måte.

Når vi samarbeider med våre brødre i prestedømmet, blir vi litt etter litt et mer Sion-aktig folk (se Moses 7:18).

*Søster Reeves:* Når vi leser “Familien – en erklæring til verden”, ser vi at vår himmelske Fader bruker menn og kvinners sterke sider i henhold til de oppgaver og det ansvar som vil bringe flest mulig av hans barn tilbake til ham.<sup>11</sup> *Hjelpeforeningens formål hjelper oss å gjøre det.*

### 6. Hvordan er det for dere som presidentkap å samarbeide med profetene?

*Søster Burton:* Akkurat slik Jesus Kristus var en forkjemper for kvinner på sin tid, er også hans apostler det i vår tid. Våre

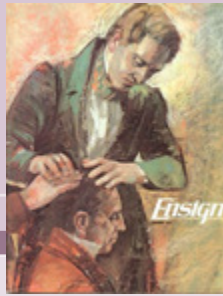
profeter er grundige i sine overveielser, og søker alltid innspill og perspektiv fra søstrene i Kirken. Jeg skulle ønske enhver søster i Kirken kunne se og høre og føle det vi får oppleve i vår omgang med profeter, seere og åpenbarere med jevne mellomrom. De er sanne disipler som uselvisk og med glede gir sitt liv til Herren idet de søker å gjøre hans vilje og stoler på hans tidsplan. De vitner ofte om at denne Kirken tilhører Jesus Kristus og at han leder og veileder den.

*Søster Reeves:* Når vi har våre lederes øre, noe vi ofte har, spør de oss stadig oftere. Brødrene i disse rådene lytter til og verdsetter det vi sier, og de samarbeider med oss om å nå våre felles mål.

*Søster Stephens:* Det første presidentskap og De tolv apostlers quorum er spesielle vitner om Jesus Kristus. De kjenner ham. De er i ferd med å bli som ham. Så hvis du ønsker å forstå forholdet kvinnelige ledere har til disse vitnene om Jesus Kristus, kan



Belle S. Spafford ble utnevnt til leder for National Council of Women mens hun virket som Hjelpeforeningens generalpresident.



Generalpresident Barbara B. Smith overrekker Det første presidentskap en bokrull som representerer 226 291 skjegger med Hjelpeforeningens hvete til en verdi av 1 651 157 dollar, i tillegg til 750 000 dollar i kontanter.



1966

Relief Society Magazine startet utgivelse på spansk.

1968



1970

Siste nummer av Relief Society Magazine.

Tidsskriftet Ensign ble første gang utgitt i januar 1971.

Alle kvinnelige medlemmer av Kirken som er 18 år og eldre, ble automatisk medlem av Hjelpeforeningen.

1978

Da det ble stilt spørsmål ved kvinners tradisjonelle rolle, var Hjelpeforeningens ledere talskvinner for viktigheten av kvinners bidrag til familie og samfunn.

1980

1982

Hjelpeforeningens 140-årsjubileum.

Hjelpeforeningen, Unge kvinner og Primær bidro til arrangementer med temaet "En hyllest til kvinner".

BARBARA B. SMITH  
1974



BARBARA W. WINDER  
1984



du se på hans eksempel i Skriftene. Jesus Kristus forsvarte kvinner, inkluderte kvinner og foredlet kvinner. I råd med Brødrene har jeg ofte sett på dem og tenkt: "Dette er en liten del av hvordan det kan føles å være i Frelserens nærhet."

## 7. Hvilken sammenheng er det mellom åndelig kraft og våre pakter?

*Søster Stephens:* Åndelig kraft kommer til oss gjennom paktene vi mottar og de paktene vi inngår. Vi får også åndelig kraft ved å holde våre pakter.

Åndelig kraft kommer når vi verdig tar del i nadverden på søndag. Det er da vi kan fornye alle pakter vi har inngått med Herren. Vi påtar oss hans navn, "minnes ham", holder hans bud og prøver å leve slik at "hans Ånd alltid kan være hos [oss]" (L&p 20:77, 79).

*Søster Burton:* Om denne åndelige kraften sa Nephi: "Jeg, Nephi, så at Guds Lams kraft falt på de hellige i Lammets kirke" (1 Nephi 14:14). Er ikke ordet *hellige* inkluderende?

Nephi fortsetter i samme vers å si at Guds Lams kraft falt "på Herrens pakts folk som var adspredt over hele jordens overflate, og de var væpnet med rettskaffenhet og med Guds kraft i stor herlighet". Vi som "paktsfolk" – både





Hjelpeforeningen iverksatte tiltak for å styrke lese- og skriveferdighet for å lære medlemmer som ikke kunne lese eller skrive, grunnleggende lese- og skriveferdigheter.

Hjelpeforeningen samlet inn 350 000 lappetepper da de fikk vite at det var behov for 30 000 lappetepper til flyktninger fra Kosovo.

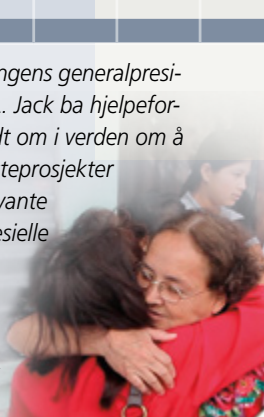


1992

Hjelpeforeningens 150-årsjubileum.

Hjelpeforeningens generalsekretær Elaine L. Jack ba hjelpeforeninger rundt om i verden om å utføre tjenesteprosjekter som var relevante for deres spesielle situasjoner.

FOTO: JASON SWEN-SEN, DESERET NEWS



1999

Generalpresident Mary Ellen W. Smoot talte på den andre verdenskongressen om familier i Roma.

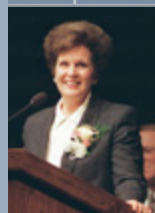


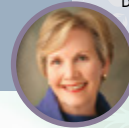
FOTO AV MARY ELLEN SMOOT: STUART JOHNSON, DESERET NEWS



ELAINE L. JACK  
1990



MARY ELLEN W. SMOOT  
1997



BONNIE D. PARKIN  
2002



## Takket

være lederskap fra trofaste Hjelpeforenings-søstre de siste 175 år, fortsetter hjelpeforeninger over hele verden i dag å utvikle tro, styrke familier og hjelpe de trengende. For eksempel ønsket Hjelpeforeningsledere i Caracas, Venezuela å finne måter søstrene kunne yte tjeneste. De besøkte en avdeling for eldre mennesker, og ble vist til et rom hvor kvinner lå sammenkrøllet på gulvet, uten klær å ha på seg. Hjelpeforeningssøstrene gråt mens de badet, kledde, matet kvinnene og klippet håret deres.

menn og kvinner – kan være “væpnet med rettskaffenhet og med Guds kraft i stor herlighet”. Dette er den guddommelige fremtid for alle Guds barn som holder sine pakter.

*Søster Stephens:* Vi kan forstå rekkevidden av vår guddommelige fremtid ved å svare på to spørsmål: (1) Vet du hvem du er? (2) Vet du hva du har? Hvis vi forstår hva vi har, vil vi forstå at vi har alt vi trenger. Gjennom ordinanser og pakter vi inngår i templet, har vi velsignelsene, kraften og myndigheten over alle ting som henhører til prestedømmet. Vi blir ikke ordinert. Vi vet ikke hvorfor. Å bli ordinert til prestedømmet fra far til sønn har vært Guds orden siden Adam og Evas tid.

*Søster Reeves:* Jeg har et vitnesbyrd om at paktslojale kvinner erkjenner at vår Fader har gitt oss alt vi trenger for å komme tilbake til hans nærhet ved å inngå og holde pakter.

## 8. Hva er det viktigste dere vil at søstre i Hjelpeforeningen skal huske?

*Søster Burton:* I Lære og pakter 45:3 står det: “Lytt til ham som er talsmannen hos Faderen, han som taler deres sak for hans åsyn.”

“Derfor, Fader, spar disse mine brødre [og søstre] som tror på mitt navn, så de kan komme til meg og få evig liv” (vers 5). Jeg elsker Jesu Kristi ømhet til oss. Han taler vår sak fordi han elsker oss! Han ønsker at vi skal komme til ham! La oss vise kjærlighet og øke vår tro på Jesus Kristus og vår himmelske Fader.

Som Guds paktsdøtre som er spredt over hele jorden i dag, er vi væpnet i stor herlighet med rettskaffenhet og med Guds kraft. Når vi husker vårt formål, gleder oss over og holder våre pakter, vil vi bli sett på som “annerledes og forskjellige fra alle andre kvinner i verden – på en positiv måte”, og vi kan bidra til å forberede verden til vår Frelser Jesu Kristi gjenkomst. ■





Ny utgave av *Hjelpeforeningens historie* bekjentgjort på generalkonferansen i oktober 2010 av generalpresident Julie B. Beck.

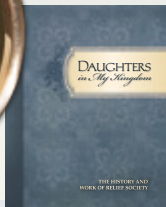
Generalpresident Linda K. Burton oppfordret Kirkens medlemmer over hele verden til å komme flyktninger til unnsetning (se [IWasAStranger.lds.org](http://IWasAStranger.lds.org)).

2004

Det første verdensomspennende opplæringsmøte for kvinners hjelpeorganisasjoner.



JULIE B. BECK  
2007

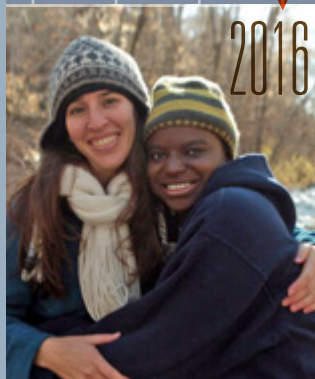


2010

"Å studere og anvende *Hjelpeforeningens historie* definerer og uttrykker hvem vi er som... vår Frelser, Jesu Kristi tilhengere."<sup>12</sup>  
– Julie B. Beck

2011

Døtre i mitt rike: *Hjelpeforeningens historie* og arbeid ble utgitt av Kirken.



2016

2017

*Hjelpeforeningens 175-årsjubileum.*



2020

Du finner mer om *Hjelpeforeningens historie* på [history.lds.org/women](http://history.lds.org/women).



LINDA K. BURTON  
2012



**NOTER**

1. Emma Smith, i Relief Society Minute Book, 17. mars 1842, 13, Kirkehistorisk bibliotek, Salt Lake City.
2. Joseph Smith, i Relief Society Minute Book, 9. juni 1842, 63.
3. Se *Håndbok 2: Kirkens administrasjon* (2010), 9.1.1.
4. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Spencer W. Kimball* (2006), 226.
5. Russell M. Nelson, "Vær tusenårsgenerasjonen verdig," *Liahona*, okt. 2016, 49.
6. *Læresetninger fra Kirkens presidenter: Spencer W. Kimball*, 226.
7. Se Jill Mulvay Derr, Janath Russell Cannon, Maureen Ursenbach Beecher, *Women of Covenant: The Story of Relief Society* (1992), 138.
8. Zina D. H. Young, "First General Conference of the Relief Society," *Women's Exponent*, 15. april 1889, 172.
9. Russell M. Nelson, "En oppfordring til mine søstre," *Liahona*, nov. 2015, 96, 97.
10. *Unge kvinner – personlig fremgang* (hefte, 2009), 3.
11. Se "Familien – en erklæring til verden", *Liahona*, nov. 2010, 129.
12. Julie B. Beck, "Døtre i mitt rike": *Hjelpeforeningens historie* og arbeid," *Liahona*, nov. 2010, 114.

*Dette intervjuet var ved LaRene Porter Gaunt, Kirkens tidskrifter. Informasjonen i tidslinjen og ytterspalten ved Kate Holbrook, Kirkehistorisk avdeling.*

**HJELPEFORENINGENS FORMÅL**

Hjelpeforeningen hjelper kvinner å forberede seg til det evige livs velsignelser ved at de

- vokser i tro på vår himmelske Fader og på Jesus Kristus og hans forsoning,
- styrker enkeltpersoner, familier og hjem ved hjelp av ordinanser og pakter, og
- arbeider i fellesskap for å hjelpe mennesker i nød.



*Akkurat som far var ubøyeleg med  
hensyn til å prøve å hindre misjonæ-  
rene i å undervise oss, var min søster  
Thelma dobbelt så bestemt på å lære  
om evangeliet.*



# Velsignet

AV MIN TROFASTE SØSTER

*Jeg ville ikke være den mannen jeg er i dag  
uten min eldre søsters gode innflytelse.*

## Av Rafael Antillon

**J**eg er heldig som har hatt gode kvinner i mitt liv – en omsorgsfull og tapper mor, kloke og trofaste søstre, og en kjærlig og støttende hustru. Jeg ønsker å hedre en av disse innflytelsesrike kvinnene, min eldre søster Thelma, for hennes innflytelse i mitt liv ved sitt kontinuerlige gode eksempel.

Da jeg var ung, lærte far meg å følge Thelmas ledelse når han og mor ikke var i nærheten, og jeg er evig takknemlig for dette rådet.

## Fast bestemt på å lære

Tre av mine åtte søsken sluttet seg til Kirken i El Salvador samtidig som jeg. Thelma var 14 år gammel, og den eldste i søskenflokket da vi ble døpt. Jeg var 8 år gammel den gangen og den yngste i familien, så hun var lederen vår.

Kirken ble presentert for oss av naboen vår, som sang sanger som vi senere fant ut at var salmer. Denne naboen fortalte oss om et flott sted som kaltes for Primær, der barna lærte å synge. Misjonærene ble kontaktet, og de begynte å besøke hjemmet vårt for å undervise oss.

Far hadde imidlertid sterke motforestillinger mot Kirken og mot at barna hans skulle bli undervist av misjonærene. Som liten gutt forsto jeg aldri hva disse to eldstene måtte gjennomgå for å bringe evangeliet inn i vårt liv. Far kastet

dem ut hvis han fant dem hjemme hos oss, og han slo bevisst av lyset hvis eldstene stakk innom om kvelden. Akkurat slik far var ubøyelig med hensyn til å prøve å hindre misjonærene i å undervise, var Thelma dobbelt så bestemt på å lære om evangeliet og lese Mormons bok. Thelma og eldstene ga aldri opp, og det er jeg takknemlig for.

Å gå i kirken var en kamp fordi far prøvde å hindre oss ved hjelp av en rekke taktikker, som å forlange at vi gjorde husarbeid før vi kunne dra til kirken.

En søndag morgen var spesielt vanskelig. Han ønsket ikke å la oss gå, men vi nektet å la oss stoppe. Han sparket til en søppelbøtte slik at innholdet ble strødd over hele gulvet vi nettopp hadde rengjort. Thelma begynte stille å plukke opp søppelet uten å klage. Da hun hadde vasket gulvet igjen, spurte hun om vi kunne få dra til kirken. Vi var ferdige med alle gjøremål og mer til, men han ville fortsatt ikke gi oss lov. Til slutt spurte han demonstrativt: "Hvorfor insisterer dere på å dra til denne kirken uansett?" Da bar Thelma et sterkt vitnesbyrd om evangeliets sannhet og budskapet om evangeliets gjengivelse. Da hun var ferdig, viftet far med hånden og ga oss lov.

Far prøvde aldri igjen å hindre oss etter denne hendelsen, og til slutt ga han oss lov til å bli medlem av Kirken, selv om han ikke likte det.

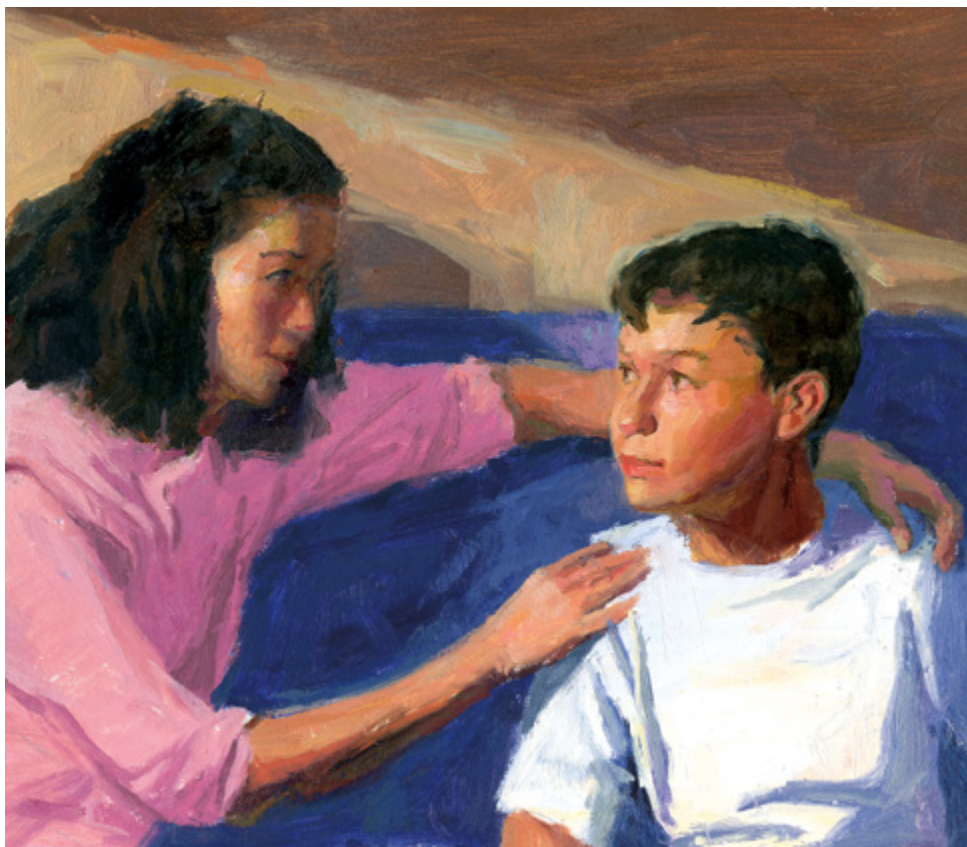


## Tjeneste fra begynnelsen av

Jeg hadde ikke noe problem med å gå i kirken på søndag, men jeg var ikke så begeistret for å delta i Primær fordi det var på lørdag morgen den gangen. Da jeg var 10, kom Thelma hjem en lørdag og fortalte mine andre søsken om en god fotballkamp mellom diakonene og Blinkerne (11 år gamle speidere). Hun understreket hvor synd det var at jeg hadde gått glipp av kampen fordi jeg ikke hadde gått i Primær. Naturligvis gikk jeg neste lørdag (med fotballschoene mine på), og gikk aldri glipp av det igjen.

Da Thelma var 16, ble hun kalt som Primærs president. Biskopen hadde forsøkt å finne noen til å håndtere de mange utfordringene som Primærforeningen sto overfor. Menigheten dekket et stort område, og det var vanskelig og kostbart for mange familier med små barn å reise med buss til kirken både på lørdager til Primær og på søndager. Mange av disse barna deltok ikke i Primær, og ingen løsning hadde blitt funnet. Biskopen hadde blitt tilskyndet til å kalle Thelma, men fikk seg ikke til å gjøre det fordi hun var så ung. Tilskyndelsen fortsatte, og etter å ha fått godkjennelse av stavspresidenten, kalte biskopen søsteren min.

Det viste seg å være en inspirert avgjørelse, og den var til velsignelse for mange barn – også meg. Thelma foredlet sitt kall ved å følge inspirasjon, anvende sunn fornuft og gjennomføre nyskapende ideer for å utvikle opplæringsprogrammer for å bringe evangeliet til barna. Hun ba sine rådgivere og lærere om å ha Primær-møter på flere steder nærmere deres hjem, og hun ga disse lærerne regelmessig opplæring. Denne løsningen gjorde det mulig for medlemmene å spare tid og penger, og gjorde det mulig for barn som tidligere ikke hadde deltatt i Primær, å motta velsignelsene ved denne fantastiske organisasjonen.



## Et eksempel på tro

Mine søsken og jeg fortsatte å følge Thelmas ledelse etter hvert som tiden gikk. Vi holdt familiens hjemmeaften og deltok på alle våre møter i Kirken. Kort tid etter at jeg ble ordinert til diakon, snudde Thelma seg mot meg under en familiens hjemmeaften og anerkjente meg som familiens prestedømsbærer. Dette ga meg en verdifull lærdom om respekt for prestedømmet.

Hun sørget også for at jeg aldri manglet riktig oppmuntring og ekstra motivasjon til å delta på møtene i prestedømmet eller til å utføre mine ansvarsoppgaver. For eksempel brukte Thelma alle tenkelige støyende og energiske metoder for å få meg ut av sengen på søndag morgen, slik at jeg kunne delta på prestedømmet. Hun lærte meg også å se frem til mine videre ordinasjoner i Det aronske prestedømme.

På GUF og Seminar hadde jeg ingenting imot å alltid være kjent som "Thelmas bror". Noen av vennene mine hadde foreldrenes støtte i Kirken, men jeg hadde min biskop, ledere i Unge menn og Thelma.

Thelma fortsatte å være et eksempel for meg mens hun hadde en rekke kall før hun reiste på misjon. Hun virket hederlig i Guatemala Quetzaltenango misjon, og fruktene

**Da jeg var ung, oppmuntret Thelma meg til å delta i Primær og andre aktiviteter i Kirken. Etter hvert som årene går, fortsetter hennes eksempel og entusiasme for evangeliet å være en inspirasjonskilde for meg.**

av hennes arbeid omfattet at mor ble døpt to dager etter at Thelma kom hjem. Vår glede var fullkommen da jeg, som da var prest, utførte denne hellige ordinansen. I tråd med Thelmas eksempel begynte jeg oppriktig å forberede meg til å reise på misjon.

Etter misjonen flyttet Thelma til USA for å studere ved Brigham Young University, til tross for våre beskjedne økonomiske omstendigheter. Hun fortsatte å øve sterk innflytelse på meg uansett avstand.

Da jeg kom hjem fra misjon i Guatemala Guatemala City misjon, reiste jeg også til Provo i Utah for å studere ved BYU. Jeg var takknemlig for så manges godhet og støtte som hjalp meg å komme meg dit. Det ville imidlertid uansett bli smått med penger.

Kort tid etter at jeg kom til Provo, vurderte Thelma og jeg vår økonomiske situasjon. Begge konkluderte med at selv om jeg arbeidet på deltid, hadde vi ikke nok penger til å betale min og hennes husleie for hele skoleåret. Thelma var imidlertid aldri i tvil om at vi ville klare oss gjennom denne prøvelsen. Hun stolte på at Herren ville åpne en utvei. Mindre enn en uke senere fikk Thelma brev fra BYUs spanske avdeling. Da hun åpnet det, snudde hun seg mot meg og utbrøt: "Slik! Det er slik vi skal betale husleien!" Brevet informerte henne om at hun hadde blitt godkjent som lærerassistent, noe som ville øke inntekten hennes.

### Helseproblemer

Etter hvert som årene går, fortsetter Thelma å være en inspirasjonskilde. Hun takler motgang bedre enn noen andre jeg kjenner. Hun tar seg av sin fantastiske sønn som har Downs syndrom, vår aldrende mor og en mann med en alvorlig helsetilstand. Og som om ikke dette var nok, har hun helseproblemer selv også.

For noen år siden gjennomgikk Thelma en hjerneoperasjon for å lette trykket fra en hjernesvulst. Gitt hennes nærmestes behov, var utsiktene til eventuelle komplikasjoner skremmende. Hun ba om hjelp og inspirasjon, og gikk i templet. Gjennom det hele vaklet hun ikke i troen, men

hun hadde betenkeligheter med å legge sitt liv i hendene på legen som skulle utføre den vanskelige operasjonen. Thelma snakket med en god venn i denne perioden og fortalte om sin bekymring med hensyn til operasjonen. Thelmas venn spurte om legens navn, og da hun hørte navnet, sa hun at legen var medlem av menigheten hennes. Hun fortalte Thelma at han var et trofast medlem av Kirken og en verdig prestedømsbærer. Han spilte ofte Kirkens salmer mens han utførte operasjoner. Selv om det var en enkel opplysning, var dette et kjærlig svar på Thelmas bønner. Thelmas liv og åndelige opplevelser er en kilde til kontinuerlig styrke og vitnesbyrd i mitt eget liv.

Jeg tenker på unge gutter som kanskje har en lignende oppvekst som min. Jeg tenker på dem som ikke har noen mannlig rollemodell hjemme, som bare kan finne tilflukt i kirken, og de som vokser opp i urolige land. Til dem sier jeg: Aldri gi opp. Hold deg nær Herren og hans tjenere. Jeg er takknemlig for at Herren ga meg den støtten og oppmuntringen jeg trengte for å nå mine mål og bli den personen jeg er i dag. ■

*Artikkelforfatteren bor i New York, USA.*



### KVINNERS TRO OG HENGIVENHET

"Jeg vil uttrykke min takknemlighet til dere trofaste siste-dagers-hellige kvinner, som nå omfatter millioner og finnes over hele verden. Dere har stor kraft til det gode. Deres talenter og hengivenhet er fantastisk. Deres tro og deres kjærlighet til Herren er enorm, til hans verk og til hans sønner og døtre. Fortsett å etterleve evangeliet. Foredle det foran alle dere omgås med."

**President Gordon B. Hinckley (1910–2008), Læresetninger fra Kirkens presidenter – Gordon B. Hinckley (2016), 99.**





# EVANGELIET OG DET gode liv



Av eldste  
**Quentin L. Cook**  
i De tolv apostlers  
quorum

*I de verste omstendigheter, når alt annet faller sammen,  
er familie og Jesu Kristi evangelium det grunnleggende.*

**M**ange taler handler om å følge drømmer og lidenskaper. Disse målene er viktige, men jeg ønsker at dere skal overveie en større hensikt i livet.

## Takknemlighet for velsignelser

For det første håper jeg dere er takknemlige for deres velsignelser – spesielt deres arv. Takknemlighet og ydmykhet henger nøye sammen. Vi lever i en tid hvor mange er selvpoptatt. Ikke minst sosiale medier kan lett brukes til å fremme seg selv. Det har aldri vært viktigere å være takknemlig og ydmyk. De som har disse egenskapene, uttrykker takknemlighet for sine velsignelser når de følger Frelserens eksempel.

Min venn, Harvard-professor Roger B. Porter, som er et trofast medlem av Kirken, bemerket på en eksamensfest ved Harvard i mai 2015 at takknemlighet “krever at vi erkjenner vår gjeld til andre”, og “det innebærer ofte en ydmyk reaksjon på gaver som vi ikke selv har gjort oss fortjent til”. Han konkluderte: “Hvis dere velger å la takknemlighet være en sentral del av livet, vil det gjøre dere godt. Det vil hjelpe dere å motstå fristelsen til å gi etter for stolthet og hengi dere til en følelse av berettigelse. Det vil hjelpe dere å se det gode og anerkjenne det positive. Det vil hjelpe dere å sette i sammenheng de humper i veien og den motgang dere vil oppleve fra tid til annen. Det vil hjelpe dere å rette oppmerksomhet mot de som er mindre heldig stilt enn dere, som dere kan være til velsignelse for.”<sup>1</sup>





**Et gammelt kinesisk ordspråk lyder: "Når du drikker vannet, må du ikke glemme kilden det kommer fra."**

Jeg vil hevde at vi må være spesielt takknemlige for vår arv. Når vi er velsignet med gode foreldre, skulle vi være takknemlige. Dette er den gjelden vi alle skylder for vår arv. Et gammelt kinesisk ordspråk lyder: "Når du drikker vannet, må du ikke glemme kilden det kommer fra."

Det går tydelig frem i Skriftene at vi skal hedre våre foreldre. I Ordspråkene leser vi: "Min sønn, hold fast på din fars bud, og forlat ikke din mors lære" (Ordspråkene 6:20). Efeserne lærer oss å "hedre din far og din mor" (se Efeserne 6:2–3; se også 2 Mosebok 20:12). Den store tyske filosofen Goethe sa det slik: "Det som din fars arv har lånt deg, må du fortjene på ny for virkelig å eie det!"<sup>2</sup> Det er tydelig at vi må være takknemlige for våre foreldre og gjøre noe positivt for å erverve det de ville håpe å skjenke oss.

### **Evige prinsipper kontra verdslige filosofier**

I tillegg til å oppfordre dere til å være takknemlige, ønsker jeg å gi dere noen praktiske råd som kan hjelpe dere å være både lykkelige og fremgangsrrike med hensyn til å oppnå et meningsfylt liv, som ofte kalles "det gode liv".

I et essay uttrykte nylig Lord Jonathan Sacks, den tidligere sjefsrabbineren for De forente hebraiske menigheter i Det britiske samveldet, den samme bekymring som jeg føler med hensyn til den reduserte plassen tro, moralnormer og mening har i dagens samfunn. Han sa:

"Hvis det er én ting de store institusjonene i den moderne verden ikke gjør, så er det å gi mening ...

Vitenskap, teknologi, det frie marked og den ... demokratiske stat har gjort oss i stand til å gjøre enestående fremskritt innen kunnskap, frihet, levealder og velstand. Dette er noen av de største fremskrittene for menneskenes sivilisasjon, og må forsvares og verdsettes.

De kan imidlertid ikke besvare de tre spørsmålene som enhver reflekterende

person vil stille på et eller annet tidspunkt i livet: Hvem er jeg? Hvorfor er jeg her? Hvordan skal jeg da leve? Resultatet er at det 21. århundre har gitt oss maksimal valgfrihet og minimalt med mening.”<sup>3</sup>

Dette sitatet uttrykker på elegant vis kjernen i budskapet mitt. Jeg er dypt bekymret for at det gode liv som er basert på Jesu Kristi liv og læresetninger, nå er underordnet det verdslige synet på det gode liv.

For de av oss som er medlem av Kirken, danner Jesu Kristi evangelium og hans oppstandelse og forsoning grunnlaget for alt som er viktig, og disse tingene gir også mening til dette livet. Frelseren har inspirert trosoppfatninger og fastsatt adferdsnormer med hensyn til hva som er moralsk, godt og ønskelig, og som resulterer i det gode liv. Men prinsippene og den grunnleggende moralen Frelseren forkynte, er under alvorlig angrep i dagens samfunn. Selve kristendommen er under angrep.

Det er ikke noe nytt. Oppskriften på det gode liv har blitt debattert i århundrer. Da apostelen Paulus var i Aten, traff han på “epikureiske og stoiske filosofer” (Apostlenes gjerninger 17:18). Stoikerne mente at det største gode var dyd, mens epikureerne mente det største gode var fornøyelse. Mange stoikere var blitt stolte og brukte filosofien som et “skalkeskjul for ... ambisjon og lastefullhet”. Mange epikureere var blitt hedonister som hadde som motto: “La oss spise og drikke, for i morgen dør vi.”<sup>4</sup> Mange i den akademiske verden har lenge henvist til at Aristoteles hevdet at intellektuell overveielse er en oppskrift på det gode liv. Det er interessant at mange av de samme verdslige filosofier som kolliderte med den tidlige kristendommen, fortsatt er tilstede i litt andre former i dag.

I tillegg er mange nye filosofier direkte i strid med Jesu Kristi evangelium. Dette har skjedd fort. Slik Mormons bok uttrykker det, har mye av verden “i løpet av ganske få år” (Helaman 7:6) gått over til å kalle “det onde godt og det gode ondt” (2 Nephi 15:20). Faktisk gjenspeiler disse to setningene fra Skriftene det som skjer i vår tid. Det som regnes som moralsk, har forandret seg raskt. Det har vært

en ufattelig bevegelse bort fra moralsk adferd som grunnlag for det gode liv. Noen avskriver kristendommen ved å akseptere myten om at kristendommen ikke handler om lykke i dette liv, men kun om himmelen.<sup>5</sup> Jeg kan forsikre dere om at å følge Frelseren gir lykke i dette liv og i himmelen.

### Lovtale-egenskaper kontra CV-egenskaper

Noen utfordringer handler ikke bare om godt og ondt. Noen krever at vi gjør valg basert på hva som er best, ikke bare hva som er godt.<sup>6</sup>

I en lederartikkel med tittelen “Den moralske livslisten”, uttrykte David Brooks konseptet at det finnes “to sett med egenskaper, CV-egenskaper og lovtale-egenskaper. CV-egenskapene er de ferdighetene du bringer til markedet. Lovtale-egenskapene er de som blir omtalt i





begravelsen din.”<sup>7</sup> Brooks konkluderte med rette med at lovtale-egenskaper er mye viktigere. Dette gjorde inntrykk på meg personlig fordi jeg opplevde noe da jeg var i midten av 20-årene, som fikk betydelig innflytelse på meg. Det skjedde i forbindelse med begravelsene til to gode menn, med bare noen få dagers mellomrom. Historien er sann, men jeg har forandret navnene og bevisst vært litt uklar om noen av kjensgjerningene.

Jeg var 25 år gammel, hadde tatt eksamen ved Stanford Law School, og hadde nettopp fått jobb i et advokatfirma. Jeg tilbragte mine arbeidsdager sammen med høyt utdannede mennesker som hadde lagt seg opp betydelige materielle eiendeler. De var vennlige og stort sett elskverdige og tiltalende mennesker.

Medlemmer av Kirken som jeg vanket sammen med, var mye mer mangfoldige. De fleste av dem hadde lite



materiell rikdom. De var fantastiske mennesker, og de fleste hadde mening i livet. Det var på denne tiden at to eldre, pensjonerte menn jeg hadde kjent i mange år, døde. Det var bare noen dager mellom begravelsene, og jeg reiste for å delta på dem begge. Jeg har bestemt meg for å kalle en av mennene Rik og den andre mannen Trofast. Jeg vil aldri glemme disse begravelsene fordi de synliggjorde betydningen av valgene som alle står overfor, spesielt de unge. De viser også hvor komplisert skillet mellom CV-egenskaper og lovtale-egenskaper er.

Både Rik og Trofast reiste på misjon som unge menn. Så vidt jeg vet var begge entusiastiske misjonærer. Etter studietiden begynte livet deres å gå forskjellige veier. Rik giftet seg med en vakker kvinne som etter hvert ble mindre aktiv i Kirken. Trofast giftet seg med en like vakker kvinne som var fullstendig aktiv i Kirken. Mer enn noen annen faktor preget denne avgjørelsen de resterende avgjørelsene i deres liv. Min erfaring tilsier at når ektepar er sanne og trofaste mot Frelseren og familiens evige betydning, beholder de nesten alltid lovtale-egenskapene.

Jeg skal nå si litt mer om Rik. Han hadde fantastiske sosiale ferdigheter og brydde seg virkelig om andre. Han begynte i et stort nasjonalt selskap, og ble til slutt administrerende direktør i dette selskapet. Han hadde svært høy inntekt og bodde i en stor og vakker bolig på en romslig tomt. Det er derfor jeg har valgt å kalle ham Rik. Man kan trygt si at hans karrierevalg ikke bare var bra eller bedre, men var de beste.

Hans valg med hensyn til Kirken og familien var imidlertid ikke like gode. Han var en god mann, og tok ikke personlige valg som i seg selv var onde, men hans valg med hensyn til familien og hans innflytelse på barna dreide seg nesten utelukkende om utdanning og arbeid, i hovedsak CV-egenskapene som er så verdsett i markedet. Sønnene hans tok også fatt på en fremragende yrkeskarriere. De holdt seg imidlertid ikke aktive i Kirken, og de giftet seg med unge kvinner som ikke var medlem. Jeg har ikke alle



fakta om sønnene hans, men i begge tilfeller endte disse ekteskapene i skilsmisse.

Rik og hans hustru ble også mindre aktive. De var først og fremst opptatt av høyprofilerte sosiale aktiviteter og samfunnsaktiviteter. Han regnet seg alltid som medlem av Kirken og var stolt over sin misjon, men han gikk ikke i kirken. Fra tid til annen bidro han til bygging av Kirkens møtehus, og han hjalp trofaste siste-dagers-hellige med deres karriere. I tillegg var han alltid et eksempel på ærlighet, integritet og velvilje i de stillingene han hadde.

Begravelsen ble holdt i et frikirkelig kapell på gravlunden. Mange toppledere og rangspersoner deltok i begravelsen, blant andre guvernøren i delstaten han bodde i. Bortsett fra hans barn, barnebarn og meg, var alle de tilstedeværende over 50 år. Det var i det hele tatt en dystre begravelse. Grunnleggende prinsipper i lykkens plan ble ikke undervist, og lite ble sagt om Jesus Kristus.

Riks liv bygget nesten utelukkende på CV-egenskaper.

Trofasts yrkeskarriere var langt mindre fremgangsrik. Hans første forsøk som selvstendig næringsdrivende gikk i vasken da virksomheten gikk tapt i brann og han mistet alt. Han startet senere et nytt firma, men klarte så vidt å betale regningene. Han hadde et lite, men tilstrekkelig hjem. Han likte sitt arbeid og sin omgang med mennesker. Karrieren hans var "god" og helt klart tilfredsstillende, men ikke høyt anerkjent eller det som kan kalles best. Det var ingen karriere av CV-egenskaper.

Hans familie- og kirkevalg, derimot, var absolutt de beste. Han og hans hustru var fullstendig aktive i Kirken. Han virket i de kallene han fikk, ofte som lærer, gikk ofte i templet og var en trofast prestedømsbærer. Han hadde fantastiske forhold til andre, spesielt til sin store familie og sine mange barnebarn. Alle var godt utdannet, men de la først

***Når mål knyttet til utdanning og yrkeskarriere blir viktigere enn familien og Kirken og et vitnesbyrd om Frelseren, kan de util-siktede konsekvensene av å legge for stor vekt på CV-egenskapene bli svært uheldige.***





***De viktigste valgene kan gjøres av alle, uavhengig av deres talenter, evner, muligheter eller økonomiske omstendigheter.***

og fremst vekt på å leve et Kristus-lignende liv. Da han pensjonerte seg, reiste han og hans hustru på misjon sammen. Selv om han opplevde prøvelser, blant annet en sønn som døde under andre verdenskrig, oppnådde han tilfredsstillelse og glede gjennom hele sitt liv på grunn av hensikten med og betydningen av sin familie og Jesu Kristi evangelium.

Begravelsen i menighetens møtehus var stor og gledesfylt. Folk i alle aldre deltok, heriblant et stort antall barnebarn og unge mennesker han hadde utført tjeneste for. Lykkens plan ble undervist, og Frelseren sto sentralt i møtet. Det var en eksemplarisk siste-dagers-hellig begravelse. Talene handlet om hans karakter, vennlighet, omtanke for andre og tro på og kjærlighet til vår Herre Jesus Kristus.

### **Valg og det gode liv**

Som nevnt, kom disse begravelsene i en avgjørende periode for meg. Jeg hadde vært på misjon, og jeg elsket Kirken. Jeg var

i starten av min karriere, og begynte å bli imponert over de som gjorde det godt materielt og yrkesmessig. Jeg innså at de valgene jeg tok, ville definere min lykke i dette liv og avgjøre hvilken arv jeg ville etterlate meg. Jeg forsto også den evige betydning av de valg som lå foran meg. Det var tydelig for meg at valg har evig betydning. Det viktigste for meg når det gjelder de livene jeg har beskrevet, er at jeg innså at de viktigste valgene kan gjøres av alle, uavhengig av talenter, evner, muligheter eller økonomiske omstendigheter. Jeg innså at det for meg, mine fremtidige barn og alle jeg ville komme til å øve innflytelse på, var helt avgjørende å sette Frelseren, familien og Kirken først. Å gjøre det ville resultere i det gode liv.

I de verste omstendigheter, når alt annet faller sammen, er familie og Jesu Kristi evangelium det grunnleggende. Tenk på far Lehi i Mormons bok, hvor det står at han "dro ut i villmarken. Og han forlot sitt hus og sitt

arveland, sitt gull og sølv og sine kostelige ting, og han tok ikke noe med seg, unntatt sin familie” (1 Nephi 2:4).

Denne generasjonen har utfordringen med å beskytte tro og familie. En forsker har sett så langt tilbake som det gamle India og Hellas, og konkludert med at alle ikke-religiøse befolkninger i historien har opplevd demografisk nedgang.<sup>8</sup> Nyhetsmediene fremhevet nylig den synkende fødselsraten i store deler av verden i dag. *Wall Street Journal* erklærte nylig i en forsideartikkel: “Verdens nye befolknings-tidsbombe: For få mennesker.” Artikkelen hevdet at i 2016 “vil den samlede befolkning i yrkesaktiv alder ... avta for første gang siden 1950”.<sup>9</sup>

Mangel på tro og befolkningsnedgang henger tydelig sammen. Faderens evige plan for sine barn er avhengig av både tro og familier. Jeg er takknemlig for at siste-dagers-hellige, i undersøkelse etter undersøkelse, opprettholder troen på Herren Jesus Kristus og fortsetter å gifte seg og få barn.

Noen har kanskje ikke mulighet til å gifte seg eller få barn. Men de som følger Frelseren og hans bud i rettskaffenhet – og som utfører uselvisk tjeneste for vår Faders barn – “vil motta alle lovede velsignelser i evigheten”.<sup>10</sup>

Når vi møter livets vanskeligheter og prøvelser, skjer det mange ting som vi har liten eller ingen kontroll over. Men når det gjelder prinsipper, adferd, religionsutøvelse og rettfærdig livsførsel, har vi kontrollen. Vår tro på og tilbedelse av Gud Faderen og hans Sønn Jesus Kristus er et valg vi tar.

Eldste Neal A. Maxwell (1926-2004) i De tolv apostlers quorum siterte William Law, en engelsk prest på 1700-tallet, da han uttrykte dette ytterst fyndig: “Hvis du ikke har valgt Guds rike, vil det i siste instans ikke spille noen rolle hva du har valgt isteden.”<sup>11</sup>

Dere må for all del ikke tro at jeg forteller den sanne historien om mennene jeg har kalt Rik og Trofast, fordi jeg anbefaler å vise mindre interesse for mål knyttet til utdanning og yrkeskarriere. Tvert imot skulle vi gjøre alt vi kan for å oppnå mest mulig på disse områdene. Jeg mener bare at når mål knyttet til utdanning og yrkeskarriere

blir viktigere enn familien og Kirken og et vitnesbyrd om Frelseren, kan de utilsiktede konsekvensene av å legge for stor vekt på CV-egenskapene bli svært uheldige.

Jeg er sikker på at dere kan oppnå den glede og lykke dere ønsker, og som Gud ønsker for dere, hvis dere er:

- Takknemlige for deres velsignelser – spesielt deres arv.
- Trofaste mot de evige prinsippene som vil gi livet mening.
- Fast bestemt på at deres lovtale-egenskaper skal overgå deres CV-egenskaper.
- Forberedt på å rapportere til Frelseren at dere har levd et godt liv.

Det viktigste møtet vi vil ha på den andre siden av sløret, er med Frelseren, “portens vokter” (2 Nephi 9:41). Uavhengig av hvem våre forfedre er og om vi er rike eller fattige, kommer vi til å rapportere om vår overholdelse av de budene vi har mottatt. Vi skulle leve slik at vi kan “gå inn gjennom hans porter med takkesang, inn i hans forgårder med lovsang. Takk ham og pris hans navn” (Salmene 100:4).

Vi vil ønske å med glede rapportere at vi har levd et virkelig godt liv. ■

*Fra en tale holdt under en andakt, “The Good Life,” ved Brigham Young University – Idaho, 18. desember 2015. Du finner hele talen på engelsk på web.byui.edu/devotionalsand speeches.*

#### NOTER

1. Roger B. Porter, tale ved en eksamensfest, Dunster House, Harvard University, 28. mai 2015.
2. Johann Wolfgang von Goethe, *Faust*, overs. Bayard Taylor (1912), 1:28.
3. Jonathan Sacks, “How to Defeat Religious Violence,” *Wall Street Journal*, 2. okt. 2015, C2; se også Jonathan Sacks, *Not in God’s Name: Confronting Religious Violence* (2015), 13.
4. Se Frederic W. Farrar, *The Life and Work of St. Paul* (1895), 304.
5. Se Carl Cederstrom, “The Dangers of Happiness,” *New York Times*, 18. juli 2015, 8.
6. Se Dallin H. Oaks, “Bra, bedre, best,” *Liahona*, nov. 2007, 104–08.
7. David Brooks, “Moral Bucket List,” *New York Times*, 11. april 2015, SR1, nytimes.com; se også David Brooks, *The Road to Character* (2015), xi.
8. Se Michael Blume, i David Brooks, “Peace within the Texts,” *New York Times*, 17. nov. 2015, A23, nytimes.com.
9. Greg Ip, “The World’s New Population Time Bomb: Too Few People,” *Wall Street Journal*, 24. nov. 2015, 1.
10. *Håndbok 2 – Kirkens administrasjon* (2010), 1.3.3.
11. Neal A. Maxwell, “Response to a Call,” *Ensign*, mai 1974, 112; se også William Law, i *The Quotable Lewis*, red. Wayne Martindale og Jerry Root (1989), 172.









## BILDER PÅ TRO

*I 1989 ble Markus, Karen, og deres tre år gamle sønn innvilget tillatelse til å forlate sitt hjem i Øst-Tyskland for å reise på ferie til Ungarn. Mens de var der, åpnet Ungarn sine grenser til Østerrike, hvilket åpnet veien til frihet for tusenvis av øst-tyske flyktninger. Markus og Karen innså hvilken unik anledning dette åpnet for dem. De kunne også dra.*

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

## Markus Tilgner

*Saxony Anhalt, Tyskland*

Jeg sa: "La oss dra til Østerrike."

"Å nei, det kan du ikke," sa Karen. "Foreldrene dine blir igjen i Tyskland, og det blir mine også."

"De vil forstå," svarte jeg.

"Vi har allerede begynt å bygge hus," sa Karen. "La oss gjøre det ferdig."

"Nei, la oss starte på nytt," sa jeg, "et annet sted, i Vest-Tyskland."

"Igjen forsøkte jeg å fortelle henne at vi burde dra. Hun sa: "Nei, for du har nettopp blitt kalt til biskop, og du sa ja, og var villig til å tjene."

Dette var grunnen til at vi ikke forlot Tyskland. Noen uker senere falt muren i Berlin. Til alt hell ble vi værende. Dette var vår himmelske Faders vei for oss.

For flere fotos av familien Tilgner, gå til [lds.org/go/31739](https://www.lds.org/go/31739).



## BESØKENDE LÆRERINNER, SLEKTSHISTORIE OG MØDRE

Jeg ble medlem av Kirken da jeg var 20 år gammel. Kort tid senere giftet jeg meg med en mann fra menighe-ten, og vi flyttet på grunn av arbeid. Da jeg var 22, ble vår første sønn født. Det var da mine besøkende lærerinner begynte å besøke meg regelmessig, selv om vi bodde i utkanten av menig-hetens område.

Siden jeg var nybakt mor den gangen, sa min samvittighet meg at jeg trengte å komme i kontakt med

min egen mor. Jeg hadde imidler- tid brutt all kontakt med henne åtte år tidligere, da hun og far ble skilt. Hver gang mine besøkende lærerinner kom, snakket vi om det, og jeg følte at Ånden oppfordret meg til å ta dette vanskelige skrittet.

Vi snakket om hvordan jeg kunne begynne å gjenoppbygge forholdet vårt, ettersom mor ikke tilhørte Kir-ken. Så mye hadde forandret seg i livet mitt på de åtte årene som hadde gått siden vi kranget. På grunn av Åndens sterke tilskyndelser, bestemte jeg meg for å kontakte mormor først. Hun var blind, så posten hennes ble sendt til min tante som tok seg av henne.

Jeg fikk et fantastisk brev tilbake, og vi dro for å besøke min bestemor og min tante. Bestemor ble positivt overrasket og ønsket bare at jeg skulle stikke innom datteren – min mor – på hjemveien. Hun ble veldig glad.

Bestemor var lutheraner, og hun elsket Frelseren. Mens vi bodde hos dem, leste mannen min for henne fra Mormons bok hver morgen. Hun likte det virkelig. Etter noen morgener følte min mann og min bestemor seg så fylt av Ånden at bestemor gikk til skrive- bordet sitt og fant frem en slektshisto-riebok som hadde tilhørt min avdøde bestefar, og viste den til ham. Der sto åtte generasjoner pent oppført, med informasjon om yrkene deres. Bestemor var svært lykkelig mens vi bodde hos henne, og jeg lovet henne å besøke mor på hjemveien, hvilket jeg gjorde.

Fem uker etter vårt besøk til bes-temor, fikk hun slag og døde. To år senere utførte jeg tempelarbeidet for mine forfedre ved hjelp av bestemors informasjon.

Jeg har nå et godt forhold til mor. Vi bor i samme by, og hun hjelper meg av og til med barna.

Uten de regelmessige besøkene fra mine besøkende lærerinner, som oppmuntret og støttet meg hele denne tiden, ville jeg aldri ha våget å ta dette skrittet for å reparere forholdet til mor. Ikke bare jeg, men også mange gene- rasjoner ble velsignet. ■

Heike Baake, Frankfurt, Tyskland



Jeg følte at Ånden oppfordret meg til å ta dette vanskelige skrittet.

## MINE BESØKENDE LÆRERINNER FANT MEG

**D**a jeg var en ung mor med en to år gammel sønn, bodde jeg en kort periode i Santa Catarina i Brasil, og kjente svært få medlemmer av Kirken der. Jeg bodde i et voksende, men avsidesliggende nabolag, så det var ikke mange naboer i nærheten av huset mitt.

En dag begynte jeg å føle meg syk, og ble raskt dehydrert. Snart kunne jeg ikke engang stå opp for å ta meg av sønnen min eller gå til nærmeste telefonkiosk for å ringe mannen min. Jeg begynte å be, men for hvert forsøk på å stå opp, følte jeg meg svakere.

Det varte ikke lenge før mine besøkende lærerinner banket på døren. De skjønte umiddelbart at de hadde blitt ledet av vår himmelske Fader til å finne meg. De laget en styrkedrikk til meg, hjalp meg med sønnen min og vasket opp. Så fortalte de meg at de hadde gått en god stund for å finne huset mitt, og hadde vurdert å gi opp, men Ånden hadde tilskyndet dem til ikke å gjøre det.

Da de dro, følte jeg meg allerede bedre. Før de dro, holdt vi en bønn sammen.

De vet sannsynligvis ikke hvor mye de hjalp meg og nærte meg åndelig ved sitt eksempel på godhet og snarrådighet med hensyn til å lytte til og gi akt på Åndens røst. ■

Enilze do Rocio Ferreira da Silva,  
Curitiba, Brasil



**D**et varte ikke lenge før mine besøkende lærerinner banket på døren. De skjønte umiddelbart at de hadde blitt ledet av vår himmelske Fader til å finne meg.



## DEN FREMMEDES SMIL

Vanligvis ville jeg ha unngått ham – en nedbrutt mann som spilte kort ved et bord i lekeområdet ved en hurtigmat-restaurant. Han smilte avmålt, men virket ellers trist mens han så barna leke. “Han er sikkert her for å unnslipe kulden,” tenkte jeg da jeg gikk forbi bordet hans for å kaste min datters halvspiste måltid. Da jeg la merke til bordet hans, helt uten matinnpakning eller papirbegre, hvisket den milde, lave røsten til meg: “Kjøp litt mat til ham.”

Da jeg kom tilbake til bordet mitt, hadde jeg fortsatt litt kontanter i lommen. “Jeg kommer til å gjøre ham brydd,” sa jeg til meg selv. Så fikk jeg en følelse av fred, og Åndens skjønne hvisken beroliget meg: “Kjøp litt mat til ham.”

Jeg fortalte ikke barna hva jeg gjorde. Jeg tok med meg litt søppel og gikk for å kaste det slik at jeg kunne komme i nærheten av mannens bord uten at venninnen som jeg spiste sammen med, fikk vite noe.

Jeg lente meg ned og spurte: “Kan jeg få kjøpe litt lunsj til deg?”

Han så overrasket ut, og svarte lavmælt: “Hvis du har lyst.”

Jeg fant frem det lille jeg hadde igjen av penger – akkurat nok til et måltid og en drikke – og ga dem til mannen. Jeg satte meg på plassen min igjen uten at de travle mødrene rundt meg hadde lagt merke til meg, og så mannen reise seg for å kjøpe måltidet sitt.

Mens jeg fikk barna inn i bilen for å dra hjem, så jeg gjennom vinduet og så mannen bære et brett med mat tilbake til det tomme bordet sitt. I hans en gang alvorstyngede ansikt kunne jeg nå se et smil.

Vinterbrisen som blåste mot ansiktet mitt, følte ikke like kald lenger. Jeg solte meg i den varme, gledelige ånden som fylte meg fra støvlettene

til min frosne hestehale. Jeg husket Frelserens undervisning:

“For jeg var sulten, og dere gav meg mat. Jeg var tørst, og dere gav meg å drikke...”

Da skal de rettferdige svare ham og si: Herre, når så vi deg sulten og gav deg mat, eller tørst og gav deg å drikke? ...

Og kongen skal svare og si til dem: Sannelig sier jeg dere: Alt dere gjorde mot én av disse mine minste brødre, det gjorde dere mot meg” (Matteus 25:35, 37, 40).

Jeg er takknemlig for en fremmeds smil som hjalp meg å finne mot til å gjøre det rette. ■

Jenner Porter, Texas, USA



# VI HJALP MIRTA Å KOMME TILBAKE

Jeg ble kalt som rådgiver i Hjelpeforeningen i min families nye menighet. På våre presidentskapsmøter gikk vi gjennom en liste over navnene på Hjelpeforenings-søstre i menigheten, og vurderte hvordan vi kunne hjelpe dem og deres familie.

Jeg fattet interesse for en søster i menigheten som het Mirta. Hun hadde vært medlem av Kirken i mange år, men av en eller annen grunn hadde ikke Mirta kommet i kirken på flere år.

Jeg la merke til at mannen hennes var eldstenes quorumpresident, men at deres barn, som var medlemmer, heller ikke gikk i kirken. Hver søndag så jeg ektemannen komme alene.

Jeg følte at vi måtte hjelpe denne familien å komme tilbake til kirken sammen og nyte de velsignelser som Herren ville gi dem. På de påfølgende presidentskapsmøtene uttrykte jeg mitt håp om å hjelpe Mirta tilbake til Kirken. Vi planla aktiviteter der vi kunne inkludere henne på en spesiell måte, og vi ble enige om noen oppgaver vi kunne gi henne.

Da vi besøkte henne, takket hun ja til hver av oppgavene, og utførte dem deretter perfekt. Vi merket oss at hun ventet ivrig på å bli hentet av en av oss for å delta på Hjelpeforeningens aktiviteter.

Da vi organiserte besøkende lærerinner-parene som presidentskap, ba

jeg de andre vurdere muligheten for at Mirta og jeg kunne bli ledsagere. Hver måned, uten unntak, utførte Mirta og jeg våre besøkende lærerinner-besøk. Hver gang vi dro ut for å besøke søstrene var en mulighet til å snakke sammen og bli bedre kjent med hverandre.

Hver gang jeg inviterte henne med til kirken, sa hun bare: "Når jeg føler at jeg er klar, skal jeg gå." Jeg forsto det ikke, men jeg respekterte avgjørelsen hennes. Omsider ble svaret hennes: "Kanskje jeg skal gå på søndag."


Jeg ventet spent på henne hver søndag. Hun kom aldri, men jeg fortsatte å ha henne i mine bønner. En plutselig forandring gjorde at jeg og familien flyttet tilbake til der vi hadde bodd tidligere, og jeg fikk ikke anledning ta farvel med Mirta. Da vi forlot menigheten, hadde hun fremdeles ikke kommet tilbake til kirken.

Noen måneder senere fikk jeg vite at Mirta hadde vendt tilbake til kirken og var rådgiver i Hjelpeforeningen.

President Gordon B. Hinckley (1910-2008) sa: "Dere vet aldri hvor mye godt dere utretter. En annens liv vil bli velsignet ved det dere gjør" ("Til Kirkens kvinner," *Liahona*, nov. 2003, 115).

Resultatene er ofte ikke som forventet, og kommer ikke når vi tror de skal. La oss ikke slutte å arbeide. Dette er Herrens verk, og vi er hans redskaper som er utvalgt til å forandre manges liv. ■

Raquel Elizabeth Pedraza de Brosio,  
Buenos Aires, Argentina



Åndens skønne  
hvisken beroliget  
meg: "Kjøp litt mat til ham."





Av eldste  
Von G. Keetch  
i De sytti

# Vær et forbilde for de troende

**D**et fortelles om en liten hærenhet som ble tildelt et svært vanskelig oppdrag langt bak fiendens linjer. Da de nærmet seg målet, ble fiendtlige enheter klar over deres tilstedeværelse. Overlegne styrker omringet raskt gruppen og begynte å skyte fra alle kanter. Da de skjønnte at de var omringet og ble rammet av knusende ildkraft, så medlemmene av denne lille hærenheten opp og fikk se sin øverstkommanderende stå på en klippe og oppmuntre dem.

Den øverstkommanderende så på mennene sine og ropte: "Menn, vi har dem akkurat der vi vil ha dem. Det er bare å skyte i alle retninger!"

Dere og jeg har også en vanskelig oppgave i dagens samfunn. Det er å undervise og forsvare de sannheter som finnes i Jesu Kristi evangelium. I den verden vi lever i, vet jeg det kan være vanskelig å forstå nøyaktig hva de beste stridsreglene er, spesielt når

vi er omgitt av så mange stemmer som er villige til å utfordre sannheten. Det kan ofte være så mye sperreild fra så mange kanter at det er vanskelig å vite hva man skal gjøre.

Jeg vil tale om hva det vil si å være det apostelen Paulus kalte "et forbilde for de troende" (1 Timoteus 4:12) – hva det vil si å undervise i og forsvare evig sannhet slik som vår himmelske Fader ønsker, samtidig som vi også viser den respekt, medfølelse og dype kjærlighet som Kristus viste, hva det vil si å oppriktig forsvare det vi vet er riktig uten bare å skyte ukritisk i alle retninger mot en antatt fiende.

Ja, det ser ofte ut til at disse to prinsippene er i konflikt, ikke sant? Vi lærer at vi må kjempe "mot ondskapens åndehær" (Efeserne 6:12) i alle dens former, at vi må "stå som Guds vitner til alle tider og i alle ting og på alle steder" (Mosiah 18:9), og at vi aldri må skamme oss over evangeliet

**Hvordan kan vi  
best undervise og  
forsvare læren i Jesu  
Kristi evangelium  
samtidig som vi  
viser kjærlighet,  
vennlighet og  
forståelse?**

(se Romerne 1:16). Men vi lærer også at vi skulle unngå strid og aldri "opp-egge menneskenes hjerter til vrede" (3 Nephi 11:30), at vi ikke bare skulle "[holde] fred med alle mennesker" (Romerne 12:18), men at vi også aktivt skulle "jage etter det som tjener til fred" (Romerne 14:19).

Hvordan skal vi så ivareta vårt gudgitte ansvar for å stå urokkelig





i evangeliet og undervise andre om sannheten uten å forårsake strid og sinne? Særlig når det gjelder vår tids kontroversielle saker, virker det som at bare å si noe i det hele tatt raskt kan føre til strid og uenighet. Som dere vet så godt, ser dagens samfunn ut til å ha lite tålmodighet med dem som ønsker å uttrykke et syn som ikke er forenlig med nyvunne trender.

Når slike utfordringer kommer til oss, har dere og jeg en tendens til å gjøre en av to ting: Enten slår vi hastig retrett, velger å ikke engasjere oss i et miljø som lett kan bli ubehagelig eller til og med fiendtlig, eller vi blir defensive i en kontrapunkt-debatt som er underholdende å se på, men som genererer mer varme enn lys.

Det er bedre å tenke ut ting i vårt eget sinn (se L&p 9:8) og deretter lytte nøye etter himmelsk veiledning. Fatt mot, og bruk lyset i dere selv.

Jeg vil påpeke noe av det som alltid vil være i spill når vi gjør vårt beste for å undervise og forsvare Guds ord, samtidig som vi viser kjærlighet til og medfølelse med alle mennesker.

### Forsvar ordet

For det første vil vi lykkes best når vi engasjerer andre på tomannshånd. I dagens polariserende kultur av sviende bemerkninger og stadige forsøk på å gjøre seg bedre enn andre, er det sjelden man oppnår noe i åpne debatter. Det gjelder særlig i sosiale medier, der vi må være forsiktige

så våre kommentarer om et følsomt samfunnsspørsmål ikke avviker fra den ånd som Kristus ville ønske at vi skulle formidle.

Hvis vi tillater oss å være begrenset til 140 tegn på nettet, vil vi ofte bli misforstått. Vanligvis kan mye mer oppnås på tomannshånd, ansikt til ansikt, når enkeltpersoner lærer å forstå hverandre. Det er nøyaktig slik president Thomas S. Monson har lært oss at vi skulle strekke oss ut og redde – én om gangen. Og det var som oftest slik Frelseren strakte seg ut og påvirket liv i løpet av sitt virke på jorden.

For det annet, selv om vi utvilsomt ville være overlykkelige hvis andre så lyset umiddelbart og gikk med på å møte misjonærene neste dag, behøver ikke det å være vårt første mål. Vårt

første mål er å forstå andres ståsted – å respektere dem som mennesker og forstå deres synspunkter. Først da kan vi effektivt kommunisere med andre, komme unna bitende anklager og misforståelser som altfor ofte dominerer våre diskusjoner.

For det tredje, la oss se hvordan vi kan respektere forskjellige synspunkter og likevel leve sammen i samfunnet. I stedet for bare å leve i henhold til våre egne synspunkter uten å krenke andres friheter, la oss prøve noe bedre – noe som er grunnleggende i et pluralistisk samfunn hvis alle skal bli rettfærdig behandlet. Vi må forsvare andres grunnleggende borgerrettigheter, anerkjenne deres rett til å uttrykke sine meninger og ta til orde for det de tror på, hvis vi skal kunne forvente at andre



skal forsvare våre grunnleggende borgerrettigheter.

Og ikke minst lærer man sjelden å forstå hverandre i løpet av én samtale. Det er en prosess – en som ofte kan ta en god del tid. Andre vil kanskje aldri godta våre synspunkter, men vi kan prøve å eliminere ord som *fanatiker* og *hat*. La oss i utgangspunktet se på hverandre som gode og fornuftige, selv om vi har grunnleggende synspunkter som andre kanskje aldri vil godta.

### Gjør det Frelseren ville gjøre

Når dere kommer i vanskelige situasjoner hvor dere forsvarer Jesu Kristi evangelium, håper jeg dere alltid vil huske å gjøre det han ville gjøre. Som apostelen Paulus sa, er det å være “et forbilde for de troende” mye mer enn bare å etterleve evangeliets prinsipper slik at andre skal se det. Paulus forteller oss konkret at de samme prinsippene i evangeliet må være en del av vår samtale, en del av vår kjærlighet til andre, en del av ånden vi formidler, og en del av den tro som definerer hvem vi er (se 1 Timoteus 4:12).

Til slutt er det virkelig ingen motsetning mellom de to store prinsippene i evangeliet – når de forstås riktig – om å forsvare sannheten og samtidig respektere og ha kjærlighet til andre. Vår sterke overbevisning om sannheten skulle aldri få oss til å handle på en måte som er respektløs

### NÅR DU FORSVARER EVANGELIET:

- Snakk med andre på tomannshånd, ansikt til ansikt.
- Prøv å forstå andres synspunkter.
- Forsvar alles borgerrettigheter.
- Se på andre som gode og fornuftige.
- Vis kjærlighet, vennlighet og forståelse.

eller forbitret overfor andre. Men samtidig skulle aldri vårt ønske om å vise alle godhet og nestekjærlighet, få undergrave vår plikt til å forsvare sannheten.

Disse to prinsippene er egentlig bare to sider av samme sak. På den ene siden har vi vår plikt til forklare og urokkelig forsvare Guds lære. På den andre siden har vi vår plikt til å opptre på en Kristus-lignende måte og alltid vise respekt og kjærlighet.

Eldste Dallin H. Oaks i De tolv apostlers quorum sa det slik:

“Vår toleranse og respekt for andre og deres tro, innebærer ikke at vi blir mindre trofaste mot de sannheter vi forstår og de pakter vi har inngått ... Vi må forsvare sannheten, samtidig som vi viser toleranse og respekt for tro og oppfatninger som skiller seg ut fra våre egne, og for menneskene som har dem ...

Denne inspirerte advarsel minner oss på at for dem som tror på absolutt sannhet, er toleranse for adferd som en tosidig mynt. Toleranse eller respekt står på den ene siden av mynten, men sannhet står alltid på den andre.”<sup>1</sup>

I et samfunn som raskt blir mer polarisert og trettekjært – der skuddsalvene ofte synes å komme stakkatoaktig og i rask rekkefølge fra alle hold – vil jeg utfordre dere til å undersøke begge sider av saken. I enhver omstendighet som oppstår i deres liv, skulle dere tenke etter hvordan dere best kan undervise og forsvare læren i Jesu Kristi evangelium og samtidig vise kjærlighet, vennlighet og forståelse overfor en som kanskje ikke godtar denne læren.

Hvis dere gjør det, vitner jeg at dere vil få vår himmelske Faders hjelp og veiledning. Dere vil føle at han leder dere videre, legger tanker i deres sinn, følelser i deres hjerte og ord i deres munn akkurat når det trengs. Hans Ånd vil lede og veilede dere, forvandle dere til et ekte “forbilde for de troende” – ikke bare en som etterlever Jesu Kristi evangelium, men også en som forsvarer og forklarer dets lære på en urokkelig, men likevel kjærlig og inkluderende måte. ■

*Fra en tale holdt under en andakt, “An Example of the Believers,” ved Brigham Young University – Idaho, 14. juni 2016. Du finner hele talen på engelsk på web.byui.edu/devotionalsandspeeches.*

#### NOTE

1. Dallin H. Oaks, “Balanse mellom sannhet og toleranse,” *Liahona*, feb. 2013, 32.



# Smak på verden

## i Sør-Afrika

Av McKenna Johnson

**D**et er en solrik lørdag formiddag på Neighborgoods Market. Du går under fargerike parasoller som er hengt opp utenfor inngangen, og lytter til levende musikk mens du leter etter dagens perfekte måltid. Tradisjonell sørafrikansk mat servert fra en potjie-gryte – pesto, østers, grønnsaker, poser med krydder, leirkrukker – du får lyst til å prøve alt.

Velkommen til Johannesburg.

“Det er et veldig varmt og innbydende sted,” sier Ross Mpye, 28. Den boblende energien i “Joburg” overrasker noen ganger besøkende, som kanskje ikke forventer skyskrapere. “Du vil ikke se løver streife omkring i gatene,” sier Ross.

Ross studerer kommunikasjon ved universitetet, er fraskilt mor til en fem år gammel sønn, Nate, og i tillegg jobber hun som produksjonsstøtteanalytiker. Med sin dristige gane og sin innsats for å hjelpe andre, er hun eventyrlysten, gjestfri og trofast i sitt daglige liv.

De hellige i Johannesburg rekker ut en hånd til hverandre og til menneskene rundt seg. For eksempel da huset til Ross sin venn Tumi ble

oversvømt, hjalp mange venner fra menigheten til med å lense vannet og gi familien oppmuntring. “Dette ble et vendepunkt for Tumis mor, som ikke var medlem,” forklarer Ross. “Hun begynte å møte misjonærene, og i dag er hun medlem og lærer i Hjelpeforeningen.” En slik kjærlig omsorg er ganske typisk, ettersom sørafrikanske medlemmer ser på hverandre som brødre og søstre. “Vi engasjerer oss som om det var vårt problem,” sier Ross.

Som Ross vet, har vår himmelske Fader og Jesus Kristus vist oss eksempler på den slags innfølingsevne. “Dette er den slags kjærlighet som vår himmelske Fader velsigner oss med. Han forstår og kjenner mine gleder og sorger som ung kvinne i dag, som går gjennom de utfordringene som han sørger for at jeg overvinnes,” sier hun.

Det forholdet Ross har til Frelseren, påvirker livet hennes på mange måter, fra hennes omgang med andre på jobben til hennes personlig studium. “Arbeidsmiljøer kan være krevende,” sier hun. “Noen banner og noen tar uærlige beslutninger og tror det ikke

**Forskjellig bakgrunn og kultur hindrer ikke de hellige i Sør-Afrika i å passe på hverandre.**

gjør noe. Jeg er velsignet med å ha evangeliets prinsipper og profetenes læresetninger i mitt liv. Når jeg begynner dagen med skriftstudium og bønn, hjelper det meg å ha Ånden med meg til alle tider. Når jeg står overfor fristelser, minner den milde, lave røsten meg på hvem jeg er og hva jeg står for. Dette hjelper meg å være trofast mot mine normer.”

Neighborgoods Market representerer Johannesburgs kosmopolitiske ånd. For Ross representerer evangeliets sannhet noe mye dypere – løftet om evig liv. ■

*Artikkelforfatteren bor i Utah, USA*



## MER OM ROSS

### *Hva liker du best ved kulturen din?*

Afrikanere glemmer ikke sine forfedre, og det gjør heller ikke mormoner. Vi gjør familiehistorie og utfører dåp for våre forfedre, og det appellerer til afrikanere.

### *Hvilken sørafrikansk matrett liker du best?*

Rekemasala. Jeg elsker sterkt krydrede retter. Det er reke i karri-saus servert med hvit basmatiris – det er veldig godt.

## KIRKEN I SØR-AFRIKA

62 600 siste-dagers-hellige

168 forsamlinger

71 slektshistoriske sentre

3 misjoner

1 tempel (og et nytt bekjentgjort)

## FAKTA

**Offisielt navn:** Republikken

Sør-Afrika

**Hovedsteder:** Pretoria, Cape Town  
og Bloemfontein

## NOEN TALL

51,8 millioner innbyggere

2500 km kystlinje

11 offisielle språk





# 7 TING VI FRYKTER VED OMVENDELSE

OG HVORFOR  
VI IKKE SKULLE  
DET

*Vi er ofte redde for å omvende oss. Men vi kan finne mot i sannheten.*



**Av David A. Edwards**

Kirkens tidsskrifter

**V**i vet alle at enhver trenger omvendelse (se Romerne 3:23). Vi vet at vi må omvende oss for

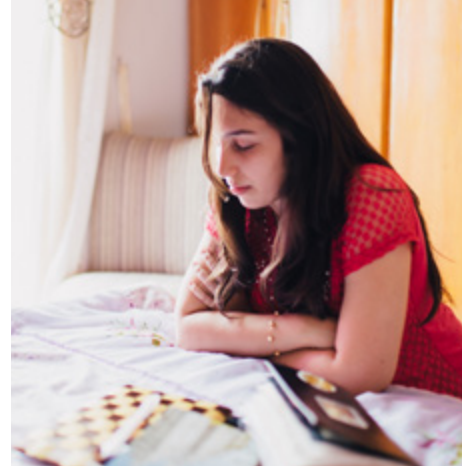
å finne ekte glede ved kraften av Jesu Kristi sonoffer (se Alma 36:24). Vi vet også at det ikke er lurt å utsette omvendelse (se Alma 34:32-34). Likevel er det

så mange av oss som gjør nettopp det. Hvorfor? Vi vet bedre, ikke sant?

Ett mulig svar er frykt. Enten vi har begått en alvorlig synd som vi trenger å bekjenne for biskopen, eller vi har noen små uvaner, holdninger eller måter å oppføre oss på som kan hindre oss i fullt ut å engasjere oss

i Herrens evangelium og dets normer, kan frykt hindre oss i å gjøre det vi må gjøre for å forandre vårt liv.

Her er syv ting mange frykter, som kan få oss til å utsette omvendelse, samt noen forslag og læresetninger som kan hjelpe oss å fatte mot og gjøre det vi vet vil gi oss fred og lykke.



## 1. Frykt for forlegenhet

*Hvis jeg forteller biskopen hva jeg har gjort, vil han bli så skuffet – og jeg vil bli så flau. Hva om jeg må si det til mor og far? Hva om andre finne det ut?*

Det finnes langt verre ting enn forlegenhet, som for eksempel den åndelige byrden av uoppgjorte synder og tap av Den hellige ånds veiledning. Enhver følelse av forlegenhet du har med hensyn til å bekjenne for biskopen, vil bare vare et kort øyeblikk og så bli fullstendig blåst bort av en bølge av lindring og glede. Alle som har bekjent for sin biskop, kan vitne om dette.

“Jeg lover at [biskopen] ikke vil fordømme deg. Som en Herrens tjener vil han være vennlig og forståelsesfull når han lytter til deg. Deretter vil han hjelpe deg gjennom omvendelsesprosessen. Han er barmhjertighetens sendebud fra Herren og vil hjelpe deg å bli ren gjennom Jesu Kristi forsoning.”

Eldste C. Scott Grow i De sytti, “Hvorfor, og hva, må jeg bekjenne til min biskop?” *Liahona*, okt. 2013, 59.

## 2. Frykt for konsekvenser

*Hvis jeg forteller biskopen om mine synder, kan det få konsekvenser – at jeg ikke får ta nadverden, ikke velsigne eller dele ut nadverden, eller ikke få reise på misjon når jeg vil. Det ville rote til livet mitt for mye.*

Husk at de positive konsekvensene av å omvende seg mer enn oppveier det som synes å være negative konsekvenser. Fokuser på de gode tingene Herren lover dem som bekjenner og omvender seg.

“Den kjensgjerning at vi kan omvende oss, er evangeliets glade nyhet! Skyld kan bli feid bort. Vi kan bli fylt med glede, motta tilgivelse for våre synder, og ha fred i samvittigheten. Vi kan bli befridd fra følelser av fortvilelse og syndens trelldom.”

Eldste Dale G. Renlund i De tolv apostlers quorum, “Omvendelse: Et gledelig valg,” *Liahona*, nov. 2016, 124.

“Jo snarere du omvender deg hvis du har syndet, desto snarere begynner du å søke veien tilbake og finner den fred og glede som tilgivelse gir.”

*Til styrke for ungdom* (hefte, 2002), 28.

## 3. Frykt for anstrengelse

*Å gjøre den slags endringer jeg trenger å gjøre, virker så vanskelig. Det kan ta lang tid også.*

Alt av verdi krever innsats. Tilgivelse, fred og åndelig vekst er noe av det mest verdifulle som kan tenkes.

“Omvendelse innebærer å strebe etter forandring. Det ville være et hån mot Frelserens lidelse i Getsemane og på korset å forvente at han skal forvandle oss til engleaktige personer uten betydelig innsats fra vår side. Nei, vi søker hans nåde for å supplere og belønne vår beste innsats (se 2 Nephi 25:23). Kanskje skulle vi be like mye om tid og anledning til å arbeide og streve for å overvinne, som å be om nåde.”

Eldste D. Todd Christofferson, “Den guddommelige gave omvendelse,” *Liahona*, nov. 2011, 40.





## 5. Frykt for å miste din personlighet

*Hvis jeg overholder Kirkens normer, vil jeg gi avkall på noe av det som gjør meg til meg, som for eksempel filmene, TV-programmene, musikken og måtene å uttrykke meg på som jeg liker best. Da blir jeg bare en typisk mormon. Jeg vil heller bare være meg.*

Ved omvendelse kan du ha Den hellige ånd i livet ditt. Og ved Ånden kan du oppdage en dypere, mer ekte og bedre personlig identitet. Den vil være basert på den du kan bli i Guds øyne, istedenfor noe som er bygget på sandgrunnen av smak, preferanser, vaner og særegenheter.

-----  
"Satan vil heller at dere definerer dere selv ved deres synder enn ved deres guddommelige muligheter ... Ikke hør på ham."

President Dieter F. Uchtdorf, "Fire titler," *Liahona*, mai 2013, 58.

-----  
"De som er mer hellige, har mer individualitet.

Synd, på den annen side, gir ensformighet. Den krymper oss til vanedanende lyster og ulydige impulser."

Eldste Neal A. Maxwell (1926–2004) i De tolv apostlers quorum, "Omvendelse," *Lys over Norge*, jan. 1992, 35.



## 4. Frykt for et knust selvbilde

*Jeg er en av de "flinke ungdommene". Hvis jeg innrømmer at jeg har gjort feil, er det over – jeg vil ikke være en "flink ungdom" lenger. Hva ville jeg være? Hvem ville jeg være? Jeg vil heller bare prøve å glemme det og gå videre som om alt var som før.*

Vi må ydmykt erkjenne vår synd for Gud, slik at han kan "la det svake bli til styrke" for oss (Ether 12:27). Og bildet av deg selv som du bør strekke deg etter, er det som vår himmelske Fader og Jesus Kristus har av deg – et Guds barn som, på tross av ufullkommenhet, har uendelige og guddommelige muligheter med Deres hjelp.

-----  
"Gud ser oss slik vi virkelig er – og i hans øyne er vi verdige til å reddes ...

For hvert skritt i tro på disippelens vei, kan vi vokse til de personer av evig herlighet og uendelig glede som vi var ment å bli."

President Dieter F. Uchtdorf, annenrådgiver i Det første presidentskap, "Han vil løfte deg på sine skuldre og bære deg hjem," *Liahona*, mai 2016, 101.

## 6. Frykt for å mislykkes

*Jeg har prøvd å forandre meg så mange ganger, men fortsetter å gjøre de samme feilene. Kanskje jeg har brukt opp sjansene mine. Kanskje jeg aldri vil klare å forandre meg. Hvis jeg prøver en gang til og mislykkes, vil ikke det bevise det?*

Omvendelse er ikke lett. Det er ikke meningen heller. Men den er veien til glede, så stå løpet ut. Det finnes ingen grense for oppriktig omvendelse (se Mosiah 26:30). Guds Sønn ga seg selv som et altomfattende og evig offer for å sone for våre synder, slik at vi kan bli tilgitt hvis vi har tro og omvender oss (se Alma 34:9-16). Fikk du med deg det? *Altomfattende og evig.*

Du er ikke utenfor grensene for hans forsoning, for den har ingen grenser. Fortsett å prøve.

-----

“Noen ganger i vår omvendelse, i vår daglige innsats for å bli mer Kristuslik, opplever vi at vi gjentatte ganger strever med de samme problemene. Som om vi bestiger et skogkledd fjell, ser vi ikke vår fremgang før vi kommer nærmere toppen og ser oss tilbake fra høyden. Bli ikke motløs. Hvis dere prøver å omvende dere, er dere i omvendelsesprosessen.”

Eldste Neil L. Andersen i De tolv apostlers quorum, “Omvend dere så jeg han helbrede dere,” *Liahona*, nov. 2009, 41.

-----

“Med den gave som Jesu Kristi forsoning er, og himmelens styrke til å hjelpe oss, kan vi forbedre oss, og det fine med evangeliet er at vi får poeng for å prøve, selv om vi ikke alltid lykkes.”

Eldste Jeffrey R. Holland i De tolv apostlers quorum, “I morgen vil Herren gjøre underfulle ting blant dere,” *Liahona*, mai 2016, 125-126.

-----

## 7. Frykt for å lykkes

*Hva om jeg virkelig er i stand til å forandre livet mitt? Kanskje mye mer vil bli forventet av meg da. Kanskje det bare er bedre å være mangelfull og middelmådig så ingen kan forvente at jeg skal påta meg mer ansvar.*

Å være redd for høyere forventninger eller mer ansvar kan komme av latenskap eller usikkerhet. Men vår himmelske Faders plan handler om forbedring og fremgang. Du godtok denne planen før dette liv. Følg den nå ved å være flittig og ha tro. Prøv å se hva slags person vår himmelske Fader ønsker at du skal bli, og hva slags liv han ønsker at du skal ha. Hvis du faktisk kunne se personen du har mulighet til å bli, ville det være vanskelig for deg å tro det. Med vår himmelske Faders og Frelserens hjelp, er det innen rekkevidde.

-----

“Vårt ansvar består i å heve oss fra middelmådighet til dyktighet og fra nederlag til seier. Vår oppgave består i å bli så gode som vi kan.”

President Thomas S. Monson, “Innbitt pågangsmot,” *Lys over Norge*, juli 1987, 60.

-----





# AKKURAT DET LEGEN FORESKREV



ILLUSTRACION: ALBERTO RUGGIERI



## Av Charlotte Larcabal

Kirkens tidsskrifter

**J**eg hater å gå til legen. Jeg gruer meg alltid til oppstyret, ventetiden, sprøytene og ordrene om å “ta det med ro”. Da jeg var veldig liten, trodde jeg at sykepleiere og leger bare var slemme mennesker som trodde jeg var en nålepute, men etter hvert som jeg ble eldre, skjønte jeg at de ikke var ondskapsfulle, men prøvde å hjelpe. Og jeg følte meg nesten alltid bedre kort tid etter å ha vært hos dem. Uansett hvor kjedelig venterommet var, hvor mye jeg skrek når jeg fikk en sprøyte eller hvor skuffet jeg ble når legen sa at jeg trengte å holde sengen, var det til slutt alltid verdt det.

Noen ganger kan omvendelse føles litt som et legebesøk.

### En glede eller en plage?

Istedenfor å krympe deg når du tenker på ekkel medisin eller skarpe nåler, krymper du deg litt når du hører uttrykkene “sønderrevet i evig pinsel”, “pint med helvetes smerter” og “bitterhets galle”? (se Alma 36:12–18). Det var slik Alma beskrev starten på sin omvendelse, ikke sant?

Da engelen viste seg for Alma og Mosiahs sønner, husket Alma alle sine synder og så hvordan han hadde gjort opprør mot Gud. Han var så ulykkelig at han ønsket at han kunne “bli vist bort og tilintetgjort, både på legeme og sjel” (Alma 36:15). Au da. Det får nesten legens sprøyter til å virke som kyss fra en oterunge. Så hvorfor skulle Alma fortsette å arbeide “uten opphør så [han] kunne bringe sjeler til omvendelse”? (Alma 36:24). Hvorfor ville han at andre skulle oppleve noe som hadde vært så smertefullt for ham?

Kanskje det var på grunn av det som skjedde etterpå.

Han husket sin Frelser Jesus Kristus. “Jeg ropte i mitt hjerte: O Jesus, du Guds Sønn, ha barmhjertighet med meg ...

Og se, da jeg tenkte dette, kunne jeg ikke lenger huske mine smerter, ja, jeg ble ikke lenger opprevet ved tanken på mine synder.

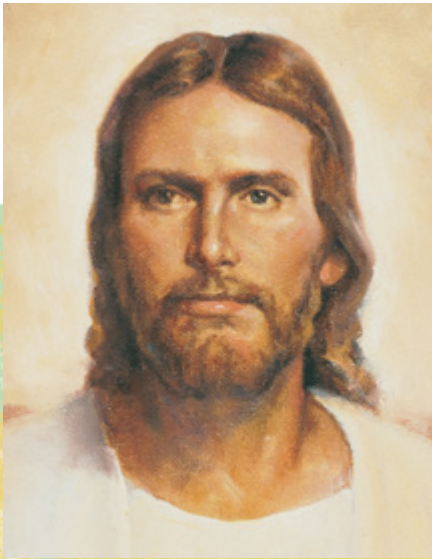
Hvilken glede og hvilket strålende lys jeg så! Ja, min sjel ble fylt med glede, *like stor som min smerte hadde vært*” (Alma 36:18–20; uthevelse tilføyd). Alma lærte at selv så vanskelig

og smertefullt det kan være å konfrontere våre synder, er gleden vi opplever etterpå, verdt det. Gleden han følte, var mer intens og sødmefylt enn noe han hadde følt før (se Alma 36:21).

### Ingenting å frykte

Hvis noen krymper seg ved tanken på omvendelse, kan det være fordi de fokuserer på den smertefulle delen. Omvendelse kan ofte ta tid, og noen ganger skal det mye ydmykhet og hardt arbeid til for å gjøre noe godt igjen, men som eldste Richard G. Scott (1928–2015) i De tolv apostlers quorum sa: “Omvendelse er ikke straff. Det er en håpefylt vei til en mer strålende fremtid.”<sup>1</sup> President Russell M. Nelson, president for De tolv apostlers quorum, kaller det “omvendelsens dyrebare *velsignelse*”.<sup>2</sup> Det er med andre ord ingen grunn til å frykte eller unngå noen del av omvendelsen. Uansett hvor vanskelig det er å konfrontere og rette opp i våre synder, vil Frelserens helbredende kraft ved hans forsoning alltid være der for å hjelpe oss gjennom det, og gleden vi føler vil fullstendig





overgå og overskygge enhver smerte, forlegenhet eller sorg vi måtte ha følt tidligere.

### Til ditt eget beste

Vet du hva uttrykket *primum non nocere* betyr? Hvis du er lege, gjør du sannsynligvis det. *Primum non nocere* er latin for “unngå først og fremst å gjøre skade”. Det er en rettesnor for alt helsepersonell, et løfte de avlegger. Det betyr ikke at de lover å aldri forårsake smerte, men i stedet at alt de gjør, alltid vil være for pasientens velbefinnende.

Tror du Gud og Jesus Kristus avlegger lignende løfter? Ja, gjett om de gjør! Bare ta en titt på Jesaja 1:18; Jesaja 41:13; Romerne 8:28; and 3 Nephi 13:14. (Alvorlig talt, slå

dem opp. Og dette er bare noen av dem!) Forskjellen er at menneskene noen ganger kan gjøre feil. Men Jesus Kristus og vår himmelske Fader er fullkomne, så du kan være helt trygg på at alt de ber deg om å gjøre, vil være til ditt eget beste. Alltid. Så når Gud foreskriver en dose omvendelse, er det fordi han vet at det vil være til velsignelse for deg. Omvendelse handler ikke om straff. Det handler om helbredelse, å vinne over svakhet, legge av det naturlige menneske og vende seg bort fra synd for å vende seg til Gud.

“Ta imot Jesu Kristi forsoning og omvendelse som noe som er ønskelig, og som skulle anvendes daglig ifølge Den store leges ordrer,” sa eldste Jörg Klebingat i De sytti. “Utvikle en

takknemlig holdning av kontinuerlig og gledesfylt omvendelse ved å gjøre det til deres livsstil.”<sup>3</sup>

Når Den store lege, Jesus Kristus, skriver ut en resept på omvendelse, må du ikke la frykten for smerte eller ydmykelse komme i veien. Stol på hans løfter om at selv om det kan gjøre vondt en liten stund, vil han samle deg med stor barmhjertighet (se 3 Nephi 22:7), og akkurat som Alma, vil du bli fylt med glede, like stor som din smerte (se Alma 36:19-20). ■

### NOTER

1. Richard G. Scott, “Personlig styrke gjennom Jesu Kristi forsoning,” *Liahona*, nov. 2013, 84.
2. Russell M. Nelson, “Omvendelse fra synd og omvendelse til Herren,” *Liahona*, mai 2007, 104; uthevelse tilføyd.
3. Jörg Klebingat, “Kom til Guds trone med frimodighet,” *Liahona*, nov. 2014, 36.

## Hvorfor vet vi så lite om vår himmelske Mor?

**V**i vet at vi har både en himmelsk Far og en himmelsk Mor. Denne kunnskapen ser ut til å ha startet med Joseph Smith, og har gjentatte ganger blitt forsterket av inspirerte læresetninger fra Kirkens ledere i årenes løp. Men bortsett fra at vi har en himmelsk Mor og at våre himmelske foreldre samarbeider om å tilveiebringe sine barns frelse og opphøyelse, har ingen ytterligere detaljer om vår himmelske Mor blitt åpenbart. I denne omgang vet vi nok til å forstå at vi er barn av himmelske foreldre som ønsker at vi skal bli som dem. Denne forståelsen hjelper oss å vite hvem vi er og hva vi kan bli. Den viser oss at kjønn er en del av vår evige identitet og at menn og kvinner ikke kan bli opphøyet uten hverandre. Og dette er enestående og verdifulle sannheter i seg selv. ■

Du finner mer informasjon under "Mother in Heaven" på [topics.lds.org](http://topics.lds.org).



## Hva er Kirkens syn på seksualundervisning?

**K**irkens ledere har sagt at du først og fremst skulle bli undervist om intimitet av dine foreldre. Foreldre oppfordres til å undervise i hjemmet om seksuell intimitet på en åpen og tydelig måte for å hjelpe sine barn å unngå alvorlige overtredelser. Kirken har materiell for å hjelpe til med denne undervisningen.

Når det gjelder det du lærer på skolen om sex, har Kirkens ledere oppfordret foreldrene dine til å være oppmerksom på det som undervises der, og til å gjøre alt de kan for å sikre at det følger gode verdinormer for moral og etikk. ■





## NØLENDE TROFAST,

*Som misjonær i Mexico hadde jeg en opplevelse som hjalp meg å se den "gode frukt" som kan komme når vi omsetter vår tro i handling.*

### Av Isaias Vargas Chavarria

**E**n misjonæraktivitet var planlagt i staven der jeg virket. Min ledsager og jeg skulle kort forklare et prinsipp i evangeliet for undersøkere som kom. Men da vi kom til møtehuset, oppdaget vi at knapt noen undersøkere hadde kommet. Istedenfor å undervise prinsippet slik vi opprinnelig hadde planlagt, ble vi bedt om å gå ut på gaten og invitere folk som gikk forbi, til å komme og ta del i aktiviteten.

Når sant skal sies, kunne jeg ikke unngå å tenke: "Dette kommer aldri til å fungere." Jeg følte at vår innsats vil være forgjeves –

at ingen ville ta imot invitasjonen til å bare komme på aktiviteten, særlig på så kort varsel.

Men vi forsto hvor viktig det er å være lydig, så min ledsager og jeg prøvde å invitere folk til å komme inn. Ikke mye senere kom en kvinne og hennes datter og datterens kjæreste gående forbi. Vi inviterte dem inn. Først var de nølende, men til slutt takket de ja til invitasjonen og sluttet seg til gruppen der inne. Jeg ble overrasket, men veldig glad.

Aktiviteten begynte med et evangeliesentrert musikkinnslag. Aktiviteten varte i over en time. Jeg var bekymret for at gjestene våre skulle bli sinte fordi arrangementet varte så



## RIKELIG VELSIGNET

lenge, men jeg hadde en bønn i hjertet om at alt måtte gå bra.

Da aktiviteten var slutt, gikk jeg bort til dem for å be om unnskyldning for å ha lagt beslag på så mye av tiden deres. Før jeg fikk sagt et ord til dem, sa kvinnen: "Takk. Tusen takk. Det var veldig vakkert. Takk skal dere ha."

Jeg ble helt forundret. De takket oss for opplevelsen, og de var ikke bekymret for tiden. Det var fantastisk, og jeg følte glede i hjertet. (Og jeg som hadde sagt at å invitere folk på gaten ikke ville fungere!) Kvinnen ønsket å vite mer om Kirken og å delta på våre søndagsmøter.

Denne opplevelsen lærte meg noe viktig: Å utøve bare litt tro, selv om det ikke er noe mer enn et ønske om å tro, kan gi mye frukt (se Alma 32:27-28).

Denne erfaringen endret min holdning til resten av min misjon. For hver misjonæraktivitet fra da av så jeg fruktene av min innsats når jeg handlet med håp og troens øyne.

Hvis vi utøver tro, selv om vi ikke tror at noe vil skje, kan vi få deilige frukter. Det vi regner som umulig, er ikke umulig for Gud. ■

*Artikkelforfatteren bor i Guerrero i Mexico.*

### FINN DEM SOM VIL TA IMOT DERE

"Du skal bygge opp Kirken ved å finne 'dem som vil ta imot dere' (L&p 42:8)... Mange av disse har blitt holdt 'borte fra sannheten bare fordi de ikke vet hvor de kan finne den' (L&p 123:12).

Vanligvis vet dere ikke hvem disse menneskene er. Kanskje de ikke straks forstår at dere er Herrens tjenere. De forstår kanskje ikke at de vil få mer fred, veiledning og hensikt i livet gjennom det gjengitte evangelium enn ved noe annet. Ofte innser de ikke at de leter etter det gjengitte evangelium før de har funnet det. En konvertitt sa for eksempel: "Da jeg hørte evangeliet, fylte det et tomrom i meg som jeg ikke visste om." En annen sa: "Jeg har fullført en søken som jeg ikke visste jeg holdt på med."

*Forkynn mitt evangelium: En veiledning i misjonærarbeidet (2005), 156.*





## VI ARBEIDET OSS GJENNOM FAMILIENS PRØVELSER

Av Silvia C., Umbria, Italia

**T**iden etter at mor og far ble skilt var en vanskelig periode av livet mitt. Å gå i kirken fikk meg vanligvis

til å føle meg bedre, men det gjorde vondt å høre taler om familier fordi jeg ikke trodde jeg hadde en.

Mor var mindre aktiv og hadde giftet seg på nytt. Far var ateist og bodde sammen med en annen kvinne. Begge hadde barn med sine nye partnere, og jeg følte meg som en byrde – en tabbe – som om jeg ikke betydde noe.

Så jeg begynte å be, lese i Skriftene og meditere, og jeg prøvde å fortsette å gå i kirken. Men jeg kunne ikke annet enn å undres: Hva skulle jeg gjøre i det neste liv uten at min familie var beseglet i templet?

Svarene kom ikke med en gang, men de kom. Jeg slo opp definisjonen av *familie* og leste skriftsteder om emnet, og jeg begynte å se den lysere siden av saken. I stedet for å tenke på at jeg ikke hadde noen familie, fant

jeg ut at jeg kunne bidra til å bringe Guds barn inn i Kirken som misjonær. Jeg lærte å utøve tålmodighet og å være et lys. Jeg prøvde å forbedre meg. Jeg har også innsett at uten en familie som min, ville jeg kanskje ikke ha utviklet den troen jeg har, og jeg ville ikke verdsette kyskhetsloven og frelsesplanen slik jeg gjør nå.

Jeg har begynt å forstå at jeg *har* en familie, og jeg er takknemlig for min nye og større familie. Det har vært vanskelig, men jeg bekymrer meg ikke for hva som vil skje med familien min etter døden. Jeg stoler på Gud, og han vet hvorfor vi ikke er beseglet. Han vet hvor høyt jeg elsker dem og hva som er best for meg. Vi kan ikke forstå alt, så det er viktig å ha tro på at Gud vil støtte oss og hjelpe oss å vite at alt vil ordne seg. ■

## BURSDAGSBØNNER FOR FAR

Av Cooper B., California, USA

**F**ar ble aldri oppdratt i noen religion, og mors familie ble mindre aktiv da hun var ung. Men én dag følte mor at hun manglet noe, så hun bestemte seg for å vende tilbake til kirken hun hadde vokst opp i, Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Mine søstre og jeg ble med henne. Men far likte ikke at vi gikk i kirken, og dette satte mor og fars forhold på prøve som aldri før.

Jeg ble døpt da jeg var åtte år, og jeg lærte at familier kan være sammen for evig. På bursdagen min hvert år blåste jeg ut stearinlysene mens jeg i hemmelighet ønsket at far skulle bli døpt. Jeg ba om at fars hjerte måtte bli bløtgjort. Etter mange år kunne misjonærene endelig spise middag hos oss. Men evangeliet ble aldri nevnt.

Så en sommer ble far med meg på en leir for Unge menn. Selv om

han ikke var medlem, fikk far ansvar for å lede en temakveld! Jeg var nervøs, men alle hjalp til ved å delta i temakvelden. Så bar min venn vitnesbyrd om bønn. Han fortalte om en gang da far hadde hjulpet min venns lillebror, og hadde vært et svar på hans bønn. Det var første gang jeg hadde sett far gråte. Han følte Ånden.

Etter denne turen ønsket far å lære mer om evangeliet med fornyet entusiasme, og en morgen sa han at han ønsket å bli døpt. Vi kunne ikke tro det!

Fars dåp var en av de beste dagene i mitt liv. Møtehuset var proppfullt av alle som kom for å støtte far, og jeg øvde på dåpsbønnen noen hundre ganger fordi jeg var så spent. Jeg fikk lov til å døpe far, og jeg kan ikke engang beskrive de overveldende følelsene jeg hadde da jeg omfavnet far i døpefonten.

Året etter ble min familie og jeg beseglet i templet. Etter

beseglingen sto vi i en sirkel – som en evig familie – og klemte hverandre mens gledestårene trillet nedover kinnene våre.

Denne erfaringen har lært meg at alt er mulig. Ikke gi opp. Jeg skal gjøre mitt aller beste for å være verdig til å bli beseglet til min fremtidige familie i templet. ■

---

### DET ER DIN TUR

Fortell om din trosfremmende opplevelse. Vennligst begrensn artikkelen til 400 ord, merk den "Our Space", og send den inn på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org), eller som e-post til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) innen 10. april.





# VELG HÅP

Uansett hva du gjennomgår, kan du finne  
"et fullkomment, klart håp" gjennom evangeliet.

(Se 2 Nephi 31:20.)



Av **eldste Neil L. Andersen**  
i De tolv apostlers  
quorum

## HVORDAN TAKLE PRØVER PÅ TRO

**S**tore prøvelser er til for å gjøre dere sterkere, men de har potensial til å redusere eller ødelegge deres tillit til Guds Sønn, og til å svekke deres beslutning om å holde deres løfter til ham. Disse prøvelsene er ofte kamouflert, noe som gjør dem vanskelige å identifisere. De slår rot i våre svakheter, våre sårbarheter, våre følelser eller i de tingene som betyr mest for oss. En reell, men håndterlig prøve for én, kan være en heftig prøvelse for en annen.

Hvordan forblir du “standhaftig og urokkelig” (Alma 1:25) under en prøve på tro? Du fordyper deg i de tingene som bidro til å bygge kjernen i troen – du **utøver tro på Kristus**, du **ber**, du **grunner** på

Skriftene, du **omvender deg**, du **går i kirken og tar del i nadverden**, du **holder budene** og du **tjener** andre.

Når du møter en prøve på tro – samme hva du gjør, så trekker du deg ikke bort fra Kirken! Å distansere deg fra Guds rike under en prøve på tro, er som å forlate en sikker stormkjeller akkurat idet tornadoen kommer til syne.

Apostelen Paulus sa: “Så er dere da ikke lenger fremmede og utlendinger, men dere er de helliges medborgere og Guds husfolk” (Efeserne 2:19). Det er innenfor det tilfluktssted som Kirken er, at vi beskytter vår tro. Når vi møter sammen med andre som **tror, ber** vi og finner svar på våre bønner. Vi **tilber** gjennom musikk, **utveksler**

vitnesbyrd om Frelseren, **tjener** hverandre og **føler Herrens Ånd**. Vi **tar del** i nadverden, **mottar** prestedømmets velsignelser og **går** i templet. Herren erklærte: “I ... ordnanser blir guddommelighetens kraft tilkjennegitt” (L&P 84:20). Når dere står overfor en prøve på tro, hold dere i trygghet blant Guds husfolk. Det er alltid en plass til dere her. Ingen prøvelse er så stor at vi ikke kan overvinne den sammen (se Mosiah 18:8–10). ■

*Fra en konferansetale i oktober 2012.*





# MIRAKLET

*kom i siste øyeblikk*

Av Cesar H. Bonito Duarte

Da jeg var 16, gikk jeg på en yrkesskole for å utdanne meg innen elektronikk. Som en del av utdannelsen måtte jeg gjennom en 30-dagers lærlingperiode ved en lokal bedrift for å vise mine tekniske ferdigheter.

Jeg var lærling ved en papirvarebedrift. Mitt ønske om å reise på heltidsmisjon hadde begynt å vokse, og jobben ville hjelpe meg å tjene nok penger til å dra. Men vi var tre lærlinger, og firmaet ville bare velge én av oss til en heltidsstilling.

Firmaet hadde en maskin som hadde gått i stykker. Når maskinen fungerte, kunne den utføre like mye arbeid som tre lignende maskiner.

En del av utstyret hadde ikke virket på en god stund, og firmaet hadde bestilt reservedeler fra utlandet for å reparere den – men den virket fortsatt ikke. Jeg tok utfordringen med å prøve å reparere den.

Dag etter dag brukte jeg mange timer på å studere maskinen. Men den var komplisert, og det ville ikke bli lett å finne ut på bare 30 dager hvorfor den hadde gått i stykker, spesielt for en som var så uerfaren som meg. Men likevel følte jeg at jeg kunne klare det. Hver morgen før jobb leste jeg artikler fra *Liahona* og ba til min himmelske Fader. Jeg utviklet også et vennskap med sjefen, en erfaren elektroingeniør som fikk tillatelse til at jeg kunne ta med meg

kopier av plantegningene hjem i helgene. Jeg studerte dem nøye.

Da lærlingkontrakten nærmet seg slutten, fullførte mine to kolleger sine tildelte prosjekter, og jeg følte stadig større press. Men på tross av negative (og til og med hånlige) kommentarer rundt meg, tvilte jeg aldri. Fredagen som markerte slutten på lærlingkontrakten, kom raskt. Selv om jeg hadde løst noen av problemene, virket fremdeles ikke maskinen. Jeg følte meg trygg på at jeg var i nærheten av å reparere den, så jeg sa til sjefen at hvis jeg kunne få tillatelse til å arbeide på lørdag, ville maskinen være reparert innen mandag.

Dette gjorde så sterkt inntrykk på sjefen at han personlig ba direktøren



*Jeg var ung, uerfaren og hadde dårlig tid. Kunne virkelig en enkel bønn frembringe et mirakel?*

om tillatelse. Sjefen informerte meg så om at neste dag skulle vi alle tre – direktøren, sjefen min og jeg – jobbe, men bare frem til lunsj. “Alle tre?” spurte jeg. Han forklarte at direktøren, som var elektronikingeniør, var interessert i forslaget mitt fordi det hadde vært så mange mislykkede forsøk på å reparere maskinen at han hadde gitt opp å få den reparert.

Neste dag var det svært nervepirrende å jobbe sammen med to voksne ingeniører. Jeg var ung og manglet ekspertise. Men de tilbød seg å jobbe som assistentene mine. Det følte ubehagelig, men samtidig som et stort privilegium.

Det var bare noen minutter før lunsj at direktøren og sjefen min

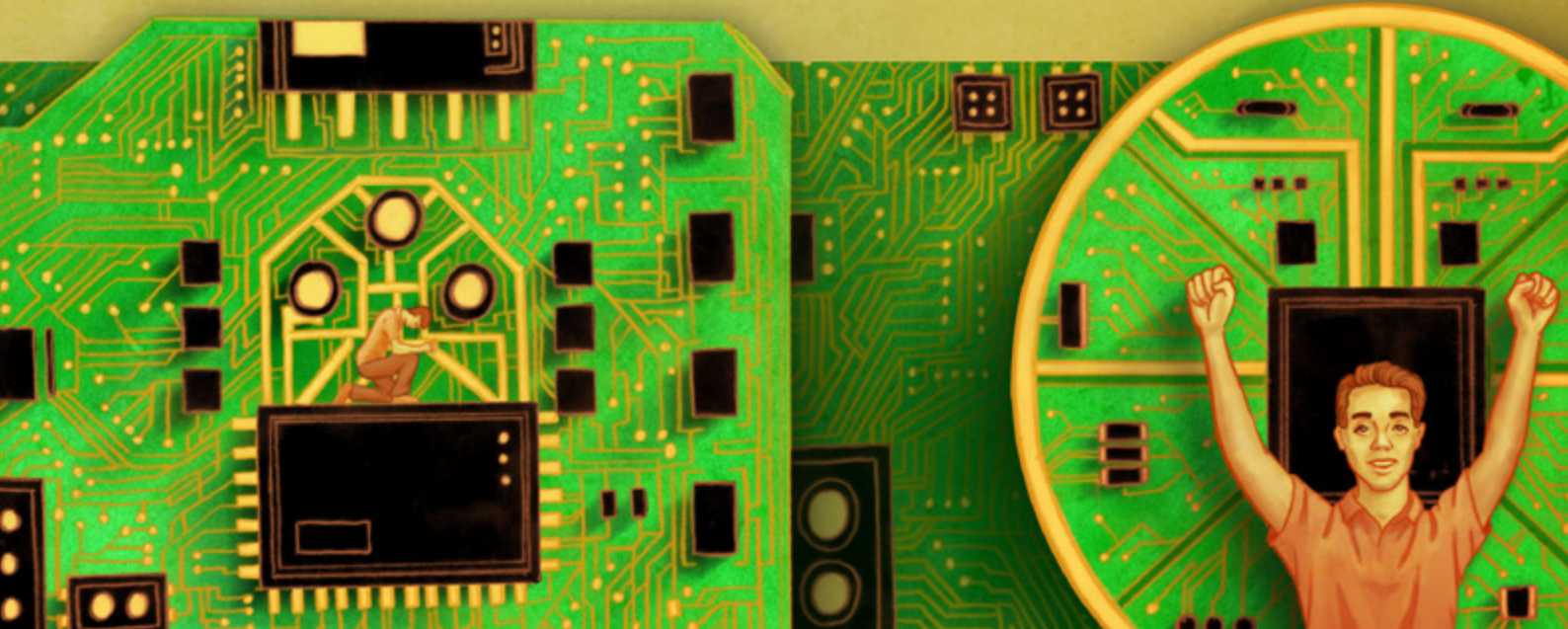
skjønnte at innsatsen vår hadde vært bortkastet. Jeg unnskyldte meg og gikk på toalettet. Jeg knelte ned og ba svært inderlig til min Fader. Jeg følte en uforklarlig, fantastisk styrke. Jeg ba ham hjelpe meg å få jobben fordi jeg ville trenge den for å kunne betale for misjonen min.

Jeg kom ut fra toalettet med fornyet glød, men da hadde assistentene mine allerede stengt alle kretsskapene og samlet sammen verktøyet. Jeg åpnet maskinen igjen og så nøye på de 15 kretskortene. Jeg la merke til at en enkelt stift av over 4000 stifter i systemet ikke var koblet til kortet. Jeg koblet den til, satte den på plass og skrudde på maskinen. Den virket! Det var et mirakel.

Det var et uforglemmelig og rørende øyeblikk. Sjefen klemte meg, og direktøren tok meg i hånden og gratulerte meg energisk.

Jeg jobbet for dette firmaet i nesten to år, sparte pengene jeg trengte, og dro på min etterlengtede misjon. Da jeg forklarte hvorfor jeg måtte dra, tok direktøren farvel med meg og sa: “Du vet allerede hvor du kan komme tilbake og få jobb når du er ferdig med misjonen. Jeg ønsker deg virkelig lykke til.”

Denne erfaringen viste meg at ingenting er umulig for Gud. Hvis vi ikke tviler, vil mirakler skje, men først etter at vår tro har blitt prøvet – ofte i siste øyeblikk. Ja, mirakler finner virkelig sted. ■  
*Artikkelforfatteren bor i Aragua i Venezuela.*





# Verdt å vente



*Hvorfor kunne jeg  
ikke bli døpt nå?*

Av Jessica Larsen

Basert på en sann historie

*“Jeg vil bli døpt som Jesus ble ...  
og gjøre det som han har sagt”  
(Lys over Norge, okt. 1999).*

“I dag skal vi lære en ny sang,”  
I bekjentgjorde søster Reid.  
“Den heter ‘Dåp’. Lukk øynene,  
alle sammen, og lytt til musikken.”

Jeg lukket øynene og slappet av  
på stolen min. Pianisten begynte  
å spille en melodi som hørtes  
myk og grasiøs ut, som rennende  
vann. Så begynte søster Reid å  
syng: “Jesus kom og ville døpes  
i Judeas vakre land, ble av  
døperen Johannes senket ned  
i Jordans vann.”

Jeg følte en tåre trille nedover  
kinnet mitt. Jeg prøvde å tørke den  
bort før mor så det, men det var for  
sent. Mor var Primærs president,  
og hun så alltid alt. Jeg så at mor  
så på meg og smilte trist. Hun  
visste hvorfor jeg gråt.

Etter kirken nynet lillesøste-  
ren min, Julie, på hele kjøretu-  
ren hjem. Jeg var taus.

“Vil du fargelegge sammen  
meg?” spurte Julie da vi kom  
hjem.

Jeg ristet på hodet. “Kanskje  
senere. Jeg må gjøre noe først.”

Jeg fant pappa i stuen. Han satt  
i favorittstolen sin med en åpen

bok på fanget. Han likte å lese mens Julie, mor og jeg gikk i kirken.

Jeg trakk pusten dypt. "Pappa?" sa jeg. "Kan jeg bli døpt?"

Pappa lukket boken og ba meg sette meg ved siden av ham.

"Å, Sadie. Vi har snakket om dette. Svaret mitt er fremdeles nei," sa han.

"Men jeg har veldig lyst!" sa jeg. "Jeg fylte åtte for noen måneder siden, og jeg har tenkt mye på det. Jeg vet at Kirken er sann, og jo lenger jeg venter, desto sikrere er jeg på at jeg ønsker å bli døpt."

Far ristet på hodet. "Jeg syns fremdeles du er for ung til å ta en så stor avgjørelse. Men du vet at jeg er glad i deg."

"Det vet jeg," sa jeg. Jeg visste at far ønsket mitt beste. Han mente bare ikke at jeg var klar til å ta dette valget.

Jeg løp til rommet mitt og bøyde hodet. Jeg ba mer intenst enn jeg noen gang hadde gjort. "Himmelske Fader, jeg ønsker virkelig å bli døpt. Kan du hjelpe far å forstå?"

Til å begynne med skjedde det ingenting, men jeg fortsatte å knele. Jeg hørte melodien av "Dåp" i tankene. Etter en stund var jeg ikke så lei meg lenger. I stedet følte jeg indre fred. Jeg begynte å tenke på alt jeg kunne gjøre, selv om jeg ikke kunne bli døpt ennå.

Jeg kunne fortsette å be og fortsette å gå i Primær. Jeg kunne være et eksempel for Julie, og kanskje jeg til og med kunne be mor om å faste for meg neste uke.

Den fredelige følelsen var fortsatt der da jeg gikk ned til middag. Jeg visste ikke når, men én dag skulle jeg bli døpt. Og det ville være verdt ventetiden.

*Seks måneder senere, to dager før niårsdagen hennes, ga Sadies far henne tillatelse til å bli døpt. ■*

*Artikkelforfatteren bor i Texas, USA.*



## HVIS DU MÅ VENTE

- Lær så mye du kan om evangeliet.
- Gå på dåpsmøter, og se frem til dagen da du kan bli døpt.
- Be om prestedømsvelsignelser når du trenger dem.
- Husk at vår himmelske Fader og Jesus elsker deg og hører dine bønner.





Av eldste  
Jeffrey R. Holland  
i De tolv apostlers  
quorum

# Hva om jeg føler at jeg ikke strekker til?

Ikke gi opp.  
Med Jesu Kristi  
forsoning *kan* vi  
forbedre oss.

Jesu Kristus  
velsigner dem som  
*ønsker* å forbedre seg,  
og som *prøver* å holde  
budene. Vi får alltid  
anerkjennelse  
for å prøve.

Alle snubler,  
men Frelseren vil hjelpe  
deg å reise deg igjen.  
Han vil hjelpe deg å  
omvende deg og reparere  
det som må repareres,  
og stå på videre.

Så fortsett  
å vise kjærlighet.  
Fortsett å prøve. Ha tillit.  
Ha tro. Fortsett å vokse.  
Himmelen heier på  
deg i dag, i morgen  
og for evig.

*Fra "I morgen vil  
Herren gjøre under-  
fulle ting blant dere,"  
Liahona, mai 2016,  
124–127.*



Noen ganger blir jeg irritert på familien min. Hva kan jeg gjøre?



Be til vår himmelske Fader, og be ham hjelpe deg å være hyggelig mot familien din. Gi dem en klem.  
**Noah F., 10 år, Queensland, Australia**



**Giulia:** Prøv å tenke på alle de gode stundene du har hatt sammen med dem, og tenk på disse gode stundene og husk at folk ikke er fullkomne.



**Bruna:** Selv om de ikke sier "unnskyld", ville jeg tilgi dem.  
**Giulia og Bruna R., 13 og 8 år, São Paulo, Brasil**



Hvis lillesøsteren min irriterer meg, rer jeg sengen hennes eller lager en godbit til henne. Jeg liker også å lage kort, gjøre ekstra husarbeid og holde en bønn. Jeg føler at Ånden forteller meg at jeg har gjort det rette.  
**Adeline B., 9 år, Tennessee, USA**



Jeg ville be, ha familiens hjemmeaften og snakke med dem.  
**Luisa R., 9 år, Baja California, Mexico**



**Julia:** Jeg kan være snill mot familien min, og når jeg blir irritert, kan jeg fortelle dem at jeg er glad i dem, og så være vennlig. Jeg kan følge Frelseren og vise dem kjærlighet.



**Darrin:** Bare vær glad og del med dem og hjelp dem.  
**Julia og Darrin S., 8 og 6 år, New Mexico, USA**

## NYTT SPØRSMÅL

*"Jeg har en bror som gjør dårlige valg. Hva skal jeg gjøre?"*

Send oss ditt svar og foto innen 15. april 2017. Send dem inn via Internett på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) eller send e-post til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org). (Skriv "Question Corner" i emnefeltet.) Husk å ta med mor eller fars tillatelse!

*Svarene tar sikte på å gi hjelp og perspektiv, og er ikke å betrakte som offisielle uttalelser om Kirkens lære.*





# Hun maler **KJÆRLIGHET**

Av Jill Hacking, New York, USA



## STADIG STERKERE

*Lucy ble født med et syndrom som gjør at musklene ikke samarbeider som de skal. Det gjør det vanskelig for henne å svelge og snakke. Hun sykler på en spesiell sykkel og går på turer sammen med familien for å bli sterkere.*

## KUNSTMALING

*Lucys mor er kunstner. Da Lucy var liten, elsket hun å se sin mor male. Nå lærer mor henne også å male. Lucy liker å bruke farger som er fine sammen, og hun maler veldig nøye. En dag ønsker hun å ha et atelier sammen med mor.*

## LUCYS HJERTE

*Lucy og storesøsteren har deltatt i en kunstkonkurranse på skolen om å gjøre verden bedre. Lucy visste at hun ville male et hjerte. Hun sa: "Verden ville være et bedre sted om vi hadde kjærlighet i hjertet."*



# Hei!

## Jeg heter LUCY!

Jeg bor i Utah sammen med familien min. Jeg liker å male, og jeg liker å dele kjærlighet med andre.



### EN KJÆRLIG SØSTER

*Da Lucy fant ut at maleriet hennes vant konkurransen, sa hun til søsteren Ruby: "Ditt er så fint. Jeg skulle ønske du hadde vunnet istedenfor meg." Lucy kunne ikke tro det da hun fant ut at maleriet hennes vant konkurransen for hele USA også!*

### EN SPESIELL MÅTE Å KOMMUNISERE PÅ

*Det er vanskelig for Lucy å fortelle andre hva hun føler. Men hun ønsker å hjelpe folk å føle seg elsket og lykkelige. Og det gjør maleriene hennes!*



### LUCYS TANKER OM Å VISE KJÆRLIGHET

Ha kjærighet i hjertet.  
Kjærighet hjelper deg å være lykkelig.  
Vær hyggelig og snill mot andre.

### SEND OSS ET HJERTE

Hvordan kan du følge Jesus ved å vise kjærighet? Send oss et hjerte med historien din og et fotografi, sammen med dine foreldres tillatelse. Send det via [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) (klikk på "Submit an Article") eller som e-post til [liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).





# En god følelse

Av Jane McBride

Basert på en sann historie

Da Paulo kom opp av vannet, kledde han og pappa seg i tørre klær. Så la far, bestefar og biskopen hendene sine på hodet hans og bekreftet ham. Nå var han medlem av Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige.

“Jeg føler meg så bra,” sa Paulo. Han holdt hånden over hjertet. “Her inne.”

Mor holdt ham tett inntil seg. “Det er fordi du mottok Den hellige ånds gave da du ble bekreftet.”

Paulo nikket. Han ønsket ikke å gjøre noe som kunne få den gode følelsen til å forsvinne.

Men allerede neste dag ødela Paulos lillebror Carlo Paulos lekefly. Paulo hadde spart i en hel måned for å kjøpe det!

“Se hva du gjorde!” skrek Paulo. “Hvorfor kan du ikke la tingene mine være?”

“Unnskyld,” sa Carlo. Tårene trillet nedover kinnene hans. “Kanskje vi kan reparere det.”

“Det blir ikke det samme!”

Carlo løp gråtende ut av rommet.

Paulo følte seg forferdelig. Han visste at Jesus ikke ville ha skreket eller blitt sint. Ville han noen gang føle seg slik han gjorde etter dåpen?

“Jeg lovet at jeg ville prøve å ligne Jesus,” sa han til mor med skjelvende stemme. “Men jeg har allerede rotet det til.”

“Du har gjort noe galt,” sa mor vennlig. “Men Jesus har også gjort det mulig for oss å ha Den hellige ånd med oss igjen etter at vi har rotet det til.”

Paulo visste hva hun skulle si. “Jeg vet det. Omvendelse. Jeg må be om tilgivelse.”

Mor nikket. “Så når du tar nadverden, vil du fornye løftet du ga om å følge Jesus. Og da vil du være like ren

*Paulo hadde rotet det til.  
Hva kunne han gjøre?*



som du var rett etter at du ble døpt og bekreftet.”

Paulo gikk for å finne Carlo. “Beklager at jeg skrek til deg,” sa han. “La oss reparere flyet sammen.”

Carlo smilte, og Paulo følte at han hadde gjort det Jesus ville gjort. Da han holdt bønn den kvelden, ba han vår himmelske Fader om å tilgi ham og hjelpe ham å være snillere mot Carlo. Han begynte å føle en behagelig fred i hjertet.

I kirken den søndagen fulgte Paulo ekstra godt med på nadverdsbønnene. Han lyttet omhyggelig til ordene. Da han tok brødet og vannet, følte han vår himmelske Faders kjærlighet. Mor hadde rett. Den gode følelsen var tilbake! ■

*Artikkelforfatteren bor i Colorado, USA.*

- Når fly er nye, er vingene blanke og fine. Luften som strømmer over vingene, holder flyet i luften.
- Når is og snø bygger seg opp på vingene, kan ikke luften strømme jevnt over dem. Da kan ikke flyet fly trygt.
- Før flyet tar av, bruker bakkemannskaper store slanger til å spyle av vingene og gjøre dem blanke og fine igjen.
- Da kan flyet fly like bra som da det var nytt!

## HOLD VINGENE DINE BLANKE!

- Når vi blir døpt, har vi ingen synder, og vi mottar Den hellige ånds gave som kan hjelpe oss å lære og vokse.
- Når vi gjør gale valg, er det vanskeligere å føle Den hellige ånd.
- Når vi omvender oss og ber om hjelp, tilgir vår himmelske Fader oss. Våre synder blir fjernet. Den hellige ånd kan være med oss.
- På grunn av Frelserens forsoning, kan vi omvende oss hver dag! På søndag hjelper nadverden oss å bli rene, minnes Jesus og få en lykkelig ny begynnelse.





Av eldste  
Kim B. Clark  
i De sytti

# Jeg så Guds profet



Da jeg var 11, hjalp jeg menigheten min å bygge en ny kirkebygning. Medlemmene hjalp til med å bygge dem den gangen – med spikring, maling av vegger og alle slags oppgaver.

Da jeg hørte at president David O. McKay (1873-1970) skulle innvie bygningen, ønsket jeg virkelig å være tilstede. Mor og far sa at jeg kunne. Jeg dro tidlig og satte meg på forreste rad.

Jeg husker at jeg så president McKay på nært hold. Jeg så hvordan han sto, hvordan han snakket med folk, hvordan han behandlet andre. Han hadde klare blå øyne og hvitt hår. Han så ut som en profet. Da jeg hørte ham tale og holde innvielsesbønnen, visste jeg i mitt hjerte at dette var Guds profet.

Jeg fikk en sterk åndelig tilskyndelse fra vår himmelske Fader: "Dette er min profet." Vår himmelske Fader fortalte meg gjennom Den hellige ånd at president McKay var *hans* profet.

Når jeg visste at president McKay var Guds profet, visste jeg også at Kirken var sann og at Joseph Smith var en profet. Jeg visste at Mormons bok var sann og at evangeliets gjengivelse hadde funnet sted. Jeg visste også at alle profetene, fra Joseph Smith til David O. McKay, også var Guds profeter.

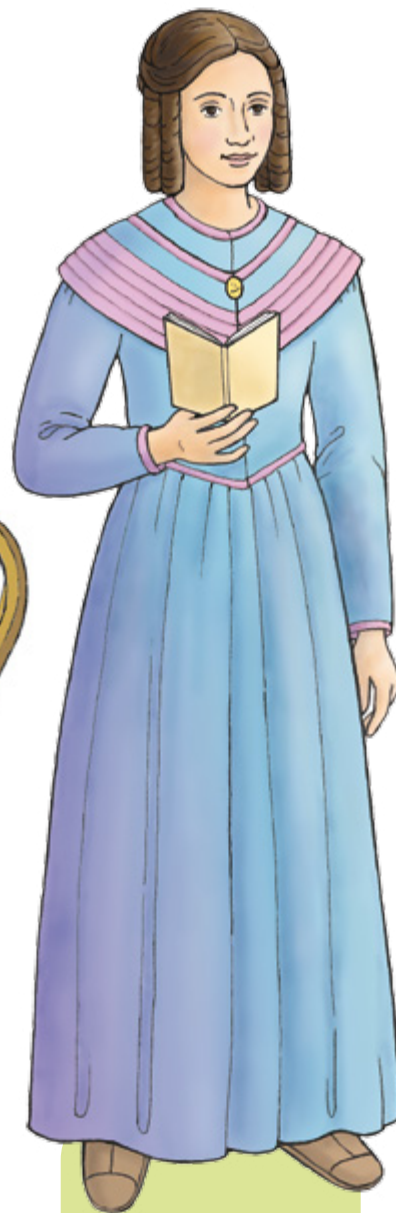
Og hver gang en ny profet har blitt kalt, har jeg fått den samme bekreftelsen: "Dette er min profet." Det hele begynte da jeg var gutt. ■



**President David O. McKay var Kirkens niende president og virket fra 1951 til 1970.**

# Kirken blir organisert

*Bruk disse figurene til å fortelle historier fra Kirkens historie!*



Emma Smith



**Etter at Mormons bok var oversatt, ble den utgitt som en bok med hellig skrift. En måned senere ble det første offisielle møtet i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige avholdt i et gårdshus. Det kom ca 60 personer. Joseph Smith og Oliver Cowdery velsignet og delte ut nadverden. Jesu Kristi kirke var endelig organisert på jorden igjen! Noen måneder senere ba Herren Emma Smith, Josephs hustru, om å samle salmer som de hellige kunne syng under deres møter i Kirken.**



# Jesus ble døpt

Av Kim Webb Reid, Utah, USA



Døperen Johannes var en stor profet. Han lærte folk å omvende seg. Så døypte han dem.

En dag døypte Johannes folk i elven Jordan. Jesus kom og ønsket at Johannes skulle døype ham. Johannes visste at Jesus ikke hadde syndet. Hvorfor ønsket Jesus da å bli døypt?





Jesus sa at han måtte  
adlyde alle budene.  
Å bli døpt er et bud.



Etter at Johannes hadde døpt Jesus, kom en due for å vise at Den hellige ånd var der. Vår himmelske Faders røst kom fra himmelen og sa: “Dette er min Sønn, den elskede! I ham har jeg velbehag” (Matteus 3:17).





Vi kan adlyde budene og velge å bli døpt, som Jesus. Så kan vi bli bekreftet og få Den hellige ånds gave også. ■

# Jeg er takknemlig for kroppen min







Av president  
David O. McKay  
(1873–1970)

Kirkens niende president

## EN LÆRDOM FRA DANDY

*I likhet med noen unge mennesker, mislikte hesten min Dandy begrensninger.*

Jeg eide en gang og hadde stor glede av å trene [et godt avlet føll som het Dandy]. Den hadde et godt lynne, rene, balanserte øyne og fine proporsjoner, og alt i alt var det et flott [dyr]. Med sal på var den så villig, lydhør og samarbeidsvillig som en hest kan være. Den og hunden min Scotty var gode venner. Jeg likte måten den nærmet seg noe den var redd for. Den hadde tillit til at hvis den gjorde som jeg befalte den, ville den ikke bli skadet.

Men Dandy mislikte begrensninger. Den var lite tilfreds når den ble bundet, og bet i tauet til den kom seg løs. Den sprang ikke bort, men ville bare være fri. Den trodde andre hester følte det samme, og prøvde å løse knutene på deres tau. Den hatet å være innesperret på beite, og dersom den kunne finne et sted i gjerdet der det bare var glatt ståltråd, dyttet den forsiktig til ståltråden med hovene til den kunne trække over til friheten.



Mer enn én gang var naboene mine så snille å sette den tilbake på jorden. Den lærte til og med å dytte opp porten. Selv om [den ofte gjorde skader som var] irriterende og noen ganger kostbare, beundret jeg dens intelligens og oppfinnsomhet.

Men dens nysgjerrighet og ønske om å utforske nabolaget skapte problemer både for den og meg. En gang den kom seg ut på veien, ble den påkjørt av en bil, noe som førte til en rampovert bil, en skadet hest, og en liten, men ikke alvorlig skade på sjåføren.

Mens den kom seg etter dette, og fremdeles ble drevet av lyst til å streife omkring, inspiserste den gjerdet langs

hele grensen. Den fant til og med grunder som var surret med ståltråd. Så en stund trodde vi at Dandy var trygg ute på beitet.

Men en dag hadde en eller annen unnlatt å surre grunden. Dandy oppdaget dette, åpnet den og tok med seg [en annen hest], og sammen besøkte de naboens jorde. De gikk til et gammelt hus som ble brukt som lager. Dandys nysgjerrighet fikk den til å dytte opp døren. Akkurat som den hadde antatt, var det en sekk med korn. Hvilket funn! Ja, og hvilken tragedie! Kornet var forgiftet for å drepe gnagere! Etter noen minutter hadde Dandy og dens venn krampesmerter, og snart var begge døde.

Hvor mange av våre unge ligner ikke på Dandy! Det er ikke noe vondt i dem. De mener ikke å gjøre noe galt, men de er impulsive, fulle av liv, fulle av nysgjerrighet, og de lengter etter å gjøre noe. De er også [rastløse] under begrensninger, men hvis de holdes opptatt og ledes omhyggelig og på riktig måte, viser de seg å være lydhøre og dyktige. Hvis de får vandre om uten veiledning, overtrer de imidlertid altfor ofte riktige prinsipper og ledes ofte til ondskapens snarer, katastrofer og til og med død. ■

*Fra Conference Report, okt. 1968, 87; tegnssetting og bruk av store bokstaver er modernisert.*



**OPPVEKKELSEN AV JAIRUS' DATTER,  
AV JEREMY WINBORG**

*"Han tok henne ved hånden og ropte: Barn, stå opp!" (Lukas 8:54).*



# Også i dette nummeret

## FOR UNGE VOKSNE

### Vær et forbilde for de troende

Hvordan kan vi stå urokkelig i evangeliet og undervise andre om sannheten uten å forårsake strid og sinne?



s.44

## FOR UNGDOM

s.50



### 7 TING VI FRYKTER VED OMVENDELSE - OG HVORFOR VI IKKE SKULLE DET

La ikke frykt hindre deg i å oppleve den fred og glede som omvendelse og tilgivelse kan gi deg.

## FOR BARN

### En god følelse

Hva skjer når man gjør noe galt etter at man har blitt døpt? Hvordan får man den gode følelsen tilbake?



s.72



JESU KRISTI  
KIRKE  
AV SISTE DAGERS HELLIGE