

# Liahona

**Å forstå kvinners  
forbindelse til  
prestedomskraft,  
side 34**

3 spørsmål å stille deg  
selv i prøvelsens tid,  
side 12

Mesterverkets maleri  
av ditt liv, side 16



KIRKEN  
ER HER

# Roma Italia





Når Roma Italia tempel blir innviet i uken 10.–12. mars 2019, vil siste-dagers-hellige over hele verden glede seg, spesielt de hellige i Italia. Hvilken mer betydningsfull bygning kan “den evige stad” få enn et Herrens hus?

Tempelet, som er det første i Italia, ligger i den nordøstlige delen av Roma. Det er en del av et religions- og kultursenter med et multifunksjonelt møtehus (med en kultursal og fasiliteter for konferanser), et besøkssenter, et slekthistorisk senter og et gjestehjem, som alt er omgitt av et hageanlegg.

Misjonærarbeidet i Italia begynte i 1850, men fremgangen ble forstyrret av anti-virksomhet mot Kirken og tunge lovbestemmelser. Kirken fikk til slutt tillatelse til å fortsette misjonærarbeidet i 1964. I 1993 ga Italia Kirken formell juridisk status. I 2012 fikk Kirken offisiell status som “partner av staten”, som ga Kirken større frihet til å gjøre mer godt, både som en kirke og som en sosial institusjon.

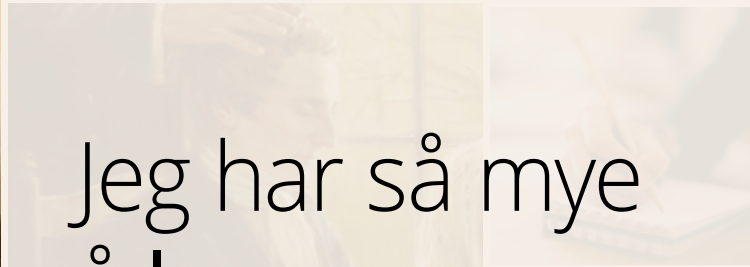
- I dag er det nesten 27 000 siste-dagers-hellige i Italia som møtes i 101 forsamlinger.
- President Thomas S. Monson (1927–2018) presiderte ved spadestikk-seremonien for Roma Italia tempel i 2010, som også vise-ordføreren i Roma var til stede på.
- Det er to misjoner i Italia: Italia Milano misjon og Italia Roma misjon.





Guds døtre og hans  
prestedomskraft  
Barbara Morgan Gardner

34



# Jeg har så mye å lære om prestedommet

Som ung kvinne og senere som misjonær, husket jeg at jeg undret på om bestemte vers i Skriftene gjaldt meg som kvinne, særlig de som henviste til misjonærarbeid og prestedommet. Nå, i mine forskjellige kall i Kirken og som religionslærer, har andre stilt meg lignende spørsmål om hvordan prestedommet gjelder dem.

Som jeg nevner i min artikkel på side 34, har Kirkens ledere i de senere år bedt medlemmer om å øke sin forståelse av prestedommet. President Russell M. Nelson sa dette: "Altfor mange av våre brødre og søstre forstår ikke fullt ut begrepet prestedomskraft og myndighet."<sup>1</sup>

Ordtaket "informasjon inspirerer til inspirasjon" er sant. Mens jeg har studert prestedommet og undervist universitetsstudenter om det, har jeg ikke bare forstått hvor lite jeg vet, men det har også åpnet mitt sinn og hjerte til evige sannheter angående prestedommet.

Jeg håper at når du lærer mer om prestedommet i dette nummeret, vil du forstå at våre himmelske foreldre ønsker å velsigne oss med prestedommet og at siste-dagers profeter ber om at vi benytter oss av disse privilegiene – kanskje særlig dem som gis til verdige menn og kvinner i tempelet.

Vennlig hilsen

Barbara Morgan Gardner

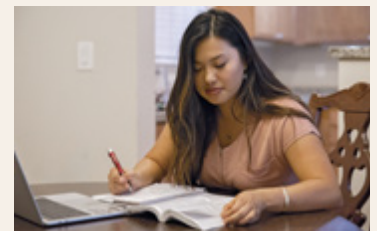
#### NOTE

1. Russell M. Nelson, "Omsorgstjeneste med kraft og myndighet fra Gud", *Liahona*, mai 2018, 69.



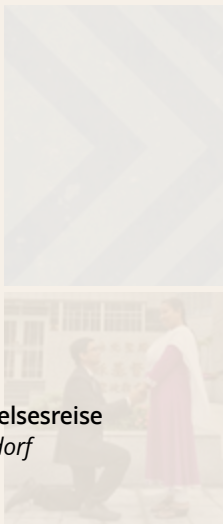
Hvordan vi kan  
dele vitnesbyrd  
med andre  
på en mer  
naturlig måte

8



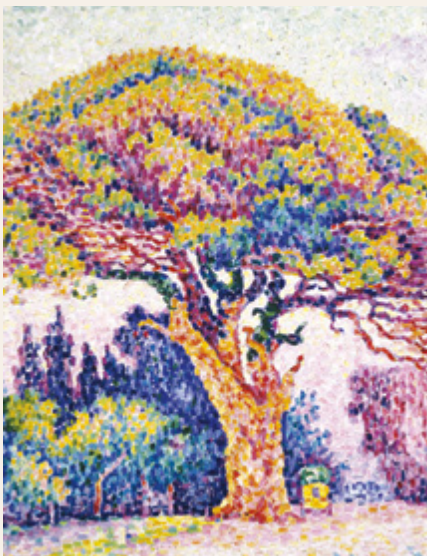
Å lære en ny måte å lære på  
Søndagsskolens  
generalpresidentskap

26



Jordelivets oppdagelsesreise  
Eldste Dieter F. Uchtdorf

16



# Innhold

- 5 Kilden til prestedømsmyndighet**   
Hvordan vi fikk prestedømmet i Kirken i vår tid
- 6 Eksempler på tro:** Jason og Jackie Wong – Hong Kong, Kina   
Gud er kjempeviktig i vårt forhold. Uten ham hadde vi kanskje avsluttet forholdet!
- 8 Prinsipper for omsorgstjeneste:** Hvordan vi kan dele vitnesbyrd med andre på en mer naturlig måte  
Det å dele vårt vitnesbyrd med andre på enkle, hverdagslige måter kan utgjøre en stor forskjell
- 12 Kilder til fred og kraft**  
*Av eldste Carlos A. Godoy*  
Når alle andre kilder til styrke svikter, kan vi stole på Kristus.
- 16 Jordelivets oppdagelsesreise**  
*Av eldste Dieter F. Uchtdorf*  
Prikkene i livet ditt har kanskje ingen sammenheng akkurat nå, men hvis du stoler på Herren og gjør ditt beste, vil du en dag se hvordan alle prikkene henger sammen.
- 26 Kom, følg med meg:** Å lære en ny måte å lære på  
*Av Søndagsskolens generalpresidentskap*  
Disse fem prinsippene kan veilede oss i å bedre lære om og under vise i evangeliet.
- 30 Sagt av siste-dagers-hellige**   
Jeg satte frem og ryddet bort stoler, nynet en salme på jobben, mistet min familie i mørket, han tutet og dimmet frontlyktene mot meg.
- 34 Guds døtre og hans prestedømskraft**  
*Av Barbara Morgan Gardner*  
Kvinner har tilgang til alle de samme prestedømsvelsignelsene som menn, og her kan du se hvordan.

 Kjapp lesning



Omslagssiden  
Foto: Matt Reier.

## Kapitler

Unge voksne

42

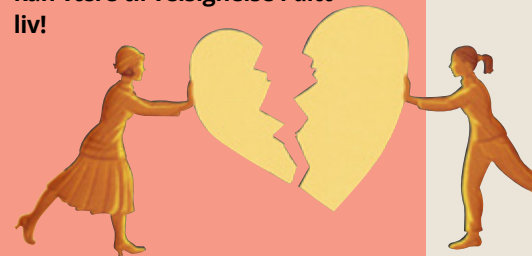
Lær hvordan du bedre kan forberede deg, forstå og holde dine **tempelpakter**.



Ungdom

50

Oppdag hvordan **slektshistorie, det å søke svar på spørsmål og legge merke til små mirakler kan være til velsignelse i ditt liv!**



Barn

Finn ut hvordan du kan **bli mer lik Jesus** ved å be for og vise kjærlighet til andre!



## FINN MER

I Gospel Library-appen og på liahona.lds.org kan du:

- Finne nyeste nummer.
- Finne innhold som bare finnes digitalt.
- Søke i tidligere numre.
- Sende inn dine historier og tilbakemeldinger.
- Abonnere eller gi et gaveabonnement.
- Forbedre ditt studium med digitale verktøy.
- Dele favorittartikler og -videoer.
- Laste ned eller skrive ut artikler.
- Lytte til dine favorittartikler.

## KONTAKT OSS

Send spørsmål og tilbakemelding til liahona@ldschurch.org.

Send inn dine trosfremmede historier på liahona.lds.org eller per post til:

*Liahona*, floor 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

## UTVALGTE ARTIKLER SOM BARE FINNES DIGITALT



### Glassmaleri i besøkssenteret i Roma

Av Heather White Claridge og Chakell Wardleigh

Kunstneren med hovedansvaret for å lage dette glassmaleriet i besøkssenteret i Roma Italia tempel forklarer betydningen og symbolikken i dette kunstverket.



### 5 grunner til at enslige voksne burde delta i tempelbeseglinger

Av Alex Hugie

Å delta i beseglingsordinansen er en inspirerende opplevelse for alle medlemmer som har mottatt sin begavelse, også dem som er enslige.



### God nok for tempelet?

Av Zariah Inniss

En ung voksen fra Barbados lærer at hun ikke trenger å være fullkommen for å være verdig til å komme inn i tempelet.

## MARS 2019, ÅRGANG 83, NR. 3 LIAHONA 18603 170

Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Helliges internasjonale tidsskrift

**Det første presidentskap:** Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

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

**Redaktør:** Randy D. Funk

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

**Administrerende direktør:** Richard I. Heaton

**Direktør for Kirkens tidsskrifter:** Allan R. Loyborg

**Økonomiansvarlig:** Garff Cannon

**Redaksjonssjef:** Adam C. Olson

**Assisterende redaksjonssjef:** Ryan Carr

**Produksjonsassistent:** Francisca Olson

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

**Kunstnerisk ansvarlig:** J. Scott Knudsen

**Bilredaktør:** Tadd R. Peterson

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

**Koordinator for opphavsrett:** Collette Nebeker Aune

**Produksjonssjef:** Jane Ann Peters

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

**Forhåndstrykk:** Joshua Dennis, Ammon Harris

**Trykkerisjef:** Steven T. Lewis

**Distribusjonssjef:** Troy R. Barker

**Øversettelse:** Kirkens oversettelseskontor

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

Abonnementsinformasjon: For abonnement eller adresseforandring vennligst kontakt kundeservice  
Telefon: +46 (0) 8500 655 20  
E-post: rcstockholm@ldschurch.org  
Internett: store.lds.org  
Abonnementspris pr. år: NOK 87 (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:

Joanna Bjerga  
Haraldskroken 31  
4041 Hafstrfjord  
Tlf.: 41021116

E-post: jobobjerga@gmail.com

Nyhetsredaktør: Joanna Bjerga

*Liahona* (en betegnelse fra Mormons bok som betyr "kompass" eller "veiviser") utgis på albansk, armensk, bislama, bulgarsk, kambodsjansk, cebuano, kinesisk, kinesisk (forenklet), kroatisk, tsjekkisk, dansk, engelsk, estisk, fijijsk, finsk, fransk, tysk, gresk, ungarsk, islandsk, indonesisk, italiensk, japansk, kiribati, koreansk, latvisk, litauisk, gassisk, marshallisk, mongolsk, nederlandsk, norsk, polsk, portugisisk, rumensk, russisk, samoansk, slovensk, spansk, swahili, svensk, tagalog, tahitisk, thai, tongansk, ukrainsk, urdu og vietnamsisk. (Antall utgivelser varierer for de forskjellige språkområder.)

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Trykt i USA.

**Informasjon om opphavsrett:**

Med mindre annet er angitt, kan enkeltpersoner kopiere materiale fra *Liahona* til eget personlig, ikke-kommersielt bruk (herunder kall i Kirken). Denne rettighet kan til enhver tid tilbakekalles. Visuelt materiell må ikke kopieres hvis det er angitt restriksjoner i teksten under illustrasjonen. Spørsmål om opphavsrett rettes til Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL

13, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

**For Readers in the United States and Canada:** March 2019 Vol. 83 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Norwegian (ISSN 1522-9238) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., 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 (American Express, Discover, MasterCard, Visa) 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.



## KILDEN TIL PRESTEDØMSMYNDIGHET

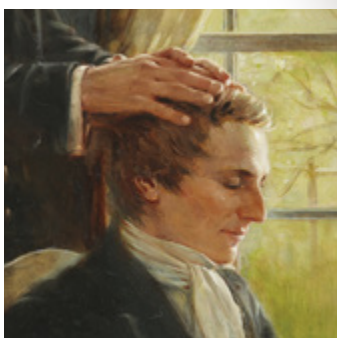
**P**restedømmet er Guds kraft og myndighet som han gir oss slik at vi kan bidra til å utføre hans frelsesverk (se *Håndbok 2: Kirkens administrasjon* [2010], side 8). Herren har gitt sitt prestedømme til utvalgt tjenere siden Adams tid. Fordi prestedømmet gis til verdige menn ved håndspåleggelse og en opptegnelse er ført over de ordinansjonene, kan prestedømsbærere i dag følge sin prestedømslinje tilbake til Joseph Smith, som mottok Det melkisedekske prestedømme fra Jesu Kristi apostler.

### 1. Peter, Jakob og Johannes

Under sitt jordiske virke ga Jesus Kristus sin prestedømsmyndighet til sine apostler, herunder Peter, Jakob og Johannes (se Matteus 10).

### 2. Joseph Smith og Oliver Cowdery

Den 15. mai 1829 viste døperen Johannes seg for Joseph Smith og Oliver Cowdery for å gi dem Det aronske prestedømme. Noen uker senere, ga apostlene Peter, Jakob og Johannes fra fordums tid Joseph Smith og Oliver Cowdery Det melkisedekske prestedømme (se Lære og pakter 27:12; 128:20; *Teachings of the Prophet Joseph Smith*, red. Joseph Fielding Smith [1976], 81, 101).



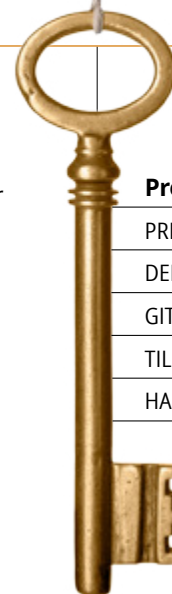
### 3. Siste-dagers apostler og ledere

Profeten Joseph Smith ga prestedømmet til andre verdige menn, som, under profetens ledelse, ga det til andre verdige menn, og så videre, opp til vår tid.

### PRESTEDØMMETS MYNDIGHETSLINJE

For å motta din egen prestedømmets myndighetslinje, send en e-post til [lineofauthority@ldschurch.org](mailto:lineofauthority@ldschurch.org), med bokstavene PLA i emnelinjen (tilgjengelig på engelsk, portugisisk og spansk).

For å lære mer om prestedømmet, se "Guds døtre og hans prestedømskraft" på side 34.



#### Prestedømsnøkler

PRESTEDØMSNØKLER ER  
DEN MYNDIGHET GUD HAR  
GITT PRESTEDØMSLEDERE  
TIL Å LEDE ANVENDELSEN AV  
HANS PRESTEDØMME

på jorden, herunder hvordan prestedømmet overdras fra en prestedømsbærer til en annen. Det er for eksempel bare en biskop som innehar prestedømsnøklerne til sin menighet som kan godkjenne at en mann eller en ung mann i menigheten kan motta Det aronske prestedømme. I april 1836 mottok profeten Joseph Smith viktige prestedømsnøkler fra Moses, Elias og Elijah i Kirtland tempel (se Lære og pakter 110). ■





## Jason og Jackie Wong

Hong Kong, Kina



*Synet på kjønnsroller kan variere sterkt fra kultur til kultur, men utfordringen med å bli forenet som nygifte ser ut til å være universell. Jason og Jackie lærte noen viktige lekser mens de arbeidet sammen.*

**LESLIE NILSSON, FOTOGRAF**

### Jason:

Jeg vokste opp med tanken om at jenter skulle gjøre alt husarbeidet. Jeg lærte fort at dette ikke var realistisk. Jackie hadde det svært travelt og var under stort press på jobben sin. Selv om jeg var under stort press også, forsto jeg at jeg burde begynne å gjøre mer for å bidra.

### Jackie:

Det å være nygift har vært en forandring. Helt ærlig, Gud er kjempeviktig i vårt forhold. Uten Gud hadde vi kanskje avsluttet forholdet!

### Jason:

Vi forsto at vi måtte tilbringe mer tid sammen. Så nå gjør vi husarbeidet sammen. Dette hjelper oss å få det gjort, og vi får være sammen.

### Jackie:

Vi prøver også å bruke tid om kveldene til å snakke om vår dag, så ber vi og leser i Skriftene før vi sover. Å etterleve evangeliet har velsignet vårt ekteskap.

### FINN MER

President Russell M. Nelson vitner om velsignelsene ved evig ekteskap på [lds.org/go/031906](https://lds.org/go/031906).

Finn ressurser for å styrke ditt ekteskap og din familie på [lds.org/go/031907](https://lds.org/go/031907).

Finn flere "Eksempler på tro" på Media Library på [lds.org/go/18](https://lds.org/go/18).

# Prinsipper for omsorgstjeneste

## HVORDAN VI KAN **DELE** VITNESBYRD MED ANDRE **PÅ EN MER NATURLIG MÅTE**



### **OMSORGSTJENESTE ER Å VITNE.**

DEN FLEKSIBILITET SOM LIGGER I OMSORGSTJENESTE KAN ØKE  
VÅRE MULIGHETER TIL Å DELE VÅRT VITNESBYRD MED ANDRE PÅ  
FORMELLE OG UFORMELLE MÅTER.

**V**i har inngått en pakt om å “stå som Guds vitner til alle tider og i alle ting og på alle steder” (Mosiah 18:9). Det å dele vårt vitnesbyrd er en del av å stå som et vitne og er en mektig måte vi kan innby Den hellige ånd til å påvirke en annens hjerte og endre deres liv på.

“Et sant vitnesbyrd – født av Ånden og bekreftet av Den hellige

ånd – forandre[r] liv,” sa president M. Russell Ballard, fungerende president for De tolv apostlers quorum.<sup>1</sup>

Men å dele vårt vitnesbyrd med andre kan være skremmende eller ukomfortabelt for noen av oss. Det kan være fordi vi tror at det å dele vårt vitnesbyrd med andre er noe vi gjør på faste- og vitnesbyrdsrådet eller når vi underviser en leksjon. I

disse formelle situasjonene bruker vi ofte ord og uttrykk som ikke synes å passe i en naturlig samtale.

Det å dele våre vitnesbyrd med andre kan bli til en mer regelmessig velsignelse i vårt liv og i andres liv når vi forstår hvor enkelt det kan være å dele det vi tror i hverdagslige situasjoner. Her er noen forslag for å hjelpe deg å komme i gang.

## Gjør det enkelt

Et vitnesbyrd trenger ikke å begynne med uttrykket: “Jeg vil gjerne bære mitt vitnesbyrd,” og det trenger heller ikke å slutte med: “I Jesu Kristi navn. Amen.” Et vitnesbyrd er et uttrykk for hva vi tror og vet er sant. Så å ha en samtale med naboen over gaten om et problem hun har og å si: “Jeg vet at Gud hører bønner,” kan være like mektig som et vitnesbyrd fra talerstolen i kirken. Kraften kommer ikke fra et blomstrende språk, det kommer ved at Den hellige ånd bekrefter sannheten (se Lære og pakter 100:7–8).



## Tilpass flyten i en naturlig samtale

Jeg vet at Gud vil hjelpe meg gjennom det. Han har gjort det før.”

- Noen bemerker: “Jeg håper dette fryktelig været endrer seg snart,” eller: “Bussen er veldig sen,” eller: “Se på denne trafikken.” Du kan svare: “Jeg er sikker på at Gud vil hjelpe til slik at alt ordner seg.”

Hvis vi er villige til å dele, finnes det muligheter overalt rundt oss til å tilpasse vitnesbyrd inn i hverdagslige samtaler. For eksempel:

- Noen spør deg om hvordan helgen din har vært. “Den var flott,” svarer du. “Kirken var akkurat det jeg trengte.”
- Noen uttrykker sympati etter å ha funnet ut om en utfordring i livet ditt: “Jeg er så lei meg på dine vegne.” Du svarer: “Takk for omtanken.

## Frelserens eksempel

Sliten etter en reise gjennom Samaria, stoppet Frelseren for å hvile ved en brønn og møte der en kvinne. Han begynte en samtale om å hente opp vann fra brønnen. Ved bruk av denne hverdagslige oppgaven som kvinnen holdt på med, fikk Jesus anledning til å vitne om det levende vann og evige liv som er tilgjengelig for dem som har tro på ham (se Johannes 4:13–15, 25–26).





### Vær forberedt

For noen av oss kan det å impulsivt dele vårt vitnesbyrd være skremmende. Det finnes måter der vi kan planlegge på forhånd og alltid være “beredt til å forsvare [oss] for enhver som krever [oss] til regnskap for det håp som bor i [oss]” (1 Peter 3:15).

For det første: Å være forberedt kan bety å se på hvordan vi lever. Innbyr vi Den hellige ånd i vårt liv og styrker vårt eget vitnesbyrd daglig gjennom en rettferdig livsførsel? Gir vi Ånden anledninger til å tale til oss og gi oss de ord vi trenger gjennom bønn og daglig skriftstudium? Som Herren sa til Hyrum Smith: “Søk ikke å forkynne mitt ord, men søk først å erholde mitt ord, og så skal din tunge bli løst” (L&p 11:21).

For det annet: Å være forberedt kan bety å se fremover og vurdere anledninger som du kan få den dagen eller den uken til å dele ditt vitnesbyrd med andre. Du kan forberede deg til disse anledningene ved å tenke på hvordan de kan gi deg en sjanse til å dele det du tror på.



### Fortell om dine erfaringer

Vi snakker ofte med hverandre om våre utfordringer. Når noen forteller deg om det de står overfor kan du fortelle om en gang Gud hjalp deg i dine prøvelser og vitne om at du vet at han kan hjelpe dem også. Herren sa at han

styrker oss i våre prøvelser “så dere heretter kan stå som vitner for meg og så dere med sikkerhet kan vite at jeg, Gud Herren, ser til mitt folk i deres lidelser” (Mosiah 24:14). Vi kan stå som vitner om ham når vi vitner om hvordan han har hjulpet oss i våre prøvelser.



### Vær fokusert på Frelseren og hans lære

President Ballard sa: “Selv om vi som medlemmer av Kirken kan ha et vitnesbyrd om mange ting, er det grunnleggende sannheter som vi stadig trenger å undervise hverandre i og dele.” Som eksempler sa han: “Gud er vår Fader

og at Jesus er Kristus. Frelsesplanen er konsentrert om Frelserens forsoning. Joseph Smith gjenga fylден av det evige Jesu Kristi evangelium, og Mormons bok er bevis for at vårt vitnesbyrd er sant.” Når vi uttrykker disse dypføyte sannhetene, innbyr vi Ånden til å bære vitnesbyrd om at det vi har sagt er sant. President Ballard understreket at “Ånden [kan ikke] holdes tilbake når det blir båret et rent vitnesbyrd om Kristus.”<sup>2</sup>



### *Et enkelt vitnesbyrd kan endre liv*

President Russell M. Nelson har fortalt om en sykepleier som stilte daværende dr. Nelson et spørsmål om en vanskelig kirurgisk prosedyre. "Hvorfor er du ikke som andre kirurger?" Noen kirurger hun kjente kunne ha kort lunte og banne når de utførte slike prosedyrer under høyt press.

Dr. Nelson kunne ha svart på mange forskjellige måter. Men han svarte ganske enkelt: "Fordi jeg vet at Mormons bok er sann."

Hans svar tilskyndet sykepleieren og hennes mann til å studere Mormons bok. President Nelson døpte senere sykepleieren. Flere tiår senere, da han som nylig ordinert apostel presiderte over en stavskonferanse i Tennessee, USA, fikk president Nelson gleden av en uventet gjenforening med den samme sykepleieren. Hun fortalte at hennes omvendelse, forårsaket av et enkelt vitnesbyrd og Mormons boks innflytelse, bidro til omvendelsen til 80 andre personer.<sup>3</sup>

## Oppfordring til å handle

Ikke vær redd for å dele ditt vitnesbyrd med andre. Det kan være til velsignelse for dem du yter omsorg til.

Hvordan vil du bruke disse forslagene eller dine egne til å dele ditt vitnesbyrd med andre i dag? ■

### NOTER

1. M. Russell Ballard, "Rent vitnesbyrd", *Liahona*, nov. 2004, 40.
2. M. Russell Ballard, "Rent vitnesbyrd", 41.
3. I Jason Swensen, "Be Ready to Explain Your Testimony Using the Book of Mormon, President Nelson Says," Church News section of LDS.org, 6. feb. 2018, news.lds.org.



Artiklene "Prinsipper for omsorgstjeneste" har til hensikt å hjelpe oss å lære å ha omsorg for hverandre – de skal ikke deles i form av budskap under besøk. Når vi blir kjent med dem vi yter tjeneste til, vil Den hellige ånd tilskynde oss til å vite hvilket budskap de kan ha behov for i tillegg til vår omsorg og medfølelse.

### FORTELL OM DINE ERFARINGER

Send oss dine erfaringer når du har utført omsorgstjeneste til andre eller andre har utført omsorgstjeneste til deg. Gå til [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) og klikk på "Submit an Article or Feedback."



---

Hvordan  
skan de  
som opplever  
utfordringer  
fortsatt føle  
fred, være  
lykkelige og  
sterke?





Av eldste  
**Carlos A. Godoy**  
i De syttis  
presidentskap

# Kilder til fred og kraft

**E**n av de mest minneverdige opplevelser jeg har hatt som generalautoritet er å virke blant våre kjære hellige i Venezuela. Folk der, herunder Kirkens medlemmer, lever under vanskelige forhold. Selv under disse vanskelige forholdene kunne jeg imidlertid også se, i mine hyppige besøk til landet, at det var en forskjell mellom den generelle befolkningen og de siste-dagers-hellige.

## De helliges erfaringer i Venezuela

De hellige i Venezuela gjør sitt beste. Det er sant at mange lider og strever, og Kirken har støttet disse trengende aktivt gjennom fasteofferfondet, velferdsprogrammet og selvhjelpenhetsinitiativet. Selv om de hellige lett kan finne grunner til å være triste med alle de utfordringene de møter, er de et lykkelig folk – de har fred med seg selv, smiler ofte og håper på bedre tider.

Sånn er det blant Kirkens ungdom i Venezuela. Utfordringene for dem personlig og for familien deres gjør dem sterkere og forbereder

dem til fremtiden. Dette gjelder også for våre misjonærer i Venezuela. De må være sterke for sin egen del, for sine undersøkere og for sin familie. Og det er de. De minner oss om Helamans 2 000 unge krigere. Selv om de er få i antall, er de “overmåte tapre og modige” (se Alma 53:20–21). I Venezuela forbereder Herren en sterk generasjon av mødre, fedre og ledere. Uansett når vi er blant de hellige der, blir vi fylt med tro på evangeliet og på fremtiden.

## Fred i vanskelige tider

Hvordan kan disse medlemmene som opplever slike utfordringer, fortsatt føle fred, være lykkelige og sterke? Jeg tror at det som skjer med mange av dem er at de blir mer avhengige av Gud. Som en følge av det, mottar de styrke fra kilden til all styrke. De anerkjenner de velsignelser de mottar fra vår himmelske Fader, de stoler på Jesu Kristi kraft og hans forsoning, og de blir trøstet, støttet og styrket ved Den hellige ånd. Som et resultat av dette blir deres byrder lettere, deres sorger blir lettere og de finner fred midt i sine prøvelser.

Medlemmene i Venezuela opplever et moderne eksempel på det som fant sted blant Alma og hans folk i Mormons bok.

“Og nå skjedde det at de byrder som var lagt på Alma og hans brødre, ble gjort lette. Ja, Herren styrket dem så de kunne bære sine byrder med letthet, og de underkastet seg hele Herrens vilje med glede og tålmodighet” (Mosiah 24:15).

*De hellige i Venezuela er et lykkelig folk – de har fred med seg selv, smiler ofte idet de håper på bedre tider.*

### **Kraften i Jesu Kristi forsoning**

Mitt vitnesbyrd om Guds ønske om å vel-signe oss har blitt sterkere ved å tilbringe tid

Totalt sett har de, gjennom prøvelser, utviklet Kristus-lignende egenskaper som alle Kristi disipler håper å oppnå.

Det som har hendt med dem er den samme prosessen som skulle finne sted med hver enkelt av oss. Vi vil alle ha utfordringer og prøvelser i livet. Når vi har det, skulle vi spørre oss selv:

- Ser vi hen til Gud for å få hjelp til å komme gjennom disse vanskelige tidene?
- Er vi villige til å betale prisen for å bli en bedre person og for å utvikle Kristus-



*En måte de holder seg sterke på, er ved å lytte til råd fra profeter og apostler, slik disse hellige gjorde da eldste Quentin L. Cook talte i Caracas, Venezuela, i 2013*

blant våre medlemmer i Venezuela. I likhet med opplevelsen til Alma og hans etterfølgere, har de hellige i Venezuela blitt styrket, og deres økte kapasitet har lettet de byrder de bærer. Frelseren innbyr oss til å komme til ham hvis vi har tungt å bære, og vi vil finne hvile (se Matteus 11:28–30). Disse gode medlemmene har blitt gitt kraft til å bære sine byrder i Herrens styrke.

Som en følge av deres prøvelser, og som en velsignelse for å sette sin lit til Frelseren og hans nåde, har de opplevd en forandring i hjertet og hver enkelt av dem har blitt “som et barn, lydig, saktmodig, ydmyk, full av kjærlighet, villig til å bøye seg for alt som Herren finner gavnlige å pålegge [dem], likesom et barn bøyer seg for sin far” (Mosiah 3:19).

lignende egenskaper som er nødvendig for vår fremgang?

- Forstår vi at gjennom Jesu Kristi forsonings kraft kan vi finne styrke og håp?

Hvordan og hvorfor kan Frelseren gi slik trøst og kraft? Skriftene forteller oss: “Og han skal gå ut, ha smerter og lidelser og fristelser av alle slag, og dette for at det ord kunne bli oppfylt som sier at han vil påta seg sitt folks smerter og sykdommer.

Og han vil påta seg døden, så han kan løse dødens bånd som binder hans folk. Og han vil påta seg deres skrøpeligheter, så hans indre kan fylles med barmhjertighet i kjødet, så han i kjødet kan vite hvordan han skal hjelpe sitt folk i forhold til deres skrøpeligheter” (Alma 7:11–12).





*Et åk gjør det slik at dyr kan dra sammen med kraft, akkurat som Jesu Kristi åk kobler oss sammen med hans forløsende og styrkende kraft.*

### Herren vet hvordan det er

Som eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum sa: “Frelseren har ikke bare lidd for våre synder, men også for den utilstrekkelighet, urimelighet, smerte, pine og følelsesmessige nød som så ofte hjemsøker oss... Du og jeg kan i et svakt øyeblikk komme til å rope: ‘Ingen forstår. Ingen vet det.’ Kanskje intet menneske vet det. Men Guds Sønn vet og forstår det, for han følte og bar våre byrder lenge før vi selv gjorde det. Fordi han betalte den største pris og bar denne byrden, har han fullkommen empati og kan rekke ut sin barmhjertighets arm i så mange faser av vårt liv” (“Forsoningen og reisen gjennom jordelivet”, *Liahona*, apr. 2012, 19).

Eldste Bednar siterer deretter dette skriftstedet, som hjelper oss å forstå at på grunn av Jesu Kristi forsoning, kan hver enkelt av oss finne fred:

“Kom til meg, alle som strever og har tungt å bære, og jeg vil gi dere hvile!

Ta mitt åk på dere og lær av meg, for jeg er saktmodig og ydmyk av hjertet. Så skal dere finne hvile for deres sjeler.

For mitt åk er gagnlig, og min byrde er lett” (Matteus 11:28–30).

Jeg ønsker å tilføye mitt eget vitnesbyrd til eldste Bednars ord. Jeg vet også gjennom personlig erfaring at vi kan finne styrke og fred i vår Frelseres kjærlige armer. Frelserens forløsende og styrkende kraft er ikke bare kilden til tilgivelse for våre synder med også en mektig kilde til håp, fred, styrke, trøst, talenter, inspirasjon og alt som

er nødvendig for å hjelpe oss gjennom vår reise gjennom livet og til å lykkes. Vi kan i sannhet stole på “Den Hellige Messias’ fortjeneste, barmhjertighet og nåde” (2 Nephi 2:8).

### Vårt eget livs behov

Hvordan kan vi få tilgang til denne kilden til styrke? Hva må vi gjøre for å få den hjelpen vi trenger?

For det første må vi ha tro på den Herre Jesus Kristus og hans forsoning. Vi må forstå at han og hans Far er kildene til fred og kraft.

De gjør alt mulig.

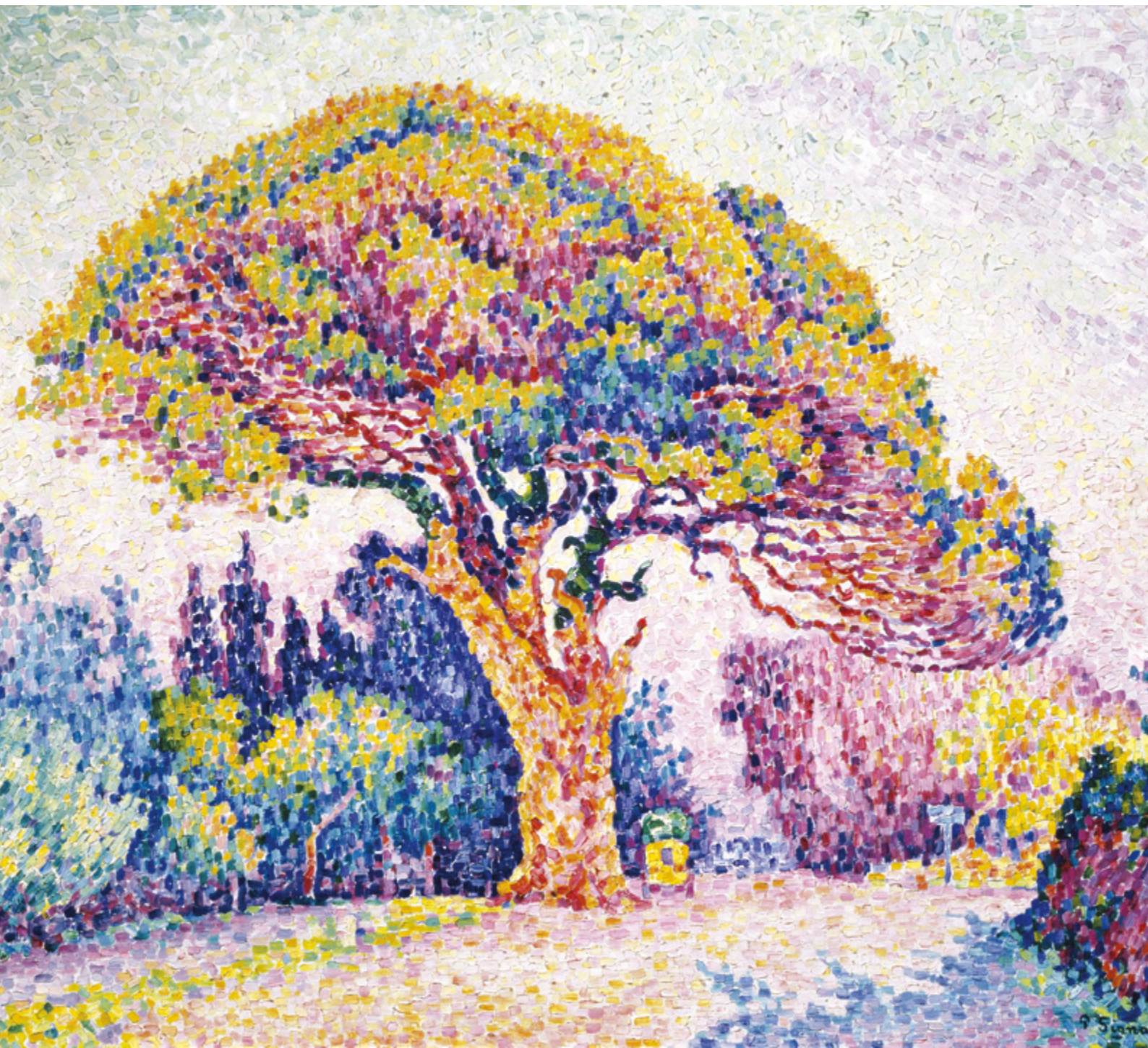
Deretter må vi

handle og gjøre vårt beste med hva det enn er vi gjennomgår. Vi kan arbeide med å overvinne en svakhet, søke lettelse fra sorg eller streve for å utvikle et talent. Selv om vårt beste synes utilstrekkelig i blant, vil Herren gjennom sin nåde velsigne oss med det vi trenger dersom vi virkelig gjør vårt beste.

“Når du og jeg forstår og anvender forsoningens styrkende kraft i vårt liv,” sa eldste Bednar, “vil vi be om og søke styrke til å forandre våre omstendigheter istedenfor å be om at våre omstendigheter skal forandres. Vi vil bli handlekraftige personer som gjør noe, istedenfor slike som bare lar seg påvirke av andre (se 2 Nephi 2:14)” (“Forsoningen og reisen gjennom jordelivet”, *Liahona*, 16).

Vi skulle også huske at når vi gjør vår del, er Herren ved vår side. Vi trenger ikke å kjempe vår del av kampen alene. Han vil være med oss, fra begynnelsen til enden. Jeg vitner om at Jesajas ord er sanne: “For jeg er Herren din Gud, som holder deg fast ved din høyre hånd, og som sier til deg: Frykt ikke! Jeg hjelper deg” (Jesaja 41:13). Det er sant for de hellige i Venezuela, og det er sant for hellige overalt i verden. ■

*Husk at når vi gjør vår del, er Herren ved vår side. Vi trenger ikke å kjempe vår del av kampen alene.*



# Din oppdagelsesreise gjennom jordelivet



Av eldste  
Dieter F. Uchtdorf  
i De tolv apostlers  
quorum

Ha tro – og Gud vil være med dere. Vend deres hjerte til ham – og han vil veilede dere ... [på deres] reise.

*Fra en verdensomspennende andakt for unge voksne "Jordelivets oppdagelsesreise", av eldste Dieter F. Uchtdorf og søster Harriet Uchtdorf i Konferansesenteret 14. januar 2018.*

**D**et er så godt å være sammen med dere i dag og føle av deres ånd, deres styrke og energi. Jeg er svært glad for at dere fikk anledning til å høre fra søster Uchtdorf. Harriet er virkelig solen i mitt liv. Alle som kjenner henne, er glad i henne. Hun er den type menneske som gjør dem som er rundt henne, bedre og lykkeligere. Hun har i hvert fall hatt den innflytelsen på meg.

Nylig feiret vi vår 55. bryllupsdag. Når vi ser på våre to barn og deres ektefeller, våre seks barnebarn med sine familier, og våre fire oldebarn, er vi forundret over den fantastiske oppdagelsesreisen vårt liv har vært.

## Tidsalderen for øyeblikkelige svar

En interessant tanke slo meg da jeg forberedte meg til denne kvelden. Ja, det er sant, de årene da jeg var i alderen 18 til 30 er knapt synlige i sladrespeilet mitt, men til tross for min nåværende alder, føler jeg meg fortsatt ung inni meg. Faktisk er det slik at de fleste av oss eldre betrakter oss selv som unge mennesker som bare har levd veldig lenge.

Når dere betrakter oss, den "eldre generasjon," kan dere blir overrasket over hvor mye mer vi har til felles med deres generasjon enn dere skulle trodd. Jeg tror at forskjellene mellom vår himmelske Faders barn, uansett alder, er små sammenlignet med likhetene. For eksempel, mange av dere har spørsmål om Gud og om dere selv – dype, grunnleggende spørsmål som er lik de spørsmål som stilles av mennesker som er mye eldre enn dere:



*“Å motta [himmelsk] svar krever ofte offer, arbeid og tålmodighet,” sa eldste Uchtdorf, her avbildet med søster Uchtdorf og unge voksne i Konferanseseneret.*

“Finnes Gud virkelig? Bryr han seg?”

“Er jeg på rett vei?”

“Hvorfor føler jeg meg noen ganger tom, overveldet, oversett eller ensom?”

“Hvorfor har ikke Gud grepet inn i mitt liv?”

“Hvorfor besvarte han ikke en bønn?”

“Hvorfor tillot han at jeg måtte oppleve denne nedstemtheten, sykdommen eller tragedien?”

Dette kan være vanskelige spørsmål å besvare.

I denne tidsalderen med øyeblikkelige svar – der tilsynelatende absolutt og uangripelig kunnskap bare er et Google-søk unna – blir vi noen ganger frustrerte når svar på våre mest personlige, viktige og akutte spørsmål, tar tid. Vi vender vårt hjerte mot himmelen, og alt vi ser ut til å få, er en frustrerende, roterende “vente-markør.”

Vi liker ikke å vente.

Når vi må vente mer enn noen få sekunder før en søkemotor svarer, antar vi kanskje at forbindelsen er nede eller brutt. I frustrasjon gir vi kanskje opp søket. Men når det gjelder evige spørsmål, ting som vedrører vår sjel, må vi være mer tålmodig.

Ikke alle svar har like stor verdi. Svar som kommer fra verdslig visdom eller populære oppfatninger, er lette å komme over, men de mister fort sin verdi når nye teorier eller trender oppstår. Svar fra himmelen – evigvarende svar – er uvurderlige. Å motta disse svarene, krever ofte offer, arbeid og tålmodighet.

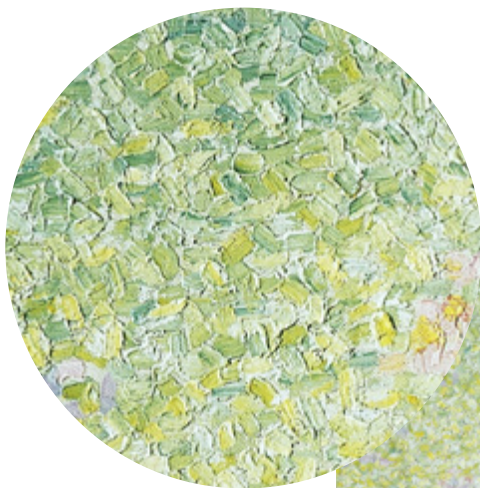
Disse svarene er verdt ventetiden.

Min hensikt er å gi mitt sikre vitnesbyrd om at deres Fader i himmelen kjenner dere, hører dere og vil aldri forlate dere. Når dere vender deres hjerte til ham og forsøker å følge hans vei, vil han gripe inn i deres liv og veilede dere gjennom dette jordelivets store og spennende reise.

### **Se sammenhengen**

En av de store innovatører i vår tid, Steve Jobs i Apple, ga oss denne innsikten: “Du kan ikke se sammenhengen mellom prikkene ved å se

*Når vi ser på vårt liv  
innenfor rammen av  
Jesu Kristi evangelium,  
kan vi begynne å se  
hvordan de forskjellige  
prikkene i vårt liv griper  
inn i hverandre.*

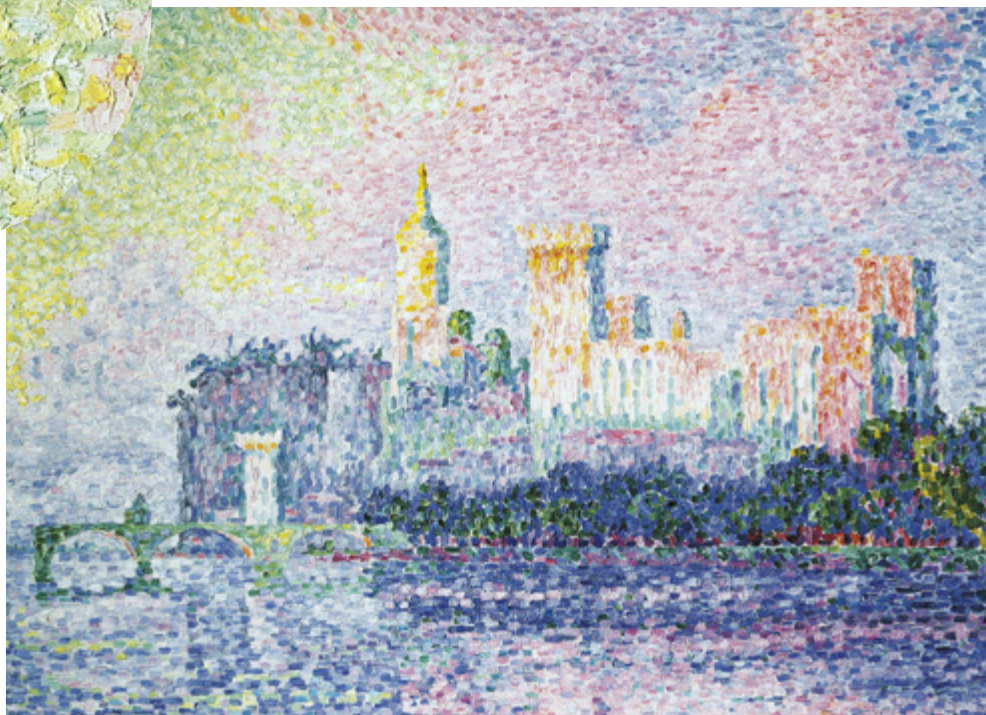


fremover, du kan bare se sammenhengen ved å se bakover. Så du må stole på at prikkene på en eller annen måte vil gi sammenheng og mening en gang i din fremtid.”<sup>1</sup>

Hva mente han med det? På slutten av det 19. århundre, begynte kunstnere som Georges Seurat og Paul Signac å male i en ny stil som ville bli kjent som neo-impresjonisme. Teknikken deres gikk ut på å påføre lerreter små fargeprikker. Nært innpå fremstår disse prikkene uten sammenheng og helt tilfeldig plassert. Men når du ser på hele bildet, kan du se hvordan prikkene blander seg og blir til farger, og hvordan fargene blir til former som avslører et vakkert mønster. Det som en gang virket vilkårlig og til og med forvirrende, begynner å gi mening.

Noen ganger er livet vårt som neo-impresjonistisk kunst. Fargeprikkene som utgjør dagens øyeblikk og hendelser, kan virke usammenhengende og kaotiske til å begynne med. Vi kan ikke se noe system i dem. Vi kan ikke forestille oss at de har noen hensikt i det hele tatt.

Når vi derimot tar et skritt tilbake og inntar et evig perspektiv, når vi ser på vårt liv innenfor rammen av Jesu Kristi evangelium, kan vi begynne å se hvordan de forskjellige prikkene i vårt liv griper inn i hverandre. Vi er kanskje ikke i stand til å se hele bildet ennå, men med tålmodighet kan vi se nok til å stole på at det finnes et vakkert, storslagent mønster. Og når vi streber etter å ha tillit til Gud og følge hans Sønn,





*Du må spørre deg selv: “Kan jeg mobilisere nok tro til å ha tillit til Gud? Er jeg villig til å stole på at han elsker meg og ønsker å lede meg på stien?”*

Jesus Kristus, vil vi en dag se det ferdige resultatet, og vi vil forstå at Guds egen hånd ledet og veiledet våre steg.

Vi vil forstå at mester-kunstneren hadde en plan for de tilfeldige prikkene hele tiden. Vi vil se at Han forøket våre talenter, forberedte anledninger og viste oss muligheter som er mer strålende enn vi noen sinne kunne ha forestilt oss eller oppnådd på egenhånd. Jeg har ihvertfall opplevd dette i mitt eget liv.

### **Min reise i jordelivet**

Da jeg var veldig ung, ble min familie to ganger tvunget til å flykte fra hjemmet vårt

og forlate alt. I begge tilfellene ble det ganske klart at menneskene på de nye stedene så på oss som mindreverdige. Aksepten min gjorde at jeg ble stemplet som en utenforstående av de andre barna, og det var en rik kilde til håp og latter for dem.

Traumer og stress på grunn av flyttingene gjorde at jeg kom på etterskudd i studiene mine, og mistet et helt skoleår. I Øst-Tyskland hadde jeg studert russisk som fremmedspråk. Det var vanskelig, men jeg klarte det. Nå, i Vest-Tyskland, ble det forventet at jeg skulle lære engelsk.

Dette virket umulig for meg! Jeg mente at munnen min ganske enkelt ikke var laget for det engelske språk.

I tenårene var jeg forelsket i en fantastisk jente med nydelige store brune øyne. Dessverre virket det ikke som om hun hadde den minste interesse av meg.

Så, der befant jeg meg, en ganske ubetydelig ung mann som strevde med sitt, i etterkrigstidens Tyskland og som ikke så ut til å ha noen stor sjanse til å lykkes i livet.

Men jeg hadde et par ting som var bra i livet mitt. Jeg visste at familien min var glad i meg. På skolen og i kirken oppfordret lærere meg til å alltid sette meg høye mål. Jeg husker fortsatt da en ung amerikansk misjonær underviste dette prinsippet fra Skriftene: “Hvis Gud er med [deg], hvem er da imot [deg]?”<sup>2</sup>

Det var noe med dette som gjorde sterkt inntrykk på meg. “Hvis det er tilfelle,” tenkte jeg, “hvorfor skulle jeg da frykte?”

Så, jeg hadde tro. Og jeg hadde tillit til Gud.

En tid var jeg i et lærlingprogram. En av lærerne mine utfordret meg til å sikte høyere og ta kveldskurs i maskinteknikk. Det krevde mye ekstra arbeid, men det fikk meg til å oppdage min store lidenskap for luftfart! Det kom som et sjokk da jeg fikk vite at for å bli flyver, måtte jeg kunne snakke engelsk. Men jeg ville bli flyver, og på mirakuløst vis virket

det som munnen min forandret seg, og at engelsk ikke lenger var et så vanskelig språk.

Med ny motivasjon, en fornyet forpliktelse til å arbeide hardt, og tillit til vår himmelske Fader, tok jeg små skritt som hjalp meg å bygge opp tro på at jeg kunne klare det. Det betydde selvfølgelig ikke at ting alltid gikk knirkefritt.

Da jeg var 19 år, reiste jeg til San Antonio i Texas i USA, for å begynne min opplæring som jagerflyver i luftforsvaret. På flyet satt jeg ved siden av en mann som snakket med bred Texas aksent. Jeg oppdaget til min skrekk at den engelsken jeg så desperat hadde prøvd å lære, ikke var den samme engelsken han snakket!

Det var vanskelig på flyverskolen også. Det var et ekstremt konkurransepreget program, der alle sloss om de beste eksamensresultatene. Jeg visste med en gang at jeg hadde en ulempe siden de fleste av mine klassekamerater hadde engelsk som morsmål.

Mine flyinstruktører advarte meg mot en annen mulig ulempe – jeg tilbragte svært mye tid i kirken. De lokale medlemmene ønsket meg velkommen i sin gren og i sine hjem, og sammen bygget vi til og med et møtehus i Big Spring i Texas. Mine instruktører var bekymret for at slike aktiviteter kunne svekke min sjanse for en høy plassering. Jeg

trodde ikke det. Så jeg hadde tillit til Gud og gjorde det beste jeg kunne.

Til slutt lærte jeg engelsk, selv om jeg fortsatt jobber med det. Jeg fullførte min flyveropplæring – og ble klassens beste elev. Jeg ble jagerpilot og senere flykaptein. Og den vakre, brunøyde jenta som jeg drømte om ble min hustru.

### **Gjør små ting med nøyaktighet**

Er det en lærdom i dette? Jeg tror det er flere!

Én kan være denne: Ikke bli overveldet av livets mange store, vanskelige oppgaver. Hvis dere forplikter dere til å gjøre de “enkle” tingene – de “små” tingene Gud ber dere om å gjøre – og dere gjør dem så nøyaktig som dere kan, vil større ting følge.

Noen av disse små og enkle tingene som dere kan gjøre med nøyaktighet er å studere Skriftene, etterleve Visdomsordet, gå i kirken, be med ærlig hensikt og betale tiende og offergaver.

Gjør disse tingene selv når dere ikke har lyst til å gjøre dem. Disse “ofrene” kan virke små, men de er viktige, for “offer bringer himmelens velsignelser.”<sup>3</sup>

På en måte er det de små og enkle ofrene prikkene i dagliglivet deres som vil utgjøre maleriet som vil bli mesterverket av deres liv. Dere ser kanskje ikke hvordan prikkene henger sammen nå, og dere trenger ikke gjøre det ennå. Ha ganske enkelt ... nok tro for det øyeblikket du lever i nå. Ha tillit til Gud, og “ut av små ting [vil komme] det som er stort.”<sup>4</sup>

### **Ha tillit til Gud**

Du tenker kanskje: “Ja, eldste Uchtdorf, det er sikkert veldig greit for deg. Men du er en apostel. Jeg er bare et vanlig medlem av Kirken. Mine bønner blir ikke besvart. Jeg får ikke veiledning i mitt liv. Hvis det er en plan for meg er den en dårligere versjon enn din. En annenrangs plan. En klapp-på-hodet-bare-vær-fornøyd-med-det-du-har-plan.”





Mine kjære venner, dere er barn av den levende Gud, universets Gud. Han elsker dere, han vil at dere skal lykkes, han har en plan for at dere skal lykkes. Husk hva Steve Jobs sa: “Du kan ikke se sammenhengen mellom prikkene ved å se fremover, du kan bare se den ved å se bakover.”

Da jeg var på deres alder, hadde jeg ingen forståelse av hvor mitt liv ville føre meg. Jeg så absolutt ingen sammenheng mellom prikkene foran meg.

Men jeg hadde tillit til Gud. Jeg lyttet til råd fra en kjærlig familie og kloke venner, og jeg tok små skritt i tro, med tillit til at hvis jeg gjorde det beste jeg kunne i øyeblikket, ville Gud ta seg av det store bildet.

Det gjorde han.

Han kjente slutten fra begynnelsen da jeg ikke gjorde det.

Jeg kunne ikke se fremtiden, men det kunne han.

Selv gjennom de vanskelige tidene da jeg trodde jeg var forlatt, var han med meg – det forstår jeg nå.

I Ordspråkene finner vi dette store løftet: “Sett din lit til Herren av hele ditt hjerte, og stol ikke på din forstand!

Kjenn ham på alle dine veier! Så skal han gjøre dine stier rette.”<sup>5</sup>

Jeg tror ikke det står et spørsmålstegn på slutten av det verset. Nei, jeg synes det burde vært et utropstegn!

Dere må spørre dere selv: “Kan jeg mobilisere nok tro til å ha tillit til Gud? Er jeg villig til å stole på at han elsker meg og ønsker å lede meg på stien?”

Faktisk gjør dere kanskje mange ting helt greit på egenhånd. Men jeg ber dere inn-trengende om å ha tro på at livet deres vil bli uendelig mye bedre hvis dere har tillit til å la Gud veilede deres steg. Han kjenner til ting som dere umulig kan vite, og han har beredt en fremtid for dere som dere umulig kan forestille dere. Den store apostelen Paulus vitnet, “Det som intet øye har sett og intet øre hørt, og det som ikke oppkom i noe menneskes hjerte, det har Gud beredt for dem som elsker ham.”<sup>6</sup>

Ønsker du at vår himmelske Fader skal lede deg, velsigne deg og støtte deg?

Så ha tro.

Ha kjærighet til ham.

Søk ham av hele ditt hjerte.



Vandre på hans veier – som betyr å holde budene, holde paktene du har inngått, følge profetenes læresetninger og gi akt på Åndens tilskyndelser.

Gjør dette, og Gud vil “forøke deg tusen ganger, og velsigne deg slik han har lovet!”<sup>7</sup>

Jeg forstår at for noen er dette lett å si, og vanskelig å gjøre. Man trenger ikke å bruke lang tid i dagens kultur før man hører motstridende røster som advarer mot eller til og med latterliggjør tro på Gud generelt, og vår religion spesielt.

Slike røster forsterkes i vår tid av uovertrufne fremskritt innen kommunikasjon. Det er deres utfordring, men det er også deres privilegium.

Jeg er sikker på at dere vil finne måter å takle det på – på Herrens måte! Det er en del av deres reise i jordelivet. Hvordan dere gjør det vil ha stor innflytelse på deres fremtid og den rollen dere spiller i Guds verk her på jorden.

Uansett er ikke det dere opplever i livet så uvanlig. Deres generasjon er ikke den eneste hvis tro på Gud har blitt utfordret og latterliggjort. Dette ser faktisk ut til å være en del av den jordiske prøven for alle Guds barn.

“Var dere av verden,” sa Jesus til disiplene sine, “da ville verden elske sitt eget. Men fordi dere ikke er av verden, men jeg har utvalgt dere av verden, derfor hater verden dere.”<sup>8</sup>

Dere kan like godt godta det sannsynlige faktum at så snart dere har forpliktet dere til å følge Frelseren, vil innbyggerne i den store og rommelige bygningen vise sin misnøye – ganske høylytt til tider.<sup>9</sup> De vil kanskje til og med prøve å mobbe og plage dere.

Men husk at dere ikke står ansvarlige for dem. Dere står ansvarlige overfor Gud. En dag skal dere stå foran Ham for å avlegge regnskap for deres liv.

Han vil spørre hva dere gjorde for å overvinne verdens fristelser og følge rettferdighetens vei. Han vil spørre om dere fulgte Frelseren,

om dere elsket deres neste, om dere oppriktig prøvde å holde dere på disippelens vei.

Husk, vi kan ikke få begge deler. Vi kan ikke motta de ufattelige velsignelsene ved å være en disippel og på samme tid beholde vårt medlemskap i Babylons 1. menighet. Kjære venner, nå er tiden inne for å forplikte seg til Kristus og følge hans sti.

En dag vil alle Guds barn vite hva som er rett – også de som nå håner sannheten. De skal bøye kne og bekjenne at Jesus faktisk er Kristus, Forløseren, verdens Frelser.<sup>10</sup> De vil forstå at han døde for dem.

På den dag vil det bli klart at det bare var hans røst som virkelig var viktig.

Dere vil fullt ut forstå hvor velsignet dere er fordi dere bevarte troen, holdt Guds bud, gjorde tjeneste for deres medmennesker og bygget opp Guds rike her på jorden. Mine kjære venner, ha tro – og Gud vil være med dere. Vend deres hjerte til ham – og han vil veilede dere gjennom dette jordelivets store og spennende reise.

### “Det spiller ingen rolle”

Apropos det å la Gud veilede vårt liv, ønsker jeg å avklare en ting. Dere vil kanskje ikke like det jeg skal fortelle dere. Når dere spør Gud om hva dere skal gjøre angående avgjørelser i livet – til og med noen viktige avgjørelser – er det ikke sikkert at han straks gir dere et klart svar. Sannheten er at noen ganger spiller det ingen rolle hva dere bestemmer dere for, så lenge dere holder dere innenfor de grunnleggende paktene og prinsippene i evangeliet.

I mange tilfeller er de avgjørelsene dere tar kanskje ikke så viktige som det dere gjør etter å ha tatt avgjørelsen.

For eksempel kan en mann og en kvinne velge å gifte seg selv om noen i deres egen familie ikke anser dem for å være en fullkommen match. Jeg har imidlertid stort håp for et slikt par dersom de, etter at de har tatt avgjørelsen, forblir fullstendig forpliktet til hverandre og til Herren med hele sitt hjerte og sinn. Ved å behandle hverandre med kjærighet og vennlighet og fokusere på hverandres følelsesmessige, åndelige og timelige behov – ved å konsekvent gjøre de små tingene – vil de bli den fullkomne match.

Kontrasten er det paret som tror de har valgt den “fullkomne” personen og som deretter antar at alt slitet er over. Hvis de slutter å gå ut sammen, slutter med en-til-en kommunikasjon, og glir inn i egoisme og et selvsentret liv – er dette paret på en vei som leder til sorg og anger.

Det samme prinsippet gjelder for yrkesvalg. Jeg har stort håp for dem som velger et mindre prestisjefyllt arbeid, men som gjør det beste ut av det og finner løsninger for å gjøre arbeidet interessant og utfordrende.

Jeg har mindre håp for dem som velger tilsynelatende imponerende yrker, men som etterhvert mister den indre gløden som er nødvendig for at de skal lykkes i sitt arbeide. Faktisk vil omstillingsevne på arbeidsplassen være en av de viktigste egenskapene deres generasjon må utvikle for å takle fremtiden.

Hvordan ønsker Herren at dere skal gripe an viktige avgjørelser?

Hans instruksjoner til Oliver Cowdery og Joseph Smith har vært nyttig for meg. Herren sa til dem: “Du må tenke det ut i ditt sinn, så må du adspørre meg om det er riktig.”<sup>11</sup>

Vår himmelske Fader har gitt dere en hjerne og et hjerte. Hvis dere har tillit til ham, vil han hjelpe dere å bruke dem begge på riktig måte når dere skal ta avgjørelser.

I mange avgjørelser har dere mer enn ett godt alternativ å velge blant. Da dette skjedde med Joseph og hans ledsagere, brukte Herren et interessant uttrykk da de søkte hans veiledning: “Det spiller ingen rolle.”<sup>12</sup>



Men Herren la umiddelbart til: “Bare dere er trofaste.”<sup>13</sup>

Deres oppgave er å ta de beste avgjørelser dere kan, basert på den informasjon som er tilgjengelig for dere, grunnfestet i evangeliets verdier og prinsipper. Strev deretter med all deres makt for å lykkes i de ting dere setter dere fore – og vær trofaste.

Gjør det og prikkene vil henge sammen.

Kanskje er det skuffende å høre at Gud ikke nødvendigvis vil gi dere en detaljert reiserute gjennom livet. Men ønsker dere virkelig å bli ledet i alle detaljer i deres liv? Vil dere virkelig at noen skal gi dere jukselapper før dere får en mulighet til å finne ut av ting i livet på egenhånd? Hva slags oppdagelsesreise ville det bli?

Mine kjære venner, dere går gjennom dette jordelivets oppdagelsesreise bare én gang. Ville ikke en individuelt skreddersydd gjennomgang, med informasjon som rører alt som vil skje i fremtiden og gir svar på alle livets spørsmål, ta bort den store prestasjonsfølelsen og den økte tilliten til Herren og dere selv?<sup>14</sup>

Fordi Gud har gitt dere frihet til å velge, er det mange retninger dere kan gå i som vil føre til et meningsfullt liv. Jordelivet er en fortelling der vi ikke kjenner slutten, en velg-din-egen-oppdagelsesreise-fortelling. Dere har bud, dere har pakter, dere har inspirerte profetiske råd og dere har Den hellige ånds gave. Det er mer enn nok til å lede dere til jordisk glede og evige lykke. Utover det, ikke fortvil om dere tar noen avgjørelser som ikke er fullkomne. Det er slik dere lærer. Det er en del av reisen!

Nei, ingen oppdagelsesreiser går knirkefritt fra begynnelse til slutt, men hvis vi er trofaste, kan vi være trygge på at det blir en lykkelig slutt. Bare tenk på eksemplet med Josef i Egypt. På mange måter var livet hans en katastrofe. Han ble solgt til slaveri av sine brødre. Han ble kastet i fengsel for en forbrytelse han ikke hadde begått. Til tross for alle de forferdelige tingene han måtte gjennomgå, bevarte han sin tro. Han hadde tillit til Gud. Han gjorde det beste ut av det. År etter år – til og med da det virket som Josef hadde blitt oversett og forlatt – hadde han tro. Josef vendte alltid sitt hjerte til Gud. Og Gud viste at han er i stand til å vende noe negativt til noe positivt.<sup>15</sup>

I dag, omtrent 4000 år senere, finner vi fortsatt inspirasjon i Josefs historie.

Din reise er kanskje ikke fullt så dramatisk – håper jeg – men den vil inneholde både oppturer og nedturer. Så husk Josefs eksempel. Forbli trofast. Ha tro. Vær ærlig. Ikke bli bitter. Ikke mobb andre. Elsk Gud. Elsk dine medmennesker. Sett din lit til Herren, selv når det ser dystert ut.

Du vil kanskje ikke se det før mye senere, men du vil se deg tilbake og forstå at Herren virkelig ledet og veiledet deg på veien.

Prikkene hang sammen.

### Fem ting å huske

Til da, kan jeg be dere huske fem ting?

For det første, vit at Guds svar på dine mest dyptgripende spørsmål kan ta litt tid og at de kan komme på måter du ikke hadde forventet. Guds svar er av evig verdi. De er verdt ventetiden.

For det andre, ha litt tro. Vend ditt hjerte til Gud. Ha tro på at du er viktig for Gud, og stol på at han vil gjøre mer ut av deg enn du kan gjøre av deg selv. Lær av ham. Ha kjærlighet til ham. Tro ham. Snakk intenst med ham regelmessig. Lytt etter hans røst.

For det tredje, hold deg så godt du kan på disippelens sti. Ikke bli overveldet. Bare gjør de små og enkle tingene så nøyaktig som du kan, så vil de store tingene falle på plass.

For det fjerde, la ikke negative røster få deg bort fra din trosreise. Husk at du ikke står til ansvar overfor kritikerne dine. Du står til ansvar overfor din Fader i himmelen. Hans verdinormer er det som teller.

For det femte, ta de beste avgjørelsene du kan ved å følge tilskyndelsene som kommer til ditt hjerte og sinn. Gjør ditt beste for å gjennomføre dem. Ha tro, og Gud vil hellige ditt ærlige forsøk til gagn for din evige sjel.<sup>16</sup>

Gjør dette, så vil alt bli bra til slutt.

Når dere søker å følge deres Frelser, vil deres selvtillit vokse.<sup>17</sup> Og når dere vandrer i trofasthet og åpner deres hjerte for Kristi lys vil deres kjærlighet til Gud modnes og deres evne til å ha kjærlighet til deres neste vil bli foredlet.

Og alt dette vil gi dere lykke og glede.

Det vil gi dere fred.

En dag vil det gi dere evig herlighet.

På den fremtidige dagen vil dere se tilbake på denne skattede og spennende opplevelsereisen i jordelivet, og



dere vil forstå. Dere vil se at prikkene virkelig hang sammen i et nydelig mønster, mer storslått enn dere noen gang kunne ha forestilt dere.

Med ubeskrivelig takknemlighet, vil dere forstå at Gud selv, i sin rike kjærlighet, nåde og medfølelse alltid var der og våket over dere, velsignet dere, og ledet deres steg mens dere gikk fremover mot ham. ■

#### NOTER

1. Steve Jobs, Stanford University commencement address, s12. juni 2005.
2. Romerne 8:31, New International Version (1984).
3. "Priser profeten som skuet Jehova", *Salmer*, nr. 12.
4. Lære og pakter 64:33.
5. Salomos ordspråk 3:5–6.
6. 1 Korinterbrev 2:9, New International Version.
7. 5 Mosebok 1:11, New International Version.
8. Johannes 15:19.
9. Se 1 Nephi 8:26–28.
10. Se Romerne 14:10–12; Filipperne 2:10.
11. Lære og pakter 9:8.
12. Lære og pakter 60:5; 62:5; 80:3.
13. Lære og pakter 62:5.
14. Se Lære og pakter 121:45.
15. Se 1 Mosebok 37, 39–46.
16. Se 2 Nephi 32:9.
17. Se 2 Nephi 32:9.



Av Søndagsskolens  
generalpresidentskap

# Å lære en ny måte å lære på

Når vi går fremad, overvei disse fem prinsippene som veileder læring og undervisning i evangeliet.

**D**et er to måneder siden vi begynte å bruke *Kom, følg med meg* for Primær, Søndagsskolen og i hjemmet. Hva er dine første inntrykk? Hvordan har disse nye ressursene hjulpet deg og din familie? Tenk på dine svar på disse spørsmålene når du leser følgende prinsipper som kan hjelpe oss å lykkes i å bruke disse nye ressursene. Vi vil drøfte hvordan disse fem prinsippene kan gjelde både elever og lærere.

## PRINSIPP 1:

***Det nye pensumet handler om å øke læringen i hjemmet.***

### Til eleven:

Det er 168 timer i en uke, og bare noen få av disse tilbringes i kirken. Så selv om du kanskje lærer mye i dine klasser i kirken, må du også streve for å lære og etterleve evangeliet gjennom hele uken. Tenk på åndelig læring som mosjon: Du vil ha større nytte av å mosjonere flere ganger i uken enn om du mosjonerer bare én dag i uken. Og i den grad du studerer Skriftene hjemme, vil du bli fylt med innsikt og åndelig forståelse som vil være til velsignelse for deg og andre når du deler det du lærer med dem.

### Til læreren:

Det er kanskje ikke nok å ganske enkelt gi en god leksjon hver søndag. Ett av lærerens mål skulle være å oppfordre til personlig skriftstudium og studium av Skriftene i familien. Hvilke erfaringer fikk klassemedlemmene da de studerte Skriftene denne uken? Hvilke innsikter kan de fortelle om? Det kan være nyttig å se på sin rolle som en kordirigert som underviser i sang og som bringer frem alle stemmene til en vakker harmoni. Du kan undervise i en leksjon, lede en drøfting og gi alt du har til opplevelsen, men du kan ikke lage inspirerende musikk hvis ikke klassemedlemmene deler sin egen innsikt og inspirasjon.

## **PRINSIPP 2:**

***Herren ønsker at vi skal lære og vokse i vår doktrinære forståelse.***

### **Til eleven:**

Når du studerer Skriftene kan du finne evangeliets sannheter – doktrine – som kan hjelpe deg å kjenne Gud bedre og få større forståelse til å møte dine utfordringer. Du kan også oppdage at noen av evangeliets sannheter står direkte i teksten, mens andre er underforstått. Tenk på din søken etter sannhet som en søken etter en nedgravd skatt. Du må kanskje grave litt for å finne og oppdage sannhet, men til slutt vil du få “den edleste skatt, som ei kjøpes for rikdom og gull.”<sup>1</sup>

### **Til læreren:**

Lærere er mer enn tilretteleggere og ordstyrere, de har en plikt til å undervise læren – til å vitne, veilede og inspirere. Når du forbereder deg til å undervise ved å studere, grunne og be, vil du bli forberedt til å hjelpe dem du underviser til å bedre forstå og handle ifølge en inspirert lære. Vær trygg på din rolle som lærer i Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Med en samordnet innsats kan du undervise mer som Frelseren.





### **PRINSIPP 3:**

***Personlig åpenbaring er sentralt i læring og undervisning av evangeliet i Kirken.***

#### **Til eleven:**

President Russell M. Nelson innbød nylig Kirkens medlemmer til å “øke [sin] åndelige kapasitet til å motta åpenbaring.”<sup>2</sup> Når du studerer Guds ord, viser du ham at du ønsker å motta åpenbaring. Personlig åpenbaring kommer ofte når du studerer åpenbaring som Herren allerede har gitt til sine profeter. En omskriving av den niende trosartikkelen: Når du har studert alt som Gud “har åpenbart,” forbereder du deg til å motta alt som “han nå åpenbarer” og alt som “han fortsatt vil åpenbare.”

Når du mottar åpenbaring, utvikle vanen med å skrive ned dine inntrykk og handle ifølge dem. Ikke bare viser dette Herren at du verdsetter de ting han lærer deg, men for å bli forandret av det vi lærer må vi anvende det.<sup>3</sup>

#### **Til læreren:**

Åpenbaring om hva du skal undervise i klassen kan komme til deg på mange måter. Det kan komme mens du selv studerer Skriftene. Eller det kan komme når du gjennomgår *Kom, følg med meg*-ressursene for hjemmet eller Kirkens klasser. Når inspirasjonen kommer, skriv den ned og handle ifølge inntrykkene du mottar.

Selv etter du har lagt planer for hva du skal gjøre i klassen, ikke vær redd for å respondere på inspirasjon under klassen for å dekke behovene til dem du underviser.

#### **PRINSIPP 4:**

**Det nye materiellet er ressurser, ikke kilden.**

#### **Til eleven:**

Guds ord er kilden til åndelig kunnskap og styrke. *Kom, følg med meg – for enkeltpersoner og familier* er ment som en ressurs for å støtte ditt personlige og familiens skriftstudium. Bruk det som en veiledning eller hjelp når du studerer Det nye testamente. Hvis du har barn, kan du bruke det for å planlegge inspirerende familiens hjemmeaftener og støtte din familie når dere studerer Skriftene sammen. Enslige voksne kan samles og bruke det som veiledning i skriftstudium som gruppe. Bruk den på alle måter som hjelper deg og familien din til å motta åndelig kraft som kommer fra å lære og handle ifølge Guds ord.

#### **Til læreren:**

Husk at medlemmene i klassen din har mektige opplevelser når de studerer hjemme. Bruk tid i hver klasse for å finne ut hva de lærer. *Kom, følg med meg*-ressursene for Søndagsskolen og Primær foreslår aktiviteter for å hjelpe deg å skape engasjerende læringsopplevelser for dem du underviser. Men ikke føl deg bundet til det som står skrevet på sidene. Tilpass eller lag aktiviteter som du føler vil bygge på den tro, forståelse og vitnesbyrd klassemedlemmene har. Hvis noen elever ikke føler noe ønske om å dele, er det greit. Hjelp dem å forstå at deres tro også uttrykkes ved at de er der og ønsker å høre Guds ord.

#### **PRINSIPP 5:**

**Vi kan forbedre vår innsats i å yte omsorgstjeneste til andre.**

#### **Til eleven:**

Din innsats for å yte omsorgstjeneste til andre kan bli velsignet ved det du lærer i Skriftene. Du kan finne noe i ditt studium som du kan dele med noen andre. Særlig i Det nye testamente kan du finne eksempler på hvordan Frelseren og andre utførte tjeneste på mektige måter. Herrens innbydelse “kom så og følg meg” (Lukas 18:22) handler om hva du kan gjøre etter at du har studert – sette ut i livet de ting du lærer og føler. Når du studerer Jesu Kristi liv i år, se etter hva hans liv lærer deg om hvordan du kan yte tjeneste til andre og hvordan din egen tjenestetgjerning kan velsigne livet til dem som er rundt deg.

#### **Til læreren:**

En lærer er ansvarlig for å tjene ikke bare dem som kommer til klassen men også dem som ikke kommer. Som lærer, vær klar over hvem som er i klassen og hvem som ikke er der. Du kan yte tjeneste ved å besøke dem i deres hjem, ringe til dem eller sende dem et budskap elektronisk og oppfordre dem til å delta i læring av evangeliet i hjemmet og i kirken. Din innflytelse er større enn du tror, og din kjærlighet og omtanke for andre vil ha stor betydning.

Når vi holder oss fokusert på de veiledende prinsippene bak det nye *Kom, følg med meg*-pensumet, vil vi lykkes bedre i å gjøre det til en del av vårt liv og gi det mulighet til å endre vårt liv slik Gud har til hensikt. ■

#### **NOTER**

1. “Å, si hva er sannhet?” *Salmer*, nr. 181.
2. Russell M. Nelson, “Åpenbaring for Kirken, åpenbaring for vårt liv”, *Liahona*, mai 2018, 96.
3. Se Richard G. Scott, “Motta åndelig veiledning”, *Liahona*, nov. 2009, 6–9.

*Du kan finne det nye pensumet og beslektede ressurser på [komfolgmedmeg.lds.org](http://komfolgmedmeg.lds.org).*

## Det handler ikke om stolene

Det var ingen i kirken da jeg, som Unge kvinners president, kom for å sette frem stolene i kultursalen kvelden før en Unge kvinners aktivitet. Jeg var gravid i syvende måned, og jeg måtte sette frem stolene nesten helt alene. Men snart kom sekretæren min og en av rådgiverne mine for å hjelpe meg å bli ferdig. Deretter begynte vi å henge opp dekorasjoner.

Det var da en dame stakk hodet inn og sa: "Jeg beklager, men Hjelpeforeningen har reservert dette rommet til vår yoga-klasse i kveld."

Vi spurte om det var et annet rom de kunne bruke, men de andre rommene var opptatt. Så vi gjorde den eneste tingen vi kunne gjøre; vi tok bort stolene. Da jeg dro hjem den kvelden var jeg sliten, og jeg visste at neste morgen måtte jeg sette frem stolene på nytt igjen.

Noen ganger føles livet på denne måten. Med en ny baby og fire små, føler jeg at jeg løper hele dagen for så å våkne opp til å gjøre akkurat det samme neste dag. Alltid er det noen som skal ha mat, hauger av klær, leker og oppvask – jeg setter ut stoler og tar dem bort igjen. Dette er mitt liv.

Men handler det om stolene? Da jeg tok bort stolene etter Unge kvinner-aktiviteten, måtte jeg smile da jeg tenkte på de morsomme og fantastiske jentene jeg har blitt så glad i. Jeg var takknemlig for den tiden jeg hadde tilbragt sammen med dem.

Slik er det også hjemme. Det handler ikke om peanøtt-smøret som er klint utover sofaen eller om sokkene som aldri synes å passe sammen. Det handler om min lille familie, som gjør at hjertet mitt svulmer av glede.

Herren sa: "Derfor, bli ikke trette av

å gjøre godt, for dere legger grunnvollen til et stort verk, og ut av små ting kommer det som er stort" (Lære og pakter 64:33).

De små tingene betyr så mye for meg: klemmer, oppdiktete sanger, tegninger, hoppe til postkassen og tilbake og spise brent toast, fordi det ble laget bare til meg.

Vi gjør kanskje dagligdagse ting dag etter dag, som å sette frem stoler og ta dem bort igjen. Men det handler ikke om stolene – det handler om menneskene som sitter på dem og som vi er glad i. Det handler ikke om den oppgaven vi skal gjøre – det handler om de menneskene vi tjener. Når jeg tenker på dem og hvor glad jeg er i dem, takker jeg Herren for livets skjønnhet og for morgendagen, når jeg gladelig står opp og setter frem stolene igjen. ■

Janessa Orgill, Iowa, USA

*Vi gjør kanskje dagligdagse ting dag etter dag, som å sette frem stoler og ta dem bort igjen. Men handler det om stolene?*





# Tror du at du får se broren din igjen?

Det var sent på kvelden, jeg var den eneste kassereren på vakt, og det var ikke en eneste sjel i hele butikken. Mens jeg tørket over kassene og diskene, begynte jeg å nynne.

Nynningen ble fort til synging. Jeg begynte å synge "Kom, hellige", (*Salmer*, nr. 26). Jeg pleier vanligvis ikke å synge salmer for moro skyld, men jeg sang energisk helt til synet av noen stoppet meg.

En eldre mann kom imot meg.

"Jeg kan den sangen," sa han. "Hvordan har det seg at du kan den?"

"Det er en salme vi synger i kirken min," sa jeg.

"Er du en mormon?"

Jeg svarte at det var jeg.

Han fortalte at hans hustru hadde vært en siste-dagers-hellig og hadde gått bort på grunn av kreft i 2011. Han sa at "Kom, hellige" ble sunget i begravelsen hennes. Jeg uttrykte mine kondolanser og fortalte ham at min eldre bror gikk bort i 2011 da han var på misjon i Chile. Vi sang også den salmen i hans begravelse. Ånden rørte ved vårt hjerte mens vi undret oss over dette "sammentreffet".

"Tror du at du får se broren din igjen?" spurte han.

Jeg hadde stilt meg selv det samme spørsmålet utallige ganger. I de vanskelige månedene etter at min bror døde, strevde jeg med tvil. Omsider velsignet

vår himmelske Fader meg med gledelig kunnskap om at familier er for evig.

Jeg hadde fortsatt spørsmål, men jeg møtte mannens blikk og erklærte: "Ja, det gjør jeg!"

"Du har stor tro," sa mannen. "Min hustru pleide å si at vi skulle ha 'et fullkomment, klart håp.'" Jeg sa meg enig og siterte resten av 2 Nephi 31:20, om at vi skulle elske Gud og alle mennesker, streve fremover, nyte Kristi ord og holde ut til enden.

"Det er det!" sa mannen med tårer i øynene. "Det er det hun ville ha sagt! Hvordan visste du det?"

Jeg fortalte ham at det var fra Mormons bok. Han spurte meg hvordan han kunne få tak i et eksemplar. Jeg fortalte ham hvordan han kunne gjøre det på Internett. Mannen ga meg et håndtrykk, takket meg ved navn og dro.

Å ha tro betyr at vi stoler på Gud selv når vi ikke vet alle svarene. Jeg er takknemlig for at jeg ble kalt på for å besvare mannens spørsmål, jeg kunne sette min lit til de sannheter jeg har kunnskap om. Min tro var ikke fullkommen, men jeg visste at den var tilstrekkelig i Herrens øyne. ■

Wendy Jennings (som fortalt til Leah Barton), Utah, USA



*Jeg pleier vanligvis ikke å synge salmer for moro skyld, men jeg sang energisk helt til synet av noen stoppet meg.*



*En kveld, omtrent et år etter at jeg hadde sluttet å gå i kirken, hadde jeg en drøm.*

## I morgen skal jeg gå i kirken

To år etter at min hustru, Madeleine, og jeg var blitt døpt og bekreftet, ble jeg mindre aktiv og sluttet å gå i kirken. Hver søndag morgen oppfordret hun meg til å stå opp og gå sammen med henne, men jeg sa nei.

“Jeg er trett. La meg sove,” kunne jeg si. Og senere kunne jeg gå og spille fotball.

Madeleine sto opp alene og dro til møtehuset sammen med sønnen vår,

Lucas. Selv om det regnet eller var kaldt dro hun alltid.

I ettertid kan jeg se at Satan angrep meg. Han overbeviste meg om at jeg klarte meg bra uten kirken. Han sa til meg: “Du klarer deg bra, du er rolig, du har det behagelig.” Men i virkeligheten hadde jeg mistet velsignelser, fremgang og lykke. Heldigvis hjalp min hustru og min himmelske Fader meg til å se tingene klart.

En fredag kveld omtrent et år etter at jeg hadde sluttet å gå i kirken, hadde jeg en drøm. Jeg drømte at jeg var på et vakkert sted på landet, og gikk hånd i hånd med min hustru og min sønn. Vi var svært lykkelige.

Men så begynte det å bli mørkt. Det ble så mørkt at jeg ikke kunne se noen ting. Plutselig oppdaget jeg at jeg ikke lenger gikk hånd i hånd med min hustru og sønn. Jeg ropte navnene deres,

## En lekse i bilen

og håpet at de ville komme tilbake. Jeg ville ha dem tilbake, og jeg ville at mørket skulle forsvinne.

I det øyeblikket opplevde jeg hva det betyr å føle seg virkelig elendig. Jeg hadde mistet Madeleine og Lucas. De hadde gått videre uten meg, forlatt meg og jeg var alene, omringet av mørke.

Da jeg våknet neste morgen, forsto jeg at min himmelske Fader hadde gitt meg et tegn. Hvis jeg ikke vendte tilbake til kirken og tok med min hustru og sønn til tempelet for å bli beseget, ville jeg miste dem. Jeg ville ikke ha dem i neste liv. Jeg ville være i en for-tapt, elendig tilstand.

“I morgen,” sa jeg til Madeleine, “skal jeg gå i kirken.”

Hver søndag morgen siden den gang har jeg gått i kirken sammen med familien min. Jeg har ikke gått glipp av et eneste møte siden den drømmen for fem år siden. Vi ble til slutt beseget i tempelet i september 2016.

Jeg er takknemlig for alle mine vel-signelser. Jeg er spesielt takknemlig for min familie og min hustrus mot, styrke og eksempel. Jeg er takknemlig for at hun og min himmelske Fader ikke sluttet å ha tro på meg. Jeg er den mannen jeg er i dag på grunn av dem. ■

Harmin Toledo Gonzalez, Chiloé, Chile

Jeg kjørte hjem fra et Unge voksne-møte på en vakker søndag ettermiddag. Jeg følte meg avslappet og hadde det ikke travelt mens jeg tenkte på budskapene jeg hadde hørt om å utvikle vårt potensial som Guds barn. Jeg spurte meg selv om hva jeg kunne gjøre for å utvikle det potensialet jeg hadde.

Kjøreruten min hjem gikk på en smal vei med to filer, en i hver kjøreretning. En lang rekke med biler kom i motsatt retning, men det var ingen bak meg. Så, helt plutselig, hørte jeg en bil som tutet flere ganger. Nå var det en bil bak meg. Han dimmet med lysene og ropte at jeg måtte komme meg ut av veien. Det var tydelig at han ønsket å kjøre fortere.

Jeg tenkte at denne personen trengte å lære tålmodighet og respekt for andre, så jeg sakket av på farten. Mens vi kjørte videre, fortsatte han å tute og dimme med lysene. Han svingte av veien og stoppet. Jeg så i speilet for å se hans reaksjon på at han ikke hadde kunnet kjøre fortere. Det føltes godt å ha kunnet gitt ham en lekse.

Plutselig hoppet sjåføren ut av bilen og åpnet døren på passasjersiden. En

kvinne kom raskt ut med en baby i armene. Jeg kikket for å se hvor de skulle. I det fjerne så jeg de lysende bokstavene: “Legevakt”.

“Hva hadde jeg gjort?” spurte jeg meg selv. Jeg kom hjem, falt på mine knær, og med tårer i øynene ba jeg Gud om å tilgi meg.

Den dagen lærte jeg at handlingene til dem som er rundt oss kan være motivert av ting vi ikke alltid ser eller forstår. I dag når jeg ser noen som handler på en måte jeg synes er feil, foretrekker jeg å tenke at jeg ikke helt forstår hva de gjennomgår. Jeg prøver å vise den kjærlighet og barmhjertighet som Jesus Kristus har bedt oss om å ha mot andre og å fokusere på å forstå og hjelpe dem som er rundt meg.

Hvordan kan jeg utvikle mitt potensial som et Guds barn? Jeg kan reagere på andres handlinger med kjærlighet og forståelse. Ved å gjøre dette har jeg blitt i stand til å føle mer av Frelserens kjærlighet i mitt eget liv og andre kan å føle min kjærlighet til dem. ■

Julio Meza Michel, Chihuahua, Mexico

*Jeg følte meg avslappet og hadde det ikke travelt da jeg kjørte hjem. Så, helt plutselig, hørte jeg en bil som tutet flere ganger.*





# Guds døtre

## OG HANS

# prestedømskraft

**Av Barbara Morgan Gardner**

Førsteamanuensis og professor i Kirkens historie og lære ved Brigham Young University

**J**eg anerkjenner nå mer enn tidligere betydningen av å forstå prestedømmet og dets tilhørende velsignelser for kvinner. Vi lever i en tid da likestilling, makt, rettferdighet og toleranse blir fremmet – ofte foran andre dyder. Identitet, autoritet, åndelighet og til og med Gud er også emner som det hersker stor forvirring rundt hos mange.

Mange kvinner kjenner ikke til hvilke velsignelser de har tilgang til, og tar ikke fullt ut del i den åndelige fest som er tilgjengelig for dem. Mange menn er også forvirret angående velsignelsene ved prestedømmet.

Hvordan kan vi bedre forstå den forbindelse kvinner har til prestedømskraft og hjelpe dem å “stå frem” og “innta [sin]

rettmessige og nødvendig plass i [sitt] hjem, [sitt] lokalsamfunn og Guds rike – mer enn noen sinne før”<sup>1</sup>? For det første kan vi ydmykt søke å forstå sannheter som er tilknyttet prestedømmet, særlig de nyeste læresetningene fra Kirkens ledere. For det annet kan vi søke å forstå hvorfor noen kvinner ikke fullt ut kjenner til sin tilgang til Guds prestedømskraft.

**KVINNER ER VIKTIGE  
DELTAGERE I DET VERK  
GUD UTFØRER GJENNOM  
SIN PRESTEDØMSKRAFT.**

For det tredje kan vi være oppmerksomme på hvordan vi kan hjelpe kvinner til å mer fullstendig delta i det verk Gud utfører gjennom sin prestedømskraft.

# 1. Hvilke sannheter har blitt forklart angående kvinner og prestedømmet?

Apostler og kvinner i hjelpeorganisasjonene på generalplan har i den senere tid lagt større vekt på forholdet mellom kvinner og prestedømmet. Det følgende er noen sannheter som er sentrale for å forstå og undervise korrekt.

## **Prestedømmet er Guds kraft og myndighet.**

Prestedømmet er den kraft hvorved Gud utfører sitt store frelsesverk og tilveiebringer “mennesket udødelighet og evig liv” (Moses 1:39). Både menn og kvinner har en viktig rolle i Guds verk, og både menn og kvinner har tilgang til hans kraft for å utføre hans verk.

## **Kvinner spiller en offisiell og svært viktig rolle i frelsesverket.**

Bonnie L. Oscarson, tidligere Unge kvinners generalpresident, erklærte: “Alle kvinner må se seg selv som vesentlige deltagere i prestedømmets arbeid. Kvinner i denne Kirken er presidenter, rådgivere, lærere, rådsmedlemmer, søstre, og mødre, og Guds

rike kan ikke fungere med mindre vi reiser oss opp og utfører våre plikter med tro.”<sup>2</sup>

President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sa: “Gud har gitt denne kirkens kvinner et arbeid å gjøre når det gjelder å bygge opp hans rike. Dette angår alle sider ved vårt tresidige ansvar – som er, for det første, å forkynne evangeliet for verden; for det annet, å styrke troen til Kirkens medlemmer og gjøre dem lykkelige; og for det tredje, å fremme det store arbeidet i forbindelse med de dødes frelse.

Kvinnene i Kirken er medarbeidere med sine brødre i å utføre dette mektige Herrens verk ... Kvinner har et enormt ansvar, og de er ansvarlige for å ta hånd om disse forpliktelsene. De leder sine egne organisasjoner, og disse organisasjonene er sterke og livskraftige, og utgjør en betydelig kraft til det gode i verden. De er medarbeidere med [bærere av] prestedømmet, alle arbeider sammen for å bygge opp Guds rike på jorden. Vi hedrer og respekterer dere for deres egenskaper.

Vi forventer lederskap, styrke og imponerende resultater av de organisasjoner dere leder og er ansvarlige for. Vi oppholder og støtter dere som Guds døtre, som arbeider i et stort partnerskap for å bistå ham i å tilveiebringe alle Guds sønner og døtre udødelighet og evig liv.”<sup>3</sup>

## **Både kvinner og menn får delegert kraft og myndighet av dem som innehar prestedømsnøkler.**

Prestedømsnøkler er “den myndighet Gud har gitt prestedømsbærere til å lede, kontrollere og styre bruken av hans prestedømme på jorden.”<sup>4</sup> President Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det første presidentskap, forklarer: “Hver handling eller ordinans i Kirken gjøres etter direkte eller indirekte godkjennelse av en som har nøklene til den funksjonen.”<sup>5</sup>

Kvinner har myndighet til å utføre sine kall under ledelse av en som har prestedømsnøkler, på samme måte som menn har det. President M. Russell Ballard, fungerende president for De tolv apostlers quorum har forklart: “De som har prestedømsnøkler ... gjør det bokstavelig talt mulig for alle som arbeider trofast under deres ledelse, å utøve prestedømsmyndighet og ha tilgang til prestedømmets kraft.”<sup>6</sup>

President Oaks sa: “Vi er ikke vant til å snakke om at kvinner har

prestedommets myndighet i sine kall i Kirken, men hvilken annen myndighet kan det være? Når en kvinne – ung eller gammel – blir beskikket til å forkynne evangeliet som heltidsmisjonær, blir hun gitt prestedømsmyndighet til å utføre en prestedømsfunksjon. Det samme gjelder når en kvinne blir beskikket til å virke som funksjonær eller lærer i en kirkeorganisasjon under ledelse av en som har prestedommets nøkler.”<sup>7</sup>

Når jeg underviser i dette emnet til mine studenter, spør jeg ofte: “Hvis en stav har et felles møte for Unge menn og Unge kvinners presidentskaper, hvem presiderer?” Fordi både stavens Unge kvinners president og stavens Unge menns president ble kalt og beskikket av en som hadde prestedomsnøkler (stavspresidenten), da de mottok kallet, har begge den samme prestedømsmyndighet og ingen av dem presiderer over den andre. Det vil være riktig av dem å lede møtene etter tur.

## Herren velsigner kvinner og menn likt gjennom sitt prestedømme.

Herren gir mange velsignelser gjennom sitt prestedømme som kan bli alle medlemmer til del som inngår og holder hellige pakter. President Ballard sa: “Alle som har inngått hellige pakter med Herren og som overholder disse paktene, er berettiget til å motta

*Søstermisjonærer er et eksempel på kvinner som er beskikket og gitt prestedømsmyndighet for å utføre en prestedømsfunksjon.*

personlig åpenbaring, bli velsignet ved englers betjening og ha samfunn med Gud, og motta fylden av evangeliet og til slutt å bli arvinger sammen med Jesus Kristus til alt vår Fader har.”<sup>8</sup>

President Joseph Fielding Smith (1876–1972) sa: “Prestedommets velsignelser ikke er begrenset kun til menn. Disse velsignelsene øses også ut over ... alle trofaste kvinner i Kirken ... Herren tilbyr sine døtre enhver åndelig gave og velsignelse som kan oppnås av hans sønner.”<sup>9</sup>

Når kvinner engasjerer seg i sin Faders verk vil de også bli velsignet ved å bli “Guds arvinger og Kristi medarvinger” (Romerne 8:17; se også vers 16).

## Både kvinner og menn (enslige og gifte) kan bli begavet med prestedømskraft i tempelet.

I 1833 lovet Herren Joseph Smith at de hellige, både menn og kvinner, ville bli begavet med “kraft fra det høye” (Lære og pakter 95:8). President Ballard forklarte: “Begavelsen er bokstavelig

talt en gave av kraft. Alle som går inn i Herrens hus, forretter prestedommets ordinanser. Dette gjelder både menn og kvinner.”<sup>10</sup> Alle verdige medlemmer som har mottatt sin begavelse og holder de pakter de har inngått i tempelet har prestedømskraft. På den måten kan kvinner, om de er gift eller enslig, ha prestedømskraft i sitt hjem uavhengig av et besøk av en prestedømsbærer.

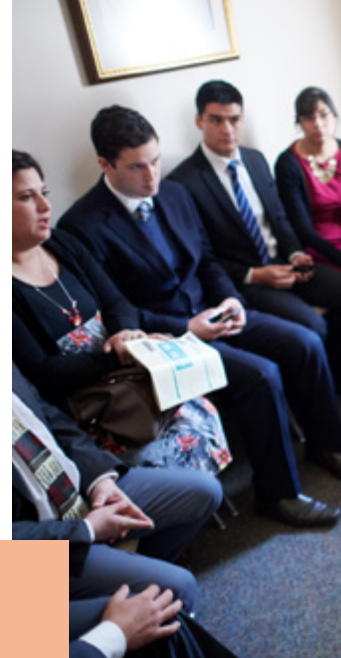
Sheri Dew, tidligere rådgiver i Hjelpeforeningens generalpresidentskap, spurte: “Hva betyr det å ha tilgang til prestedømskraft? Det betyr at vi kan motta åpenbaring, bli velsignet og hjulpet ved englers betjening, lære å trekke sløret som skiller oss fra vår himmelske Fader til side, bli styrket til å motstå fristelse, bli beskyttet og bli opplyst og bli gjort smartere enn vi er – alt uten jordisk formidling.”<sup>11</sup> Hva er det viktigste resultatet av denne kraften og hvordan mottas den? Herren har åpenbart at “guddommelighetens kraft”, herunder kraften til å bli ham lik, tilkjennevis gjennom prestedømsordinanser (se L&p 84:20).



## Prestedømsmyndighet fungerer noen ganger annerledes i Kirken enn i familien.

Kirkens organisasjon er hierarkisk, familien er patriarkalsk. President Oaks sa at det er “noen forskjeller mellom hvordan prestedømsmyndighet fungerer i familien og Kirken.”<sup>12</sup> Etter guddommelig forordning har ektemann og hustru forskjellige ansvarsoppgaver, allikevel arbeider de sammen som “likeverdige partnere.”<sup>13</sup> Eldste L. Tom Perry (1922–2015) i De tolv apostlers quorum sa: “Husk brødre, at i deres rolle som leder i familien er deres hustru deres medarbeider ... Helt siden begynnelsen har Gud instruert menneskene om at ekteskap skal forene mann og hustru til ett. Derfor er det ingen president eller visepresident i en familie. Ektefeller arbeider sammen i all evighet til beste for familien. De står forenet i ord, gjerning og handling med hensyn til å føre an, veilede og lede sin familieenhet. De er jevnbyrdige. De planlegger og organiserer familiens anliggende sammen og er samstemte i det de gjør.”<sup>14</sup>

Hva skjer så når en ektefelle dør? President Oaks sa: “Da min far døde, presiderte min mor over familien. Hun hadde ikke noe prestedømsembede, men som gjenlevende mor i ekteskapet hadde hun blitt familiens overhode. Samtidig hadde hun alltid full respekt for den prestedømsmyndighet vår biskop og andre av Kirkens ledere hadde. Hun presiderte over sin familie, men de presiderte over Kirken.”<sup>15</sup>



## 2. Snublesteiner

Hva er noen snublesteiner som kan hindre kvinner i å fullt ut forstå sin tilgang til Guds prestedømskraft?

### Forvirring blant både menn og kvinner angående prestedømmet.

President Oaks sa: “Det melkisedekske prestedømme er ikke en status eller en merkelapp. Det er en guddommelig kraft som betros bærerene for å bruke det til fordel for Guds arbeid for hans barn. Vi skulle alltid huske at menn som bærer prestedømmet, ikke er ‘prestedommet’. Det er ikke riktig å snakke om ‘prestedommet og kvinnene’. Vi skulle snakke om ‘bæerne av prestedommet og kvinnene.’”<sup>16</sup>

Ved å si: “Prestedommet vil nå syngende sang,” eller “vi trenger frivillige fra prestedommet til å dra

på Unge kvinners leir,” gjør vi oss selv og andre, uansett hvor godt det er ment, en bjørnetjeneste ved å opprette og opprettholde forvirring og minimere Guds kraft.

### Vi tenker at prestedommet ikke har noe med kvinner å gjøre.

Da de ble invitert til å studere prestedommet, svarte noen søstre: “Jeg trenger ikke å sette meg inn i det emnet. Det gjelder ikke meg.” Men fordi prestedommet er til velsignelse for alle Guds barn, har vi alle nytte av å få en større forståelse av det. Vi vil alle ha nytte av en større forståelse av prestedommet. Tenk på hvordan Kirken og vår familie vil bli velsignet hvis både Kirkens menn og kvinner var like velutdannet i forståelsen og undervisningen av sannheter som





### 3. Hva kan vi gjøre?

omhandler prestedømmet.

Linda K. Burton, tidligere generalpresident for Hjelpeforeningen, understreket at kvinner så vel som menn må studere dette emnet. “Søstre, vi kan ikke stå opp og undervise om de ting vi ikke forstår og har kunnskap om selv.”<sup>17</sup>

#### Å sette begrensninger for kvinner som ikke er der.

Det er klart at noen kall i Kirken krever ordinasjon til et prestedøms-embede, men vi må være forsiktig slik at vi ikke setter begrensninger for kvinner basert på kultur, historie, falske antagelser eller tradisjoner. Eksempelvis kan kvinner være dyktige ledere og lærere, viktige stemmer i Kirkens råd og mektige eksempler på disippelskap for medlemmer i alle aldre.

Her er noen måter hver enkelt av oss kan hjelpe våre søstre i evangeliet til å mer fullstendig delta i det verk Gud utfører gjennom sin prestedømskraft.

#### Være oppdaterte på budskap fra Brødrene og våre kvinnelige ledere.

I de senere år har seniormedlemmene av De tolv apostlers quorum talt konkret om kvinners rolle i Kirken. Lytter vi nøye til disse talene?

For eksempel, i 2015 uttrykte president Russell M. Nelson: “Guds rike er ikke og kan ikke være komplett uten kvinner som inngår hellige pakter og deretter holder dem, og kvinner som kan tale med Guds kraft og myndighet!”<sup>18</sup>

#### Hjelp alle medlemmer å forstå kvinners unike rolle i prestedømmets arbeid.

President Ballard minnet Hjelpeforeningens søstre på at “deres innflytelsessfære er unik – en som ikke kan kopieres av menn. Ingen kan forsvare vår Frelser med mer overbevisning eller kraft enn dere – Guds døtre som har

en slik indre styrke og overbevisning. Kraften i en omvendt kvinnes røst er grenseløs, og Kirken trenger deres røster nå mer enn noensinne.”<sup>19</sup> Bonnie L. Oscarson erklarte: “Kvinner i Kirken må se seg selv som vesentlige deltagere i frelsesarbeidet som ledes av prestedømmet, og ikke bare som tilskuere og tilhengere.”<sup>20</sup>

#### Vis respekt for kvinnelige ledere

Vi gir med rette oppmerksomhet til det som blir sagt av dem vi oppholder som profeter, seere og åpenbarere. De innehar nøklene til riket, og Herren leder sitt verk gjennom dem. I tillegg til sine læresetninger har kvinnelige ledere i Kirken blitt beskikket og gitt prestedømsmyndighet til å tale både til menn og kvinner i Kirken. Vi ønsker å lytte til deres læresetninger også og høre hvilke råd Gud vil gi oss gjennom dem.

#### Involvere kvinner i råd, som likeverdige deltagere.

President Ballard sa: “Enhver prestedømsleder som ikke involverer sine kvinnelige ledere med full respekt og inkludering, hedrer og



foredder ikke de nøkler han har mottatt. Hans kraft og innflytelse vil bli svekket inntil han lærer Herrens veier.”<sup>21</sup>

### **Ikke gi “autoritative” svar på spørsmål som Herrens selv ikke har besvart.**

President Oaks har rådet Kirkens medlemmer til å unngå å besvare spørsmål som Herren ikke har besvart: “La oss ikke gjøre feilen som er blitt gjort før, ... med å prøve å begrunne åpenbaring. Grunnene viser seg i stor grad å være menneskeskapt. Åpenbaringene er det vi oppholder som Herrens vilje, og det er det som gir oss trygghet.”<sup>22</sup>

President Ballard gir et fullkomment eksempel på dette: “Hvorfor blir menn – og ikke kvinner – ordinert til embeder i prestedømmet? ... Herren har

ikke åpenbart hvorfor han har organisert sin kirke slik han har.”<sup>23</sup> President Ballard ga oss også en advarsel “mot å videreformidle trosfremmende eller ubekreftede rykter eller utdatert forståelse og forklaringer av vår lære og praksis fra fortiden. Det er alltid klokt å gjøre det til vane å studere levende profeter og apostlers ord. Hold dere oppdatert om gjeldende problemstillinger, retningslinjer og uttalelser for Kirken gjennom mormonnewsroom.org og LDS.org, og anvend publikasjoner fra anerkjente, sindige og trofaste siste-dagers-hellige fagfolk for å unngå å undervise noe som er usant, foreldet eller underlig og sært.”<sup>24</sup> Husk at noen ganger er faktisk “jeg vet ikke” det beste svaret. Vi må søke flittig i troens lys for å lære guddommelig sannhet.

## **Hjelp kvinner og menn til å bedre forstå prestedømmet.**

Det å hjelpe både menn og kvinner til å ha tro på sin evne til å studere og lære om prestedømmet er sentralt. Noen skriftsteder som kan være til hjelp i denne prosessen inkluderer, men er ikke begrenset til: Alma 13 og Lære og pakter kapittel 2, 13, 20, 76, 84, 95, 107, 110, 121 og 124. Deltaelse i tempelet med det formål å trofast søke ikke bare svar, men særlig etter inspirerte spørsmål angående emnet kan ikke understrekes sterkt nok.

Eldste Bruce R. McConkie (1915–1985) i De tolv apostlers quorum forklarte: “Denne læren om prestedømmet som verden ikke kjenner til og som ikke er så godt kjent innenfor Kirken heller, står ikke forklart i Skriftene alene ...

Læren om prestedømmet kommer bare ved personlig åpenbaring. Den kommer ved Den hellige ånds kraft, linje på linje og bud på bud, til den som elsker og tjener Gud av hele sitt hjerte, makt, sinn og styrke. (Se L&p 98:12.)”<sup>25</sup>

## **Hjelp kvinner å forstå at de må stå sammen med Herren og hans profeter.**

Verden blir stadig mer splittet og kynisk. Kvinner blir på mange

## 4. Konklusjon

måter satt opp mot hverandre. Meninger er sterke og følelser går dypt. Forestill dere hvilken innflytelse til det gode i denne verden det ville være dersom alle medlemmer av Kirken kunne forstå at de, i likhet med Ester, var blitt spart “for en tid som denne” (Ester 4:14) og at de, individuelt og som enhet, trenger å lede, ikke følge, verden.

Emma Smith fastslo: “Vi skal gjøre noe ekstraordinært ... Vi forventer ekstraordinære anledninger og presserende oppgaver.”<sup>26</sup> Disse presserende oppgavene og anmodningene har kommet fra Kirkens ledere til søstrene de senere år som aldri før. Når vi bedre forstår de sannheter som er forbundet med prestedømmet, forstår mulige grunner til hvorfor mange kvinner ikke lever opp til sine privilegier og handler ifølge den kunnskap vi får angående kvinner og deres muligheter til å delta i prestedømmets arbeid, kan vi “finne den glede og fred som kommer fra å vite at du, gjennom din undervisning, har rørt ved et liv, har løftet ett av vår himmelske Faders barn på dets vei for å en dag bli omfavnet igjen i Hans nærhet.”<sup>27</sup> ■

### NOTER

1. Russell M. Nelson, “En oppfordring til mine søstre”, *Liahona*, nov. 2015, 97.
2. Bonnie L. Oscarson, “Reis dere i styrke, søstre i Sion”, *Liahona*, nov. 2016, 14.
3. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Gordon B. Hinckley* (2016), 96.
4. *Håndbok 2: Kirkens administrasjon* (2010), 2.1.1.
5. Dallin H. Oaks, “Prestedømmets nøkler og myndighet”, *Liahona*, mai 2014, 49.
6. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner i Herrens arbeid”, *Liahona*, apr. 2014, 48; se også *Døtre i mitt rike: Hjelpforeningens historie og arbeid* (2011), 138–39.
7. Dallin H. Oaks, “Prestedømmets nøkler og myndighet”, *Liahona*, mai 2014, 51.
8. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner i Herrens arbeid”, *Liahona*, 48–49.
9. *Læresetninger fra Kirkens presidenter – Joseph Fielding Smith* (2013), 160. For en dypere drøfting om prestedømmets velsignelser, se Bruce R. McConkie, “Prestedømmets ti velsignelser”, *Lys over Norge*, nov. 1978, 43–47.
10. M. Russell Ballard, “Let Us Think Straight” (andakt ved Brigham Young University, 20. aug. 2013), 7, speeches.byu.edu.
11. Sheri Dew, *Women and the Priesthood: What One Mormon Woman Believes* (2013), 125.
12. Dallin H. Oaks, “Prestedømsmyndighet i familien og i Kirken”, *Liahona*, nov. 2005, 26.
13. “Familien – en erklæring til verden”, *Liahona*, mai 2017, 145.
14. L. Tom Perry, “Å være far, et evig kall”, *Liahona*, mai 2004, 71.
15. Dallin H. Oaks, “Prestedømsmyndighet i familien og i Kirken”, 26.
16. Dallin H. Oaks, “Prestedømmets krefter”, *Liahona*, mai 2018, 65.
17. Linda K. Burton, “Priesthood: A Sacred Trust to Be Used for the Benefit of Men, Women, and Children” (Kvinnekonferanse ved Brigham Young University 3. mai 2013), womensconference.byu.edu/transcripts.
18. Russell M. Nelson, “En oppfordring til mine søstre”, 96.
19. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner og prestedømskraft”, *Liahona*, sept. 2014, 37.
20. Bonnie L. Oscarson, “Reis dere i styrke, søstre i Sion”, 14.
21. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner og prestedømskraft”, *Liahona*, 35.
22. Dallin H. Oaks, *Life's Lessons Learned: Personal Reflections* (2011)
23. M. Russell Ballard, “Menn og kvinner og prestedømskraft”, *Liahona*, 35.
24. M. Russell Ballard, “The Opportunities and Responsibilities of CES Teachers in the 21st Century” [Mulighetene og ansvarsoppgavene til lærere i Kirkens skoleverk i det 21. århundre] (tale til lærere i Kirkens skoleverk, 26.feb. 2016), broadcasts.lds.org.
25. Bruce R. McConkie, “Læren om prestedømmet”, *Lys over Norge*, oktober 1982, nr. 10, 64–69.
26. Emma Smith, i *Døtre i mitt rike*, 14.
27. M. Russell Ballard, “The Opportunities and Responsibilities of CES Teachers in the 21st Century”.



## Å tørste etter større forståelse

**E**n gang gikk jeg på et første stevnemøte med en jente i min menighet. Neste morgen var vi de eneste to som møtte opp til vår menighets tempeltur. Vi tilbød oss å hjelpe til med de ordinansene som trengte flest stedfortredere ... som viste seg å være beseglinger.

Jeg var så nervøs, men til min overraskelse var ikke det å gjøre stedfortredende beseglinger sammen med en jente som jeg mindre enn 12 timer tidligere hadde vært på et første stevnemøte med, på langt nær så pinlig som jeg trodde det ville bli. Om noe, ga opplevelsen meg større **perspektiv på hvor viktig hvert aspekt av tempelarbeid er** – også beseglinger (les mer i min digitale artikkel).

Alle våre situasjoner er unike, men hvis vi **strever etter å bedre forstå paktene** vi inngår i tempelet, vil disse ordinansene bli mindre som ting vi kan krysse av på vår åndelige sjekklister og mer som sårt tiltrengte kilder av **“levende vann” som kan gi oss åndelig styrke** (se Lære og pakter 63:23). Og i den hektiske verden vi lever i, trenger vi all den styrke vi kan få!

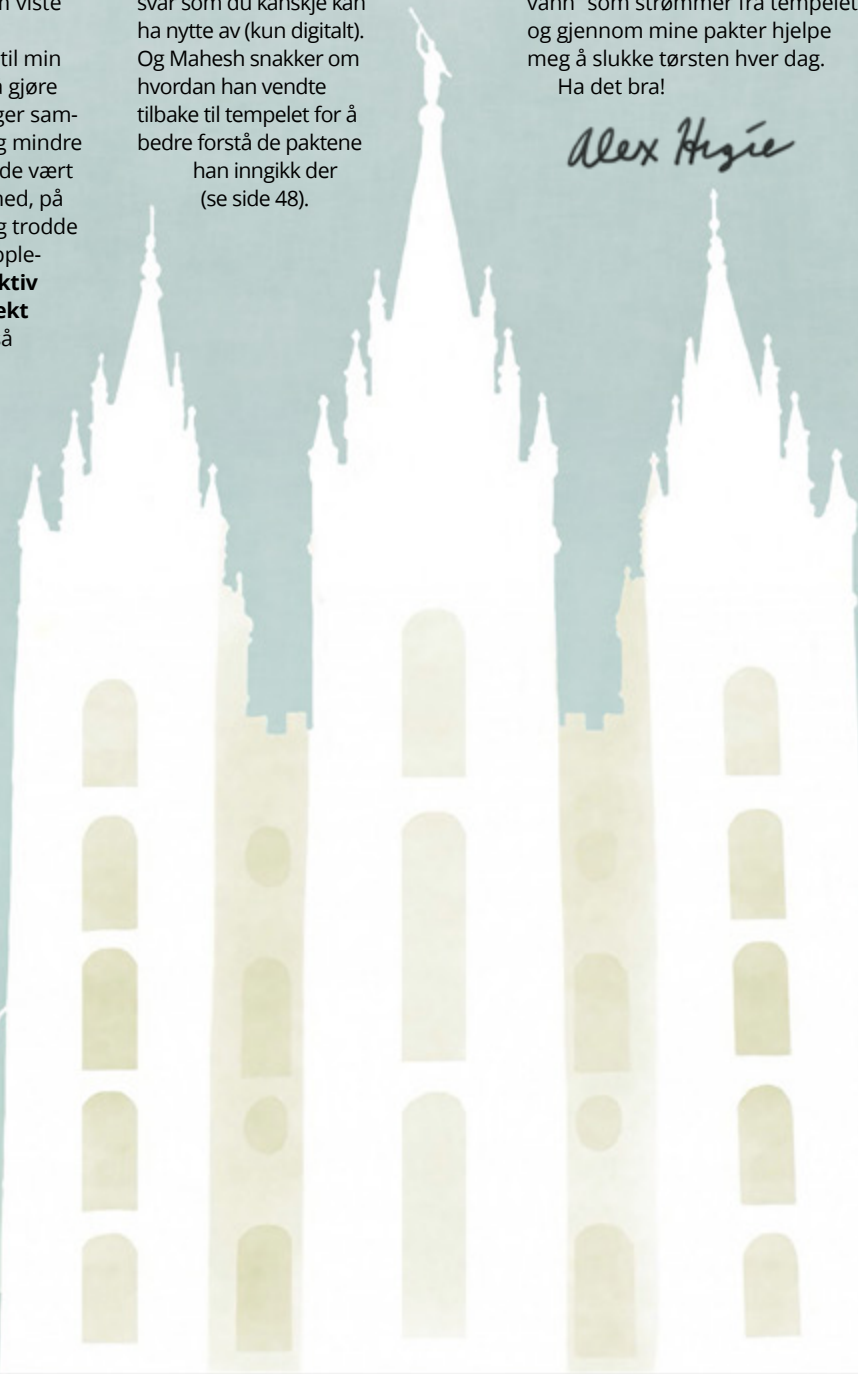
I dette nummeret **deler unge voksne sine erfaringer med tempelet**. Kealohilani deler hvordan trofast bruk av tempelkledningen

har velsignet hennes liv (se side 44). I en artikkel som kun finnes digitalt, deler Zariah sin frykt for ikke å føle seg bra nok til å gå inn i tempelet. Hvis du også forbereder deg til å gå i tempelet for første gang, har vi satt sammen noen spørsmål og svar som du kanskje kan ha nytte av (kun digitalt). Og Mahesh snakker om hvordan han vendte tilbake til tempelet for å bedre forstå de paktene han inngikk der (se side 48).

Når jeg prøver å dra til tempelet så ofte jeg kan for å **fylle mitt åndelige reservoar**, er det som betyr mest at **jeg lar Ånden undervise meg og forandre meg i tempelet** både innenfor og utenfor dets vegger. Da kan det “levende vann” som strømmer fra tempelet og gjennom mine pakter hjelpe meg å slukke tørsten hver dag.

Ha det bra!

*Alex Hsieh*



## BESTE RÅD ...

*Unge voksne deler de beste rådene de har fått om å gjøre tempelet til en del av sitt liv.*

“Min biskop fortalte meg at tempelet ville bli en så hellig opplevelse som jeg ønsket at det skulle bli. Det er alltid opp til meg å bestemme hvor stor innflytelse tempelet kan ha på mitt liv.”

– **Jasmyn Nye, Utah, USA**

“Å ha et tempel i nærheten er flott, men hvis medlemmene aldri går i tempelet, vil det alltid være langt unna. Vi må holde oss nær til tempelet, uansett hvor langt unna det måtte være.”

– **Cole Murphy, California, USA**

“Ha et formål. Gå dit med et spørsmål, gjør arbeid for en av dine forfedre, søk fred eller lytt etter tilskyndelser.”

– **Sydney Orton, Utah, USA**

*Hva er det beste rådet du noen gang har fått om å gjøre feil og prøve på nytt igjen? Send inn svaret ditt på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) innen 31. mars 2019.*

## Fortell din historie

Har du en fantastisk historie å dele? Eller vil du se artikler om bestemte emner? I så fall ønsker vi å høre fra deg! Du kan sende inn artikler eller tilbakemeldinger på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org).

## OM DE UNGE VOKSNE FORFATTERNE

### Kealohilani Wallace

skriver ren, vanlig fiksjon for unge voksne som både er inspirert av hennes liv og av hennes tro. Hun er student ved Brigham Young University-Hawaii og er et aktivt medlem av sin UEV-menighet.



### Mahesh Kumar Vedurupaka

er fra Andhra Pradesh, India. Han er ektemann og far til to søte barn. Han har en bachelorgrad i datateknologiingeniørfag og jobber som senior programvareutvikler. Han liker å dra på utflukter sammen med familien sin, lære ny teknologi og lage mat.



### Zariah Inniss

er fra Barbados. Hun er 21 år gammel og det eldste av fem barn. Hun har vært medlem av Kirken hele sitt liv. Hun liker å skrive og spille musikk.



**Alex Hugie** er fra Oregon, USA. Han ble uteksaminert fra Brigham Young University med en bachelorgrad i engelsk.

Han har særlig interesse av å studere litteratur for unge voksne, skrive korte morsomme historier og noveller og drikke melk.



## I DENNE DELEN

### 44 Beskyttet av pakter

Av Kealohilani Wallace

### 48 Se igjen opp til det hellige tempel

Av Mahesh Kumar Vedurupaka



## BARE DIGITALT

### Tempelbegavelse – spørsmål og svar

### God nok for tempelet?

Av Zariah Inniss

### 5 grunner til at enslige voksne burde delta i tempelbeseglinger

Av Alex Hugie



Finn disse artiklene og mer:

- På [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org)
- I **UV – ukentlig** (under “Unge voksne” i Gospel Library)
- På [facebook.com/liahona](https://www.facebook.com/liahona)



Den kraft og beskyttelse som er lovet til dem som trofast bruker tempelkledningen kommer ikke fra magi, den kommer fra Gud.

# Beskyttet av pakter

Av Kealohilani Wallace

**G**leden jeg føler over å kunne bruke tempelkledningen kan ikke fullt ut uttrykkes i ord. Selv om det fysiske materialet som tempelkledningen er laget av er lett og nesten ikke kan merkes når jeg ble vant til det, er det hva tempelkledningen representerer, de velsignelser den fører med seg, og det alltid nærværende ytre uttrykket for min indre forpliktelse til Gud – og min kjærlighet *til* Gud – som gjør bruken av den hver dag til en vakker og åndelig opplevelse. Den gir fred. Den gir styrke. Den gir ro. Den gir kraft. Den er helig. Den er til så stor velsignelse i livet mitt som måten jeg behandler den på.

Noen ganger betrakter folk tempelkledningen som bare undertøy, eller ganske enkelt en måte å måle sømmelighet på, som viser dem hva de kan og ikke kan ha på seg – en grense for hva som er anstendig og ikke anstendig. Selv om passende bruk av tempelkledningen absolutt oppfordrer til sømmelighet (særlig etter verdens normer), representerer det helige prestedømmes kledning så mye mer.

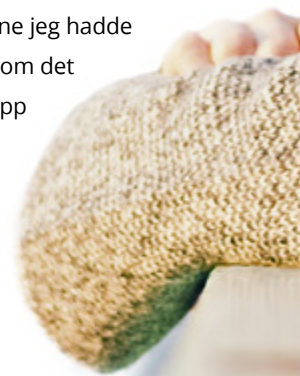
## Et mektig og evig perspektiv

Jeg fikk min egen begavelse da jeg var 19 år som forberedelse til mitt

tempelekteskap. Selv om uheldige omstendigheter førte til en slutt for det ekteskapet, hadde jeg trofast holdt mine pakter, og de paktene jeg hadde inngått med Herren gjaldt fortsatt. Jeg forble trofast til dem og de støttet meg. Jeg var ikke alene i mine prøvelser og jeg ble sterkere av dem.

Jeg hadde mottatt en rekke velsignelser for å kontinuerlig ha en tempelanbefaling, for å bruke tempelkledningen på riktig måte som jeg var blitt instruert til og for å holde de paktene jeg hadde inngått i tempelet. Selv om det vil være umulig å liste opp enhver velsignelse som kommer av denne lydigheten, er de mest synlige jeg har lagt merke til evnen til å opprettholde et evig perspektiv og den konstante fysiske påminnelsen om å gjøre riktig valg selv når andre rundt meg ikke gjør det – og selv når andres valg gir meg smerte.

*Mye* gikk galt i livet mitt i løpet av de siste 11 årene (lavpunkt som innbefattet skilsmisse, smertefulle økonomiske





vanskeligheter, frustrerende tilbakeslag i karrieren og på det personlige plan), men å hele tiden bruke tempelkledningen og regelmessig gå i tempelet hjalp meg å forstå at livet består av mer enn de prøvelsene jeg hadde i øyeblikket – uansett hvor vanskelig eller smertefullt hvert øyeblikk var.

Fordi disse to konstantene hjalp meg å holde meg nær Ånden har jeg blitt ledet bort fra fysisk fare av innvendige tilskyndelser som jeg valgte å følge – og jeg har også blitt gitt en sterk følelse av håp og et evig perspektiv som har veiledet meg gjennom vanskelige tider når jeg følte det som om jeg ikke hadde styrke til å ta ett eneste følelsesmessig eller fysisk skritt fremover på min reise. Denne freden fortsetter å holde meg oppe når nye utfordringer og prøvelser dukker opp.

Tempelets velsignelser som jeg har erfart går fra de daglige velsignelsene vi noen ganger overser (som indrefred og tilskyndelser), til de store, evige og åpenbare (som det å bli beseglet til



vår familie for evig). Hver enkeltpersons opplevelse er unik og personlig – men velsignelser kommer alltid i Herrens beleilige tid når vi holder våre pakter (se Lære og pakter 82:10). Det å bruke tempelkledningen er en viktig, personlig måte å vise Herren at vi husker våre pakter.

### **Konstant åndelig beskyttelse**

President Boyd K. Packer (1924–2015), president i De tolv apostlers quorum, forklarte en av de velsignelser vi kan forvente når vi bruker tempelkledningen på riktig måte: “[Tempelkledningen] representerer hellige pakter. Den oppmuntrer til ærbarhet og tjener som et skjold og en beskyttelse for den som har den på seg.”<sup>1</sup>

Dette skjoldet kan beskytte oss fra “motstanderens ... brennende piler” (1 Nephi 15:24). Hvis vi kunne beregne hvor mange piler Satan kaster mot oss

hver eneste dag, kan jeg forestille meg at antallet ville være astronomisk. Vi lever i en verden som aktivt søker å ødelegge det vi tror på. Upassende bilder og budskap er overalt omkring oss, sammen med presset om å bruke skadelige stoffer eller bryte kyskhetsloven. Enda mer vanlig er presset og fristelsen til å krangle og til å være uvennlig, enten person til person eller spesielt på Internett, til å gjøre narr av og fornærme andre for å uttrykke sine meninger eller trosoppfatninger, eller å erte en person for noe så lite som en grammatisk feil. Disse åndelige angrepene, hvis vi gir akt på dem, vil sløve sansene våre og redusere vår evne til å føle Den hellige ånds advarsler.

Listen over de “brennende piler” som Satan kaster på oss er bokstavelig talt endeløs og alltid farlig. Eldste Taniela B. Wakolo i De sytti sa: “Livets mange

forstyrrelser og fristelser er som ‘glupende ulver.’” Så hvordan kan vi beskytte oss? Senere i den samme tale la han til: “Jeg lover at å ta del i ordinanser og ære de tilhørende paktene vil bringe deg vidunderlig lys og beskyttelse i denne stadig formørkede verden.”<sup>2</sup>

Hvis de “pilene” Satan kaster på deg hver dag bokstavelig talt var skarpe ting du både kunne se og føle, ville du la skjoldet ligge igjen hjemme? Ville du ignorere kunnskapen om hvordan du kan beskytte deg – eller om stien som leder til et tilfluktssted? Ville du utsette å inngå eller holde pakter med Gud når han lovet at disse paktene ville hjelpe deg å seire?

### **Paktenes kraft i vår fremgang**

Den beskyttelse tempelkledningen gir kommer ikke fra noe slags magi i den fysiske tempelkledningen i seg selv, som



noen feilaktig tror. Den lovede beskyttelsen er istedenfor den beskyttelse Herren gir både fysisk og åndelig når vi holder våre pakter og uttrykker vår trofaste forpliktelse til ham hver dag.

Templets pakter og tempelkledningen er *ikke* for fullkomne mennesker. De er ment for å beskytte ufullkomne mennesker som prøver sitt beste for å bli bedre. Mennesker som omvender seg når de faller og fortsetter å gå fremover. Mennesker som deg og meg.

Akkurat som vi fysisk tar del i nadverden hver uke for å minnes og fornye våre dåpspakter, tjener det å bruke tempelkledningen hver dag som en fysisk påminnelse om de paktene vi har inngått i tempelet. Vi trenger dem på vår reise til å bli mer Kristus-lik.

Sett bort fra den guddommelige beskyttelse, er det å hold våre pakter og bruke tempelkledningen en måte for oss å vise Gud hver dag hvor mye vi elsker ham, og at vi vil holde hans bud *fordi* vi elsker ham – og det er en måte hvorved vi kan motta de utallige velsignelser Gud ønsker å gi oss. Han elsker oss mer enn vi kan forstå og han vil at vi skal være trygge og ha den beskyttelsen som han har lovet.

### Velsignet hver dag

Vi kjemper alle på en åndelig slagmark hver dag, enten vi er klar over det eller ikke. Pakter som er inngått i tempelet og holdes i vårt daglige liv vil hjelpe oss å vinne krigen mot synd og Satan,

men det er opp til oss å forberede oss – og deretter være trofast.

Jeg er så glad for min avgjørelse om å gå igjennom tempelet – og for de påfølgende avgjørelser jeg har tatt for å holde mine pakter. Jeg blir velsignet hver dag for mitt valg og for å bruke tempelkledningen på riktig vis, som jeg har inngått en pakt om å gjøre. Den holder meg trygg. Den minner meg om mine pakter. Og det viser Herren at jeg elsker ham mer enn verden og at jeg vil gjøre det han ber meg om å gjøre. ■

*Artikkelforfatteren bor på Hawaii, USA.*

#### NOTER

1. Boyd K. Packer, *Det hellige tempel* (1983), 17.
2. Taniela B. Wakolo, “Frelsende ordinanser vil bringe oss vidunderlig lys”, *Liahona*, mai 2018, 40, 41.

### FINN UT MER

- Lær mer om templer, tempelforberedelser og tempelordinanser på [temples.lds.org](http://temples.lds.org).
- Se en Kirke-produsert video som kan forklare tempelkledningen til andre på [mormonnewsroom.org/article/temple-garments](http://mormonnewsroom.org/article/temple-garments).





## SE IGJEN OPP TIL det hellige tempel

Av Mahesh Kumar Vedurupaka

Jeg visste at jeg måtte vende tilbake til tempelet for å bedre forstå og huske de paktene jeg hadde inngått.

**F**or fire år siden spurte min institutt-lærer, bror Suresh Natrajan, klassen: "Hvor mange av dere har vært i tempelet?" Fordi min hustru Anantha og jeg hadde foretatt den ti dager lange turen til Hong Kong Kina tempel for første gang året før, rakk jeg stolt opp hånden. Så stilte han et annet spørsmål: "Husker dere de paktene dere inngikk i tempelet?"

Spørsmålet hans var tankevekkende. Det var så mye å ta inn over seg den første gangen jeg var i tempelet. Selv om jeg hadde prøvd å være oppmerksom, gikk det opp for meg at etter all denne tiden hadde jeg glemt de paktene jeg hadde inngått i tempelet. I det øyeblikket bestemte jeg meg for å dra tilbake til tempelet for annen gang og denne gangen til å være oppmerksom på og huske de paktene jeg inngikk og andre ting som er nødvendige for min frelse.

Tiden gikk. Jeg opplevde fryktelige prøvelser. Men jeg var innskrevet i en

Institutt-klasse, og en dag hadde vi en leksjon om profeten Jonas. Jonas gjorde ikke det Herren befalte ham å gjøre. Ett av versene som fanget min oppmerksomhet var Jonas 2:5: "Jeg sa: Jeg er støtt bort fra dine øyne. Men jeg vil igjen se opp til ditt hellige tempel."

Dette skriftstedet rørte ved mitt hjerte, og jeg ba til min himmelske Fader om at han måtte gi meg og min hustru en ny mulighet til å dra til tempelet.

Etter fire år velsignet vår himmelske Fader oss med å igjen komme inn i hans hus, denne gangen i Taipei Taiwan tempel.

Mens vi var der fikk jeg mulighet til å utføre ordinanser på vegne av min onkel som hadde dødd av kreft. Da jeg ble døpt for ham, tenkte jeg på velsignelsene han ville motta gjennom denne tempelordinansen. Jeg var så lykkelig, og jeg husket hva tempelpresidenten sa til meg den første gangen vi kom til



tempelet og jeg hadde vært litt forvirret. Han sa: "Bror, du forstår kanskje ikke alt det du gjør akkurat nå, men det vil komme en dag da du vil føle at du har utrettet store ting her."

Jeg fikk mitt svar. Det har tatt meg fire år å forstå ved å dra til tempelet for annen gang.

Nå når jeg tar del i nadverden hver eneste uke, husker jeg hvor mektig Jesu Kristi forsoning er og hvor hellig de paktene jeg har inngått i tempelet er.

I år har min hustru og jeg 10 års bryllupsdag. Jeg ønsker å feire den i tempelet og utføre beseglingsordinanser for mine forfedre. For å få det til har jeg hatt en jobb til utenom min vanlige jobb, en som ikke har påvirket min tid sammen med familien min.

Jeg vet og jeg føler at tempelarbeid er sant. Ingenting kan erstatte det, og det er verdt ethvert offer å dra til tempelet og utføre vår himmelske Faders verk for oss selv og for sjeler som er på den andre siden av sløret. ■

*Artikkelforfatteren bor i Andhra Pradesh, India.*



**Mahesh og Anantha Vedurupaka foran Taipei Taiwan tempel.**

## TEMPELBEGAVELSE – SPØRSMÅL OG SVAR

Hvis du forbereder deg til å gå i tempelet for første gang, les våre spørsmål og svar i den digitale versjonen av denne artikkelen i Gospel Library eller på [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org). Nedenfor finner du ett av de fem spørsmålene du vil finne.

### Hva kan jeg gjøre for å bedre forstå tempelbegavelsen og de paktene jeg inngår der?

Fokuser på tempelets læresetninger og pakter i ditt personlige studium. Se etter henvisninger til begavelsens prinsipper og pakter som finnes i Skriftene, i generalkonferansetaler og annet av Kirkens materiell. En gjennomgang i ditt personlige studium av disse sannhetene vil hjelpe deg å vokse i din forståelse av tempelets ordinanser og pakter. Når du for eksempel studerer kyskhetsloven, hvordan kan Josefs integritet da han ble fristet av Potifars hustru være til velsignelse for din forpliktelse til å holde denne loven? (Se 1 Mosebok 39). Hvordan kan Nephis forpliktelse til å adlyde Guds bud gjelde måten du tilnærmer deg tjenesten i ditt kall på? (Se 1 Nephi 3:7).

Dra tilbake til tempelet så ofte som dine personlige omstendigheter tillater det.

"Vi mottar alle den samme undervisning, men vår forståelse av ordinansenes og paktenes betydning vil øke når vi går i tempelet ofte for å lære og grunne på de evige sannheter som gis oss der."

Silvia H. Allred, tidligere førsterådgiver i Hjelpeforeningens generalpresidentkap, "Hellige templer, hellige pakter", *Liahona*, nov. 2008, 113.

Gå til [lds.org/go/031949](http://lds.org/go/031949) for å lese en artikkel som kan hjelpe deg å forstå de paktene vi inngår med Gud.



## Jeg elsker slektshistorie!

Jeg har ikke alltid likt slektshistorisk arbeid. Dette endret seg da jeg ble døpt for en av mine forfedre i Chile Santiago tempel.

Jeg var en diakon første gangen jeg dro til tempelet. Da jeg skulle til å gå ned i døpefonten, følte jeg at noen kom inn i rommet. Jeg så opp og fikk se en gammel mann kledd i gamle klær. Jeg følte hans kjærlighet og takknemlighet til meg fordi jeg gjorde stedfortredende arbeid for ham. Etter at jeg var blitt døpt for ham og kom opp av vannet, kikket jeg rundt etter ham, men han var ikke der lenger.

Jeg pleide å tenke at tempelet skaffet navnene til tempelarbeid, så jeg var ikke interessert i å gjøre slektsforskning. Men denne opplevelsen fikk meg engasjert i å finne mine egne familienavn.

En dag jeg logget meg på datamaskinen så jeg at jeg hadde fått en e-post fra Kirken med et familienavn. Jeg følte at jeg måtte finne flere navn, så jeg spurte min mor om hvordan jeg på effektiv måte kunne se etter navn og finne mer informasjon om mine forfedre.

Så langt har jeg funnet 11 familienavn, og jeg vet at jeg kan finne enda flere. Disse menneskene fikk aldri muligheten til å bli døpt mens de var på jorden, og de har ventet lenge for at tempelarbeidet for dem skal bli utført. Jeg er glad for at jeg kan hjelpe dem gjennom tempelarbeid og slektshistorie.

**Lucas,**

16 år, Santiago, Chile

### I DENNE DELEN



#### 52 Hva er sant og hva er ikke sant?

Av eldste Carl B. Cook

#### 55 "Den er sann, den er sann"

Av David Muanda

#### 56 Gjør konferansen til en vane

#### 58 Forsikret om min verdi

Navn ønskes ikke oppgitt

#### 60 Finn mirakler i hverdagen

Av Breanna Call Herbert, Alex Hugie og Aspen Stander

#### 63 Plakat: Tid i tempelet

#### 64 Det siste ordet: Vi hører Herrens røst på general-konferansen

Av eldste Neil L. Andersen



Av **eldste**  
**Carl B. Cook**  
i De syttis  
presidentskap

# HVA ER **SANT**

Jeg møtte nylig en bemerkelsesverdig ung kvinne, 17 år gamle Caylee, da hun delte sine dype følelser på en stavs-konferanse. Hun erklærte at Gud finnes, at Kirken er sann og at president Russell M. Nelson er Guds profet. Hun bar også et sterkt vitnesbyrd om at de negative tingene som noen sier om Kirken og Jesu Kristi evangelium er falske.

Jeg ble imponert av Caylees overbevisning og hennes evne til å skjelve mellom det som er sant og det som er usant.

Men jeg ble enda mer imponert da jeg snakket med Caylee etter møtet og oppdaget at hennes innsikt og overbevisning ikke hadde vært lett å få. Hun hadde faktisk opplevd en alvorlig utfordring angående sin tro.

Her er det hun fortalte.

## **Kampen for å finne svar**

Caylee hadde alltid vært aktiv i Kirken. Da hun imidlertid begynte å tenke alvorlig på evangeliet og Kirken, dukket det opp noen alvorlige spørsmål i hennes sinn. Hun hadde dårlig samvittighet fordi hun stilte spørsmål, og begynte å søke etter svar.

“Mitt problem,” sier Caylee, “var at jeg lette på alle de gale stedene. Istedenfor å søke i Skriftene eller i konferansetaler eller snakke med mine foreldre, kom jeg over forskjellige artikler på Internett som hevdet å ha svar på mine spørsmål.”

Til å begynne med syntes Caylee at Internettartiklene kastet lys over spørsmålene hennes. Hun sier imidlertid: “Da jeg fortsatte å granske spørsmålene



# og HVA ER IKKE SANT?

mine, fylte alt jeg leste meg med flere og flere spørsmål og mer og mer tvil.

Caylee begynte å miste både tro og håp. "Lyset i mitt vitnesbyrd ble svekket," minnes hun, "og gradvis sluttet jeg å gjøre de tingene jeg hadde lært – å lese Skriftene, be og delta i Seminar."

Hun ble til slutt overveldet av det mørke og den forvirring hun følte. Hun sa: "Jeg kunne ikke avgjøre hva som var av Gud og hva som var en sprø ide som var snudd opp ned og laget av noen for å forvirre meg. Jeg kunne ikke skjelle mellom hva som var sannhet og hva som var bedrag. Det slet meg istykker."

Caylee sammenligner sin situasjon med Joseph Smiths da han sa: "Omsider kom jeg til den konklusjon at jeg enten måtte forbli i mørke og forvirring, eller gjøre som Jakob anviste, det vil

si, be til Gud. Etter en stund bestemte jeg meg for å gå til Gud i bønn [Jakobs brev 1:5], og jeg trakk den slutning, at hvis han ga visdom til dem som manglet visdom og gjorde det villig og uten å bebreide, kunne jeg driste meg til å gjøre det" (Joseph Smith – Historie 1:13).

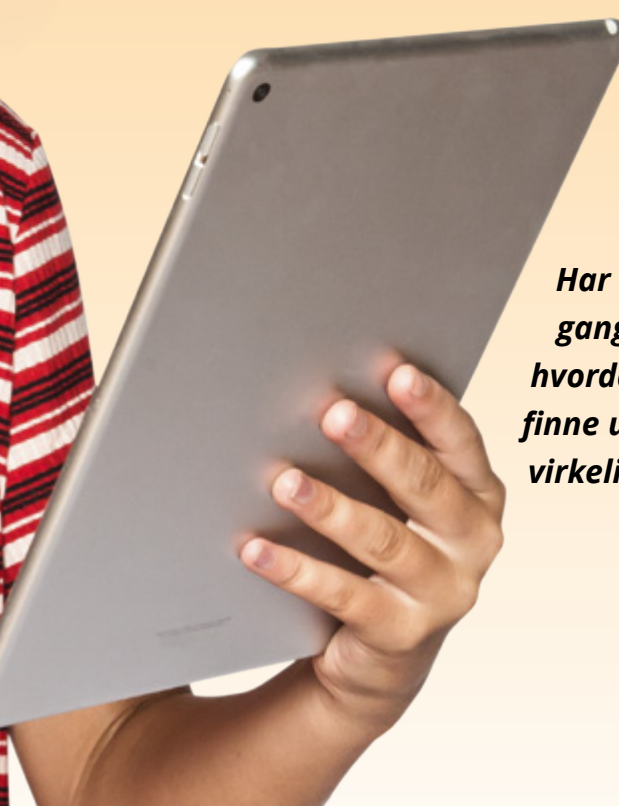
## **Snakker med folk hun stoler på**

På dette kritiske tidspunktet henvendte Caylee seg til sin Seminar-lærer, sin bestemor og sin mor. Seminar-læreren forsikret henne om at følelsene hennes ikke var gale og at hun ikke var den eneste personen som hadde spørsmål. Læreren hennes delte sitt vitnesbyrd og anbefalte lesestoff som kunne hjelpe Caylee i hennes søken.

Caylees bestemor preket ikke. Hun ganske enkelt ba henne innstendig om å overveie hvilke informasjonskilder som oppløftet henne – informasjonen på Internett eller Kirkens lære? Caylee begynte å sammenligne: "Hvilke av dem oppløftet meg? Hvilke ga glede og fred til min sjel? Hvilke lærte meg at jeg ville være sammen med min familie for alltid i en tilstand av evigvarende lykke dersom jeg fulgte Guds bud? Hvilke satte nagende følelser i hodet mitt?"

## **Søken etter Gud gjennom bønn og Skriftene**

Caylees mor oppfordret henne til å be. Til slutt gikk Caylee på rommet sitt og utøste sin sjel til Gud. Hun forklarer: "Ingenting skjedde. Det kom ingen engler ned. Hjertet mitt ble ikke fylt av fred og takknemlighet. Jeg gikk tilbake til moren min. Vi ba sammen, og hun oppfordret meg til å lese Mormons bok i 10 minutter. Mens jeg leste, følte jeg et løfte i hjertet mitt at hvis jeg fortsatte å gjøre dette, ville jeg oppleve velsignelser. Jeg



***Har du noen gang lurt på hvordan du kan finne ut hva som virkelig er sant?***

ville bli i stand til å se klart og vite hvilke læresetninger som var fra Gud og hvilke som ikke var det.”

Caylee begynte å be hver dag og lese Mormons bok. Hun holdt seg borte fra Twitter og de nettstedene som ga henne tvil i første omgang. Hun gikk på Seminar i den hensikt at hun ville lære, ikke se etter negative ting om Kirken.

### Skjelne det som er sant

Omtrent etter to uker med vedvarende innsats, følte hun at de negative røstene ble svakere. Skolen gikk bedre. Jobben ble triveligere og hun fikk et bedre forhold til foreldrene sine. Hun var lykkeligere.

På grunn av den gleden, sier hun, “så jeg endelig svaret mitt. Jeg var i stand til å skjelne mellom det som var fra Gud og det som ikke var det fordi jeg så hva han gjorde for meg når jeg gjorde det han ber meg om.”

“Det,” konkluderer hun, “er den eneste måten du virkelig kan skjelne hva som er sannhet fra Gud og hva som ikke er det. Vi kan studere og grunne og stille spørsmål så mye vi vil, men før vi gjør det som Jakob sier og som Joseph Smith gjorde – be og handle – bare da kan vi virkelig vite hva som er sant og hva som ikke er sant.”

Hva kan vi lære av Caylees erfaring? Her er noen forslag:

- Vi skulle ikke ha en dårlig følelse hvis vi har spørsmål.
- Vi skulle aldri slutte å be mens vi søker etter svar.
- Vi skulle studere og grunne på Mormons bok.
- Ved å være varsom med det vi velger å lese og lytte til, kan vi stenge av høye røster i form av teknologi og medier som trekker oss bort fra sannhet og har til hensikt å ødelegge.
- Vi skulle søke råd hos personer vi kjenner, er glad i og respekterer – istedenfor å søke hjelp fra fremmede.
- Gud vil til slutt besvare våre spørsmål på sin egen måte og i sin egen tid. Han elsker oss.

- Svar vil komme når vi gjør det vår himmelske Fader ber oss om – ikke når vi gjør det som verden foreslår.

Jeg blir inspirert av Caylee og dere unge kvinner og unge menn som Gud har forberedt for denne tiden. Hun, som så mange av dere, eksemplifiserer den slags person som president Russell M. Nelson så for seg: “Vi trenger kvinner som har dømmekraftens gave, som kan se verdens trender og oppdage dem som, uansett hvor populære de er, er overfladiske eller farlige.”<sup>1</sup>

Dere er sannhetssøkere, dere holder pakter og bygger et rike. Med Guds hjelp og gjennom Jesu Kristi forsonings kraft kan dere motta gaven å skjelne og vite, etterleve og dele det som er sant. ■

### NOTER

1. Russell M. Nelson (siterer Boyd K. Packer), “En oppfordring til mine søstre”, *Liahona*, nov. 2015, 96.





LA SAINTE BIBLE

Da jeg ba om å få et vitnesbyrd om Mormons bok skjedde det ingenting – før jeg begynte å lese Bibelen.

Av David Muanda

**D**a jeg var omtrent 12 år, ønsket jeg selv å vite at Mormons bok var sann. I en tale kunne jeg vitne om at Mormons bok er Guds ord fordi Primær-læreren min hadde sagt det. Men inni meg selv forsto jeg ikke hva det betydde.

Jeg visste om Moronis løfte om at hvis jeg ville lese, grunne og be, kunne jeg også få vite det (se Moroni 10:3–4). Jeg leste i flere uker og følte fred, men det ga ikke noe spektakulært – ikke noe lys, ingen engler, ingen røster. Til slutt stoppet jeg å lese Mormons bok.

En dag mens jeg leste i 2 Mosebok, leste jeg at når israelittene manglet mat, sendte Gud manna til dem. Hver person skulle ta en viss mengde hver dag. Han sendte mat til dem, men de måtte finne ut hvordan de skulle samle den inn.

Nephis ord kom til meg: "Herren [gir] ikke menneskenes barn noen befaling uten at han bereder en vei for dem, så de kan utføre det han befaler dem" (1 Nephi 3:7). Av dette forsto

jeg at Gud hadde befalt israelittene å forlate Egypt og planla å mette deres sult. Dette skriftstedet fra Mormons bok opplyste min forståelse av Bibelen, og jeg konkluderte med at Mormons bok var Guds ord.

Som eldste David A. Bednar i De tolv apostlers quorum forklarte er personlig åpenbaring mer som en soloppgang enn det lyset vi får når vi skrur på en lysbryter.<sup>1</sup> Jeg begynte å se annerledes på Mormons bok.

I løpet av de månedene som fulgte visste jeg med sikkerhet, mer enn noen gang, at Mormons bok var Guds ord. Det inntrykket jeg fikk utallige ganger gjennom Åndens røst var: "Den er sann, den er sann, den er sann."

Jeg leser fortsatt Mormons bok nesten hver dag, og hver gang hører jeg disse ordene: "Den er sann." ■

Artikkelforfatteren bor i Kongo demokratiske republikk.

**NOTER**

1. Se David A. Bednar, "Åpenbaringsens ånd," *Liahona*, mai 2011, 87–90.

"Den er sann,  
**DEN ER  
SANN"**

LE  
LIVRE  
DE  
MORMON

# GJØR KONFERANSEN TIL EN VANE

**D**en kommer hver april og hver oktober. Du har kanskje blitt vant til den halvårlige rytmen. Men hvordan kan du sikre at den virkelig er en del av ditt liv – i resten av ditt liv?

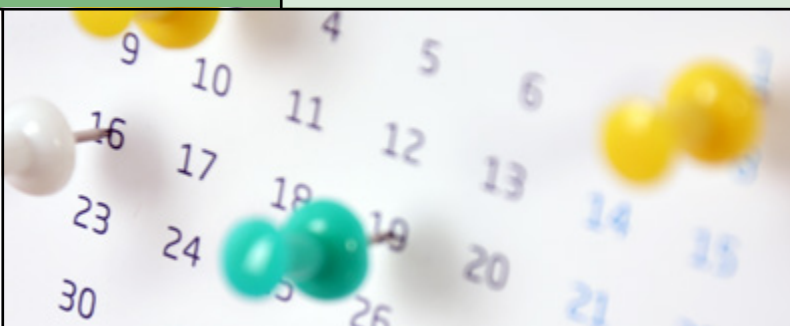
I fremtiden, når du bor for deg selv, hva vil du gjøre hver sjettemåned når det er tid for konferansen igjen? Velg nå å utnytte kraften fra denne to ganger-i året hendelsen ved å bli med. Ikke bare si: "Jeg skal se den på Internett en gang." Gjør den til en spesiell begivenhet og en tradisjon i ditt liv.

*Her er noen ting du kan gjøre for å lage en vane rundt det å se generalkonferansen:*

# 1

## SETT DEG ET MÅL.

Å høre fra levende profeter og apostler er en av de viktigste tingene du kan gjøre. Prøv å se alle møtene så snart du kan. Prøv å sette en dato og et tidspunkt når du skal være ferdig med å se alle.



# 2

## SETT AV DATOEN.

Så langt som det er mulig, sett av tid til å oppleve konferansen og rydd kalenderen din for sportsbegivenheter, aktiviteter med venner eller andre ting. Hvis du ikke kan lytte til generalkonferansen når den finner sted, kan du fortsatt gjøre den til en begivenhet og sette en dato for å se den.

# 3

## LAG NOEN TRADISJONER.

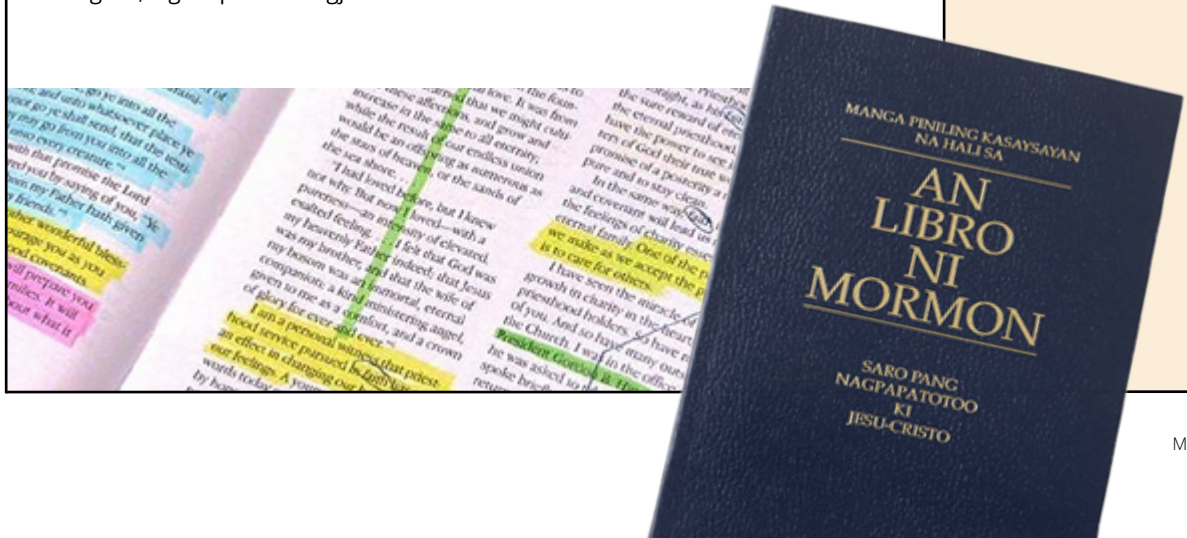
Noen meningsfulle tradisjoner kan innbefatte drøftinger av favoritt-taler i familien, familiebønn før et møte, eller samle en personlig sitatsamling. Morsomme tradisjoner kan involvere mat – måltider eller forfriskninger med litt moro, konferanse-relaterte navn (konferansepotetgull, nachos grandes de conferencia, inspirasjonsiskrem eller konferansegulrøtter).



# 4

## HA EN PLAN FOR TIDEN ETTER KONFERANSEN.

Gjør konferansetalene til en del av ditt personlige studium. Du kan lese en konferansetale hver søndag de neste seks månedene, lytte til en på bussen eller i bilen hver dag de neste par ukene eller slå opp alle skriftstedene fra konferansen under ditt personlige skriftstudium. Uansett hva du bestemmer deg for, lag en plan for å gjøre det. ■



“[Studer] budskapene fra denne konferansen ofte – til og med gjentatte ganger – i løpet av de neste seks månedene. Prøv samvittighetsfullt å finne måter å innlemme disse budskapene i familiens hjemmefaften, deres undervisning i evangeliet, deres samtaler med familie og venner og til og med deres samtaler med dem som ikke deler vår tro.

President Russell M. Nelson, “La oss stevne frem”, generalkonferansen i april 2018.

*Å lære om mine  
forfedre ga meg mot  
til å utkjempe mine  
åndelige kamper.*

# FORSIKRET

**Navn ønskes ikke oppgitt**

**D**a jeg var rundt 11 år gammel, ble jeg utsatt for pornografi. Dette ene tilfellet utviklet seg til et større problem som ble en avgjørende kamp i tenårene. Da jeg gikk på videregående skole, hadde jeg vendt meg bort fra pornografi og til Jesu Kristi forsoning. Selv om jeg opplevde det mirakelet å få urenheten visket bort fra mitt sinn, opplevde jeg likevel en overveldende skyldfølelse.

Omtrent på denne tiden lånte bestemor meg min tipp-oldemor Theas håndskrevne selvbiografi. Etter noen dager følte jeg et sterkt bånd til Thea Martina Waagen (1883–1967). Theas far døde tragisk nok bare noen få måneder før hun ble født, så hun ble oppdratt av sin enkemor som var norsk innvandrer. Oppveksten var vanskelig, men hun fant glede i å plukke markjordbær og spille orgel i sin lokale lutherske kirke. Theas mor giftet seg på nytt, og med hjelp fra sin stefar gikk hun på universitetet. Senere i livet konverterte Thea og familien hennes til Kirken og flyttet til Utah. Det var ikke lett for Thea. Hun og hennes mann ble skilt, giftet seg igjen og ble senere skilt igjen. Hun opplevde stor hjerteresorg og alvorlig depresjon, men hun holdt seg likevel trofast mot sitt vitnesbyrd.

ILLUSTRASJON: ALEX MABAUM



# OM MIN VERDI

Da jeg fikk høre om Thea og hennes valg om å holde ut i motgang, ble jeg overveldet av en intens kjærlighet som forsikret meg om min verdi og hjalp meg å overvinne min lammende skyldfølelse. Jeg innså at hvis hun kunne gjøre vanskelige ting, kunne jeg det også.

Jeg gikk inn på LDS.org og ba om Theas patriarkalske velsignelse. Jeg ble igjen rørt da jeg leste: "Frukten av ditt morsliv skal reise seg og kalle deg velsignet blant Sions kvinner." Jeg innså at min dype respekt for henne var en oppfyllelse av denne enkle setningen. Theas kjærlighet hjalp meg å komme over min skyldfølelse og vende mitt hjerte til mine forfedre. Dette var mitt første vitnesbyrd om eldste David A. Bednars løfte om at jeg ved å delta i slektshistorie ville "bli beskyttet mot djevelens voksende innflytelse" ("Barnas hjerter skal vendes", *Liahona*, nov. 2011, 27).

Jeg føler større styrke og klarhet i livet når jeg fortsetter å finne frem til min familie og lære historiene deres. Ved regelmessig å delta i slektshistorieaktiviteter føler jeg at jeg har fått en hel hær med allierte som hjelper meg å utkjempe mine åndelige kamper. Jeg kan leve uten frykt fordi "de som er med oss [våre forfedre], er flere enn de som er med dem [Satans tilhengere]" (2 Kongebok 6:16).

Selv om jeg ikke har funnet tusenvis av slektsnavn å ta med til tempelet, har jeg lært mine forfedres historier og funnet deres familier ved grundig forskning. Jeg har tatt meg tid til å minnes deres liv og respektere deres arv. Jeg vet at jeg har blitt styrket og beskyttet mot Satan når jeg har fylt mitt liv med min families lys. ■

# Finn **mirakler** i hverdagen

Av Breanna Call Herbert,  
Alex Hugie og Aspen Stander  
Kirkens tidsskrifter

*Hvis vi ser livet  
gjennom tro på Jesus  
Kristus, vil våre øyne  
bli åpnet til de mange  
miraklene som finnes  
rundt oss.*

## NOEN GRUNNER TIL AT GUD UTFØRER MIRAKLER

### Hva er et mirakel?

Vi vet alle hva et mirakel er, ikke sant? Moses som deler Rødehavet. Frelseren som gir syn til en blind mann. En kvinne som blir helbredet fra en uhelbredelig sykdom. Ett av de mest bemerkelsesverdige mirakler er Jesu Kristi forsoning – intet mirakel har noen gang hatt så stor rekkevidde eller vært så mektig. Men er det bare den slags opplevelser som kan

- For å tilkjenne sin kraft
- For å undervise et åndelig prinsipp
- For å bekrefte en tidligere åpenbaring
- For å bekrefte og styrke tro
- For å frembringe sitt verk

ansees som mirakler?

President Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det første presidentskap, sa: "Mange mirakler skjer hver eneste dag i Kirkens arbeid og i våre medlemmers liv."<sup>1</sup> Men når var forrige gang du flyttet et fjell eller så noen få fisker og brød mette tusener? De fleste av oss har antagelig ikke sett noe sånt. Så hvordan kan president Oaks' uttalelse være sann?

➤ Ifølge Bible Dictionary, er mirakler "tilkjennevisninger av guddommelig eller åndelig kraft."<sup>2</sup> Med den definisjonen, la oss åpne øynene for de mange mirakler som omgir oss – mirakler som vi kanskje ikke engang legger merke til.

Vi ser absolutt Guds hånd i hans folks liv gjennom miraklene i Skriftene. Men vi kan også se hans åndelige kraft når vi

➤ finner sted hver dag, og vi kan nå kommunisere med nesten alle hvor som helst. Guds kraft kan sees i hver detalj av vårt liv.

#### Hvorfor utfører Gud mirakler?

Mirakler kommer i mange former, men Gud utfører dem av de samme overordnede årsakene. Noen ganger helbreder,

---

**Det finnes mirakler som vi har en tendens til å glemme: Solen som står opp og går ned hver dag, små frø som vokser opp til mektige trær.**

---



↓ mottar et svar på en bønn, styrker vårt vitnesbyrd eller har en forandring i hjertet.

Det finnes også andre mirakler som vi har en tendens til å glemme: Solen som står opp og går ned hver dag, små frø vokser opp til mektige trær, de mange delene i kroppen vår som arbeider sammen og gjør det mulig for oss å puste, løpe, drømme og spise. Inspirert utvikling innen medisin og teknologi

↓ trøster eller fysisk beskytter mirakler Guds barn, men disse utvendige følgene er ikke den eneste grunnen for mirakler. Ofte forhindrer ikke et mirakel lidelse eller tragedie i det hele tatt. Gud utfører mirakler av to grunnleggende årsaker: Å styrke tro og å oppnå noe godt.

Ofte tilkjennevir mirakler Guds kraft til hans barn eller underviser om et åndelig prinsipp. Bible Dictionary sier at Jesu Kristi

mange mirakler “var ment å skulle være et tegn til jødene på at Jesus var Kristus” og for å undervise prinsipper slik som ansvarlighet, omvendelse, tro og kjærlighet.<sup>3</sup>

Andre ganger kan mirakler bekrefte en tidligere åpenbaring, slik som tegnene på Kristi fødsel i Amerika. Gud kan også bruke mirakler for å frembringe sitt verk – slekts-historisk arbeid, misjonærarbeid med mer.

Men hvis vi søker mirakler av de gale grunnene, kan vi få problemer. De mest vanlige problemene kommer hvis vi søker tegn som bevis på Guds eksistens. Hvis vi ikke legger til tro i ligningen, vil aldri disse tegnene lede til ekte, varig omvendelse. Bare se hva som skjedde i Mormons bok: Mange så tegn og mirakler, med uten tro ble deres lydighet kortvarig.

Det er også galt å søke mirakler på grunn av popularitet eller penger, for å ta hevn eller prøve å forandre Guds vilje.

President Brigham Young (1801–1877) sa: “Mirakler ... er ikke for den som ikke tror. De skal trøste de hellige og styrke og bekrefte troen til dem som elsker, frykter og tjener Gud.”<sup>4</sup> Det å forstå hvorfor Gud utfører mirakler kan hjelpe oss å gjenkjenne dem i vårt liv.

## HVA KAN JEG GJØRE?

**B**ruk litt tid til å tenke over forrige uke. Har du opplevd noen vanlige mirakler i ditt dagligliv? Hvis det mirakelet du forventet ikke hendte, var det en annen opplevelse som ga deg trøst, åndelig vekst eller en mulighet til å komme nærmere Frelseren?

### Hvordan kan jeg gjenkjenne et mirakel?

Mirakler skjer bare ifølge Guds vilje og ifølge vår tro på ham. Profeten Moroni skrev: “Og aldri har noen på noe tidspunkt utført mirakler uten først å ha tro, derfor hadde de først tro på Guds Sønn” (Ether 12:18). Det å ha tro lar oss se på de gode tingene som skjer i vårt liv som Herrens verk istedenfor å se på dem som tilfeldigheter eller flaks. Å gjenkjenne et mirakel er en del av selve mirakelet! Hvis vi ser livet gjennom tro på Jesus Kristus, vil våre øyne bli åpnet til de mange miraklene som finnes rundt oss.

Størrelsen, tidspunktet og resultatet av et mirakel er ikke mål på vår tro. La oss si at to familier får hver sin beskjed om at ett av deres barn har kreft. Begge familiene ber for sin kjære om en rask helbredelse.

Begge familiene utøver tro på Jesu Kristi helbredende kraft.

Barnet i den første familien blir helt frisk, og trosser legens spådommer om at hun bare har måneder igjen å leve. Barnet i den andre familien lider gjennom behandling etter behandling og går til slutt bort, men hele familien er overveldet av fred og trøst istedenfor fortvilelse.

Den første familien var ikke nødvendigvis mer trofast enn den andre. Begge familiene mottok mirakler på sin egen måte, og begge miraklene er en del av et mønster for vedvarende bekreftelse om at Gud har en plan for hvert av sine barn.

Herren utøver både tilsynelatende vanlige og uvanlige mirakler i vår tid. Trofaste tilhengere av Jesus Kristus i hver evangelie-utdeling har opplevd dramatiske helbredelser og uforklarlige seire. Vi skulle imidlertid ikke overse hverdagshendelser som tjener som påminnelser om Guds hånd i vårt liv. Noen ganger må vi bare gjenkjenne dem! ■

### NOTER

1. Dallin H. Oaks, “*Miracles*”, Ensign, juni 2001, 6.
2. Bible Dictionary, “*Miracles*.”
3. Bible Dictionary, “*Miracles*.”
4. *Læresetninger fra Kirkens presidenter* – Brigham Young (1997), 254.

---

**“Mirakler ... er ikke for den som ikke tror. De skal trøste de hellige og styrke og bekrefte troen til dem som elsker, frykter og tjener Gud.”**

President Brigham Young



OPPFØRING OG VEDLIKEHOLD AV TEMPLER VIL  
KANSKJE IKKE FORANDRE DITT LIV, MEN

DIN TID I  
TEMPELET  
VIL SÅ  
ABSOLUTT  
GJØRE DET.

President Russell M. Nelson,  
generalkonferansen, oktober 2018.



# Vi hører Herrens røst på generalkonferansen

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

---

**J**eg bærer mitt vitnesbyrd om at Jesus er Kristus, at han leder dette hellige verks anliggender og at generalkonferansen er en av de meget viktige anledninger når han gir veiledning til sin kirke og til oss personlig.

Når vi forbereder oss til å møtes under ledelse av president Russell M. Nelson, forventer vi at de ord vi hører vil "være Herrens vilje, ...Herrens sinn, ... Herrens ord, Herrens røst og Guds kraft til frelse" (Lære og pakter 68:4). Vi stoler på Herrens løfte: "Enten ved min egen røst eller ved mine tjeneres røst, det være det samme "(Lære og pakter 1:38).

I vår moderne verdens mylder og forvirring, er vår tillit til og tro på ordene fra Det første presidentskap og De tolv apostlers quorum avgjørende for vår åndelige vekst og utholdenhet.

Vi kommer til generalkonferansen etter å ha bedt og forberedt oss. Mange av oss har store bekymringer og oppriktige spørsmål. Vi ønsker å fornye vår tro på vår Frelser Jesus Kristus og styrke vår evne til å motstå fristelse og unngå distraksjoner. Vi har kommet for å bli undervist fra det høye.

Jeg lover deg at når du forbereder deg åndelig og kommer med forventning om at du vil høre Herrens røst, vil tanker og følelser komme til ditt sinn, og de er tilpasset spesielt for deg.

Det finnes en skattkiste med himmelsk veiledning som venter på at du skal oppdage den i budskapene fra generalkonferansen. Prøven for hver enkelt av oss er hvordan vi reagerer på det vi hører, det vi leser og det vi føler.

Jeg lover deg at når du hører Herrens røst i læresetningene på generalkonferansen og deretter handler ifølge disse tilskyndelsene, vil du føle himmelens hånd på deg, og ditt liv vil bli velsignet i likhet med livet til dem som er omkring deg. ■

*Fra en generalkonferansetale i oktober 2017.*

Snakker **engelsk, fransk, portugisisk** og **spansk**.

Bonjour

¿cómo estás?

Hello

OLÁ

Som førsteårsstudent ved Brigham Young University, arbeidet han som **vaktmester og vasket toalettene** klokken 04.00 før han begynte skolen.



# Eldste NEIL L. ANDERSEN



På videregående skole deltok han i en **konferanse for ungdommer** med tenåringer fra 37 land! Han fortalte andre om Kirken.



Ble valgt som **studentenes visepresident** på BYU.



Likte å **spille basketball** sammen med familien sin etter arbeid.

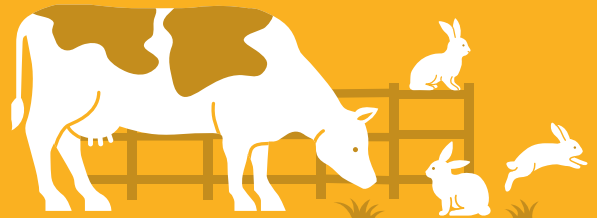


Uteksaminert fra **BYU** og fra Harvard School of Business.

Ble viet til Kathy Williams 20. mars 1975, i **Salt Lake tempel**.



Vokste opp på en **gård som drev med melkeproduksjon** i Pocatello, Idaho, USA.



En av favorittjobbene hans på gården var å hjelpe til med å **ta vare på kaninene**.

Tok med hvert av sine barn ut til **frokost en gang i måneden** slik at han kunne gi hver av dem sin udelte oppmerksomhet.



Ble kalt på misjon til **Frankrike misjon** og virket senere som misjonspresident i Frankrike Bordeaux misjon.



Oppholdt som medlem av **De tolv apostlers quorum** i april 2009.



Født 9. august 1951, i **Logan, Utah**.

Har **fire barn** og **17 barnebarn**.





UNGE VOKSNE

**TILBEDELSE I TEMPELET**

*Les om velsignelsene ved å bruke tempelkledningen, og prøv å bedre forstå tempelpaktene dine.*

42

UNGDOM

**HVORDAN DU KAN VITE HVA SOM ER SANT**

52,55

SØNDAGSLEKSJONER

**HVORDAN SER ET MIRAKEL UT I VÅR TID?**

60

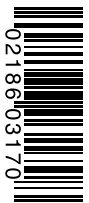
GENERALKONFERANSEN

**ER DU KLAR?**

56,64

JESU KRISTI  
KIRKE  
AV SISTE DAGERS HELLIGE

4



8

NORWEGIAN

# Vennene



Et nytt tempel i  
**ITALIA!**

Se side 8-11



Av president  
Henry B. Eyring

Annenrådgiver i Det  
første presidentskap

# Jeg prøver å ligne Jesus

**E**n søndag så jeg på en gruppe Primær-barn som sang:

*Jeg prøver å ligne Jesus; jeg vandrer på hans sti.  
Jeg prøver å leve slik som ham, og god og kjærlig bli.  
Iblant blir jeg fristet og gjør noe galt,  
men jeg prøver å gjøre slik som Ånden har befalt.  
Det er: "Elsk din neste som Gud elsker deg.  
Vær vennlig og kjærlig mot alle på din vei.  
Vær mild og barmhjertig mot liten og stor.  
Da lyder du Herrens ord."*

Alle barna lente seg forover og satt nesten på kanten av stolen. Jeg kunne se lyset i øynene deres og bestemtheten i ansiktene deres. Jesus Kristus var deres eksempel. Å bli lik ham var deres mål.

Vi kan alle bli lik Frelseren Jesus Kristus ved å etterleve hans evangelium. Jeg håper dere vil se etter muligheter til å gjøre det Han gjorde og elske slik Han elsker. Kjærlighet er den måten han leder oss på for at vi skal bli ham lik. Ingen av oss er fullkomne ennå. Men vi kan vite at vi er på rett vei. Han leder oss og ber oss følge ham. ●

*Fra "Vårt fullkomne eksempel", Liahona, nov. 2009, 70–73.*



Hvordan kan du vise kjærlighet til andre? Send oss en blomst til vår vennlighetshage! Send den på e-post til [lihona@ldschurch.org](mailto:lihona@ldschurch.org).

# Bergprekenen

Skriftene lærer oss om en spesiell tale (eller “preken”) som Jesus holdt og som kalles Bergprekenen. Slå opp på skriftstedene nedenfor og sett dem sammen med hva Jesus sa. ●



Matteus 6:6-15



Matteus 5:44; 7:12



Matteus 5:14-16

Matteus 7:7-11



Matteus 5:2-11



# Bønnens kraft

*Hvem kan du be for i dag?*

**Av David Dickson**

Kirkens tidsskrifter

Basert på en sann historie

*“Be for hverandre” (Jakob 5:16).*

Far sa at alle måtte komme til datamaskinen.

Lucy slapp det kosedyret hun hadde lekt med og skyndte seg dit. Hva var det som foregikk? Var det tid for å ringe bestemor over Internett?

Far pekte på skjermen. “Jeg vil gjerne vise dere en del av en tale fra generalkonferansen.”

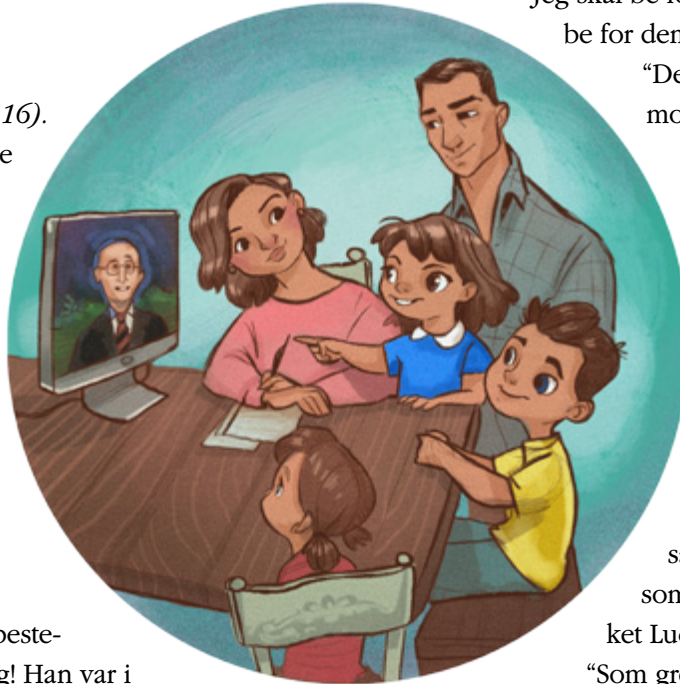
Lucy myste. Det var ikke bestemor. Det var president Eyring! Han var i Det første presidentskap

Far trykket på Spill av. President Eyring talte om å støtte Kirkens ledere. Han forklarte at Kirkens ledere trenger at vi ber for dem.

“Det er derfor vi ber for profeten, ikke sant far?” spurte David, lillebroren hennes. Far og mor nikket.

“Ja, det er det,” sa far. “Men jeg tenker også på grenspresidentskapet vårt. Jeg tror at president Alvarez og hans rådgivere også trenger våre bønner.”

Lucy var glad i president Alvarez og rådgiverne hans. De var alltid så snille mot henne. Hun ønsket å hjelpe dem!



“Jeg skal be for dem,” sa Lucy. “Og vi kan be for dem i våre familiebønner også!” “Det synes jeg er en god idé,” sa mor. “La oss gjøre det.”

De neste dagene prøvde Lucy hardt å huske på å be for grenspresidentskapet hver gang hun holdt en bønn. Det tok bare noen ekstra sekunder hver gang. Enkelt!

Neste søndag, på nadverdsmøtet, reisste president Alvarez seg etter salmen. Så sa han noe som virkelig overrasket Lucy.

“Som grenspresidentskap ønsker vi å takke dere for at dere har bedt for oss,” sa han. “Vi har følt stor styrke fra disse bønnene. Vi trenger virkelig deres tro og bønner for å utføre våre kall. Takk!”

Lucy gliste. Hun så bort på David. Han smilte også. Hun kunne ikke tro det! Hun var så opprømt at hun nesten ikke klarte å sitte stille. Hun lente seg over og dro i mors erme.



“Mor!” hvisket hun. “Hørte du hva president Alvarez sa?!” Hun hadde lyst til å hoppe av glede. “Det virket! Våre bønner virket!”

Etter kirken, gikk Lucy sammen med familien sin hjem.

“Gud hører virkelig våre bønner,” sa mor. “Og er det ikke fantastisk å se hvor mektig det er at en gruppe mennesker ber for noen andre?”



“Når jeg ber, føler jeg meg nærmere vår himmelske Fader og Jesus.”

**Lorena Eduarda N., 5 år,  
São Paulo, Brasil**



Lucy følte seg varm og glad innvendig. Hun og David hoppet nedover fortauet mens mor og far spasserte bak dem. Hun visste at vår himmelske Fader hadde hørt bønnene til familien hennes. De hadde virkelig utgjort en forskjell. Bare fortsatt å be!

Den kvelden gjorde Lucy seg klar for å be. Hun tenkte på Primær-læreren sin og andre av Kirkens ledere som kunne trenge noen ekstra velsignelser. Kanskje hun skulle be for dem også! Lucy foldet armene og bøyd hodet. Hun visste akkurat hva hun skulle si. ●

# Mens du ser på konferansen

Lytt etter hvert av disse ordene eller uttrykkene under generalkonferansen i april og fargelegg deretter feltene når du hører dem.



# Han hører min stille bønn

Rolig ♩. = 48-58

Tekst og musikk: Sally DeFord

1. Om jeg går lett el - ler byr - den er tung, min him - mel-ske Fa - der er  
2. Når jeg gir takk for det go - de jeg har, kan hen - de han smi - ler for -  
3. Kan - skje jeg kne - ler og ber høyt med ord, og kan - skje det er kun en

nær hver en stund. Han lyt - ter til meg når jeg hvis - ker hans navn.  
di han fikk svar. Og er jeg a - le - ne og tren - ger en venn,  
tan - ke, i tro. Han svik - ter meg al - dri, hans løf - te står fast:

Til Coda ☉  
Han — hø - rer min stil - le bønn, — hø - rer min stil - le

1. bønn. 2. bønn. Jeg kan be til min Fa - der så

kjær, all min dag, og i lønn. Når jeg ber, vet jeg Han er der,

D.C. al Coda  
hø - rer min stil - le bønn.

☉ CODA  
hø - rer min stil - le bønn.

# Hei fra Italia!

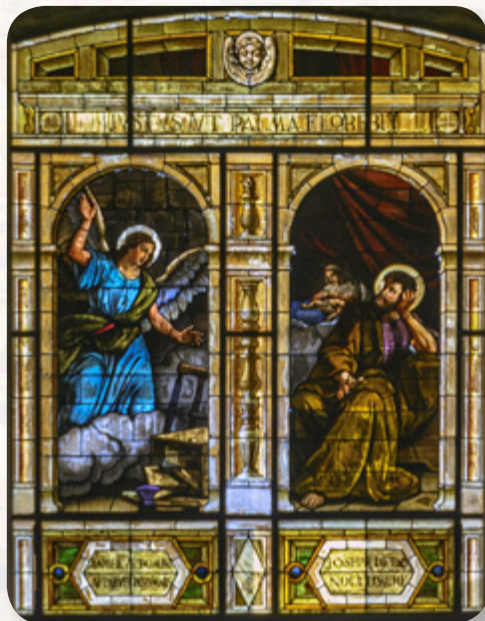


Jeg heter Margo. Og jeg heter Paolo. Vi reiser rundt i verden for å lære om Guds barn. Bli med oss når vi besøker Italia!

Italia ligger sør i Europa. På kartet ligner det litt på en støvel! Det bor mer enn seks millioner mennesker der.



Vet du hvordan du sier "Jeg er et Guds barn" på italiensk? *Sono un figlio di Dio*. Denne piken leser Mormons bok på italiensk.



De fleste italienere tilhører den katolske kirken. Selv om noe av deres tro er forskjellig fra vår, tror de på vår himmelske Fader, Jesus Kristus og Den hellige ånd.



Før middag liker mange italienske familier å gå en liten kveldstur, eller *passeggiata*. De tar på seg pene klær og går rundt på torget sammen. De kan til og med stoppe for å spise gelato – italiensk iskrem. *Namm!*



Denne måneden åpner et tempel i Roma! Det ble kunngjort på generalkonferansen i oktober 2008. Dette vil være Italias første tempel.

**Er du fra Italia? Vi vil gjerne høre fra deg! Se på baksiden av omslaget for å se hvordan du kan skrive til oss.**

Takk for at du utforsket Italia sammen med oss! Vi ses neste gang! *Ciao!*



Mange barn i Italia kommer hjem fra skolen for å spise sammen med familien sin i *pausa pranzo* – lunsjpausen. De spiser kanskje pasta eller ris og kjøtt og grønnsaker.

### Møt noen av våre venner fra Italia!



“Jeg vet at Jesus lever og at han veileder profetene. Det er veldig viktig å gå i kirken slik at vi kan lære mer om Jesus. Jeg har begynt å lese i Mormons bok hver dag fordi jeg ønsker å lære mer om evangeliet.”

**Lorenzo B., 7 år, Piedmont, Italia**



“Når jeg er nær tempelet, tenker jeg på Jesus og føler meg opprømt. Nå trenger vi ikke kjøre i 12 timer for å komme til tempelet. Nå kan jeg komme til tempelet på bare 50 minutter! Når jeg fyller 12 år, kan jeg dra til tempelet og utføre dåp.”

**Olivia G., 8 år, Lazio, Italia**

**Av Marissa Widdison**

Kirkens tidsskrifter

Basert på en sann historie

*“Jeg ser vår Herres tempel, en dag jeg inn skal gå”*

(Barnas sangbok, 99).

Gioele og Michele stirret på byggeplassen på andre siden av gaten. De kunne se mange metallstenger og lag av sement.

“Det ser ikke mye ut som et tempel ennå,” sa Gioele.

“Men det vil det en dag,” svarte Michele.

Dette var første gang brødrene hadde sett stedet der

Roma Italia tempel ble bygget. Nå måtte familien reise helt til Sveits for å besøke tempelet. Men dette tempelet var bare 30 minutter fra hjemmet deres!

Michele og Gioele så de store gule lastebilene flytte hauger med jord.

“Jeg tror det er der ett av spirene kommer til å være,” sa Michele og pekte på et punkt nær fremsiden av bygningen.

# Vi ser Roma tempel VOKSE



Gioele nikket. "Se! pappa kommer," sa han. Faren deres hadde på seg sitt vanlige arbeidstøy – kirkeklær og en hvit bygningshjelm. Han arbeidet som elektroingeniør i tempelet. De likte å høre om det han hadde jobbet med hver dag. En dag hadde han for eksempel fortalt dem at statuen av Kristus hadde kommet. En annen gang fortalte han dem om døpefonten.

Den kvelden var Michele nøye med å holde kveldsbønnen sin og takke vår himmelske Fader for tempelet. Han følte seg varm innvendig hver gang han ba om det.

Ukene gikk. De buede tempelveggene ble dekket med hard stein, og to høye spir vokste opp mot himmelen. Et lite besøkssenter ble bygget i nærheten. Av og til gikk Gioele og Michele dit og presset ansiktet sitt mot vinduet for se hva som hadde forandret seg.

Så en dag fikk de en gledelig overraskelse.

"Hva vil dere synes om å få se når de plasserer engelen Moroni på toppen av tempelet?" spurte mamma. Bygningsarbeidernes familier hadde alle blitt invitert til å se på.

Gioele og Michele kunne nesten ikke tro det. De var så spente!

Neste morgen tok de på seg hvite skjorter og slips. De gikk rundt tempelet sammen med de andre familiene. De fikk til og med ta et bilde med gull-engelen Moroni. Den var svær!

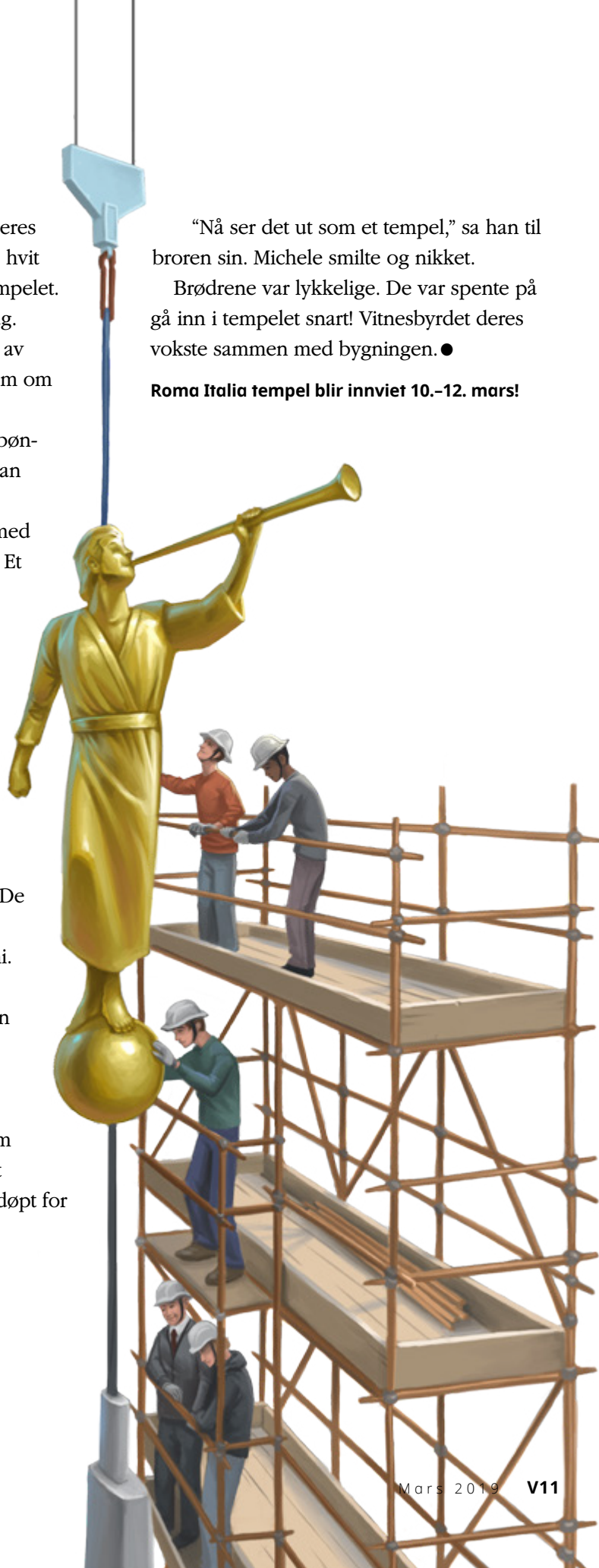
Så begynte arbeiderne å flytte statuen. Gioele så den store kranen forsiktig heise engelen Moroni til toppen av ett av spirene. En drone fløy rundt og spilte inn en video. Det var så kult!

Gioele tenkte på alle menneskene som ville lære om Kirken ved å besøke tempelområdet. Han tenkte på at mange kom til å bli gift der og at mange kom til å bli døpt for dem som var døde.

"Nå ser det ut som et tempel," sa han til broren sin. Michele smilte og nikket.

Brødrene var lykkelige. De var spente på gå inn i tempelet snart! Vitnesbyrdet deres vokste sammen med bygningen. ●

**Roma Italia tempel blir innviet 10.-12. mars!**









# MÅL

Si én ting du vil gjøre for å vise kjærlighet denne uken.

Tegn så mange hjertor du kan på 10 sekunder.

Lag en hjerteform med armene dine.

Fortell om en gang da noen viste deg kjærlighet.

Syng "Elsk du din neste" (Salmer, nr. 190).

Si én ting du vil gjøre for å vise kjærlighet denne uken.

Tegn et bilde til noen.

Gi noen en klem.

Lag en hjerteform med hendene dine.

Si "Jeg er glad i deg."

Gi high five.

Gi en kompliment.

Fortell noen du liker ve

Fortell om en gang da noen viste deg kjærlighet.

Sms til litt

Syng "Hans kjærlighet" (Salmer, nr. 87).

Skriv en hyggelig beskjed til noen du er glad i.



# Eldste Uchtdorf besøker Russland

*Apostlene reiser over hele verden for å hjelpe mennesker og undervise dem om Jesus Kristus.*

**E**ldste Dieter F. Uchtdorf og søster Harriet Uchtdorf dro til Russland for å hjelpe Kirkens medlemmer der. Før han ble apostel, fløy eldste Uchtdorf ofte som flykaptein inn i Russland. ●



Russland er et stort land, og det har aldri vært noe tempel der før. I fjor bekjentgjorde president Nelson at det vil bli bygget et tempel der. Alle er veldig spente!



Først dro eldste Uchtdorf til Moskva, Russlands hovedstad. Folk der var glade for å møte ham og høre ham undervise. Han sa at vi kan hjelpe andre å lære om Jesus ved å yte tjeneste for dem.

## Russland

St. Petersburg

Moskva

Etterpå dro han til en stor by som heter St. Petersburg. I Russland kalles misjonærene for "frivillige"; og de ser hver dag etter mennesker som de kan hjelpe. De kan bare undervise folk om evangeliet når de er inne i en kirkebygning. Eldste Uchtdorf spiste middag sammen med noen av de frivillige som var ferdig med misjonen sin og skulle dra hjem.



Selv om vi ennå ikke vet hvor eller når det nye tempelet skal bygges, oppfordret eldste Uchtdorf alle i Russland til å forberede seg til den dagen da et tempel vil bli bygget der.



“Vårt hjerte må være forberedt for tempelet.”



### BLI FORBEREDT FOR TEMPELET

Hva kan du gjøre for å forberede deg til å reise til tempelet en dag?



Ha et bilde av tempelet på rommet ditt.



Finn noen i familietreet ditt som ikke er blitt døpt ennå.



Snakk om tempelet med noen som ikke har vært inne i et.

# Møt dr. Mattie

Av **Jordan Monson Wright**

Basert på en sann historie

Det var i 1873, og profeten, president Brigham Young, talte på generalkonferansen. “Tiden har kommet,” sa han, “for kvinner å komme frem som leger i disse dalene i fjellene.”

Seksten år gamle Martha (Mattie) Hughes ble overlykkelig da hun hørte profetens bekjentgjørelse. Hun visste at noen medisinskoler endelig tillot kvinner å bli leger. Å bli lege var hennes drøm.

Selvfølgelig måtte Mattie spare mange penger før hun kunne gå på medisinskolen. Og ta en universitetsgrad. Det ville ta lang tid. Og det ville bli hardt arbeid. Hun visste det.

Men Mattie tenkte på sin lillesøster Annie, som hadde dødd i vogntoget på vei til Utah. Det hadde ikke vært noen lege der for å hjelpe henne da hun ble syk. Så hadde Matties far dødd. Her i Salt Lake City kjente Mattie mange mennesker som var syke eller såret. Hvis Mattie ble lege kunne hun hjelpe dem.

Mattie bestemte seg for å ha tro. Profeten hadde sagt at kvinner skulle utdanne seg til leger, og hun ville være en av dem. Gud ville hjelpe henne å finne en måte slik at hun kunne gå på medisinskolen.



Mattie arbeidet hardt for å spare penger. Hun fikk seg jobb som typograf i en avis. Hun måtte nøye plassere hver bokstav i hvert ord i riktig rekkefølge slik at avisen kunne bli trykt. Etter arbeidstid tok Mattie klasser på universitetet for å gjøre seg klar til medisinskolen.



Mattie gikk 10 km hver dag mellom hjemmet, arbeidet og skolen! Hun brukte tunge mannsstøvler fordi hennes vanlige sko ikke var solide nok til å traske gjennom gjørmen med. Hun skulle ønske at hun kunne ta den muldyrdrevne trikken istedenfor å gå, men hun sparte hvert øre til skolen.

Mattie var bekymret for at hun ikke skulle klare å spare nok penger. Hun visste at moren og stefaren hennes ville prøve å hjelpe henne, men de hadde andre barn å ta vare på. Hva annet kunne hun gjøre?

Mattie bestemte seg for å holde en innsamlingsaksjon og be venner og medlemmer i menigheten om å dele hvis de hadde noen penger til overs. De var glade for å kunne hjelpe. Mattie var bare den tredje kvinnen som fulgte president Youngs anmodning, og de ønsket at hun skulle lykkes i å bli lege.

Etter innsamlingsaksjonen hadde Mattie nok penger til å gå på medisinskolen! Hun reiste til den andre siden av landet til et universitet og studerte hardt.

To år senere ble Mattie uteksaminert og marsjerte med hodet høyt hevet opp på scenen for å motta vitnemålet sitt. Hun var endelig blitt lege! Hun hadde aldri følt seg så opprømt.

Mattie så ut over den jublende massen av fremmede mennesker. Ingen av hennes familie eller venner hjemmefra kunne være der, men hun visste at de var stolte av henne. Snart skulle hun komme tilbake og ta vare på dem og vise dem det hun hadde lært.

Etter å ha kommet tilbake til Utah, arbeidet Mattie på Hjelpeforeningens sykehus i Salt Lake City. Hun elsket å være så nær Rocky Mountains! Og hun elsket jobben sin som lege. Hun hjalp til med å behandle sykdom, helbrede skader og til og med holde klasser om hvordan å ta imot babyer.

Å bli lege hadde vært hardt arbeid. Men vår himmelske Fader elsket henne og hadde hjulpet henne. Nå skulle Mattie bruke resten av sitt liv for å hjelpe andre. ●

*Artikkelforfatteren bor i Michigan, USA.*



Martha "Mattie" Hughes Cannon (1857-1932) var pioner, lege og politiker. Hun var den første kvinnen i USA som ble valgt som stats-senator. Hun arbeidet hardt for å gjøre livet bedre for andre.



Av eldste  
Massimo De Feo

i De sytti

# En lærdom fra mine foreldre



misjonærene. Senere ble vi døpt og bekreftet. Jeg var 10 år og Alberto var 11.

Da jeg var 18 år, spurte jeg min far om han ville hjelpe meg å betale for misjonen min. Først sa han: "Ikke tale om. Det er for mye penger." Men et par dager senere spurte han meg: "Ønsker du virkelig å reise på misjon?" Og jeg sa. "Ja. Av hele mitt hjerte." Min far sa at han ville hjelpe meg.

Jeg forsto ikke hvorfor min far ville betale en så høy pris for meg. Så gikk det opp for meg at det var fordi han elsket meg. Det fikk meg til å tenke på Jesu Kristi offer for oss. Han betalte den høyeste prisen fordi han elsket oss.

Da jeg kom tilbake fra misjonen, var min mor svært syk med kreft. En dag spurte hun meg om jeg ville lære henne å be. Hun ønsket å be for meg. Selv med sine smerter tenkte hun på andre.

Hun minnet meg om Jesus også. Da han sonet

for oss, hadde han store smerter. Men han ba for oss.

Selv om mine foreldre aldri sluttet seg til Kirken i dette livet, var de gode eksempler for meg. Jeg er takknemlig for de lærdommer jeg fikk fra dem. Vi kan lære mye fra våre foreldre, lærere og ledere hvis vi er åpne for det de underviser oss. ●

Jeg vokste opp i en liten by i det sydlige Italia. Min familie var ikke medlemmer av Kirken. En dag, da jeg var 9 år gammel, banket to misjonærer på døren vår.

Mine foreldre var ikke interessert i det misjonærene hadde å si, men det var jeg. Det var også broren min, Alberto. Våre foreldre lot oss fortsette å møte

# Vis og fortell



Vi feiret Primærs jubileumsdato ved å sette opp et talentshow med hjelp fra familier og misjonærene. Hver familie fremstilte en historie fra Mormons bok.

**Primær-aktivitet, Cali Colombia Colima stav**

Min dåp var veldig spesiell for meg. Jeg ba sammen med min mor om at min far ville gi meg tillatelse til å bli døpt. Vår himmelske Fader besvarte mine bønner og min far ga meg tillatelse. Jeg ble døpt, og jeg er veldig glad for å tilhøre den eneste sanne kirke på jorden, Jesu Kristi Kirke av Siste Dagers Hellige. Mitt vitnesbyrd vokser hver dag når jeg lærer mer om min himmelske Fader.

**Amy V., 9 år, El Oro, Ecuador**



Min yngre bror og søster kranglet. Jeg minnet dem på at Jesus lærte oss at vi ikke skulle krangle. Det føltes godt å være et godt eksempel.

**Tequan K., 10 år, Lusaka, Zambia**

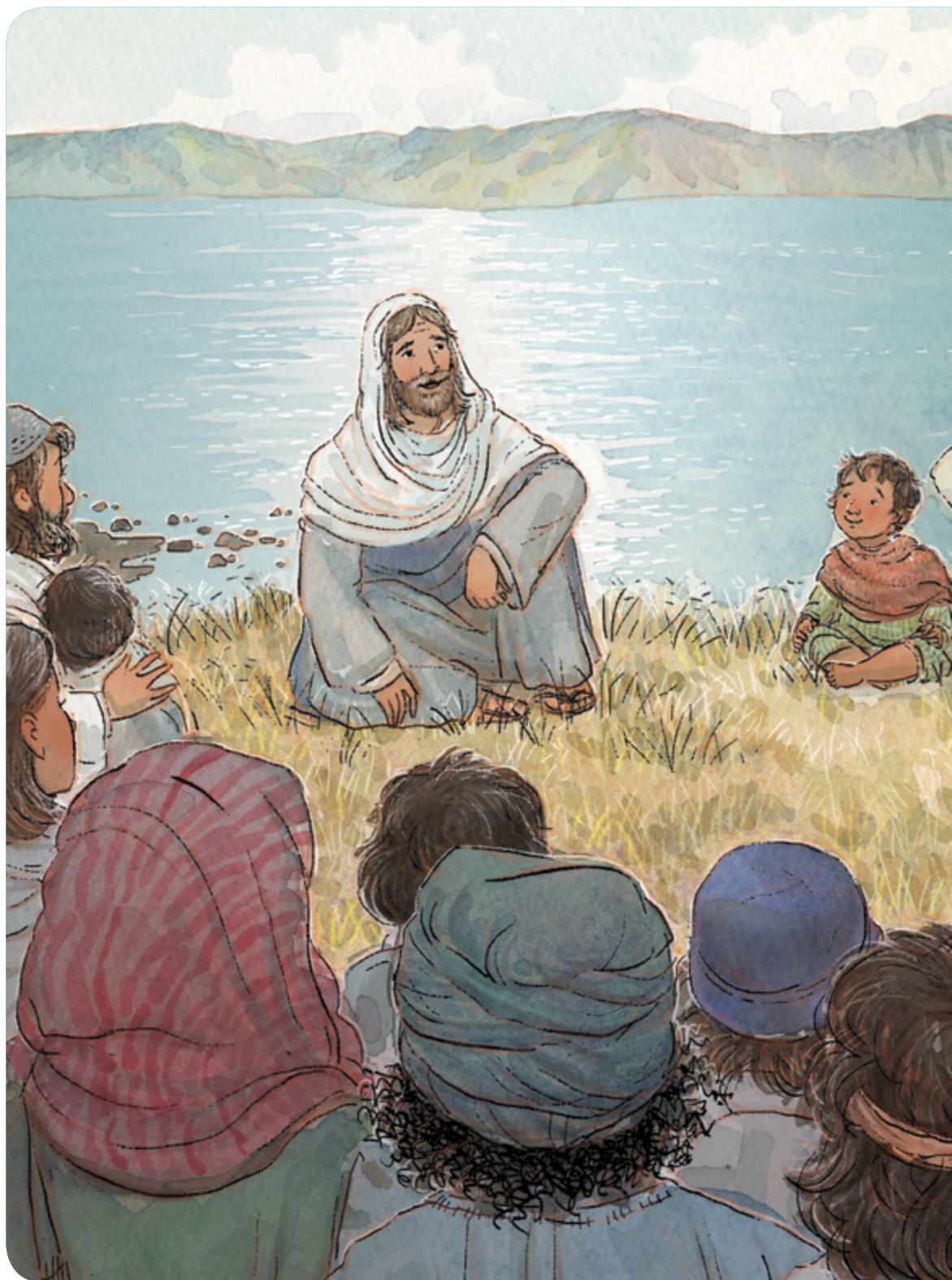


Vi lærte om Guds rustning, trosartiklene, Kirkens ledere, bøkene i Mormons bok og Lehis drøm.

**Primær-aktivitet, Santiago Spania distrikt**

# Jesus underviste om bønn

Jesus underviste på en høyde nær sjøen. Han underviste om å være vennlig. Han underviste om å være et godt eksempel. Han underviste også om bønn.







Jesus underviste om at vi skulle snakke med vår himmelske Fader gjennom bønn.

Vi kan takke Gud for det vi har. Vi kan be ham om det vi trenger.

Vi kan be om å tilgi andre. Vi kan be Gud om å tilgi oss. Vi kan be om å gjøre gode valg.



Jeg kan være som Jesus. Jeg kan be til min himmelske Fader hver dag. ●

*Du kan lese disse Jesu læresetninger i Matteus 6:5-13.*

# Jeg kan be



ILLUSTRASJON: APRYL STOTT

# Kjære foreldre

**Lesing er** en verdifull ferdighet som kan åpne mange dører. Her er noen forslag til hvordan du kan bruke *Vennen* til å hjelpe andre å lære å lese.

- Bruk bilder. Be barna dine om å beskrive hva de ser og finn deretter den delen av historien mens de leser eller lytter.
- Les historier høyt og be barna følge etter med fingeren sin.
- Når de kommer til et nytt ord forklarer du hva det betyr og får dem til å skrive det ned for å øve på det senere.
- Still spørsmål om historiene som hjelper dem å forstå. "Hva føler Lucy akkurat nå?" "Hva underviste Jesus om bønn?" "Hva tror du vil skje videre?"
- Når dere er ferdig med en historie kan dere snakke om den. Be barna fortelle deg om hva som skjedde. Hva lærte de? Hva likte de med den?

Vi vil gjerne høre dine tanker om hvordan du bruker disse historiene til å undervise andre!

## New *Friend* section

50 E. North Temple St., room 2393

Salt Lake City, UT

84150 USA

[liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org)

Kjærlig hilsen

*Vennen*

## INNHOLD

- V2** Fra Det første presidentskap: Jeg prøver å ligne Jesus
- V3** Bergprekenen
- V4** Bønnens kraft
- V6** Bare moro: Mens du ser på konferansen
- V7** Musikk: Han hører min stille bønn
- V8** Hei fra Italia!
- V10** Vi ser Roma tempel vokse
- V12** Det finnes mange måter å si "jeg elsker deg" på
- V14** Apostler rundt om i verden: Eldste Uchtdorf besøker Russland
- V16** Tapre eksempler: Møt dr. Mattie
- V18** En lærdom fra mine foreldre
- V19** Vis og fortell
- V20** Følg Jesus: Jesus underviste om bønn
- V23** En fargeleggingsside: Jeg kan be



**Finn liahonaen som er gjemt i bladet!**

PÅ OMSLAGET AV *VENNEN*  
Illustrasjon: Natalie Hoopes

