

Liahona

**Lär dig mer om sambandet
mellan kvinnor och
prästadörets kraft,
sidan 34**

3 frågor att ställa till dig
själv under svåra tider,
sidan 12

Ditt livs mästerverk,
sidan 16



KYRKAN
FINNS
HÄR

Rom Italien





När Roms tempel invigs under veckan 10–12 mars 2019 jublar sista dagars heliga runtom i världen, särskilt de heliga i Italien. Vilken byggnad kan vara mer meningsfull för "den eviga staden" än ett Herrens hus?

Templet är Italiens första och ligger i nordöstra delen av Rom. Det är en del av ett religiöst och kulturellt centrum där det finns ett multifunktionellt möteshus (med kulturhall och utrymme för konferenser), ett besökscenter, ett släktforskningscenter samt ett gästhem – allt omgivet av trädgårdar.

Missionsarbetet påbörjades i Italien 1850, men avbröts av fientliga aktiviteter mot kyrkan och strikta rättsliga krav. Kyrkan tilläts slutligen återuppta missionsarbetet 1964. År 1993 fick kyrkan formell juridisk ställning i Italien. År 2012 erhöll kyrkan den officiella ställningen som "partner till staten", vilket ger kyrkan större frihet att göra gott, både som kyrka och som social institution.

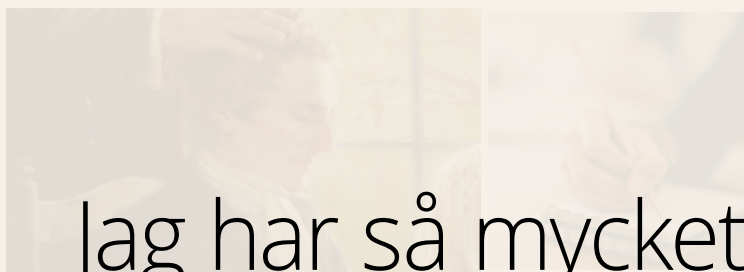
- I dag träffas nästan 27 000 sista dagars heliga i Italien i 101 församlingar.
- President Thomas S. Monson (1927–2018) presiderade under första spadtagsceremonin för Roms tempel 2010, där Roms vice borgmästare också var närvarande.
- Det finns två missioner i Italien: Italienmissionen Milano och Italienmissionen Rom.





Guds döttrar och hans prästadömskraft
Barbara Morgan Gardner

34



Jag har så mycket att lära mig om prästadömet

Som ung kvinna och senare som missionär undrade jag om vissa verser i skrifterna verkligen gällde mig som kvinna, särskilt de som handlade om missionsarbete och prästadömet. Nu i mina olika ämbeten i kyrkan och som religionslärare har andra ställt liknande frågor till mig om hur prästadömet gäller dem.

Som jag nämner i min artikel på sidan 34 har kyrkans ledare under de senaste åren bett medlemmarna att lära sig mer om prästadömet. President Russell M. Nelson var bekymrad över att "alldeles för många av våra bröder och systrar ... inte helt [förstår] begreppet prästadöms kraft och myndighet".¹

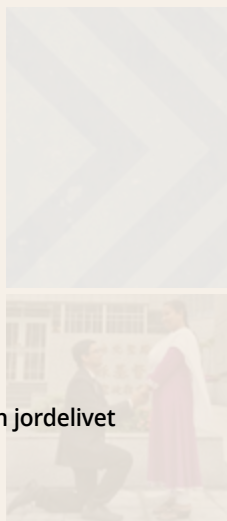
Det är sant att "information inspirerar till inspiration". När jag har studerat prästadömet och undervisat universitets elever om det, har jag inte bara insett hur lite jag vet utan mitt sinne och hjärta har också öppnats för eviga sanningar om prästadömet.

Jag hoppas att du, när du lär dig mer om prästadömet i det här numret, förstår att våra himmelska föräldrar vill välsigna oss med prästadömet och att nutida profeter värdar till oss att dra nytta av de här förmånerna – kanske särskilt de som ges till värdiga män och kvinnor i templet.

Vänligen,
Barbara Morgan Gardner

SLUTNOT

1. Russell M. Nelson, "Tjäna med Guds kraft och myndighet", *Liahona*, maj 2018, s. 69.



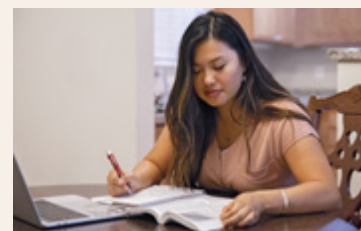
Ditt äventyr genom jordelivet
Dieter F. Uchtdorf

16



Hur man vittnar på ett mer naturligt sätt

8




Lär dig ett nytt sätt att lära
Söndagsskolans
generalpresidentskap

26

Innehåll

- 5 Källan till prästadömetts myndighet** 
Hur vi har prästadömet i kyrkan i dag.
- 6 Porträtt av tro:** Jason och Jackie Wong – Hongkong, Kina 
Gud är jätteviktig i vår relation. Utan honom kanske vi hade brutit upp!
- 8 Stödverksamhetens principer:** Hur man vittnar på ett mer naturligt sätt. Att vittna på enkla, vardagliga sätt kan göra stor skillnad.
- 12 Källor till frid och kraft**
Carlos A. Godoy
När alla andra källor till styrka sviker kan vi lita på Kristus.
- 16 Ditt äventyr genom jordelivet**
Dieter F. Uchtdorf
Prickarna i ditt liv kanske inte hänger ihop just nu, men om du litar på Herren och gör ditt bästa kommer du en dag att se hur alla prickarna binds samman.
- 26 Kom och följ mig:** Lär dig ett nytt sätt att lära
Söndagsskolans generalpresidentskap
De här fem principerna kan vägleda oss i att bättra lära oss och undervisa om evangeliet.
- 30 Sista dagars heliga berättar:** 
Ställa upp och ställa undan stolar, nynna en psalm på jobbet, förlora familjen i mörkret, tuta och blinka med helljusen mot mig.
- 34 Guds döttrar och hans prästadömskraft**
Barbara Morgan Gardner
Kvinnor har tillgång till samma prästadömsvälsignelser som män, och här kan du läsa hur.

 Korta budskap



På omslaget
Foto Matt Reier.

Avdelningar

Unga vuxna

42

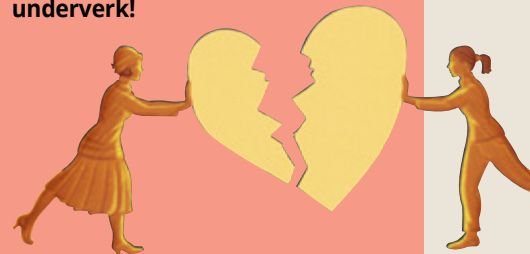
Lär dig att bättre förbereda dig för, förstå och hålla dina **tempelförbund**.



Ungdomar

50

Upptäck hur ditt liv kan välsignas när du **släktforskar, söker svar på frågor** och lägger märke till små **underverk!**



Barn

Ta reda på hur du kan **vara mer som Jesus** genom att be och älska andra!



LÄS MER

I appen Evangeliebiblioteket och på liahona.lds.org kan du

- hitta månadens nummer
- hitta innehåll som bara finns digitalt
- söka i tidigare nummer
- skicka in dina berättelser och din feedback
- prenumerera eller ge bort en prenumeration
- förbättra dina studier med digitala verktyg
- dela artiklar och videor som du gillar
- ladda ner eller skriva ut artiklar
- lyssna på dina favoritartiklar.

KONTAKTA OSS

Mejla dina frågor och din feedback till liahona@ldschurch.org.

Skicka in dina trosstärkande berättelser på liahona.lds.org eller skicka via vanlig post till:
Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

DIGITALA ARTIKLAR



Glasmålning i besökscentret i Rom

av Heather White Claridge och Chakell Wardleigh

Konstnären som ledde arbetet under tillverkningen av glasmålningen i besökscentret vid templet i Rom förklarar verkets betydelse och symbolik.



5 anledningar till att ensamstående bör delta i tempelbeseglingar

Alex Hugie

Att delta i beseglingsförrättningen är en inspirerande upplevelse för alla medlemmar som tagit emot sin begåvning, även för ensamstående.



Bra nog för templet?

Zariah Inniss

En ung vuxen från Barbados lär sig att hon inte behöver vara fullkomlig för att vara värdig att besöka templet.

MARS 2019 ÅRGÅNG 143 NUMMER 3 LIAHONA 18603 180

Internationell tidskrift för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Första presidentskapet: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring
De tolv apostlarnas kvorum: 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

Chefredaktör: Randy D. Funk
Rådgivande: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubank, Christina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopsichke, Lynn G. Robbins

Verkställande direktör: Richard I. Heaton

Chef för kyrkans tidningar: Allan R. Loyborg

Verksamhetschef: Garff Cannon

Redaktionschef: Adam C. Olson

Biträdande redaktionschef: Ryan Carr

Publiceringsassistent: Francisca Olson

Skriv- och redigeringssteam: 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

Huvudansvarig för grafik: J. Scott Knudsen

Grafikansvarig: Tadd R. Peterson

Formgivningsteam: 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

Samordnare av immateriell äganderätt: Collette Nebeker Aune

Produktionschef: Jane Ann Peters

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

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Tryckerichef: Steven T. Lewis

Distributionschef: Troy R. Barker

Översättning: Översättningstjänst Mariatorget 1A 118 48 STOCKHOLM Tfn 08-556 029 80

E-post: myhrbergj@ldschurch.org
För prenumeration och priser utanför Förenta staterna och Kanada, gå till store.lds.org eller kontakta kyrkans lokala distributionscenter eller församlings- eller grensledare.

Ansvarig utgivare för Liahona: Jerker Myhrberg

Ansvarig för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Terez Nilsson

Kromhult 202

241 65 Harlösa

Tfn: +46708-430416

E-post: terez.nilsson@gmail.com

Distribution
Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, avdelningen för medlemsuppteckningar och statistik Sveagatan 8A 441 32 Alingsås

Prenumerationsinformation

Prenumeration eller ändring av adress sker genom att kontakta kundtjänsten. Tel: 08-500 655 20

E-post: rcstockholm@ldschurch.org

Internet: store.lds.org

Priset för en helårsprenumeration är SEK 90,00 som insättes på bankgiro 5270-5092. Ange Liahona och språk.

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

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass" eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska, cebuano, danska, engelska, estriska, fiji, finska, franska, grekiska, isländska, indonesiska, italienska, japanska, khmer, kinesiska (förenklad), kiribati, koreanska, kroatiska, lettiska, litauiska, malagassiska, marshallesiska, mongoliska, nederländska, norska, polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, slovenska, spanska, svenska, swahili, tagalog, tahitiska, thai, tjekiska, tonga, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.) © 2019 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the United States of America.

Copyrightinformation: Om inget annat anges kan material från *Liahona* kopieras för privat, icke kommersiellt bruk (inklusive för ämbeten i kyrkan). Den här rättigheten kan när som helst återkallas. Visuellt material får inte kopieras om förbehåll anges intill konstverket. Copyrightfrågor bör ställas till 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. 143 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish (ISSN 1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



KÄLLAN TILL PRÄSTADÖMETS MYNDIGHET

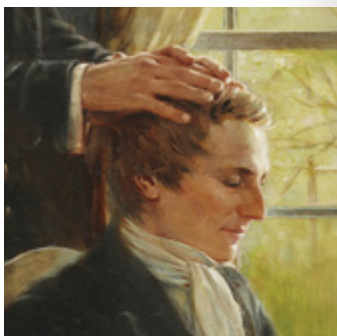
Prästadömet är Guds kraft och myndighet som han ger till oss så att vi kan utföra hans frälsningsarbete (se *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* [2010], 2.1). Herren har gett sitt prästadöme till utvalda tjänare sedan Adams dagar. Eftersom prästadömet ges till värdiga män genom handpåläggning och en uppteckning förs över ordinationerna, kan prästadömsbärare i dag spåra sin prästadömslinje tillbaka till Joseph Smith, som fick melkisedekska prästadömet av Jesu Kristi apostlar.

1. Petrus, Jakob och Johannes

Under sin jordiska verksamhet gav Jesus Kristus sin prästadömsmyndighet till sina apostlar, bland andra Petrus, Jakob och Johannes (se Matt. 10).

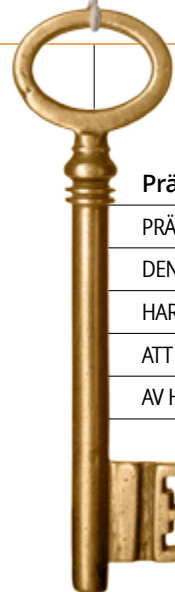
2. Joseph Smith och Oliver Cowdery

Den 15 maj 1829 uppenbarade Johannes Döparen sig för Joseph Smith och Oliver Cowdery och gav dem aronska prästadömet. Några veckor senare gav de forntida apostlarna Petrus, Jakob och Johannes melkisedekska prästadömet till Joseph Smith och Oliver Cowdery (se L&F 27:12; 128:20; *Profeten Joseph Smiths lärdomar*, utv. av Joseph Fielding Smith [1958], s. 71–72, 87–88).



3. Nutida apostlar och ledare

Profeten Joseph Smith gav prästadömet till andra värdiga män som, under profetens ledning, gav det till andra värdiga män, och så vidare, fram till vår tid.



Prästadömet nycklar

PRÄSTADÖMETS NYCKLAR ÄR DEN MYNDIGHET SOM GUD HAR GETT PRÄSTADÖMSLEDARE ATT LEDA ANVÄNDANDET AV HANS PRÄSTADÖME

på jorden, bland annat när det gäller hur prästadömet förlänas från en prästadömsbärare till en annan. Det är till exempel bara en biskop, som har prästadömsnycklarna för sin församling, som kan bemyndiga en man eller ung man i sin församling att ta emot aronska prästadömet. I april 1836 tog profeten Joseph Smith emot viktiga prästadömsnycklar av Mose, Elias och Elia i Kirtlands tempel (se L&F 110). ■

PRÄSTADÖMSLINJEN

För att få din prästadömslinje kan du mejla till lineofauthority@ldschurch.org, med bokstäverna PLA i ämnesraden (kan fås på engelska, portugisiska och spanska).

För att lära dig mer om prästadömet, se *"Guds döttrar och hans prästadömskraft"* på sidan 34.





Jason och Jackie Wong

Hongkong



Synen på könsroller kan variera stort från kultur till kultur, men utmaningen att bli eniga som nygifta verkar vara universell. Jason och Jackie lärde sig en hel del medan de arbetade tillsammans.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

Jason:

Jag växte upp med tanken att kvinnor skulle göra allt hushållsarbete. Jag lärde mig snabbt att det inte var realistiskt. Jackie var mycket upptagen och stressad på grund av sitt arbete. Jag var också stressad, men jag insåg att jag borde göra mer för att hjälpa till.

Jackie:

Att vara nygift har inneburit en förändring. Ärligt talat är Gud jätteviktig i vår relation. Utan Gud kanske vi skulle ha brutit upp!

Jason:

Vi insåg att vi behövde tillbringa mer tid tillsammans. Så nu gör vi hushållssysslorna tillsammans. Då blir det gjort och vi kan vara med varandra.

Jackie:

Vi försöker också ta oss tid på kvällarna att prata om dagen. Sedan ber vi och läser skrifterna innan vi går till sängs. Vårt äktenskap har välsignats av att vi följer evangeliet.

LÄS MER

President Russell M. Nelson vittnar om välsignelserna ett celestialt äktenskap ger på lds.org/go/031906.

Hitta resurser som kan stärka ditt äktenskap och din familj på lds.org/go/031907.

Hitta fler "porträtt av tro" i mediabiblioteket på lds.org/go/18.

Stödverksamhetens principer

HUR MAN **VITTNAR** PÅ ETT MER **NATURLIGT SÄTT**



ATT TJÄNA ÄR ATT VITTNÄ.

STÖDVERKSAMHETENS FLEXIBILITET GER OSS FLER MÖJLIGHETER
ATT VITTNÄ PÅ FORMELLA OCH INFORMELLA SÄTT.

När vi döptes lovade vi att ”stå som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt” (Mosiah 18:9). När vi vittnar är det en del av att stå som ett vittne och ett mäktigt sätt att inbjuda den Helige Anden att beröra någons hjärta och förändra hans eller hennes liv.

President M. Russell Ballard, tillförordad president i de tolv

apostlarnas kворum, har sagt: ”Ett vittnesbörd – ett äkta vittnesbörd, fött av Anden och bekräftat av den Helige Anden – [förändrar] ... liv.”¹

Men att vittna kan vara skrämmande eller kännas obekvämt för några av oss. Det kan vara för att vi associerar det med något vi gör på faste- och vittnesbördsmöten eller när vi håller en lektion. I sådana

formella situationer använder vi ofta vissa ord och uttryck som inte känns naturliga i vanliga samtal.

Att vittna kan bli en vanligare välsignelse i våra och andras liv när vi förstår hur enkelt det kan vara att berätta vad vi tror på i vardagliga situationer. Här är några förslag som kan hjälpa dig att komma i gång.

Håll det enkelt

Ett vittnesbörd behöver inte börja med orden ”jag vill bära mitt vittnesbörd”, och behöver inte avslutas med ”i Jesu Kristi namn, amen”. Ett vittnesbörd är ett uttryck för vad vi tror och vet är sant. Så när du pratar med en granne på gatan om ett problem hon har och säger ”jag vet att Gud besvarar böner”, kan det vara lika mäktigt som ett vittnesbörd från talarstolen i kyrkan. Kraften kommer inte från märkvärdiga ord. Den kommer från den Helige Anden när han bekräftar sanning (se L&F 100:7–8).



Frälsarens exempel

Frälsaren blev trött under färden genom Samarien. Han satte sig för att vila vid en brunn och träffade en kvinna där. Han inledde ett samtal om att dra vatten från brunnen. Genom att använda den vardagliga syssla som kvinnan höll på med fick Jesus möjlighet att vittna om det levande vatten och eviga liv som är tillgängligt för dem som tror på honom (se Joh. 4:13–15, 25–26).

Anpassa dig naturligt till samtalets gång

Om vi är villiga att vittna finns det ständigt möjligheter att flika in ett vittnesbörd i vardagliga samtal. Till exempel:

- Någon frågar hur din helg har varit. ”Den var jättebra”, svarar du. ”Kyrkan var precis vad jag behövde.”
- Någon uttrycker sympati efter att ha fått höra om en svårighet i ditt liv: ”Å, vad jobbigt.” Du svarar: ”Tack för att du bryr dig. Jag vet att Gud

hjälp mig igenom det. Han har funnits där för mig förut.”

- Någon säger: ”Jag hoppas att det blir en ändring på det här hemska vädret snart” eller ”Vad bussen är sen” eller ”Titta, vilken trafik!” Du kan svara: ”Jag är säker på att Gud löser allt till det bästa.”





Var förberedd

För några av oss kan det kännas nervöst att vittna oplanerat. Det finns sätt vi kan förbereda oss på så att vi ”ständigt [kan vara] beredda att svara var och en som ber [oss] förklarar det hopp [vi] har” (1 Petr. 3:15).

För det första: Att vara redo kan innebära att vi tittar på hur vi lever. Inbjuder vi den Helige Anden i våra liv och stärker vi våra vittnesbörd varje dag genom att leva rättfärdigt? Ger vi Anden möjlighet att tala till oss och ge oss orden vi behöver genom bön och skriftstudier? Som Herren rådde Hyrum Smith: ”Sök inte efter att förkunna mitt ord utan sök först efter att få mitt ord, och sedan skall din tunga lossas” (L&F 11:21).

För det andra: Att vara förberedd kan innebära att du ser framåt och funderar över möjligheter du kanske får den dagen eller den veckan att vittna om något. Du kan förbereda dig för sådana tillfällen genom att tänka på hur de kan ge dig en chans att berätta vad du tror på.



Berätta om dina upplevelser

Vi pratar ofta med varandra om våra prövningar. När någon berättar för dig om sina problem kan du berätta om ett tillfälle när Gud hjälpte dig med dina prövningar och vittna om att du vet att han kan hjälpa honom eller henne

också. Herren har sagt att han stärker oss i våra prövningar ”så att ni hädanefter kan stå som vittnen för mig och så att ni säkert kan veta att jag, Herren Gud, besöker mitt folk i deras bedrövelser” (Mosiah 24:14). Vi kan stå som vittnen om honom när vi vittnar om hur han har hjälpt oss i våra svårigheter.



Var fokuserad på Frälsaren och hans lära

President Ballard har sagt: ”Även om vi kan ha vittnesbörd om många ting som medlemmar i kyrkan, finns det några grundläggande sanningar som vi hela tiden behöver undervisa varandra om och berätta om för andra.” Som

exempel nämnde han: ”Gud är vår Fader och ... Jesus är Kristus. Det centrala i frälsningsplanen är Frälsarens försoning. Joseph Smith återställde fullheten av Jesu Kristi eviga evangelium, och Mormons bok är ett bevis på att vårt vittnesbörd är sant.” När vi ger uttryck för de här djupt kända sanningarna inbjuder vi Anden att vittna om att det vi har sagt är sant. President Ballard betonade att ”Anden inte kan hållas tillbaka när någon bär ett äkta vittnesbörd om Kristus”.²



Ett enkelt vittnesbörd kan förändra liv

President Russell M. Nelson har berättat om en sjuksköterska som ställde en fråga till den dåvarande dr Nelson efter en svår operation. ”Varför är du inte som de andra kirurgen?” Vissa kirurger hon kände kunde bli irriterade och svära medan de utförde en operation under så stark press.

Dr Nelson kunde ha svarat på flera olika sätt. Men han sa helt enkelt: ”Därför att jag vet att Mormons bok är sann.”

Hans svar fick sjuksköterskan och hennes man att studera Mormons bok. President Nelson döpte senare sjuksköterskan. Flera årtionden senare, när president Nelson presiderade över en stavskonferens i Tennessee som nyligen ordinerad apostel, träffade han helt oväntat samma sjuksköterska. Hon berättade att hennes omvändelse, som kom till stånd tack vare hans enkla vittnesbörd och Mormons boks inflytande, ledde till att ytterligare 80 personer hade blivit döpta.³

En uppmaning till handling

Var inte rädd för att vittna. Det kan välsigna dem du tjänar. Hur ska du använda de här förslagen eller dina egna för att bära ditt vittnesbörd i dag? ■



SLUTNOTER

1. M. Russell Ballard, ”Ett äkta vittnesbörd”, *Liahona*, nov. 2004, s. 40.
2. Se M. Russell Ballard, ”Ett äkta vittnesbörd”, s. 41–42.
3. I Jason Swensen, ”Be Ready to Explain Your Testimony Using the Book of Mormon, President Nelson Says”, avdelningen för nyheter om kyrkan på LDS.org, 6 feb. 2018, news.lds.org.

Artiklarna under inslaget ”Stödverksamhetens principer” är avsedda att lära oss att ta hand om varandra och inte att ges som ett budskap under besök. När vi lär känna dem vi tjänar manar den Helige Anden oss så att vi vet vilket budskap de kan behöva utöver vår omsorg och medkänsla.

BERÄTTA OM DINA UPPLEVELSER

Dela med dig av dina upplevelser av att tjäna andra eller bli betjänad. Gå till liahona.lds.org och klicka på ”Submit an Article or Feedback”.



Hur kan de
som ställs
inför pröv-
ningar fort-
farande känna
sig tillfreds,
glada och
starka?



Källor till frid och kraft



Äldste Carlos A. Godoy

I de sjuttios
presidentskap

En av de mest rörande upplevelserna jag har haft som generalauktoritet var att tjäna bland våra kära heliga i Venezuela. Människorna där, även kyrkans medlemmar, lever under svåra förhållanden. Men trots att det var så kunde jag under mina täta besök i landet se att det fanns en skillnad mellan folk i allmänhet och sista dagars heliga.

Upplevelsen i Venezuela

De heliga i Venezuela gör sitt bästa. Det är sant att många lider och kämpar, och kyrkan har aktivt stöttat behovande genom fasteofferfonden, välfärdsprogram och oberoendeinitiativ. Men fastän de heliga lätt kan hitta en anledning till att vara nedstämda – med alla utmaningar de ställs inför – är de ett glatt folk. De är tillfreds med sig själva, ler ofta och hoppas på en bättre framtid.

Det här stämmer in på kyrkans ungdomar i Venezuela. Deras personliga utmaningar och familjeproblem gör dem starkare och förbereder dem för framtiden. Det stämmer också in på missionärerna i Venezuela. De behöver vara starka för sig själva, för sina undersökare och för

sina familjer. Och det är de. De påminner oss om Helamans 2 000 unga krigare. Fastän de är få till antalet är de ”mycket tappra och modiga” (se Alma 53:20–21). I Venezuela förbereder Herren en stark generation mödrar, fäder och ledare. När vi än är bland de heliga där fylls vi av tro på evangeliet och på framtiden.

Frid i svåra tider

Hur kan de här medlemmarna, som har så stora prövningar, fortfarande känna sig tillfreds, glada och starka? Jag tror att det som händer med många av dem är att de blir mer beroende av Gud. Till följd därav får de styrka från källan till all styrka. De inser vilka välsignelser de får av sin himmelske Fader, de litar på kraften hos Jesus Kristus och hans försoning och de blir tröstade, stöttade och stärkta av den Helige Anden. Som resultat blir deras bördor lättare, deras sorg mildras och de känner frid mitt i sina prövningar.

Medlemmarna i Venezuela upplever ett nutida exempel på det som hände Alma och hans folk i Mormons bok:

”Och nu hände det sig att de bördor som lagts på Alma och hans bröder lättades. Ja, Herren styrkte dem så att de kunde bära sina bördor

med lätthet, och de underkastade sig glatt och med tålmod all Herrens vilja” (Mosiah 24:15).

Jesu Kristi återlösande kraft

Mitt vittnesbörd om Guds önskan att välsigna oss har blivit starkare av att jag har tillbringat tid bland våra medlemmar i Venezuela. Som i exemplet med Alma och hans efterföljare har de heliga i Venezuela stärkts, och deras ökade förmåga har lättat på bördorna de bär. Frälsaren uppmanar oss att komma till honom om vi har

alla utmaningar och prövningar i livet. När det händer bör vi fråga oss själva:

- Ber vi Gud hjälpa oss övervinna de svåra tiderna?
- Är vi villiga att betala priset för att bli en bättre människa och utveckla kristuslika egenskaper som är så viktiga för vårt framåtskridande?
- Förstår vi att vi kan få styrka och hopp genom kraften i Frälsarens försoning?

De heliga i Venezuela är ett glatt folk. De är tillfreds med sig själva, ler ofta och hoppas på en bättre framtid.



Ett sätt som de håller sig starka på är att lyssna till profeters och apostlars ord, som de här heliga gjorde när äldste Quentin L. Cook talade i Caracas, Venezuela 2013.

tunga bördor, så ska vi få vila (se Matt. 11:28–30). De här goda medlemmarna har fått kraft att bära sina bördor med Herrens styrka.

Till följd av sina prövningar, och som en välsignelse för att de förtröstat på Frälsaren och hans nåd, har de upplevt en hjärtats förändring och var och en har blivit ”som ett barn: undergiven, mild, ödmjuk, tålmodig, kärleksfull, villig att underkasta sig allt som Herren anser lämpligt att lägga på henne, alldeles som ett barn underkastar sig sin far” (Mosiah 3:19).

Som sammanfattning har de genom sina prövningar utvecklat kristuslika egenskaper som alla Kristi lärjungar hoppas på att förvärva.

Det som har hänt dem är samma process som borde hända var och en av oss. Vi möter

Hur och varför kan Frälsaren ge sådan tröst och kraft? I skrifterna står det: ”Och han skall gå ut och lida smärta och bedrövelser och frestelser av alla slag, och detta för att det ord skall kunna uppfyllas som säger att han skall ta på sig sitt folks smärta och sjukdomar.

Och han skall ta på sig döden så att han kan lossa de dödens band som binder hans folk. Och han skall ta på sig deras skröpligheter så att hans inre kan fyllas av barmhärtighet i köttet, så att han i köttet kan veta hur han skall bistå sitt folk i enlighet med deras skröpligheter” (Alma 7:11–12).

Herren vet

Som äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”Frälsaren har inte bara lidit för vår orättfärdighet utan också för den



Ett ok gör det möjligt för djur att kraftfullt dra något framåt tillsammans, precis som Jesu Kristi ok förbinder oss med hans återlösande och möjliggörande kraft.

otillräcklighet, orättvisa, smärta, ångest och de känslomässiga kval som så ofta ansätter oss ... Du och jag kanske ropar i ett ögonblick av svaghet: 'Ingen förstår. Ingen vet.' Ingen mänsklig varelse kanske vet det. Men Guds Son känner till det fullständigt och förstår, för han upplevde och bar våra bördor innan vi gjorde det. Och eftersom han betalade det yttersta priset och bar den bördan, har han fullkomlig medkänsla och kan uträtta sin barmhärtiga arm mot oss i så många skeden av vårt liv" ("Försoningen och jordelivets resa", *Liahona*, apr. 2012, s. 19).

Äldste Bednar citerar sedan följande skriftställe som hjälper oss förstå att var och en av oss kan få frid tack vare Jesu Kristi försoning:

"Kom till mig, alla ni som arbetar och är tyngda av bördor, så ska jag ge er vila.

Ta på er mitt ok och lär av mig, för jag är mild och ödmjuk i hjärtat. Då ska ni finna ro för era själar,

för mitt ok är mildt och min börda är lätt" (Matt. 11:28–30).

Jag vill lägga mitt vittnesbörd till äldste Bednars ord. Jag vet också att vi genom personlig erfarenhet kan få styrka och frid i vår Frälsares kärleksfulla famn. Frälsarens återlösande och möjliggörande kraft är inte bara källan till våra synders förlåtelse utan också en mäktig källa till hopp, frid, styrka, tröst, talanger, inspiration och allt som är nödvändigt för att vi framgångsrikt ska kunna genomföra resan i det här livet. Vi kan

i sanning förlita oss på "den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd" (2 Ne. 2:8).

Tillämpning i livet

Hur kommer vi åt den här källan till styrka? Vad behöver vi göra för att få den hjälp vi behöver?

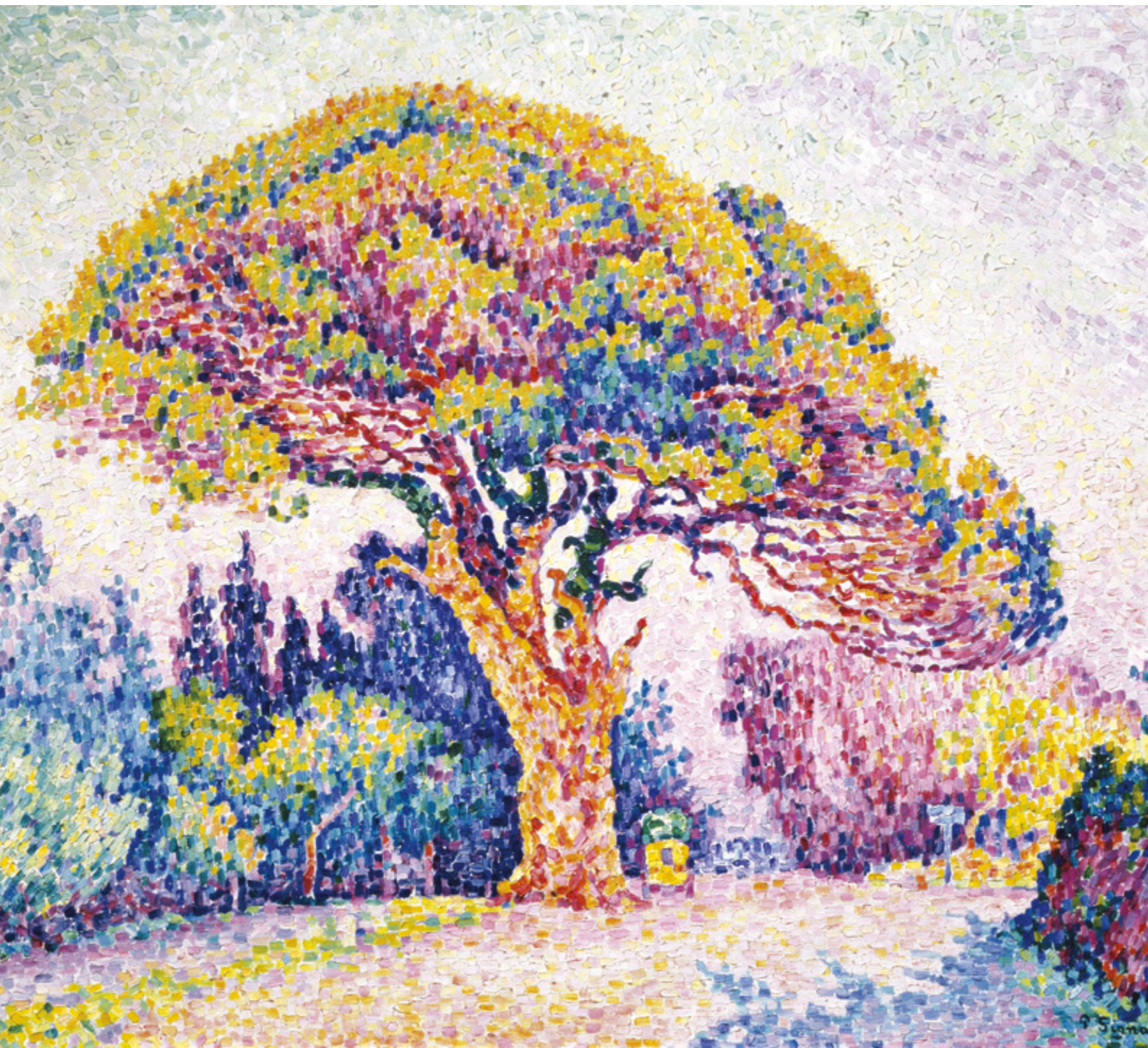
Först bör vi ha tro på Herren Jesus Kristus och hans försoning. Vi behöver förstå att han och hans Fader är källorna till frid och kraft. De gör allting möjligt.

Sedan måste vi agera och göra vårt bästa i det vi går igenom. Vi kanske arbetar på att övervinna en svaghet, söker lindring från sorg eller strävar efter att utveckla en talang. Även om vårt bästa känns otillräckligt ibland välsignar Herren oss med det vi behöver genom sin nåd – om vi verkligen gör vårt bästa.

"När du och jag förstår och använder oss av försoningens möjliggörande kraft i vårt liv, ber vi om och eftersträvar styrka till att ändra våra omständigheter i stället för att be om att våra omständigheter ska ändras. Vi blir personer som verkar i stället för ting som påverkas (se 2 Ne. 2:14)" (se "Försoningen och jordelivets resa", *Liahona*, s. 16).

Vi ska också komma ihåg att när vi gör vår del så är Herren vid vår sida. Vi behöver inte kämpa ensamma i vår del av striden. Han är med oss, från början till slut. Jag vittnar om att Jesajas ord är sanna: "För jag är HERREN din Gud som tar din högra hand och säger till dig: Var inte rädd, jag hjälper dig" (Jes. 41:13). Det gäller de heliga i Venezuela, och det gäller heliga överallt i världen. ■

Komma ihåg att när vi gör vår del så är Herren vid vår sida. Vi behöver inte kämpa ensamma i vår del av striden.





Äldste Dieter F. Uchtdorf

i de tolv apostlarnas kворum

Ditt äventyr genom jordelivet

Tro, så är Gud med dig. Vänd hjärtat till honom, så vägleder han dig på din resa.

Från en världsomfattande andakt för unga vuxna, "Jordelivets äventyr", som hölls av äldste Dieter F. Uchtdorf och syster Harriet Uchtdorf i konferenscentret den 14 januari 2018.

Det känns så gott att vara med er i dag och få känna er ande, er styrka och er energi. Jag är särskilt glad att ni har haft möjligheten att höra från syster Uchtdorf. Harriet är verkligen solen i mitt liv. Alla som känner henne älskar henne. Hon är en sådan person som gör andra runt omkring sig bättre och gladare. Hon har sannerligen haft den inverkan på mig.

Vi firade just vår 55:e bröllopsdag. När vi ser på våra två barn och deras makar, våra sex barnbarn med familjer och våra fyra barnbarnsbarn förundras vi över vilket stort äventyr vårt liv har varit.

De omedelbara svarens tidsålder

Jag kom att tänka på något intressant när jag förberedde mig för det här mötet. Ja, det är sant att åren när jag var mellan 18 och 30 knappt är synliga i min backspegel, men trots min nuvarande ålder känner jag mig fortfarande ung inuti. Faktum är att de flesta av oss äldre ser oss själva som ungdomar som bara har levt mycket länge.

När ni tar en titt på oss, den "äldre generationen", kan ni bli förvånade över hur mycket mer vi har gemensamt än ni kanske trodde. Jag tror att skillnaderna mellan vår himmelske Faders barn, oavsett ålder, är minimala jämfört med likheterna. Till exempel har många av er frågor om Gud och om er själva – djupa, grundläggande frågor som liknar dem som ställs av personer som är mycket äldre än ni:

"Finns Gud verkligen? Bryr han sig om mig?"



”För att få [himmelska] svar krävs det ofta uppoffringar, arbete och tålamod”, sa äldste Uchtdorf, som syns på bilden med syster Uchtdorf och unga vuxna i konferenscentret.

”Är jag på rätt väg?”

”Varför känner jag mig ibland tom, överväldigad, förbisedd eller ensam?”

”Varför har Gud inte ingripit i mitt liv?”

”Varför besvarade han inte en bön?”

”Varför lät han mig uppleva den här sorgen, sjukdomen eller tragedin?”

De här frågorna kan vara svåra att svara på.

I vår tidsålder med snabba svar – när allt som behövs för att få till synes absolut och obestridlig kunskap är en googlesökning – blir vi ibland frustrerade när svaren på våra mest personliga, viktiga och angelägna frågor inte kommer genast. Vi lyfter hjärtat mot himlen och allt vi verkar få är en frustrerande snurrande markör som säger ”vänta”.

Vi tycker inte om att vänta.

När vi måste vänta mer än några sekunder på att en sökmotor ska svara, kan vi tro att uppkopplingen är nere eller bruten. I vår frustration kanske vi också avbryter sökningen. Men när det gäller eviga frågor, sådant som rör själen, måste vi ha mer tålamod än så.

Alla svar är inte lika värdefulla. Svar som kommer från världslig visdom eller den allmänna opinionen är lätta att få, men de förlorar snabbt sitt värde när nya teorier eller trender dyker upp. Himmelska

svar – eviga svar – är ovärderliga. För att få sådana svar krävs det ofta uppoffringar, arbete och tålamod.

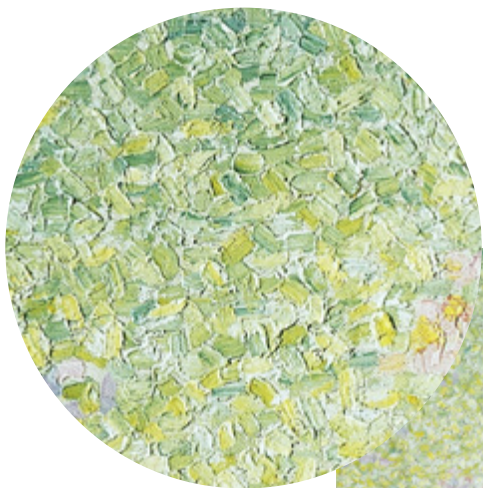
De här svaren är värda att vänta på.

Min avsikt i dag är att ge dig mitt säkra vittnesbörd om att din Fader i himlen känner dig, att han hör dig och att han aldrig överger dig. När du vänder hjärtat mot honom och strävar efter att följa hans väg, ingriper han i ditt liv och leder dina steg medan du färdas genom jordelivets stora och spännande äventyr.

Bind ihop prickarna

Apples Steve Jobs, en av vår tids stora nyskapare, fick följande insikt: ”Man kan inte binda ihop prickarna genom att se framåt. Man kan bara binda ihop dem om man ser bakåt. Så man måste lita på att prickarna binds samman någon gång i framtiden.”¹

*När vi ser på våra liv
utifrån Jesu Kristi evan-
geliums ram, kan vi börja
se hur de olika prickarna
i våra liv hänger ihop.*

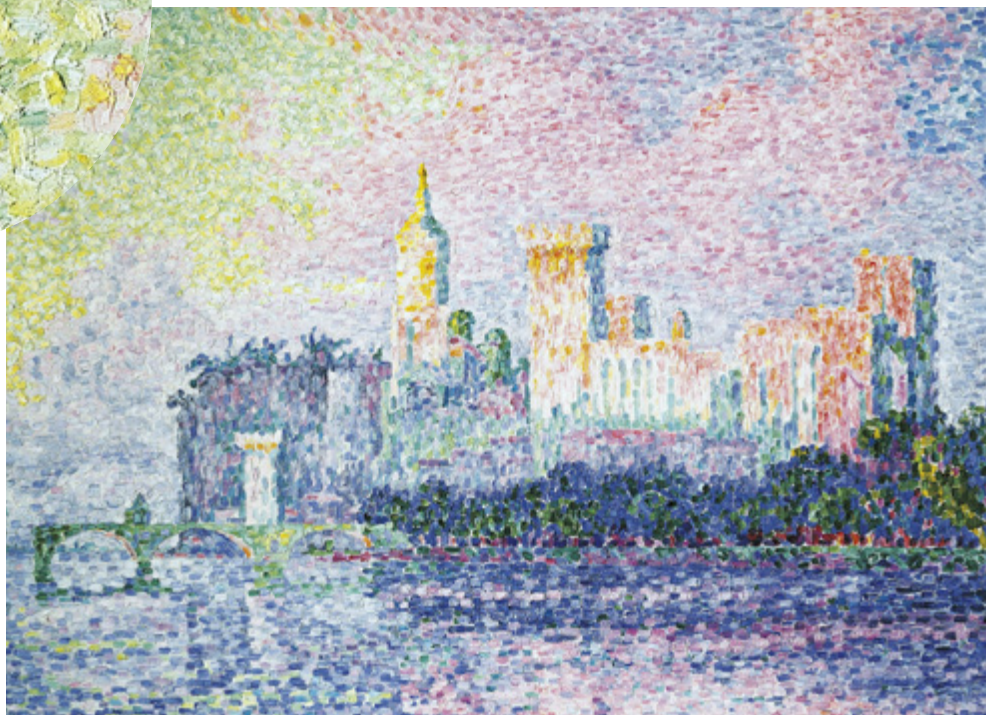


Vad menade han med det? I slutet av 1800-talet började konstnärer som Georges Seurat och Paul Signac att måla med en ny stil som blev känd som neoimpressionism. Deras teknik bestod av att måla små färgprickar på målarduken. På nära håll kan prickarna verka osammanhängande och slumpartade. Men när man tar in hela målningen kan man se hur prickarna flyter samman till färger och hur färgerna bildar former som upp- enbarar ett vackert mönster. Det som en gång verkade vara slumpmässigt och kanske förvirrande börjar klarna.

Ibland är livet som neoimpressionistisk konst. Färgprickarna som utgör våra dagars stunder och händelser kan ibland verka osammanhängande och kaotiska. Vi kan inte se att det råder någon ordning. Vi kan inte föreställa oss att de har någon mening alls.

Men när vi tar ett steg tillbaka och fångar det eviga perspektivet, när vi ser på våra liv utifrån Jesu Kristi evangeliums ram, kan vi börja se hur de olika prickarna i våra liv hänger ihop. Vi kanske inte kan se hela bilden än, men med tålmod kan vi se tillräckligt för att lita på att det finns en vacker, storslagen plan. När vi strävar efter att lita på Gud och att följa hans Son Jesus Kristus får vi en dag se slutprodukten, och vi vet då att Guds hand vägledde våra steg.

Vi vet att den store konstnären hade en plan för de där slumpartade





Du måste fråga dig själv: "Kan jag uppbåda tillräckligt med tro för att tro Gud? Är jag villig att lita på att han älskar mig och vill vägleda mig?"

prickarna hela tiden. Vi ser att han utvidgade våra talanger, förberedde tillfällena och presenterade långt härligare möjligheter än vad vi någonsin kunde föreställa oss eller åstadkomma på egen hand. Jag har sannerligen sett det i mitt eget liv.

Mitt jordelivs äventyr

När jag var liten tvingades jag och min familj att fly från vårt hem två gånger och lämna allt bakom oss. Vid båda tillfällena blev det uppenbart att människorna på den nya platsen ansåg att vi var "lägre stående" än dem. Min dialekt gjorde mig till en utböling bland

barnen i min ålder, och den var en rik källa till hån och skratt för dem.

Traumat och stressen av flyttningarna gjorde att jag kom efter i mina studier och gick miste om ett helt skolår. I Östtyskland hade jag studerat ryska som andra språk. Det var svårt men jag klarade det. Nu i Västtyskland krävdes det att jag lärde mig engelska.

Det kändes omöjligt för mig! Jag trodde helt enkelt inte att min mun var skapad för det engelska språket.

Under mina tonår var jag kär i en underbar flicka med vackra stora bruna ögon. Tråkigt nog verkade hon inte vara det minsta intresserad av mig.

Där var jag alltså, en ganska oansenlig och kämpande ung man i efterkrigstidens Tyskland, som inte verkade ha så stor chans att lyckas väl i livet.

Men det fanns en del saker som fungerade för mig. Jag visste att min familj älskade mig. I skolan och i kyrkan fanns det lärare som uppmuntrade mig att alltid sätta höga mål. Jag minns fortfarande när en ung amerikansk missionär undervisade om följande princip i skrifterna: "Om Gud är för oss, vem kan då vara emot oss?"²

Det var något med det där som slog mig med stor kraft. "Om så är fallet", tänkte jag, "varför skulle jag då vara rädd?"

Så jag trodde. Och jag litade på Gud.

Under en tid var jag med i ett lärlingsprogram. En av mina lärare uppmanade mig att sikta högre och gå kvällskurser i maskinteknik. Det krävde en hel del extraarbete, men jag upptäckte därigenom min stora passion för flygning. Det kom som en chock när jag insåg att jag behövde kunna engelska för att bli pilot. Men jag ville bli pilot, och på något mirakulöst sätt verkade min mun förändras, och engelska var inte längre ett omöjligt språk.

Med ny motivation, en pånyttfödd beslutsamhet att arbeta hårt och tillit till min himmelske Fader tog jag små steg som stärkte min tro på att jag kunde göra det. Det betydde förstås inte att saker och ting alltid gick bra.

När jag var nitton reste jag till San Antonio i Texas för att börja utbilda mig till stridspilot. På planet satt jag bredvid en man som pratade med en stark texasdialekt. Jag insåg till min fasa att den engelska jag så ihärdigt hade arbetat på att lära mig inte var samma engelska som han talade!

Under pilotutbildningen var det också svårt. Det var ett mycket konkurrensbetonat program där alla tävlade om toppositionen till examen. Jag insåg genast att jag inte låg så bra till eftersom de flesta av mina klasskamrater hade engelska som modersmål.

Mina flyginstruktörer varnade mig angående en annan potentiell nackdel: jag tillbringade mycket tid i kyrkan. De lokala medlemmarna välkomnade mig till grenen och till sina hem, och vi byggde till och med ett möteshus tillsammans i Big Springs, Texas. Mina instruktörer var oroliga för att sådana aktiviteter skulle försämra mina chanser att nå en topposition.



Jag trodde inte det. Så jag litade på Gud och gjorde så gott jag kunde.

Så småningom lärde jag mig engelska, men jag arbetar fortfarande på det. Jag avslutade min pilotutbildning – som etta i klassen. Jag blev stridspilot och senare flygkapten i ett flygbolag. Och den vackra, brunögda drömflickan blev min fru.

Gör små saker på ett fullkomligt sätt

Kan vi lära oss något av det här? Jag tror det finns mycket att lära!

En sak kan vara följande: Bli inte överväldigad av livets alla stora och svåra uppgifter. Om du beslutar dig för att göra sådant som är ”lätt” – de ”små” sakerna som Gud vill att du ska göra – och du gör dem så fullkomligt du kan, så händer stora saker.

Några av de här små och enkla sakerna som du kan göra på ett fullkomligt sätt är att studera skrifterna, följa Visdomsordet, gå i kyrkan, be med ärligt uppsåt och betala tionde och offergåvor.

Gör allt det här även när du inte vill göra det. De här ”upppoffringarna” kan verka små, men de är viktiga, för ”offer och lydnad välsignelse skänker”.³

På sätt och vis är dina små och enkla upppoffringar vardagslivets prickar som bildar ditt livs mästerverk. Du kanske inte ser hur prickarna hänger ihop nu, och det behöver du inte än. Ha bara tillräckligt med tro för stunden du lever i just nu. Lita på Gud, för ”av det ringa kommer det som är stort”.⁴

Lita på Gud

Nu kanske du tänker: ”Ja, äldste Uchtdorf, det gick ju bra för dig. Men du är apostel. Jag är bara en vanlig medlem i kyrkan. Mina böner besvaras inte. Jag får ingen vägledning i mitt liv. Om det finns



en plan för mig så är det en lågbudgetplan. En begagnad plan. En klapp-på-huvudet-och-var-nöjd-med-det-du-har-plan.”

Mina kära unga vänner, ni är barn till den levande Guden, universums Gud. Han älskar er, han vill att ni ska lyckas, han har förberett en plan för att ni ska lyckas. Kom ihåg vad Steve Jobs sa: ”Man kan inte binda ihop prickarna genom att se framåt. Man kan bara binda ihop dem om man ser bakåt.”

När jag var i din ålder hade jag ingen aning om vart mitt liv skulle föra mig. Jag såg definitivt inga prickar som bands samman framför mig.

Men jag litade på Gud. Jag lyssnade på en kärleksfull familjs och visa vänners råd, och jag tog små steg i tro och litade på att om jag gjorde mitt bästa just då så skulle Gud ta hand om resten.

Det gjorde han.

Han kände till änden från begynnelsen när jag inte gjorde det.

Jag kunde inte se framtiden, men det kunde han.

Också under de svåra tiderna när jag trodde att jag var övergiven var han med mig – det ser jag nu.

I Ordspråksboken finner vi det här stora löftet: ”Förtrösta på Herren av hela ditt hjärta, förlita dig inte på ditt förstånd.

Räkna med honom på alla dina vägar, så ska han jämna dina stigar.”⁵

Jag tror inte att det är ett frågetecken i slutet av den versen. Nej,

jag tycker faktiskt att det borde vara ett utropstecken!

Så du måste fråga dig själv: ”Kan jag upp-
båda tillräckligt med tro för att tro Gud? Är jag villig att lita på att han älskar mig och vill vägleda mig?”

Faktum är att du kanske kan klara dig ganska bra på egen hand i många situationer. Men jag uppmanar dig att tro på att ditt liv blir oändligt mycket bättre om du litar på att Gud vägleder dig. Han vet sådant som du omöjligen kan veta, och han har en framtid beredd för dig som du omöjligen kan föreställa dig. Den store aposteln Paulus vittnade: ”Vad ögat inte sett och örat inte hört och människans hjärta inte anat, det har Gud berett åt dem som älskar honom.”⁶

Vill du att din himmelske Fader ska vägleda dig, välsigna dig och upprätthålla dig?

Då ska du tro.

Älska honom.

Sök honom helhjärtat.

Vandra på hans vägar – vilket innebär att du håller buden, ärar dina förbund, följer profeter-nas lärdomar och lyssnar på Andens maningar.

Gör det så kommer Gud att ”föröka [dig] tusenfalt och välsigna [dig], så som han har lovat”.⁷

Jag förstår att för vissa kan det här verka lätt att säga och svårt att göra. Man behöver inte gå långt i dagens kultur för att höra motstridiga röster som avråder eller hånar tron på Gud i allmänhet, och på vår religion i synnerhet.

Sådana röster förstärks i vår tid genom aldrig tidigare sedda framsteg inom kommunikation. Det är din utmaning, men det är också din förmån.

Jag är övertygad om att du kommer på hur du kan hantera det på Herrens sätt! Det är en del av ditt jordelivs äventyr. Sättet du gör det på har stort inflytande på din framtid och den roll du har i Guds verk här på jorden.

Men det du upplever i livet är inte så unikt. Din generation är inte den enda vars tro på Gud har prövats och hånats. Faktum är att det verkar vara en del av jordelivets prövning för alla Guds barn.

”Hade ni tillhört världen”, sa Jesus till sina lärjungar, ”skulle världen ha älskat er som sina egna. Men ni tillhör inte världen, utan jag har utvalt er och tagit er ut ur världen. Därför hatar världen er.”⁸

Det är lika bra att du accepterar att när du en gång har bestämt dig för att följa Frälsaren så är det troligt att de som bor i den stora och rymliga byggnaden misstycker – ganska högljutt emellanåt.⁹ De kan också försöka trakassera dig och få dig att skämmas.

Men kom ihåg att du inte är ansvarig inför dem. Du är ansvarig inför Gud. En dag står du inför honom och ska redogöra för ditt liv.

Han frågar dig då vad du gjorde för att övervinna världens frestelser och följa rättfärdighetens

stig. Han frågar dig då om du följde Frälsaren, om du älskade din nästa, om du uppriktigt försökte hålla dig kvar på lärjungeskapets stig.

Kom ihåg att vi inte kan ha både och. Vi kan inte få lärjungeskapets ofattbara välsignelser om vi samtidigt behåller vårt medlemskap i Babylons första församling. Kära vänner, nu är det dags att besluta sig för att följa Kristus och gå på hans stig.

En dag får alla Guds barn veta vad som är rätt – även de som nu hånar sanningen. De kommer att böja knä och bekänna att Jesus är Kristus, Återlösaren, världens Frälsare.¹⁰ Då vet de att han dog för dem.

Den dagen blir det uppenbart att hans röst är den enda som någonsin har betytt något.

Då vet du med säkerhet hur välsignad du är eftersom du har bevarat tron, hållit Guds bud, tjänat dina medmänniskor och byggt upp Guds rike här på jorden. Mina kära vänner: Tro, så är Gud med er. Vänd hjärtat till honom, så vägleder han dig på din resa genom jordelivets stora och spännande äventyr.

”Det gör mig detsamma”

När vi pratar om att låta Gud vägleda våra liv vill jag klargöra något. Du kanske inte tycker om det som jag nu ska säga. När du frågar Gud om besluten du ska fatta i livet – även vissa viktiga beslut – kanske han inte ger dig ett tydligt svar omgående. Sanningen är den att ibland spelar det ingen roll vad du bestämmer dig för, så länge som du håller dig inom evangeliets grundläggande förbund och principer.

I många fall är valen du gör kanske inte är lika viktiga som vad du gör efter att du har gjort valet.

Till exempel kan ett par välja att gifta sig trots att några i deras familjer inte anser att de är ”den rätta” för varandra. Men jag har stort hopp om ett sådant par om de, när beslutet är fattat, satsar allt för att förbli fullständigt hängivna varandra och Herren, helhjärtat och av all sin förmåga. Genom att behandla varandra med kärlek och vänlighet och genom att fokusera på varandras känslomässiga, andliga och timliga behov – genom att regelbundet göra små saker – blir de den rätta för varandra.

Å andra sidan finns det par som tror att de har valt ”den rätta” och sedan tror att den svåra delen är över. Om de slutar uppvakta varandra, slutar kommunicera öga mot öga och glider mot ett egoistiskt och självcentrerat liv, färdas det här paret på en stig som leder till bedrövelse och ånger.

Samma princip gäller vid val av yrke. Jag har stort hopp om dem som väljer ett mindre prestigefyllt yrke, men som gör sitt bästa för att arbetet ska bli intressant och stimulerande.

Jag har mindre hopp om dem som väljer ett yrke som låter imponerande, men som med tiden tappar den inre glöd som behövs för att de ska lyckas väl. Faktum är att förmågan att anpassa sig till förändringar på arbetsplatsen är en av de främsta egenskaperna som din generation måste utveckla för att klara av framtiden.

Hur vill då Gud att du ska gå till väga när du fattar viktiga beslut?

Det han lärde Oliver Cowdery och Joseph Smith har varit till hjälp för mig. Herren sa till dem: ”Du måste utforska det i ditt eget sinne. Sedan måste du fråga mig om det är rätt.”¹¹

Din himmelske Fader har gett dig en hjärna och ett hjärta. Om du litar på honom så hjälper han dig att använda båda på rätt sätt när du ska fatta beslut.

I många fall har du fler än ett bra alternativ att välja mellan. När det hände Joseph och hans medarbetare använde



Herren ett intressant uttryck när de sökte hans vägledning: ”Det gör mig detsamma.”¹²

Men Herren tillade direkt: ”Var blott trofasta.”¹³

Ditt arbete är att fatta de bästa besluten du kan utifrån den information du har, med evangeliets värderingar och principer som grund. Sträva sedan av all din kraft för att lyckas med det du företar dig – och var trofast.

När du gör det binds prickarna samman.

Kanske är det en besvikelse att höra att Gud inte nödvändigtvis ger dig en detaljerad karta över ditt livs resa. Men vill du verkligen få anvisningar i varje detalj i livet? Vill du verkligen att någon ger dig svaren på livets frågor innan du har haft en chans att själv ta reda på saker och ting? Vilket slags äventyr skulle det vara?

Mina kära vänner, ni färdas genom jordelivets äventyr en enda gång. Skulle inte en personlig, skraddarsydd genomgång – komplett med spoilers och svar på livets alla stora frågor – ta bort den härliga känslan av att ha uppnått något och den starkare tilliten till Herren och till dig själv?¹⁴

Eftersom Gud har gett dig handlingsfrihet finns det många riktningar du kan välja att gå och ändå få ett meningsfullt liv. Jordelivet är en äventyrsberättelse som vi själva får välja innehållet och slutet på. Du har bud, du har förbund, du har inspirerade profetiska råd och du har den Helige Andens gåva. Det är mer än nog för att leda dig till glädje under det här livet och i evigheten. Därutöver ska du inte misströsta om du fattar några beslut som inte var så bra. Det är så du lär dig. Det är en del av äventyret!

Nej, äventyr är aldrig lätta från början till slut, men om ni är trofasta kan ni vara säkra på att få ett lyckligt slut. Tänk på exemplet med Josef i Egypten. Hans liv var fruktansvärt på många sätt. Han såldes som slav av sina bröder. Han sattes i fängelse för ett brott som han inte hade begått. Trots alla förfärliga omständigheter som tvingades på honom, behöll han sin tro. Han litade på Gud. Han gjorde det bästa av situationen. År efter år – också när det såg ut som om han hade förbigåtts och övergetts – fortsatte han att tro. Josef vände alltid hjärtat mot Gud. Och Gud visade att han kan vända det negativa till något positivt.¹⁵

I dag, 4 000 år senare, inspireras vi fortfarande av Josefs berättelse.

Ditt äventyr kanske inte är lika dramatiskt, men det har sina upp- och nedgångar. Så kom ihåg Josefs exempel. Var trofast. Tro. Var ärlig. Bli inte bitter. Var inte en översittare. Älska Gud. Älska din nästa. Lita på Herren, även när livet känns grått.

Du kanske inte ser det förrän långt senare, men du kommer att se tillbaka och veta att Herren verkligen har väglett dig.

Punkterna bands verkligen ihop.

Fem saker att minnas

Kan jag be dig komma ihåg fem saker till dess?

För det första: Tänk på att Guds svar på dina djupaste frågor kanske dröjer, och att de kan komma på sätt som du inte väntar dig. Guds svar är av evigt värde. De är värda att vänta på.

För det andra: Ha lite tro. Vänd hjärtat mot Gud. Tro på att Gud tycker att du är viktig, och lita på att han gör mer av dig än du någonsin kan göra själv. Lär av honom. Älska honom. Tro honom. Tala med honom regelbundet och intensivt. Lyssna efter hans röst.

För det tredje: Vandra så gott du kan på lärjungeskapets stig. Bli inte överväldigad. Gör bara små saker så fullkomligt du kan, så faller de stora sakerna på plats.

För det fjärde: Låt inte nedslående röster avskräcka dig från din vandring i tro. Tänk på att du inte är ansvarig inför de som kritiserar dig. Du är ansvarig inför din Fader i himlen. Det är hans värderingar som är viktiga.

För det femte: Fatta så bra beslut du kan genom att följa maningarna som kommer till ditt hjärta och sinne. Gör ditt bästa för att genomföra dina beslut. Ha tro, så helgar Gud dina uppriktiga ansträngningar för ditt eviga bästa.¹⁶

Om du gör allt det här blir allt bra till slut.

När du försöker följa din Frälsare, stärks din tillit.¹⁷ Och när du vandrar i trofasthet och öppnar hjärtat för Kristi ljus, mognar din kärlek till Gud, och din förmåga att älska din nästa förfinas.

Och allt det här ger dig lycka och glädje.

Det ger dig frid.

En dag ger det dig evig härlighet.



Den dagen ser du tillbaka på det här jordelivets dyrbara och spännande äventyr, och förstår. Du ser då att prickarna verkligen bands ihop till ett vackert mönster, mer enastående än du någonsin kunde föreställa dig.

Med utesärlig tacksamhet ser du att Gud själv – i sin överflödande kärlek, nåd och medkänsla – alltid var där och vakade över dig, välsignade dig och vägledde dina steg i din färd mot honom. ■

SLUTNOTER

1. Steve Jobs, examenstal vid Stanford University, 12 juni 2005.
2. Rom. 8:31.
3. ”Pris åt den man”, *Psalmer*, nr 16.
4. L&F 64:33.
5. Ords. 3:5–6.
6. 1 Kor. 2:9.
7. 5 Mos. 1:11.
8. Joh. 15:19.
9. Se 1 Ne. 8:26–28.
10. Se Rom. 14:10–12; Fil. 2:10.
11. L&F 9:8.
12. L&F 60:5; 62:5; se även L&F 80:3.
13. L&F 62:5.
14. Se L&F 121:45.
15. Se 1 Mos. 37, 39–46.
16. Se 2 Ne. 32:9.
17. Se 2 Ne. 32:9.



Söndagsskolans
generalpresidentskap

Lär dig ett nytt sätt att lära

Begrunda de här fem principerna som vägleder oss i undervisningen och lärandet om evangeliet i den nya ordningen.

Det har gått två månader sedan vi började använda *Kom och följ mig* för Primär, Söndagsskolan och hemmet. Vilka är dina första intryck? Hur har de här nya resurserna hjälpt dig och din familj? Tänk på dina svar på de här frågorna när du läser om följande principer som kan hjälpa oss att framgångsrikt använda de här nya resurserna. Vi ska ta upp hur de här fem principerna kan tillämpas på både elever och lärare.

PRINCIP 1:

Det nya studiematerialet handlar om att höja nivån på undervisningen hemma.

För eleven:

En vecka har 168 timmar, och bara några av dem tillbringas i kyrkan. Så även om du lär dig mycket på lektionerna i kyrkan så behöver du stäva efter att lära dig och följa evangeliet hela veckan. Tänk på andliga studier som motion. Du får bättre resultat om du motionerar flera gånger i veckan än om du bara motionerar en dag i veckan. Och i den mån du studerar skrifterna hemma fylls du av insikter och andlig kunskap som välsignar dig och andra när du berättar vad du lär dig.

För läraren:

Det kanske inte räcker att bara hålla en bra lektion varje söndag. Ett av lärarens mål bör vara att uppmuntra till skriftstudier enskilt och som familj. Vilka upplevelser hade klassdeltagarna när de studerade skrifterna den här veckan? Vilka insikter kan de berätta om? Det kan vara till hjälp för dig att se din roll som om du var en körledare som undervisar om sång och för fram alla röster till en enda vacker harmoni. Du kan hålla en lektion, leda samtal och tillföra allt du vet till upplevelsen, men du kan inte skapa inspirerande musik om inte klassdeltagarna delar med sig av sina insikter och sin inspiration.

PRINCIP 2:

Herren vill att vi ska lära och växa i vår kunskap om läran.

För eleven:

När du studerar skrifterna kan du hitta sanningar i evangeliet – lärosatser – som gör att du lär känna Gud bättre och får större insikter om hur du kan möta dina utmaningar. Du kanske också upptäcker att vissa evangeliesanningar anges direkt i texten medan andra antyds. Tänk på ditt sökande efter sanning som sökandet efter en nedgrävd skatt. Du kanske behöver gräva lite för att blottlägga och upptäcka sanning, men i slutändan får du ”en gåva så dyr som var mänskliga längtar att få”.¹

För läraren:

En lärare är mer än en handledare och en moderator. Han eller hon har plikten att undervisa om läran – att vittna, vägleda och inspirera. När du förbereder dig för att undervisa genom att studera, begrundar och be, blir du redo att hjälpa dem du undervisar att bättre förstå och följa en inspirerad lärosats. Ha tillit till din roll som lärare i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Med beslutsam ansträngning kan du undervisa mer som Frälsaren gjorde.





PRINCIP 3:

Personlig uppenbarelse är kärnan i att lära sig och undervisa om evangeliet i kyrkan.

För eleven:

President Russell M. Nelson uppmanade nyligen kyrkans medlemmar att ”öka [sin] andliga kapacitet att ta emot uppenbarelse”.² När du studerar Guds ord visar du honom att du vill ta emot uppenbarelse. Personlig uppenbarelse kommer ofta när du studerar uppenbarelsen som Herren redan har gett sina profeter. För att göra en omskrivning av nionde trosartikeln: När du studerar allt som Gud ”har uppenbarat” förbereder du dig för att ta emot allt som ”han nu uppenbarar” och allt som ”han ännu kommer att uppenbara”.

När du får uppenbarelse, ta då för vana att skriva ner dina intryck och att följa dem. Det visar inte bara Herren att du värderar det han undervisar dig om, men för att vi ska förändras av det vi lär oss måste vi tillämpa det.³

För läraren:

Uppenbarelse om vad du ska undervisa klassen om kan komma på många sätt. Den kan komma när du studerar skrifterna. Eller så kan den komma när du går igenom resurserna som hör till *Kom och följ mig* för hemmet eller för lektioner i kyrkan. När inspirationen kommer, skriv då ner och följ de intryck du får.

Även om du har planerat vad du ska göra i klassen ska du inte vara rädd för att följa inspiration under lektionen för att möta behoven hos dem du undervisar.

PRINCIP 4:

Det nya materialet är en resurs och inte själva källan.

För eleven:

Guds ord är en källa av andlig kunskap och styrka. *Kom och följ mig – för enskilda och familjer* ska vara en resurs som stöder dina skriftstudier, enskilt och med familjen. Använd den som en vägledning eller ett hjälpmedel när du studerar Nya testamentet. Om du är förälder kan du använda den när du planerar inspirerande hemaftnar och som resurs för familjen när ni studerar skrifterna tillsammans. Ensamstående vuxna kan samlas och använda den när de studerar skrifterna som grupp. Använd resursen på det sätt som hjälper dig och din familj att dra nytta av kraften som kommer av att lära sig och följa Guds ord.

För läraren:

Kom ihåg att dina klassdeltagare har mäktiga upplevelser när de studerar hemma. Använd tid under varje lektion till att ta reda på vad de lär sig. Resursen *Kom och följ mig* för Söndagsskolan och Primär ger förslag på aktiviteter som hjälper dig skapa engagerande lärotillfällen för dem du undervisar. Men känn dig inte bunden till det som står skrivet på sidorna. Modifiera eller skapa aktiviteter som du känner bygger på klassdeltagarnas tro, kunskap och vittnesbörd. Om vissa elever inte vill berätta så mycket så är det okej. Hjälプ dem veta att deras tro också uttrycks genom att de är där och vill höra Guds ord.

PRINCIP 5:

Vi kan förbättra våra ansträngningar att tjäna varandra.

För eleven:

Dina ansträngningar att tjäna andra kan förhöjas av det du lär dig i skrifterna. Du kanske hittar något i dina studier som du kan dela med någon annan. Särskilt i Nya testamentet hittar du exempel på hur Frälsaren och andra tjänade på mäktiga sätt. Herrens uppmaning ”kom ... och följ mig” (Luk. 18:22) handlar om vad du ska göra när du har studerat och börjar följa det du lär dig och känner. Så när du studerar Jesu Kristi liv i år, titta då efter vad hans liv lär dig om hur man tjänar andra och hur ditt eget tjänande kan välsigna människorna runt omkring dig.

För läraren:

En lärare har ansvaret att inte bara tjäna dem som kommer på lektionerna utan även dem som inte kommer. Som lärare ska du vara uppmärksam på vilka som är på lektionerna och vilka som inte är det. Du kan tjäna medlemmar utanför lektionerna genom att besöka dem hemma, ringa dem eller skicka ett sms och uppmuntra dem att lära sig om evangeliet hemma och i kyrkan. Ditt inflytande är större än du tror, och din kärlek och omsorg om andra kan göra stor skillnad.

När vi är fokuserade på de vägledande principerna bakom det nya studiekursmaterialet *Kom och följ mig* blir vi bättre på att göra det till en del av livet och att låta det förändra livet på de sätt som Gud avsåg. ■

SLUTNOTER

1. ”O säg, vad är sanning?” *Psalmer*, nr 184.
2. Russell M. Nelson, ”Uppenbarelse för kyrkan, uppenbarelse för våra liv”, *Liahona*, maj 2018, s. 96.
3. Se Richard G. Scott, ”Att få andlig vägledning”, *Liahona*, nov. 2009, s. 6–9.

Du hittar studiekursmaterialet och andra resurser på comefollowme.lds.org.

Det handlar inte om stolarna

Det var ingen i kyrkan när jag som Unga kvinnors president kom för att ställa upp stolar i kulturhallen kvällen före en aktivitet för de unga kvinnorna. Jag var gravid i sjunde månaden och fick ställa upp nästan alla stolar helt själv. Men snart kom min sekreterare och en rådgivare och hjälpte mig. Sedan började vi hänga upp dekorationer.

Då stack en kvinna in huvudet genom dörren. ”Jag är ledsen”, sa hon, ”men Hjälpföreningen har reserverat det här rummet för vårt yogapass i kväll.”

Vi frågade om det fanns något annat rum de kunde använda, men de andra rummen var upptagna. Så vi gjorde det enda vi kunde göra: Vi ställde undan stolarna. Jag var trött när jag åkte hem den kvällen, och jag visste att jag skulle behöva ställa upp stolarna igen dagen därpå.

Ibland känns livet så. Med ett nyfött barn och fyra småttingar känns det som om mina hjul snurrar dagen lång, och att jag sedan vaknar för att göra samma sak igen nästa dag. Det finns alltid magar att fylla och klädhögar, leksaker och disk att plocka undan – jag ställer upp stolar och ställer undan stolar. Det är mitt liv.

Men handlar det om stolarna? När jag ställde undan stolarna efter aktiviteten för de unga kvinnorna kunde jag inte låta bli att le när jag tänkte på de roliga och underbara tjejer som jag hade kommit att älska så innerligt. Jag var tacksam för tiden jag hade tillbringat med dem.

Det är samma sak hemma. Det handlar inte om fläckarna av jordnötssmör på soffan eller sockorna som det aldrig tycks finnas två likadana av. Det handlar om min lilla familj som fyller mitt hjärta med glädje.

Herren sa: ”Bli därför inte trötta av att göra gott, ty ni lägger grundvalen till ett stort verk. Och av det ringa kommer det som är stort” (L&F 64:33).

”Det ringa” har blivit så viktigt för mig: kramar, påhittade sånger, kritteckningar, skuttandet till brevlådan och tillbaka, och att äta bränt rostat bröd för att det lagades just åt mig.

Vi kanske gör samma saker dag efter dag, som att ställa upp stolar och ställa undan dem igen. Men det handlar inte om stolarna – det handlar om dem vi älskar som sitter på dem. Det handlar inte om själva uppgiften – det handlar om personerna vi tjänar. När jag tänker på dem och hur mycket jag älskar dem, tackar jag Herren för livets skönhet och för morgondagen, när jag går upp och glatt ställer upp stolarna igen. ■

Janessa Orgill, Iowa, USA

Vi kanske gör samma saker dag efter dag, som att ställa upp stolar och ställa undan dem igen. Men handlar det om stolarna?



Tror du på att du får träffa din bror igen?

Det var sent på kvällen, jag var den enda kassörskan som jobbade och det fanns ingen annan i hela mataffären. Medan jag torkade av kassadiskarna började jag nynna.

Nynnandet övergick snabbt till sång. Jag började sjunga "Kom, kom Guds folk" (*Psalmer*, nr 19). Jag brukar inte sjunga psalmer för skojs skull, men nu sjöng jag energiskt tills jag fick syn på någon och slutade tvärt.

En äldre man kom fram.

"Jag känner igen den sången", sa han. "Hur kommer det sig att du kan den?"

"Det är en psalm vi sjunger i min kyrka", sa jag.

"Är du mormon?"

Jag svarade att jag var det.

Han sa att hans fru hade varit en sista dagars helig och gick bort i cancer 2011. Han sa att de sjöng "Kom, kom Guds folk" på hennes begravning. Jag uttryckte mitt deltagande och berättade att min storebror hade gått bort 2011 när han verkade som missionär i Chile. Vi sjöng också den psalmen på hans begravning. Anden rörde vid oss när vi förundrades över den här "tillfälligheten".

"Så tror du på att du får träffa din bror igen?" frågade han.

Jag hade ställt samma fråga till mig själv otaliga gånger. Under de svåra

månaderna efter min brors död började jag tvivla. Så småningom välsignade min himmelske Fader mig med en härlig försäkran om att familjen är evig. Jag hade fortfarande frågor, men jag mötte mannens blick och sa: "Ja, det gör jag!"

"Du har stor tro", sa mannen. "Min fru brukade säga att vi bör ha ett 'fullkomligt klart hopp'." Jag höll med och citerade resten av 2 Nephi 31:20, att vi ska älska Gud och alla människor, sträva framåt, mätta oss med Kristi ord och hålla ut intill änden.

"Just det!" sa mannen med tårar i ögonen. "Så skulle hon säga! Hur visste du det?"

Jag sa att det fanns i Mormons bok. Han frågade hur han kunde få tag på ett exemplar. Jag berättade hur han kunde göra det på nätet. Mannen skakade min hand, sa mitt namn och tackade mig, och så gick han.

Att ha tro innebär att lita på Gud också när man inte har alla svar. Jag är tacksam för att jag kunde lita till min tro på det som jag faktiskt vet när jag besvarade mannens fråga. Min tro var inte fullkomlig, men jag visste att den räckte i Herrens ögon. ■

Wendy Jennings (berättad för Leah Barton),
Utah, USA



Jag brukar inte sjunga psalmer för skojs skull, men nu sjöng jag energiskt tills jag fick syn på någon och slutade tvärt.



En natt omkring ett år efter
att jag hade slutat gå i
kyrkan hade jag en dröm.

I morgon ska jag gå till kyrkan

Två år efter att min fru Madeleine och jag döptes och konfirmerades blev jag mindre aktiv och slutade gå i kyrkan. Varje söndagsmorgon uppmunttrade hon mig att gå upp och följa med henne, men jag sa alltid nej.

”Jag är trött. Låt mig sova”, brukade jag säga. Och senare åkte jag och spelade fotboll.

Madeleine gick upp själv och begav sig till kyrkan med vår son Lucas. Hon

åkte alltid dit, oavsett om det regnade eller snöade.

När jag ser tillbaka förstår jag att det var Satan som gick till attack. Han övertygade mig om att jag klarade mig utan kyrkan. Han sa: ”Du är bra, du är lugn, du är tillfreds.” Men sanningen var den att jag hade förlorat välsignelser, utveckling och glädje. Tack och lov hjälpte min fru och min himmelske Fader mig att se klart igen.

En fredagsnatt omkring ett år efter att jag hade slutat gå i kyrkan hade jag en dröm. Jag drömde att jag var i ett vackert landskap och gick hand i hand med min fru och min son. Vi var mycket glada.

Men så började det bli mörkt. Det blev så mörkt att jag inte kunde se något. Plötsligt märkte jag att jag inte längre höll min fru eller son i handen. Jag ropade på dem i hopp om att de skulle återvända. Jag ville ha dem tillbaka, och jag ville att mörkret skulle försvinna.

I det ögonblicket upplevde jag hur

En körlektion

det är att vara fullkomligt förtvivlad. Jag hade förlorat Madeleine och Lucas. De hade gått vidare utan mig, lämnat mig ensam, omgiven av mörker.

När jag vaknade på morgonen insåg jag att min Fader i himlen hade gett mig ett tecken. Om jag inte återvände till kyrkan och tog min fru och son till templet för att bli besegrade, skulle jag förlora dem. Jag skulle inte få ha dem i nästa liv. Jag skulle befinna mig i ett vilset, förtvivlat tillstånd.

”I morgon”, sa jag till Madeleine, ”ska jag gå till kyrkan.”

Varje söndagsmorgon sedan dess har jag gått till kyrkan med min familj. Jag har inte missat ett enda möte sedan den där drömmen för fem år sedan. Vi besegrades så småningom i templet i september 2016.

Jag är tacksam för alla mina välsignelser. Jag är särskilt tacksam för min familj och för min frus mod, styrka och exempel. Jag är tacksam för att hon och min himmelske Fader aldrig gav upp hoppet om mig. Jag är den man jag är i dag tack vare dem. ■

Harmin Toledo Gonzalez, Chiloé, Chile

Jag körde hem från ett möte för unga vuxna en vacker söndagseftermiddag. Jag kände mig lugn och avslappnad när jag tänkte på budskapen jag hade hört om att utveckla vår potential som barn till Gud. Jag frågade mig själv vad jag kunde göra för att utveckla den potential jag har inom mig.

På vägen hem åkte jag längs en smal sträcka som var trafikerad åt båda hållen. En lång rad bilar kom från motsatt håll, men jag hade ingen bakom mig. Sedan hörde jag plötsligt en bil tuta flera gånger. Nu var det en förare bakom mig. Han blinkade med helljusen och skrek åt mig att flytta på mig. Det verkade som om han ville köra fortare.

Jag tyckte att den här personen behövde lära sig ha tålmod och visa respekt för andra, så jag saktade ner. Vi körde förbi ett antal vägar och han fortsatte att tuta och blinka. Sedan körde han åt sidan och bilen stannade. Jag tittade i backspeglarna för att se hans reaktion på att inte få köra fortare. Det kändes bra att ha lärt honom en läxa.

Plötsligt klev föraren ur bilen och öppnade passagerardörren. En kvinna

klev snabbt ut med ett litet barn i famnen. Jag tittade efter för att se vart de var på väg. På avstånd såg jag de upplysta orden ”Akutmottagning”.

”Vad har jag gjort?” frågade jag mig själv. Jag kom hem, gick ner på knä och bad med tårar i ögonen Gud att förlåta mig.

Den dagen lärde jag mig att det som andra runt omkring oss gör kan vara motiverat av sådant som vi inte alltid kan se eller förstå. I dag när jag ser någon göra något som jag tycker är fel, föredrar jag att tänka att jag inte riktigt förstår vad han eller hon går igenom. Jag försöker visa den kärlek och det medlidande som Jesus har bett oss att visa andra och fokusera på att förstå och hjälpa andra omkring mig.

Hur kan jag utveckla min potential som barn till Gud? Jag kan reagera på det som andra gör med kärlek och förståelse. Genom att göra det har jag känt Frälsarens kärlek i större mått i mitt eget liv och andra kan känna min kärlek till dem. ■

Julio Meza Michel, Chihuahua, Mexiko

Jag kände mig lugn och avslappnad när jag körde hem. Sedan hörde jag plötsligt en bil tuta flera gånger.





Guds döttrar OCH HANS prästadömskraft

Barbara Morgan Gardner

Docent i kyrkans historia och lära vid Brigham Young University

Jag har insett mer än någonsin tidigare hur viktigt det är att förstå vad prästadömet är och hur det välsignar kvinnor. Vi lever i en tid när jämlikhet, makt, rättvisa och tolerans framhålls – ofta mer än andra dygder. Därutöver är identitet, myndighet, andlighet och även Gud ämnen som förvirrar många.

Många kvinnor – som inte vet vilka välsignelser de kan få – utnyttjar inte helt den andliga måltid som de har tillgång till. Många män är också förvirrade angående det här ämnet.

Hur kan vi på ett bättre sätt lära oss förstå sambandet mellan kvinnor och prästadömet kraft och hjälpa dem ”att stiga fram”, att ”inta [sin] rättmätiga och behövda plats i hemmet,

i samhället och i Guds rike – i större utsträckning än någonsin tidigare”?¹ För det första kan vi ödmjukt sträva efter att förstå de sanningar som har att göra med prästadömet, särskilt de senaste lärdomarna från kyrkans ledare. För det andra kan vi sträva efter att förstå varför vissa kvinnor inte helt inser vilken tillgång de har till Guds prästadömskraft. För

KVINNOR ÄR VÄSENTLIGA DELTAGARE I DET VERK GUD UTFÖR GENOM SIN PRÄSTADÖMSKRAFT.

det tredje kan vi vara medvetna om hur vi kan hjälpa kvinnor att i större utsträckning delta i arbetet som Gud utför genom sin prästadömskraft.

1. Vilka sanningar har klargjorts angående kvinnan och prästadömet?

Apostlar och biorganisationernas kvinnliga generalledare har nyligen lagt större betoning på sambandet mellan kvinnan och prästadömet. Här följer några sanningar som det är ytterst viktigt att vi förstår och undervisar om korrekt.

Prästadömet är Guds kraft och myndighet.

Prästadömet är kraften varigenom Gud utför sitt stora frälsningsarbete och åstadkommer ”odödlighet och evigt liv för människan” (Mose 1:39). Både män och kvinnor har en viktig roll i Guds verk, och både män och kvinnor har tillgång till hans kraft för att utföra hans verk.

Kvinnor har en officiell och avgörande roll i frälsningsarbetet.

Bonnie L. Oscarson, tidigare Unga kvinnors generalpresident, har sagt: ”Alla kvinnor behöver se sig själva som outhärliga aktörer i prästadömet. Kyrkans kvinnor är presidenter, rådgivare, lärare, rådsmedlemmar, systrar och mödrar, och Guds rike kan

inte fungera om inte vi står upp och trofast gör vår plikt.”²

President Gordon B. Hinckley (1910–2008) sa: ”Gud har gett kvinnorna i denna kyrka ett arbete att utföra i uppbyggandet av hans rike. Detta gäller alla aspekter av vårt stora trefaldiga ansvar – vilket är, först och främst, att undervisa om evangeliet för världen, för det andra att stärka tron och frambringa glädje hos kyrkans medlemmar och för det tredje att genomföra det stora verket med frälsning för de döda.

Kvinnorna i kyrkan samarbetar med bröderna i att föra Herrens mäktiga verk framåt. ... Kvinnor har stora ansvar och de kommer att hållas ansvariga för uppfyllelsen av dessa ansvar. De leder sina egna organisationer, och dessa organisationer är starka, livskraftiga och betydelsefulla krafter som kämpar för det goda i världen. Deras roll står i nära relation till [bärarna av] prästadömet, och tillsammans strävar de mot att uppbygga Guds rike på jorden. Vi hedrar och respekterar er för er duglighet. Vi förväntar ledarskap, styrka och imponerande resultat

genom er förvaltning av de organisationer vilka ni ansvarar för. Vi uppehåller och stöder er såsom Guds döttrar, vilka arbetar i ett mäktigt kompanjonskap för att bistå honom med att åstadkomma odödlighet och evigt liv för alla Guds söner och döttrar.”³

Både män och kvinnor förlänas kraft och myndighet av dem som har prästadömsnycklar.

”Prästadömet nycklar är den myndighet som Gud har gett prästadöms[bärare] att leda, övervaka och styra användandet av hans prästadöme på jorden.”⁴ President Dallin H. Oaks, förste rådgivare i första presidentskapet, förklarar: ”Varje handling eller förrättning som utförs i kyrkan görs under direkt eller indirekt bemyndigande av den som innehar nycklarna för det uppdraget.”⁵

Kvinnor har myndighet att utföra sina ämbeten under ledning av någon som innehar prästadömet nycklar, precis som män. President M. Russell Ballard, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kvorum, har sagt: ”De som innehar prästadömsnycklar ... gör det bokstavligen möjligt för alla som tjänar eller arbetar troget under deras ledning att utöva prästadömet myndighet och få tillgång till prästadömet kraft.”⁶

President Oaks tillägger: ”Vi har inte för vana att tala om att kvinnor har prästadömet

myndighet i sina ämbeten i kyrkan, men vilken annan myndighet kan det vara? När en kvinna – ung eller gammal – avskiljs till att predika evangeliet som heltidsmissionär, ges hon prästadörets myndighet att utföra ett uppdrag inom prästadömet. Detsamma gäller när en kvinna avskiljs som ämbetsman eller lärare inom kyrkans organisation under ledning av en som har prästadörets nycklar.”⁷

När jag undervisar mina elever om det här begreppet, frågar jag ofta: ”Om en stav har ett gemensamt presidentskapsmöte för Unga män och Unga kvinnor, vem presiderar då? Eftersom både stavens president för Unga kvinnor och stavens president för Unga män kallades och avskildes av någon som har prästadörets nycklar (stavs-presidenten), har båda, i sina ämbeten, samma prästadömsmyndighet. Därför presiderar ingen över den andre. Det naturliga är att de turas om att leda mötena.

Herren välsignar kvinnor och män lika mycket genom sitt prästadöme.

Herren tillhandahåller många välsignelser genom sitt prästadöme som är tillgängliga för alla medlemmar som ingår och håller heliga förbund. President Ballard har också sagt: ”Alla som ingått heliga förbund med Herren och

Systemmissionärer är ett exempel på kvinnor som avskiljs och får prästadömsmyndighet för att utföra ett uppdrag inom prästadömet.

som hedrar dessa förbund är berättigade till personlig uppenbarelse, till att välsignas genom änglabetjäning, till att kommunicera med Gud, till att ta emot evangeliets fullhet, och, slutligen, att bli medarvingar med Jesus Kristus till allt det Fadern har.”⁸

President Joseph Fielding Smith (1876–1972) lärde: ”Prästadörets välsignelser ... är [inte] begränsade till enbart män. Välsignelserna utgjuts också över ... alla de trofasta kvinnorna i kyrkan. ... Herren erbjuder sina döttrar varje andlig gåva och välsignelse som hans söner kan få.”⁹

Och när kvinnor utför Faderns arbete välsignas också de med att bli ”Guds arvingar och Kristi medarvingar” (Rom. 8:17; se även v. 16).

Både män och kvinnor (ensamstående och gifta) kan begåvas med prästadörets kraft i templet.

År 1833 lovade Herren Joseph Smith att de heliga, både män och kvinnor, skulle begåvas med ”kraft

från höjden” (L&F 95:8). President Ballard har förtydligat: ”Begåvningen är bokstavligen en gåva som utgörs av kraft. Alla som besöker Herrens hus utför prästadörets förrättningar. Det gäller både män och kvinnor.”¹⁰ Alla värdiga medlemmar som har tagit emot sin begåvning och håller förbunden de har ingått i templet har prästadörets kraft. Alltså kan kvinnor, gifta som ogifta, ha prästadörets kraft i sina hem oavsett om de får besök av en prästadömsbärare eller inte.

Sheri Dew, tidigare rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap, har frågat: ”Vad innebär det att ha tillgång till prästadörets kraft? Det innebär att vi kan ta emot uppenbarelse, välsignas och få hjälp genom änglabetjäning, lära oss lyfta på slöjan som skiljer oss åt från vår himmelske Fader, få styrka att stå emot frestelser, bli beskyddade och bli upplysta, och bli smartare än vi är – allt utan någon dödlig medlare.”¹¹ Vilket är det viktigaste resultatet av den här kraften och hur tas det emot? Herren har uppenbarat att ”gudaktighetens kraft”, däribland



kraften att bli som han, manifesteras genom prästadörets förrättningar (se L&F 84:20).

Ibland fungerar prästadörets myndighet på ett sätt i kyrkan och på ett annat sätt i familjen.

Kyrkans organisation är hierarkisk. Familjen är patriarkalisk. President Oaks nämner att det finns ”några skillnader i det sätt på vilket prästadörets myndighet fungerar i familjen och i kyrkan”.¹² Enligt gudomlig plan kan man och hustru ha olika ansvar, men de arbetar tillsammans som ”likvärdiga makar”.¹³ Äldste L. Tom Perry (1922–2015) i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”Kom ihåg, bröder, att i er roll som ledare för er familj är er hustru er medarbetare. ... Ända sedan begynnelsen har Gud sagt till människorna att äktenskapet bör föra man och hustru samman till en enhet. Därför finns det inte någon president och vice president i en familj. Paret arbetar ständigt tillsammans för sin familjs bästa. De är förenade i ord, i gärning och i handling medan de leder, visar vägen och styr sin familj. De står på jämlik fot. De planerar och organiserar tillsammans och enhälligt familjens angelägenheter medan de strävar framåt.”¹⁴

Vad händer när en äkta hälft dör? President Oaks lär: ”När min far dog presiderade min mor över vår familj. Hon hade inget prästadömsämbete, men som den kvarlevande föräldern

i äktenskapet blev hon familjens ledare. Å andra sidan hyste hon alltid all aktning för vår biskops och andra kyrkoledares prästadömsmyndighet. Hon presiderade över sin familj, men de presiderade över kyrkan.”¹⁵



2. Stötestenar

Vilka stötestenar kan hindra kvinnor från att till fullo inse vilken tillgång de har till Guds prästadömskraft?

Förvirring bland både män och kvinnor angående prästadömet.

President Oaks säger: ”Melkisedekska prästadömet är inte en statussymbol eller titel. Det är en gudomlig kraft som anförtratts oss för att användas i Guds verk för sina barn. Vi bör alltid komma ihåg att de män som bär prästadömet inte *är* ’prästadömet’. Det är inte lämpligt att säga ’prästadömet och kvinnorna’. Vi bör säga *’bärarna* av prästadömet och kvinnorna’.”¹⁶

Genom att säga ”prästadömet ska nu sjunga en sång” eller ”vi behöver volontärer från prästadömet som är

med på Unga kvinnors läger”, oavsett hur väl vi menar, gör vi oss själva en otjänst eftersom vi då ger upphov till och bevarar förvirring och underskattar Guds kraft.

Uppfattningen att prästadömet inte har något med kvinnan att göra.

När systrar uppmanas att studera prästadömet, säger några: ”Jag behöver inte ägna mig åt det ämnet. Det gäller inte mig.” Men eftersom prästadömet välsignar alla Guds barn har vi alla nytta av att förstå det bättre. Vi skulle alla ha nytta av att förstå prästadömet bättre. Tänk på hur kyrkan och våra familjer skulle välsignas om både kvinnorna och männen i kyrkan var lika välbevandrade när det gäller att förstå och undervisa om sanningar som rör prästadömet.



Linda K. Burton, tidigare Hjälpföreningens generalpresident, betonade att kvinnor såväl som män behöver lära sig mer om prästadömet. ”Systrar, vi kan inte ställa oss upp och undervisa om sådant som vi inte förstår och vet själva.”¹⁷

Sätta gränser för kvinnor som egentligen inte finns.

Det är uppenbart att vissa ämbeten i kyrkan kräver ordination till ett prästadömsämbete, men vi måste vara försiktiga så att vi inte begränsar våra kvinnor på grund av kultur, historia, falska uppfattningar eller traditioner. Kvinnor kan till exempel vara kapabla ledare och lärare, viktiga röster i kyrkans råd och mäktiga exempel på lärjungeskap för medlemmar av alla åldrar.

3. Vad kan vi göra?

Här är några förslag på vad var och en av oss kan göra för att hjälpa våra systrar i evangeliet att delta mer fullständigt i arbetet som Gud utför genom sin prästadömskraft.

Håll dig ajour med brödernas och våra kvinnliga ledares ord.

Under ett flertal år har seniormedlemmarna i de tolv apostlarnas kворum specifikt talat om kvinnans roll i kyrkan. Lyssnar vi noga på de här talen?

Som exempel sa president Russell M. Nelson följande 2015: ”Guds rike är inte och kan inte vara fullständigt utan kvinnor som ingår heliga förbund och sedan håller dem, kvinnor som talar med Guds kraft och myndighet!”¹⁸

Hjälp alla medlemmar förstå kvinnans unika roll i prästadömet arbete.

President Ballard påminde kvinnorna i Hjälpföreningen om att deras ”sfär av inflytande är unik – en sfär som män inte kan ta över. Ingen kan försvara vår Frälsare med större övertygelse

eller kraft än ni – Guds döttrar som har sådan inre styrka och övertygelse. Kraften i en omvänd kvinnas röst är gränslös, och kyrkan behöver era röster nu mer än någonsin.”¹⁹ Bonnie L. Oscarson har sagt: ”Kyrkans ... kvinnor behöver se sig själva som outhärliga aktörer i det prästadömsledda frälsningsarbetet och inte bara som åskådare och stöd.”²⁰

Visa tilltro till kvinnliga ledare.

Vi ger berättigad uppmärksamhet åt det som sägs av dem vi stöder som profeter, siare och uppenbarare. De innehar rikets nycklar och Herren leder sitt verk genom dem. Utöver deras undervisning har kyrkans kvinnliga ledare avskilts och fått prästadömsmyndighet att tala till både män och kvinnor i kyrkan. Vi vill lyssna på deras undervisning också och höra vilka råd Gud ger oss genom dem.



Involvera kvinnorna i råden, inte bara genom ord utan också genom handling.

President Ballard har sagt: ”De prästadömsledare som inte engagerar sina kvinnliga ledare med full respekt ärar eller förhårligar inte de nycklar som han har fått. Hans kraft och inflytande förminskas tills han lär sig Herrens sätt.”²¹

Ge inte ”auktoritativa” svar på frågor som inte ens Herren har besvarat.

President Oaks har varnat kyrkans medlemmar för att besvara frågor som Herren inte har besvarat: ”Låt oss inte göra det misstag som har gjorts tidigare ... att försöka ge skäl till uppenbarelser. Skälen visar sig vara människogivna i stor utsträckning. Det är uppenbarelserna vi stöder

som Herrens vilja och däri ligger trygghet.”²²

President Ballard ger ett perfekt exempel på detta: ”Varför ordineras män till ämbeten i prästadömet och inte kvinnor? ... Herren har inte uppenbart varför han har organiserat sin kyrka på det sätt han gjort.”²³ President Ballard varnade oss också för att ”föra vidare skenbart trosstärkande berättelser, obekräftade rykten eller föråldrad information och förklaringar av vår lära och seder från det förgångna. Det är alltid klokt att ta för vana att studera de levande profeternas och apostlarnas ord. Håll er uppdaterade om kyrkans aktuella angelägenheter, riktlinjer och uttalanden genom mormonnewsroom.org och LDS.org, och titta bland det som skrivits av erkända, kloka och trofasta forskare i kyrkan för att se till att ni inte lär ut sådant som är osant, otidsenligt

eller underligt.”²⁴ Kom ihåg att ”jag vet inte” ibland verkligen är det bästa svaret. Vi måste söka flitigt i trons ljus för att lära oss gudomlig sanning.

Hjälp kvinnor och män att bättre förstå prästadömet.

Det är ytterst viktigt att vi hjälper både män och kvinnor att få tilltro till sin förmåga att studera och lära sig om prästadömet. Några skriftställen som kan vara till hjälp i den processen inbegriper, men är inte begränsade till, Alma 13 och Läran och förbunden kapitel 2, 13, 20, 76, 84, 95, 107, 110, 121 och 124. Vikten av att besöka templet i syfte att söka trofast – inte bara efter svar utan speciellt efter inspirerade frågor angående ämnet – kan inte betonas för mycket.

Äldste Bruce R. McConkie (1915–1985) i de tolv apostlarnas kvorum, lärde: ”Denna lära om prästadömet – okänd i världen och föga känd ens i kyrkan – kan inte läras endast genom skrifterna. ...

Läran om prästadömet kan man lära känna endast genom personlig uppenbarelse. Den kommer rad på rad och bud på bud, genom den Helige Andens kraft till alla dem som älskar och tjänar Gud av allt hjärta, sinne, förmåga och styrka (se L&F 98:12).”²⁵

4. Sammanfattning

Hjälp kvinnor förstå att de måste stå med Herren och hans profeter.

Världen blir alltmer splittrad och synisk. Kvinnor mäts mot varandra på många sätt. Åsikterna är starka och känslorna djupa. Tänk dig vilket gott inflytande det skulle ha på världen om alla kyrkans medlemmar kunde se att de, liksom Ester, har sparats ”just för en tid som denna” (Est. 4:14) och att de, enskilt och som en enad skara, behövs för att leda, inte följa, världen.

Emma Smith sa: ”Vi ska göra något extraordinärt ... Vi förväntar oss enastående möjligheter och angelägna kall.”²⁶

De här angelägna kallen, ja, vädjandena, har kommit från kyrkans ledare till systerarna i större grad under senare år än någonsin tidigare. När vi förstår sanningarna som hör till prästadömet bättre, uppmärksammar anledningarna till att så många kvinnor lever under sina förmåner och tillämpar insikten vi får angående kvinnor och deras möjlighet att delta i prästadömet arbete, kan vi, som president Ballard säger, ”finna den glädje och frid som kommer av att veta att ni genom er undervisning har berört någon, har lyft ett av vår himmelske Faders barn på hans eller hennes färd mot att en dag bli omfamnad i hans närhet”.²⁷ ■

7. Se Dallin H. Oaks, ”Prästadömet nycklar och myndighet”, s. 51.
8. Se M. Russell Ballard, ”Män och kvinnor i Herrens tjänst”, s. 48–49.
9. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Fielding Smith* (2013), s. 161. För mer ingående information om prästadömet välsignelser, se Bruce R. McConkie, ”Prästadömet tio välsignelser”, *Nordstjärnan*, apr. 1978, s. 50–54.
10. M. Russell Ballard, ”Let Us Think Straight” (andakt vid Brigham Young University, 20 aug. 2013), s. 7; speeches.byu.edu.
11. Sheri Dew, *Women and the Priesthood: What One Mormon Woman Believes* (2013), s. 125.
12. Dallin H. Oaks, ”Prästadömet myndighet i familjen och i kyrkan”, *Liahona*, nov. 2005, s. 26.
13. ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen”, *Liahona*, maj 2017, s. 145.
14. Se L. Tom Perry, ”Faderskap: En evig kallelse”, *Liahona*, maj 2004, s. 71.
15. Se Dallin H. Oaks, ”Prästadömet myndighet i familjen och i kyrkan”, s. 26.
16. Dallin H. Oaks, ”Prästadömet makt”, *Liahona*, maj 2018, s. 65.
17. Linda K. Burton, ”Priesthood: A Sacred Trust to Be Used for the Benefit of Men, Women, and Children” (tal vid kvinnokonferens på Brigham Young University, 3 maj 2013), s. 1; womensconference.byu.edu/transcripts.
18. Russell M. Nelson: ”En vädjan till mina systrar”, s. 96.
19. M. Russell Ballard, ”Män och kvinnor och prästadömet kraft”, *Liahona*, sep. 2014, s. 37.
20. Bonnie L. Oscarson, ”Stå upp med kraft, systrar i Sion”, s. 14.
21. M. Russell Ballard, ”Män och kvinnor och prästadömet kraft”, s. 35.
22. Dallin H. Oaks, *Life's Lessons Learned: Personal Reflections* (2011), s. 68–69.
23. M. Russell Ballard, ”Män och kvinnor och prästadömet kraft”, s. 35.
24. Se M. Russell Ballard, ”KUV-lärarnas möjligheter och ansvar i tjugoförsta seklet” (tal till KUV:s religionslärare, 26 feb. 2016), broadcasts.lds.org.
25. Bruce R. McConkie, ”Läran om prästadömet”, *Nordstjärnan*, okt. 1982, s. 63.
26. Emma Smith, i *Döttrar i mitt rike*, s. 14.
27. M. Russell Ballard, ”KUV-lärarnas möjligheter och ansvar i tjugoförsta seklet”.

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, ”En vädjan till mina systrar”, *Liahona*, nov. 2015, s. 97.
2. Bonnie L. Oscarson, ”Stå upp med kraft, systrar i Sion”, *Liahona*, nov. 2016, s. 14.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Gordon B. Hinckley* (2016) s. 99.
4. *Handbok 2: Kyrkans förvaltning* (2010), 2.1.1.
5. Dallin H. Oaks, ”Prästadömet nycklar och myndighet”, *Liahona*, maj 2014, s. 49.
6. Se M. Russell Ballard, ”Män och kvinnor i Herrens tjänst”, *Liahona*, apr. 2014, s. 48; se även *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* (2011), s. 138–139.



Törstar efter mer kunskap

En gång var jag på min första dejt med en tjej i min församling. Morgonen därpå var vi de enda två som kom på församlingens tempeldag. Vi erbjöd oss att hjälpa till med den förrättning där flest tempelbesökare behövdes ... vilket visade sig vara beseglingar.

Jag var så nervös, men till min förvåning var det inte alls så genant som jag trodde att göra ställföreträdande beseglingar med en tjej som jag hade varit på min första dejt med mindre än tolv timmar tidigare. Om något så gav upplevelsen mig ett större **perspektiv på hur viktig varje aspekt av tempelarbetet är** – även beseglingen (läs mer i min digitala artikel).

Vi har alla unika situationer, men om vi **strävar efter att bättre förstå förbunden** som vi ingår i templet, blir förrättningarna inte längre punkter som vi bockar av på vår andliga checklista utan mer som välbehövda källor till **”levande vatten” som kan ge oss andlig styrka** (se L&F 63:23). Och i den hektiska värld där vi lever behöver vi all den styrka vi kan få!

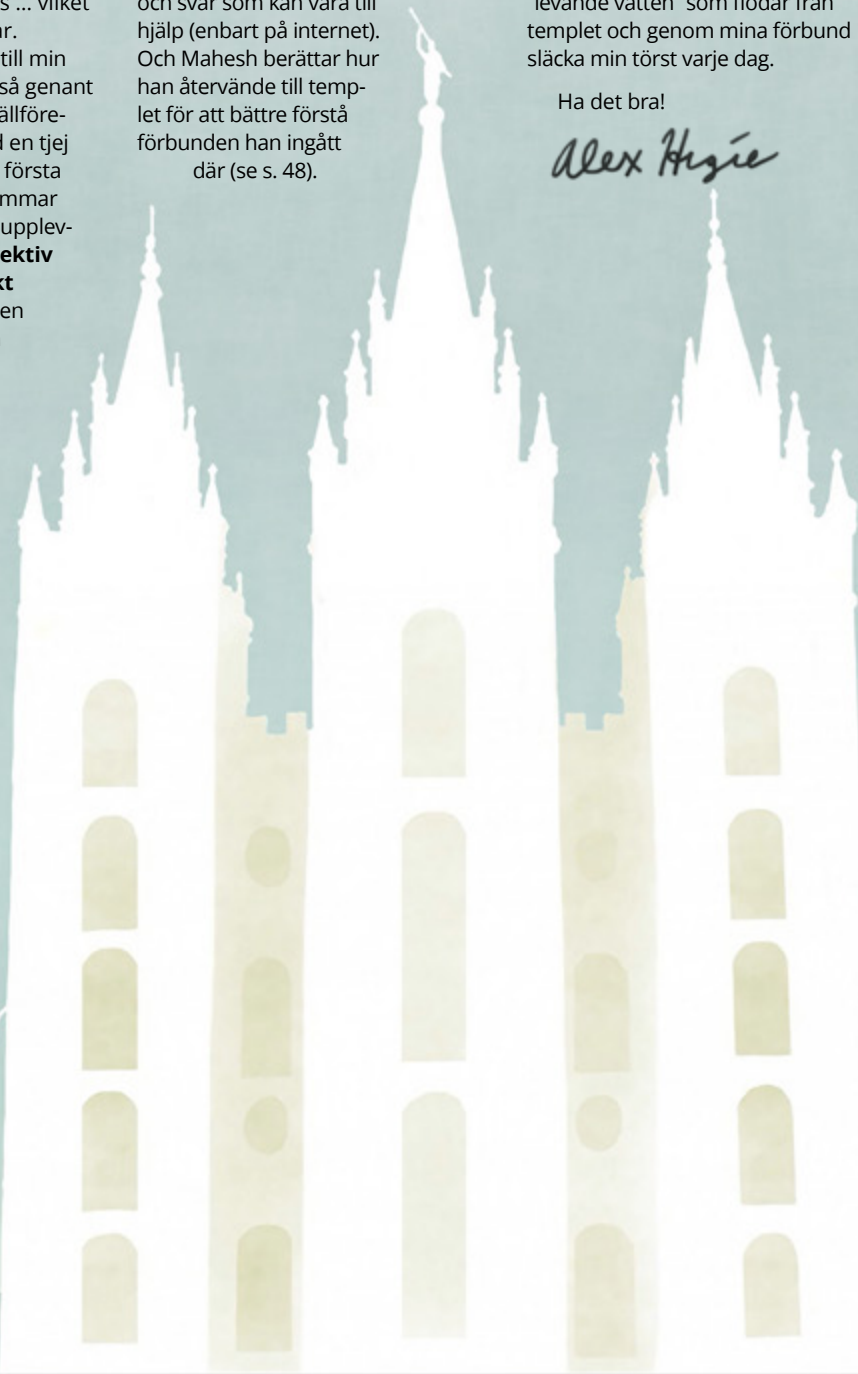
I det här numret berättar unga vuxna om sina upplevelser med templet. Kealohilani berättar hur hon har välsignats av

att trofast bära tempelklädnaden (se s. 44). I en digital artikel berättar Zariah om sin rädsla att inte vara bra nog för att besöka templet. Om du också förbereder dig för att besöka templet för första gången har vi sammanställt några frågor och svar som kan vara till hjälp (enbart på internet). Och Mahesh berättar hur han återvände till templet för att bättre förstå förbunden han ingått där (se s. 48).

Jag försöker besöka templet så ofta jag kan för att **fylla min andliga reservoar**, men det som betyder mest är att **jag låter Anden jag känner i templet undervisa och förändra mig** både innanför och utanför dess väggar. Då kan det ”levande vatten” som flödar från templet och genom mina förbund släcka min törst varje dag.

Ha det bra!

Alex Hzigie



BÄSTA RÅDET ...

Unga vuxna berättar om det bästa rådet de har fått om att göra templet till en del av livet.

"Min biskop sa att min upplevelse i templet skulle bli så helig som jag ville att den skulle vara. Det är alltid upp till mig att bestämma hur stort inflytande templet ska ha på mitt liv."

– **Jasmyn Nye, Utah**

"Det är toppen att ha ett tempel i närheten, men om medlemmarna aldrig besöker templet så kommer det alltid att vara långt borta. Vi måste hålla oss nära templet oavsett hur långt borta det är."

– **Cole Murphy, Kalifornien**

"Ha ett syfte. Gå dit med en fråga, utför arbete för en förfader, sök frid eller lyssna efter maningar."

– **Sydney Orton, Utah**

Vilket är det bästa rådet du någonsin har fått om att göra misstag och försöka igen? Skicka in ditt svar på liahona.lds.org senast den 31 mars 2019.

Berätta om din upplevelse

Har du en härlig berättelse att dela med dig av? Eller vill du se artiklar om vissa ämnen? Om så är fallet vill vi höra från dig! Du kan skicka in dina artiklar eller din feedback på liahona.lds.org.

OM DE UNGA VUXNA FÖRFATTARNA

Kealohilani Wallace

skriver ren, konventionell skönlitteratur för unga vuxna, inspirerad av både livet och hennes tro. Hon har studerat vid Brigham Young University–Hawaii och är aktiv i sin församling för unga ensamstående vuxna.



Mahesh Kumar

Vedurupaka kommer från Andhra Pradesh i Indien. Han är make och far till två gulliga barn. Han har tagit kandidatexamen i data- och informationsteknik och arbetar som programutvecklare. Han gillar att åka på utflykter med sin familj, lära sig ny teknik och laga mat.



Zariah Inniss

kommer från Barbados. Hon är 21 år och äldst av fem barn. Hon har varit medlem i kyrkan i hela sitt liv. Hon tycker om att skriva och att spela musik.



Alex Hugie

kommer från Oregon i USA. Han tog kandidatexamen i engelska vid Brigham Young University. Han är särskilt intresserad av att studera litteratur för unga vuxna, skriva korta, roliga berättelser och noveller och att dricka mjölk.



I DEN HÄR DELEN

44 Skyddad av förbunden

Kealohilani Wallace

48 Att åter ha siktet på det heliga templet

Mahesh Kumar Vedurupaka



ENDAST DIGITALT

Frågor och svar om tempelbegåvningen

Bra nog för templet?

Zariah Inniss

5 anledningar till att ensamstående bör delta i tempelbeseglingar

Alex Hugie



Läs de här artiklarna och mer

- på liahona.lds.org
- i **UV: Aktuellt** (under delen "Unga vuxna" i appen Evangeliebiblioteket)
- på [facebook.com/liahona](https://www.facebook.com/liahona).



Kraften och beskyddet som lovats dem som trofast bär tempelklädnaden handlar inte om magi utan kommer från Gud.

Skyddad av förbunden

Kealohilani Wallace

Den uppskattning jag känner för tempelklädnaden kan inte uttryckas i ord. Tempelklädnadens fysiska material är lätt och knappt märkbart när man har vant sig vid det, men det är vad tempelklädnaden representerar, välsignelserna som den medför och det ständigt närvarande yttre uttrycket för min inre hängivenhet mot Gud – och min kärlek *till* Gud – som gör att det blir en vacker och andlig upplevelse att bära den varje dag. Den är frid. Den är styrka. Den är lugn. Den är kraft. Den är helig. Den är till välsignelse i mitt liv i den grad jag behandlar den som sådan.

Ibland ses tempelklädnaden enbart som underkläder, eller enbart som ett mått på anständighet, som visar vilka kläder man kan och inte kan ha på sig – en godtycklig gräns för vad som är passande och opassande. Och när vi bär tempelklädnaden på rätt sätt så uppmuntrar det definitivt till anständighet (särskilt med tanke på världens normer), men det heliga prästadömetts klädnad representerar så mycket mer.

Ett mäktigt evigt perspektiv

Jag tog emot min begåvning när jag var 19 år, som förberedelse för min tempelvigsel. Och fastän olyckliga omständigheter ledde till att äktenskapet upplöstes förblev jag trogen mina förbund, och de förbund jag hade ingått med Herren fanns kvar. Jag höll fast vid dem och de stöttade mig. Jag lämnades inte ensam i mina prövningar utan fick styrka till att möta dem.

Jag har fått oräkneliga välsignelser för att jag hela tiden har haft en tempelrekommendation, för att jag har burit tempelklädnaden enligt instruktionerna och för att jag har hållit förbunden som jag ingick i templet. Det är omöjligt att nämna varje välsignelse jag fått på grund av min lydnad, men de tydligaste välsignelserna jag har märkt är förmågan att behålla ett himmelskt perspektiv och den ständiga fysiska påminnelsen om att göra rätt val, fastän andra





runtomkring mig inte gör det – och till och med när andras val gör mig illa.

Mycket har gått fel i mitt liv under de senaste elva åren (bland annat har jag upplevt en skilsmässa, svåra ekonomiska problem samt ett frustrerande jobb och personliga bakslag), men tack vare att jag hela tiden bar tempelklädnaden och regelbundet besökte templet visste jag att livet innehåller mer än min dåvarande prövning – oavsett hur svår eller smärtsam den var just då.

Tack vare att de här båda vanorna höll mig nära Anden har jag letts bort från fysisk fara med hjälp av inre maningar som jag valde att följa – och jag har också fått en stark förhoppning och ett evigt perspektiv som har väglett mig genom mörka stunder när jag har känt att jag inte orkar ta ett enda känslomässigt eller fysiskt steg till framåt på min resa. Den här friden har fortsatt att stötta mig när jag har fått nya utmaningar och svårigheter.

Välsignelser från templet som jag har



upplevt är allt från dagliga välsignelser som vi ibland missar (som inre frid och maningar), till det dramatiska, eviga och uppenbara (som att vara besegrad för evigt till sin familj). Varje persons upplevelse är unik och personlig – men vi får alltid välsignelserna i Herrens fullkomliga tid när vi håller våra förbund (se L&F 82:10). Och att bära tempelklädnaden är ett viktigt, personligt sätt att visa Herren att vi kommer ihåg våra förbund.

Konstant andligt skydd

President Boyd K. Packer (1924–2015), president för de tolv apostlarnas kворum, tog upp en av välsignelserna vi kan förvänta oss när vi bär tempelklädnaden på rätt sätt: "Tempelklädnaden representerar heliga förbund. Den bidrar till

anständighet och blir en sköld och ett skydd för bäraren."¹

Den här skölden skyddar oss från det som Nephi kallar "motståndarens ... brinnande pilar" (1 Ne. 15:24). Om vi kunde räkna hur många pilar Satan skjuter mot oss varje dag, kan jag tänka mig att antalet skulle bli astronomiskt. Vi lever i en värld som aktivt försöker förstöra det vi tror på. Olämpliga bilder och budskap omger oss överallt, liksom påtryckningar om att använda skadliga ämnen eller bryta mot kyskhetslagen. Ännu mer ohejdade är påtryckningarna och frestelsen att bråka och vara ovänlig, antingen direkt eller särskilt på internet; att håna eller förringa andra för att de uttrycker sina åsikter eller trosuppfattningar; eller att reta en person för något

så litet som ett grammatiskt fel. De här andliga angreppen kan, om vi ger efter för dem, döva våra sinnen och försvaga vår förmåga att känna varningar från den Helige Anden.

Listan över "brinnande pilar" som Satan skjuter mot oss är bokstavligt talat oändlig och alltid farlig. Äldste Taniela B. Wakolo i de sjuttios kворum har sagt: "Livets många distraktioner och frestelser är som 'rovlystna vargar'." Så hur skyddar vi oss? Senare i samma tal tillade han: "Jag lovar att deltagandet i förrättningarna och hållandet av tillhörande förbund kommer att skänka dig ett underbart ljus och beskydd i vår allt mörkare värld."²

Om "pilarna" som Satan skjuter mot dig varje dag bokstavligt talat var skarpa

föremål som du både kan se och känna, skulle du då lämna skölden hemma? Skulle du ignorera vetenskapen om hur du försvarar dig själv – eller om vägen till en tillflyktsort? Skulle du vänta med att ingå eller hålla förbund med Gud när han lovade att de förbunden skulle hjälpa dig att segra?

Förbundens kraft i vår utveckling

Beskyddet som tempelklädnaden ger kommer inte från något slags magi i själva klädnaden, som en del felaktigt tror. I stället kommer det utlovade skyddet från Herren, både fysiskt och andligt, när vi håller våra förbund och ger uttryck för vår trofasta hängivenhet mot honom varje dag.

Tempelförbunden och tempelklädnaden är *inte* till för fullkomliga människor. De är avsedda att skydda ofullkomliga människor som försöker göra sitt bästa för att bli bättre. Personer som omvänder sig när de faller och fortsätter framåt. Personer som du och jag.

Liksom vi fysiskt tar del av sakramentet varje vecka för att minnas och förnya våra dopförbund, är tempelklädnaden som vi bär varje dag en fysisk påminnelse om de förbud vi har ingått i templet. Det finns saker vi behöver på vår resa mot att bli mer kristuslika.

Förutom att det ger oss gudomligt beskydd håller vi våra förbund och bär tempelklädnaden för att visa Gud varje dag hur mycket vi älskar honom, och att vi följer hans bud *därför att* vi älskar honom – och det är ett sätt för oss att ta emot alla de välsignelser Gud vill ge oss. Han älskar oss verkligen mer än vi kan

förstå, och han vill att vi ska vara trygga och få det beskydd som han har lovat.

Välsignad varje dag

Vi strider alla på ett andligt slagfält varje dag, antingen vi inser det eller inte. Förbund som vi ingår i templet och håller i våra dagliga liv hjälper oss vinna striden mot synd och mot Satan, men det är upp till oss att förbereda oss – och sedan vara trofasta.

Jag är så glad att jag bestämde mig för att ta emot min begåvning, och för att jag sedan dess återkommande gånger bestämt mig för att hålla mina förbund. Jag välsignas varje dag för mitt val och för att jag bär tempelklädnaden på rätt sätt, som jag ingick förbund om att göra. Den beskyddar mig. Den påminner mig om mina förbund. Och den visar Gud att jag älskar honom mer än världen och att jag ska göra det han har bett mig göra. ■

Författaren bor i Hawaii.

SLUTNOTER

1. Boyd K. Packer, i *Förbered dig för det heliga templet* (2003), s. 20.
2. Taniela B. Wakolo, "Frälsande förrättningar skänker oss ett underbart ljus", *Liahona*, maj 2018, s. 40, 41.

UPPTÄCK MER

- Läs mer om tempel, tempelförberedelse och tempelförrättningar på temples.lds.org.
- Se en video som kyrkan har producerat som kan hjälpa dig förklara tempelklädnaden för andra på mormonnewsroom.org/article/temple-garments.





ATT ÅTER HA SIKTET PÅ det heliga templet

Mahesh Kumar Vedurupaka

Jag insåg att jag behövde återvända till templet för att bättre förstå och komma ihåg förbunden som jag hade ingått.

För fyra år sedan ställde min institutlärare broder Suresh Natrajan följande fråga till klassen: "Hur många av er har gått igenom templet?" Eftersom min fru Anantha och jag hade rest i tio timmar för att besöka Hongkongs tempel i Kina för första gången året innan, räckte jag stolt upp handen. Sedan ställde han en annan fråga: "Kommer ni ihåg vilka förbund ni ingick i templet?"

Hans fråga fick mig att tänka efter. Det var så mycket att ta in under mitt första besök i templet. Fastän jag hade försökt vara uppmärksam insåg jag att jag efter så lång tid hade glömt bort vilka förbund jag hade ingått i templet. I det ögonblicket bestämde jag mig för att åka tillbaka till templet och den här gången vara uppmärksam på och lägga på minnet förbunden jag hade ingått och andra saker som är nödvändiga för min frälsning.

Tiden gick. Jag ställdes inför hemska prövningar. Men jag gick en institutkurs

och en dag handlade lektionen om profeten Jona. Jona gjorde inte det som Herren hade befallt honom att göra. En av verserna som fångade min uppmärksamhet var Jona 2:4: "Jag tänkte: Jag är fördriven från dina ögon. Men jag ska åter få se ditt heliga tempel."

Den versen berörde mig, och jag bad till min himmelske Fader att han skulle ge mig och min fru ännu en chans att besöka templet.

Efter fyra år välsignade vår himmelske Fader oss så att vi återigen kunde besöka hans hus, den här gången i Taipei tempel i Taiwan.

Medan vi var där fick jag möjlighet att utföra förrättningar till förmån för min farbror som hade dött i cancer. När jag döptes för honom tänkte jag på välsignelserna han skulle få tack vare den här tempelförrättningen. Jag var så glad, och jag tänkte på vad tempelpresidenten hade sagt till mig när jag var i templet för



första gången och var lite förvirrad. Han sa: "Broder, du kanske inte förstår allt du gör just nu, men det kommer en dag när du känner att du har gjort något stort här."

Jag fick mitt svar. Det har tagit mig fyra år att förstå – genom att besöka templet för andra gången.

Nu när jag tar del av sakramentet varje vecka minns jag hur mäktig Jesu Kristi försoning är och hur heliga förbunden är som jag har ingått i templet.

I år firar jag och min fru vår tionde bröllopsdag. Jag vill fira den i templet och utföra beseglingsförrättningar för mina förfäder. För att kunna göra det har jag haft ett jobb vid sidan av mitt vanliga jobb som inte inkräktar på min tid med familjen.

Jag vet och känner att tempelarbetet är verkligt. Inget kan ersätta det, och det är värt alla uppoffringar att besöka templet och utföra vår himmelske Faders arbete för oss själva och för själar på andra sidan slöjan. ■

Författaren bor i Andhra Pradesh, Indien.



Mahesh och Anantha Vedurupaka framför Taipei tempel i Taiwan.

FRÅGOR OCH SVAR OM TEMPELBEGÅVNINGEN

Om du förbereder dig för att besöka templet för första gången kan du läsa våra frågor och svar i den digitala versionen av den här artikeln på Evangeliebiblioteket eller på liahona.lds.org. Nedan ser du en av de fem frågorna som ställs.

Vad kan jag göra för att bättre förstå tempelbegåvningen och förbunden jag ingår där?

Fokusera på templets lärdomar och förbund i dina personliga studier. Titta efter vad som sägs om begåvningens principer och förbund i skrifterna, generalkonferenstal och kyrkans övriga material. När du går igenom de här sanningarna i dina personliga studier förstår du templets förrättningar och förbund bättre. När du till exempel studerar kyskhetslagen, hur kan då Josefs redbarhet när han blev frestad av Potifars fru välsigna din beslutsamhet att följa den lagen? (se 1 Mos. 39). Hur kan Nephis beslutsamhet att lyda Guds bud tillämpas på ditt sätt att tjäna i ditt ämbete? (se 1 Ne. 3:7).

Återvänd till templet så ofta som dina personliga omständigheter tillåter.

"Vi får alla samma undervisning, men vår insikt om innebörden av förrättningarna och förbunden ökar när vi återvänder till templet ofta för att lära oss mer och begrunda de eviga sanningar som lärs där."

Silvia H. Allred, tidigare första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap, "Heliga tempel, heliga förbund", *Liahona*, nov 2008, s. 113.

Gå till lds.org/go/031949 för att läsa en artikel som kan hjälpa dig förstå förbunden vi ingår med Gud.



Jag älskar släktforskning!

Jag har inte alltid tyckt om släktforskning. Det ändrades när jag döptes för en av mina förfäder i Santiago tempel i Chile.

Jag var diakon första gången jag besökte templet. När jag skulle gå ner i dopbassängen kände jag att någon kom in i rummet. Jag tittade upp och såg en gammal man klädd i gamla kläder. Jag kände hans kärlek till och tacksamhet mot mig för att jag gjorde ställföreträdande arbete för honom. När jag hade blivit döpt för honom och kom upp ur vattnet tittade jag mig omkring efter honom, men han var inte längre där.

Jag brukade tänka att templet delade ut namnen för allt tempelarbete, så jag var inte intresserad av att släktforska. Men den upplevelsen gjorde mig intresserad av att leta efter egna släktnamn.

En dag när jag satt vid min dator såg jag att jag hade fått ett mejl med ett släktnamn från kyrkan. Jag kände att jag behövde söka efter fler namn, så jag frågade mamma hur jag kunde leta efter namn och samla mer information om mina förfäder på ett effektivt sätt.

Hittills har jag hittat elva släktnamn, och jag vet att jag kan hitta ännu fler. De här personerna fick inte möjlighet att döpas medan de var på jorden, och de har väntat länge på att deras tempelarbete ska utföras. Jag är glad att jag kan hjälpa dem tack vare tempel- och släktforskningsarbetet.

Lucas,

16 år, Santiago, Chile

I DEN HÄR DELEN



52 **Vad är sant och vad är inte sant?**

Carl B. Cook

55 **”Den är sann, den är sann”**

David Muanda

56 **Gör konferensen till en vana**

58 **Påmind om mitt värde**

Anonym

60 **Se underverk i vardagen**

Breanna Call Herbert, Alex Hugie och Aspen Stander

63 **Affisch: Tid i templet**

64 **Sista ordet: Hur vi kan höra Herrens röst under generalkonferensen**

Äldste Neil L. Andersen



Carl B. Cook
I de sjuttios
presidentskap

VAD ÄR SANT

Jag träffade nyligen en anmärkningsvärd ung kvinna, 17-åriga Caylee, när hon under en stavskonferens berättade om sina innerliga känslor. Hon sa att Gud är verklig, att kyrkan är sann och att president Russell M. Nelson är Guds profet. Hon vittnade också mäktigt om att det negativa som vissa säger om kyrkan och Jesu Kristi evangelium är falskt.

Jag imponerades av Caylees övertygelse och hennes förmåga att urskilja vad som är sant och vad som inte är sant.

Men jag blev ännu mer imponerad när jag pratade med Caylee efter mötet och upptäckte att det inte hade varit lätt för henne att få den här urskillningen och övertygelsen. Faktum är att hon hade utsatts för en allvarlig trosprövning.

Det här är vad hon berättade.

Försökte få svar

Caylee har alltid varit aktiv i kyrkan. Men när hon började tänka mer ingående på evangeliet och kyrkan uppstod några allvarliga frågor. Hon kände sig skyldig för att hon ifrågasatte saker och började söka efter svar.

"Mitt problem", säger Caylee, "var att jag sökte på fel platser. I stället för att söka i skrifterna eller i konferenstal och prata med mina föräldrar, hittade jag olika artiklar som hävdade att de hade svaren på mina frågor."

I början trodde Caylee att internetartiklarna var svaren på hennes frågor. "Men", säger hon, "när jag fortsatte söka efter svar på mina frågor skapade det jag läste ännu fler frågor och ännu mer tvivel."

Caylee började tappa både sin tro och sitt hopp. "Ljuset från mitt vittnesbörd

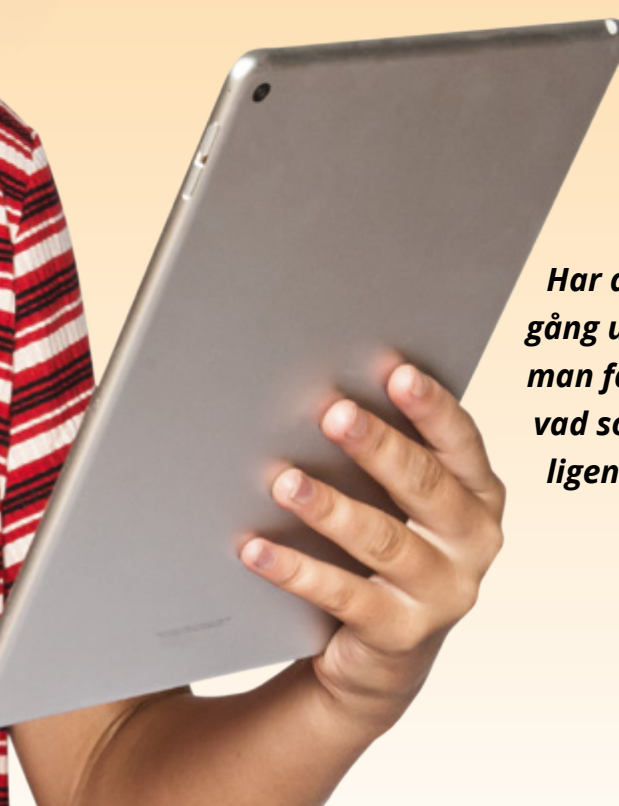


och VAD ÄR INTE SANT?

hade börjat slockna”, minns hon, ”och jag slutade gradvis göra sådant som jag hade fått lära mig – läsa i skrifterna, be och gå i seminariet.”

Så småningom blev hon överväldigad av mörkret och förvirringen hon kände. Hon säger: ”Jag kunde inte avgöra vad som kom från Gud och vad som var en tokig tanke som förvridits och skapats av någon för att få mig på fall. Jag kunde inte längre urskilja vad som var sant och vad som var bedrägeri. Det höll på att slita sönder mig.”

Caylee jämför sin situation med Joseph Smiths, när han sa: ”Omsider kom jag till slutsatsen att jag antingen måste förbli i mörker och förvirring, eller också måste jag följa Jakobs råd, det vill säga be till Gud. Jag kom omsider fram till beslutet att fråga Gud [se Jak. 1:5], eftersom jag drog slutsatsen att om han gav visdom till dem som saknade visdom, och ger villigt och utan förebråelser, kunde jag våga göra det” (JS-H 1:13).



Har du någon gång undrat hur man får reda på vad som egentligen är sant?

Hon pratade med personer som hon litar på

Vid den här kritiska punkten pratade hon med sin seminarie-lärare, sin mormor och sin mamma. Hennes seminarie-lärare försäkrade henne om att det inte var något fel med hennes känslor och att hon inte var den enda som hade frågor. Hennes lärare bar sitt vittnesbörd och rekommenderade en del läsmaterial som kunde hjälpa Caylee i hennes sökande.

Caylees mormor predikade inte. Hon uppmanade henne helt enkelt att fundera över vilka informationskällor som var upplyftande – informationen på nätet eller kyrkans lära. Caylee började jämföra: ”Vilken information lyfte mig? Vilken gav mig glädje och frid i själen? Vilken information lärde mig att jag skulle få vara med min familj för evigt i ett tillstånd av evig glädje om jag följde Guds bud? Vilken information fyllde huvudet med oroande röster?”

Sökte Gud genom bön och skriftstudier

Caylees mamma uppmuntrade henne att be. Så småningom gick Caylee till sitt rum och utgöt sin själ till Gud. Hon förklarar: ”Ingenting hände. Inga änglar kom ner. Hjärtat fylldes inte av frid och tacksamhet. Jag gick tillbaka till mamma. Vi bad tillsammans, och hon uppmanade mig att läsa Mormons bok i tio minuter. När jag läste kände jag inom mig ett löfte att om jag fortsatte att göra det så skulle jag välsignas. Jag skulle se klart och veta vilken lära som kom från Gud och vilken som inte gjorde det.”

Caylee började be varje dag och läsa Mormons bok. Hon höll sig borta från Twitter och webbplatserna som hade skapat tvivlet till att börja med. Hon gick i seminariet med avsikten att lära, inte att leta efter negativa saker om kyrkan.

Urskilde vad som är sant

Efter omkring två veckor av ihärdiga ansträngningar kände hon hur de negativa rösterna blev tystare. Det gick bättre i skolan. Arbetet var roligare och hennes relation till föräldrarna förbättrades. Hon var gladare.

”Tack vare den glädjen”, säger hon, ”såg jag slutligen mitt svar. Jag kunde urskilja vad som kom från Gud och vad som inte gjorde det eftersom jag personligen upplevde det han gjorde för mig när jag gjorde det han bad mig om.”

”Det”, avslutar hon, ”är det enda sättet att urskilja vad som är sanning från Gud och vad som inte är det. Vi kan studera och begrunda och ifrågasätta så mycket vi vill, men det är inte förrän vi gör det Jakob uppmanade oss till och det Joseph Smith gjorde – fråga och agera – som vi verkligen kan få veta vad som är sant och vad som inte är sant.”

Vad kan vi då lära oss av Caylees upplevelse? Här är några tankar:

- Vi ska inte känna oss skyldiga om vi har frågor.
- Vi ska aldrig sluta be när vi söker efter svar.
- Vi ska studera och begrunda Mormons bok.
- Genom att noga välja vad vi läser och lyssnar på, kan vi stänga av teknikens och mediernas högljudda röster som tar oss bort från sanningen och har för avsikt att förstöra.
- Vi ska rådfråga personer vi känner, älskar och respekterar – i stället för att be främlingar om hjälp.
- Gud besvarar så småningom våra frågor på sitt eget sätt och i sin egen tid. Han älskar oss.
- Svaren kommer när vi gör det som vår himmelske Fader har bett oss göra – inte när vi gör det som världen föreslår.

Jag inspireras av Caylee och er unga kvinnor och unga män som Gud har förberett för den här tiden. Hon, liksom så många av er, exemplifierar det slags personer som president

Russell M. Nelson såg framför sig: ”Vi behöver kvinnor med förmågan att urskilja, som kan upptäcka trender i världen och se vilka som, oavsett popularitet, är ytliga eller farliga.”¹

Ni är de personer som söker sanningen, håller förbund och bygger riket. Med Guds hjälp och genom kraften som Jesus Kristus ger och som finns i hans försoning, kan du få urskillningens gåva och veta, följa och dela med dig av det som är sant. ■

SLUTNOT

1. Russell M. Nelson (som citerar Boyd K. Packer), ”En vädjan till mina systrar”, *Liahona*, nov. 2015, s. 96.



LA SAINTE BIBLE

När jag bad om att få ett vittnesbörd om Mormons bok hände inget – förrän jag började läsa i Bibeln.

David Muanda

När jag var omkring 12 år ville jag veta för egen del om Mormons bok var sann. I ett tal kunde jag vittna om att Mormons bok är Guds ord därför att min primärlärare hade sagt det. Men egentligen förstod jag inte vad det betydde.

Jag kände till Moronis löfte, att om jag läste, begrundade orden och bad så skulle jag också få veta (se Moro. 10:3-4). Jag läste i flera veckor och det kändes bra, men det hände inget spektakulärt – inget ljus, inga änglar, ingen röst.

Till slut slutade jag att läsa Mormons bok. En dag när jag studerade 1 Moseboken läste jag att när israeliterna saknade mat så sände Gud manna till dem. Varje person skulle ta en viss mängd varje dag. Han sände maten, men de fick själva komma på hur de skulle samla den.

Jag kom att tänka på Nephis ord: "Herren [ger] inte ... människobarnen några befallningar utan att bereda en utväg för dem att utföra det som han befäller dem" (1 Ne. 3:7). Det hjälpte mig förstå att Gud hade befallt israeliterna att

lämna Egypten och planerat att stilla deras hunger. Det här skriftstället i Mormons bok gjorde att jag förstod Bibeln bättre, och jag drog slutsatsen att Mormons bok var Guds ord.

Som äldste David A. Bednar i de tolv apost-larnas kворum förklarade, liknar personlig uppenbarelse mer den gradvisa ökningen av ljus som kommer från den uppgående solen, än ljuset som uppstår när man trycker på en knapp.¹ Jag började se på Mormons bok på ett nytt sätt.

Under månaderna som följde visste jag mer än någonsin tidigare att Mormons bok var Guds ord. Det intryck jag fick gång på gång genom Andens röst var: "Den är sann, den är sann, den är sann."

Jag läser fortfarande Mormons bok nästan varje dag, och varje gång hör jag orden: "Den är sann." ■

Författaren bor i Kongo (Kinshasa).

SLUTNOT

1. Se David A. Bednar, "Uppenbarelsens ande", *Liahona*, maj 2011, s. 87-90.

"Den är sann,
DEN ÄR SANN"

LE LIVRE DE MORMON

GÖR KONFERENSEN TILL EN VANA

Den kommer varje april och varje oktober. Du har kanske vant dig vid den här halvårsrytmen. Men hur kan du se till att den verkligen blir en del av livet – under resten av ditt liv?

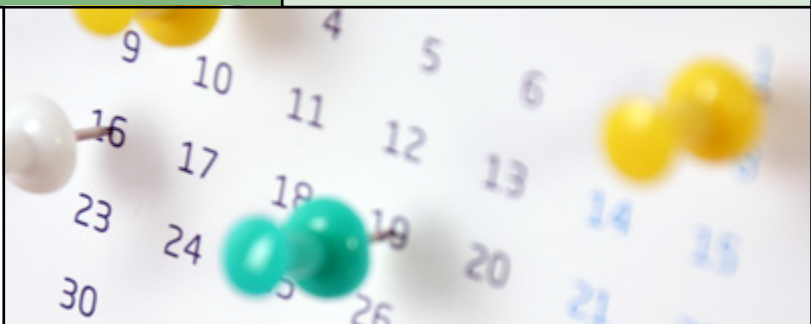
I framtiden när du är på egen hand, vad ska du då göra var sjätte månad när det är konferensdags? Gör valet nu att dra nytta av kraften från den här händelsen två gånger om året genom att vara delaktig. Säg inte bara: "Jag ser den på nätet någon gång." Gör den till en speciell händelse och vana i ditt liv.

Här är några förslag på vad du kan göra för att generalkonferensen ska bli en vana för gott:

1

SÄTT UPP ETT MÅL.

Att lyssna på levande profeter och apostlar är något av det allra viktigaste du kan göra. Försök titta på varje möte så snart du kan. Försök sätta ett datum när du ska ha sett alla möten.



2

SPIKA KONFERENSHELGEN.

Avsätt så mycket tid du kan åt att uppleva konferensen och ta bort alla idrottsmatcher, aktiviteter med vänner eller annat som inkräktar på den helgen. Om du inte kan lyssna på generalkonferensen live, kan du ändå göra det till en speciell händelse och bestämma ett datum för att titta på den.

3

SKAPA NÅGRA TRADITIONER.

Några meningsfulla traditioner kan vara familjesamtal om favorittal, familjebön före ett möte eller att sammanställa en personlig citatsamling. Roliga traditioner kan inbegripa mat – måltider eller fika med roliga konferensrelaterade namn (konferenschips, nachos grandes de conferencia, inspirationsglass eller konferenskonfektyr).



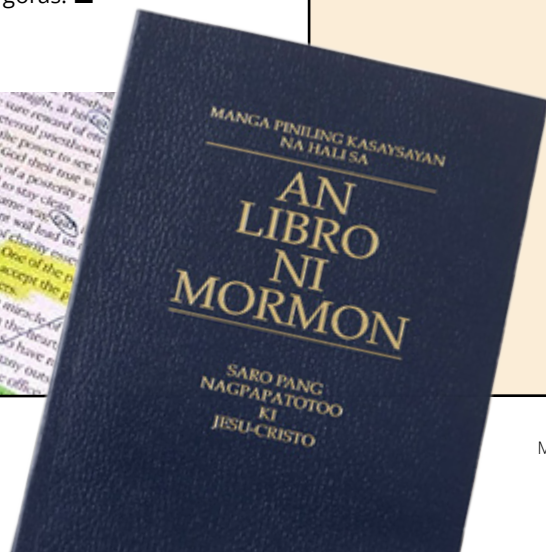
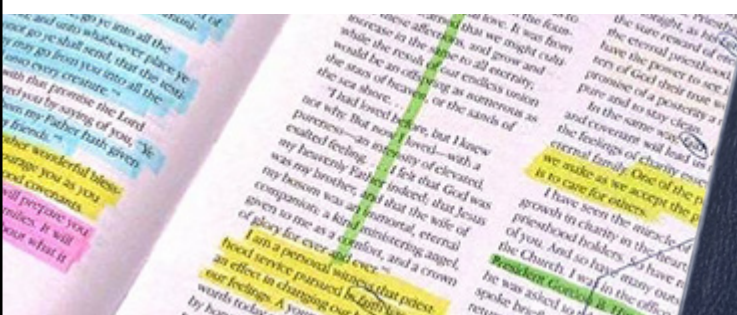
”Studera den här konferensens budskap ofta – gång på gång – under de närmaste sex månaderna. Sök medvetet efter sätt att införliva de här budskapen i era hemaftnar, er evangelieundervisning, era samtal med familjemedlemmar och vänner, ja, även era samtal med människor av annan tro.”


President Russell M. Nelson, ”Låt oss sträva fram”, generalkonferensen i april 2018.

4

HA EN PLAN FÖR EFTER KONFERENSEN.

Gör konferenstalen till en del av dina regelbundna evangeliestudier. Du kan läsa ett konferenstal varje söndag under de kommande sex månaderna, lyssna på ett tal på bussen eller i bilen varje dag i några veckor, eller slå upp alla skriftställen från konferensen under dina personliga skriftstudier. Vad du än bestämmer dig för, gör upp en plan för hur det ska göras. ■





*När jag lärde mig om mina
förfäder gav det mig modet
att kämpa mina andliga
strider.*

PÅMIND OM

Anonym

När jag var omkring elva år såg jag pornografi för första gången. Den gången ledde till ett större problem som blev utmärkande för min tonårstid. När jag hade börjat på high school hade jag vänt mig bort från pornografen och mot Jesu Kristi försoning. Jag upplevde ett underverk då orenheten suddades bort från mitt sinne, men jag kände ändå en överväldigande skuld.

Ungefär vid den tidpunkten fick jag låna min anmoder Theas handskrivna självbiografi av farmor. Det tog bara några dagar innan jag kände mig mycket nära Thea Martina Waagen (1883–1967). Theas pappa dog tragiskt nog bara några månader innan hon föddes, så hon växte upp med sin mamma som var norsk immigrant. Hon hade en svår uppväxt men fann glädje i att plocka smultron och spela orgel i den lokala lutherska kyrkan. Theas mamma gifte om sig, och med sin styvfars hjälp kunde hon gå på college. Senare i livet blev Thea och hennes familj medlemmar i kyrkan och flyttade till Utah. Theas liv var inte lätt. Hon och hennes make skilde sig, hon gifte om sig och skilde sig senare igen. Hon upplevde stor sorg och svår depression, men hon förblev trogen sitt vittnesbörd.

När jag lärde mig om Thea och hennes val att hålla ut under motgångar, överväldigades jag av en intensiv kärlek som försäkrade mig om mitt

ILLUSTRATION ALEX NABAUM



MITT VÄRDE

värde och hjälpte mig övervinna mina förlamande skuld känslor. Jag insåg att om hon kunde göra svåra saker, så kunde jag det också.

Jag gick in på LDS.org och beställde Theas patriarkaliska välsignelse. Jag blev ännu mer rörd när jag läste: "Din livsfrukt ska stå upp och kalla dig välsignad bland kvinnor i Sion." Jag insåg att min djupa respekt för henne var en uppfyllelse av den enkla meningen. Theas kärlek lindrade skulden jag kände och hjälpte mig vända hjärtat mot mina förfäder. Det var första gången jag kunde vittna om äldste David A. Bednars löfte om att jag skulle "skyddas mot den ondes tilltagande inflytande" genom att släktforska ("Barnens hjärtan skall vända sig", *Liahona*, nov. 2011, s. 27).

Jag känner större styrka och klarhet i livet när jag fortsätter att söka efter min släkt och läser deras berättelser. När jag regelbundet ägnar mig åt släktforskningsaktiviteter känns det som om jag har en hel armé bakom mig som hjälper mig att utkämpa mina andliga strider. Jag kan leva utan rädsla, för "de som är med oss [våra förfäder] är fler än de som är med dem [Satans efterföljare]" (2 Kung. 6:16).

Även om jag inte har hittat tusentals namn att ta till templet, har jag lärt mig om mina förfäder och hittat deras familjer genom noggrann forskning. Jag har tagit mig tid till att tänka på deras liv och respektera deras arv. Jag vet att jag har blivit stärkt och skyddad mot Satan när jag har fyllt livet med mina förfäders ljus. ■

Se **underverk** i vardagen

Breanna Call Herbert, Alex Hugie och Aspen Stander
Kyrkans tidningar

Om vi ser livet genom en lins av tro på Jesus Kristus, öppnas våra ögon för alla underverk som finns runt omkring oss.

NÅGRA ORSAKER TILL ATT GUD UTFÖR UNDERVERK

- För att visa sin makt
- För att undervisa om en andlig princip
- För att bekräfta en tidigare uppenbarelse
- För att bekräfta och stärka tron
- För att föra sitt verk framåt

Vad är ett underverk?

Vi vet alla vad ett underverk är, eller hur? När Mose delade Röda havet. När Frälsaren gav en blind man synen åter. När en kvinna botades från en dödlig sjukdom. Ett av de mest anmärkningsvärda underverken är Jesu Kristi försoning. Inget annat underverk har varit så omfattande eller mäktigt. Men är sådana slags upplevelser de enda som kan ses som underverk?

President Dallin H. Oaks, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt: "Det sker många underverk varje dag i vår kyrkas verksamhet och i våra medlemmars liv."¹ Men när flyttade du på ett berg sist, eller såg hur några fiskar och några brödlimpor mättade tusentals? De flesta av oss har förmodligen inte sett något som är ens i närheten. Så hur kan president Oaks ord vara sanna?

➤ Enligt Bible Dictionary är underverk "manifestationer av gudomlig eller andlig kraft".² Låt oss med den definitionen öppna våra ögon för alla underverk som omger oss – underverk som vi kanske inte ens vet om.

Vi ser definitivt Guds hand i hans folks liv genom underverken i skrifterna. Men vi kan också se hans andliga kraft när vi

➤ varje dag, och vi kan nu kommunicera med nästan vem som helst, var som helst. Guds kraft kan ses i varje detalj i våra liv.

Varför utför Gud underverk?

Underverk kommer i många former, men Gud utför dem i samma övergripande syften. Ibland kan underverk bota, trösta eller fysiskt skydda Guds barn, men

Det sker underverk som vi tycks glömma: hur solen går upp och ner varje dag; små frön som växer och blir mäktiga träd.



↓ får svar på en bön, stärker vårt vittnesbörd eller när vi upplever en hjärtats förvandling.

Ändå finns det underverk som vi tycks glömma: hur solen går upp och ner varje dag; små frön som växer och blir mäktiga träd; hur alla kroppens beståndsdelar samverkar och hjälper oss att andas, springa, drömma och äta. Inspirerade framsteg inom medicin och teknik sker

↓ de här yttre effekterna är inte de enda orsakerna till underverk. Ofta är det så att ett underverk inte hindrar lidande eller en tragedi alls. Gud utför underverk av två huvudanledningar: för att stärka tron och att åstadkomma sådant som är gott.

Ofta manifesterar underverk Guds kraft för hans barn eller undervisar dem om en andlig princip. I Bible Dictionary står det att alla Jesu Kristi underverk

”skulle vara ett bevis för judarna på att Jesus var Kristus” och att undervisa om sådana principer som ansvarighet, omvändelse, tro och kärlek.³

Andra gånger kan underverk bekräfta en tidigare uppenbarelse, till exempel tecknen på Kristi födelse i Amerika. Gud kan också använda underverk för att främja sitt arbete – släktforskningsarbete, missionsarbete med mera.

Men om vi söker efter underverk av fel anledning kan vi få problem. Det vanligaste problemet kommer om vi söker efter tecken som bevis på Guds existens. Om vi inte lägger till tro i ekvationen leder sådana tecken aldrig till någon verklig, varaktig omvändelse. Se bara vad som hände i Mormons bok: Många såg tecken och underverk, men utan tro var deras lydnad kortlivad.

Det är också fel att söka efter underverk för popularitet eller pengar, för att söka hämnd eller för att försöka ändra på Guds vilja.

President Brigham Young (1801–1877) sa: ”Underverk ... är inte till för de icke troende. De är till för att trösta de heliga och för att stärka och bekräfta tron hos dem som älskar, fruktar och tjänar Gud.”⁴ Om vi förstår varför Gud utför underverk kan vi känna igen dem i våra egna liv.

VAD KAN JAG GÖRA?

Ta lite tid till att reflektera över den gångna veckan. Har du sett några vardagliga underverk? Om underverket du förväntade dig inte inträffade, upplevde du då något annat som gav dig tröst, andlig tillväxt eller en chans att komma närmare Frälsaren?

Hur kan jag känna igen ett underverk?

Underverk sker enbart enligt Guds vilja och vår tro på honom. Profeten Moroni skrev: ”Och inte heller har någon någonsin utfört underverk förrän efter det att de haft tro, varför de först trodde på Guds Son” (Eth. 12:18). När vi har tro kan vi se det goda som händer i livet som Guds verk i stället för tillfälligheter eller tur. Att känna igen ett underverk är en del av underverket självt! Om vi ser livet genom en lins av tro på Jesus Kristus, öppnas våra ögon för alla underverk som finns runt omkring oss.

Men storleken, valet av tidpunkt och resultatet av ett underverk är inte något mått på vår tro. Låt oss säga att två familjer får nyheten att ett av barnen i varje familj har cancer. Båda familjerna ber för att det älskade barnet ska

tillfriskna fort. Båda familjerna utövar tro på Jesu Kristi helande kraft.

Barnet i den ena familjen tillfrisknar helt och trotsar läkarens förutsägelse om att hon bara har några månader kvar att leva. Barnet i den andra familjen genomlider behandling efter behandling och avlider så småningom, men hela familjen överväldigas av frid och tröst i stället för förtvivlan.

Den första familjen hade inte nödvändigtvis större tro än den andra. Båda familjerna upplevde underverk på sitt eget sätt, och båda underverken är en del av ett mönster med fortsatt försäkran om att Gud har en plan för vart och ett av sina barn.

Herren utför både till synes ordinära och extraordinära underverk i vår tid. Trofasta följare av Jesus Kristus i alla tidsutdelningar har upplevt dramatiska helbräddagörelser och oförklarliga framgångar. Men vi ska inte bortse från vardagliga händelser som verkar som påminnelser om Guds hand i våra liv. Ibland behöver vi bara vara uppmärksamma! ■

SLUTNOTER

1. Dallin H. Oaks, ”Miracles”, *Ensign*, juni 2001, s. 6.
2. Se Bible Dictionary, ”Miracles”.
3. Se Bible Dictionary, ”Miracles”.
4. *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young* (1997), s. 254.

”Underverk ... är inte till för de icke troende. De är till för att trösta de heliga och för att stärka och bekräfta tron hos dem som älskar, fruktar och tjänar Gud.”

– President Brigham Young

ATT BYGGA OCH UNDERHÅLLA TEMPEL KANSKE
INTE FÖRÄNDRAR ERA LIV, MEN

ER TID I
TEMPLET
GÖR SÄKERLIGEN
DET.

President Russell M. Nelson,
generalkonferensen i oktober 2018.



SANTIDAD AL SEÑOR
LA CASA DEL SEÑOR

Hur vi kan höra Herrens röst under generalkonferensen

Äldste Neil L. Andersen
i de tolv apostlarnas kворum

Jag vittnar för er om att Jesus är Kristus, att han styr detta heliga verks angelägenheter och att generalkonferensen är ett av de mycket viktiga tillfällen då han ger vägledning till sin kyrka och till oss personligen.

När vi nu träffas under ledning av president Thomas S. Monson, förväntar vi oss att få höra "Herrens vilja, ... Herrens sinne, ... Herrens röst och Guds kraft till frälsning" (L&F 68:4). Vi litar på hans löfte: "Antingen genom min egen röst eller genom mina tjänares röst, ty det är detsamma" (L&F 1:38).

I tumultet och förvirringen i vår moderna värld är förtröstan och tron på orden från första presidentskapet och de tolv kворum avgörande för vår andliga tillväxt och uthållighet.

Vi kommer till generalkonferensen efter att ha bett och förberett oss. För många av oss finns det brådskande bekymmer och uppriktiga frågor. Vi vill förnya vår tro på vår Frälsare Jesus Kristus och stärka vår förmåga att stå emot frestelser och undvika distraktioner. Vi kommer för att få undervisning från höjden.

Jag lovar att när ni förbereder er ande och kommer med förväntan att ni ska få höra Herrens röst, så kommer tankar och känslor till er som är skraddarsydda speciellt för er.

Det finns en skatt av himmelsk vägledning i generalkonferensens budskap som väntar på att ni ska upptäcka den. Provet för oss alla är hur vi låter oss påverkas av det vi hör, det vi läser och det vi känner.

Jag lovar att när ni hör Herrens röst tala till er i lärdomarna från den här generalkonferensen, och när ni handlar enligt maningarna, kommer ni att känna himlens hand över er, och era egna och era närståendes liv kommer att välsignas. ■

Från ett tal under generalkonferensen i oktober 2017.

Pratar **engelska, franska, portugisiska** och **spanska**.

Bonjour

¿cómo estás?

Hello

OLÁ

Som förstaårselev vid Brigham Young University arbetade han som **fastighetsskötare och städade toaletterna** klockan fyra på morgonen, innan han gick till sina lektioner.



Äldste NEIL L. ANDERSEN



I high school var han med på en **elevrådskonferens** med tonåringar från 37 länder! Han berättade om kyrkan för andra.



Valdes som **vice elevrådsordförande** vid BYU.



Tyckte om att **spela basket** med familjen när han kom hem från jobbet.

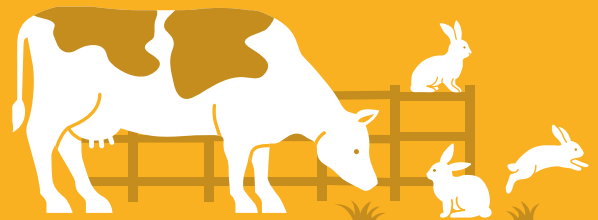


Tog examen vid **BYU** och vid Harvard School of Business.

Gift sig med Kathy Williams den 20 mars 1975 i **Salt Lake-templet**.



Växte upp på en **gård med mjölkdjur** i Pocatello, Idaho.



Ett av hans favoritjobb på gården var att **ta hand om kaninerna**.

Tog ut vart och ett av sina barn på **frukost en gång i månaden** så att han kunde ge var och en sin odelade uppmärksamhet.



Kallades att verka i **Frankrike-missionen** och verkade senare som president för Frankrike-missionen Bordeaux.



Inröstades i **de tolv apostlarnas kворum** i april 2009.



Föddes den 9 augusti 1951 i **Logan, Utah**.

Har **fyra barn** och **17 barnbarn**.



UNGA VUXNA

DYRKA GUD I TEMPLET

Läs om välsignelserna av att bära tempelklädnaden och försöka förstå dina tempelförbund bättre.

42

UNGDOMAR

HUR MAN KAN VETA VAD SOM ÄR SANT

52, 55

SÖNDAGSLEKTIONER

HUR SER ETT UNDERVERK UT I DAG?

60

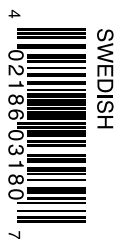
GENERALKONFERENSEN

ÄR DU REDO?

56, 64

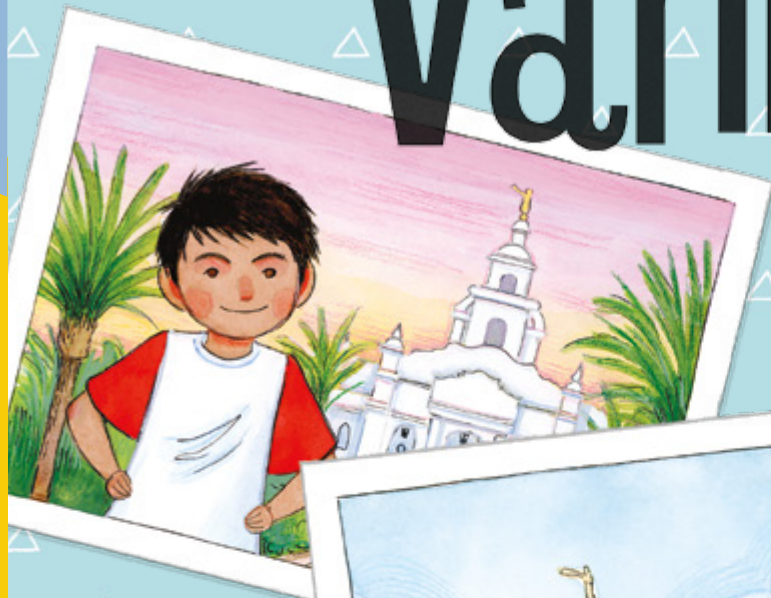


JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA



SWEDISH

Vännern



Ett nytt
tempel i
ITALIEN!

Se sidorna 8–11



Henry B. Eyring
andre rådgivare
i första presidentskapet

Att vara som Jesus

En söndag såg jag en grupp primärbarn sjunga:

*Jag vill gärna likna Jesus, jag vill i hans fotspår gå.
Jag vill vara god och vänlig, hans kärlek i hjärtat få.
Ibland gör jag fel och behöver hans tröst,
och jag alltid lyssnar när hans Ande viskar:
Älska varandra, som Jesus har sagt.
Han har sin kärlek i människan lagt.
Var vänlig och hjälpsam i handling och ord,
bad Jesus här nere på jord.*

Varje barn lutade sig framåt och satt nästan på kanten av sin stol. Jag såg ljuset i deras ögon och beslutsamheten i deras ansikten. Jesus Kristus var deras föredöme. Att bli som han var deras mål.

Vi kan alla bli som Frälsaren Jesus Kristus genom att följa hans evangelium. Jag hoppas att du söker efter möjligheter att göra det han gjorde och älska som han älskar. Det är genom kärlek han leder oss så att vi kan bli som han. Ingen av oss är fullkomlig än. Men vi kan veta att vi följer hans väg. Han leder oss och han vill att vi ska följa honom. ●

Anpassat från "Vårt fullkomliga föredöme", Liahona, nov. 2009, s. 70–73.



Hur kan du visa din kärlek till andra? Skicka oss en blomma till vår snällhetsträdgård! Mejla den till liahona@ldschurch.org.

Bergspredikan

Skripterna beskriver ett speciellt tal (eller "predikan") som Jesus höll som kallas Bergspredikan. Slå upp skriftställena nedan och para ihop dem med det som Jesus undervisade om.



Matteus 6:6-15



Matteus 5:44; 7:12



Matteus 5:14-16

Matteus 7:7-11



Matteus 5:2-11



Bönens kraft

Vem kan du be för i dag?

David Dickson

Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse

”Be för varandra” (Jak. 5:16).

Pappa ropade på alla att komma till datorn. Lucy släppte gosedjuret giraffen som hon lekte med och skyndade dit. Vad var det som hände? Var det dags att ringa farmor via internet?

Pappa pekade på skärmen. ”Jag ville visa er en del av ett tal från generalkonferensen.”

Lucy kisade med ögonen. Det var inte farmor. Det var president Eyring! Han var med i första presidentskapet.

Pappa tryckte på play. President Eyring talade om att vi ska stödja våra ledare i kyrkan. Han förklarade att kyrkans ledare behöver våra böner för dem.

”Det är därför vi ber för profeten, eller hur, pappa?” sa hennes lillebror David. Pappa och mamma nickade.

”Ja, det gör vi”, sa pappa. ”Men jag tänker också på vårt grenspresidentskap. Jag tror att president Alvarez och hans rådgivare också behöver våra böner.”

Lucy tyckte om president Alvarez och hans rådgivare. De var alltid snälla mot henne. Hon ville hjälpa dem!



”Jag ska be för dem”, sa Lucy. ”Och vi kan be för dem i våra familjeböner också!”

”Jag tycker att det är en jättebra idé”, sa mamma. ”Vi gör det!”

Under dagarna som följde försökte Lucy verkligen komma ihåg att be för grenspresidentskapet i sina böner. Det tog bara några sekunder till varje gång. Det var lätt!

På söndagen under sakramentsmötet

ställde president Alvarez sig upp efter psalmen.

Sedan sa han något som fick Lucy att spärra upp ögonen.

”Som grenspresidentskap vill vi tacka er för att ni ber för oss”, sa han.

”Vi har verkligen känt styrkan från de bönerna. Vi behöver verkligen er tro och era böner för att kunna utföra våra ämbeten. Tack!”

Lucy flinade. Hon tittade på pappa. Han log också. Hon kunde inte tro det! Hon var så glad att hon knappt kunde

sitta stilla. Hon lutade sig fram och drog i mammas ärm.

”Mamma!” viskade hon. ”Hörde du vad president Alvarez sa?!” Hon ville hoppa upp och ner. ”De fungerade! Våra böner fungerade verkligen!”

Efter kyrkan gick Lucy och hennes familj hem tillsammans.

”Gud hör verkligen våra böner”, sa mamma. ”Är det inte härligt att se hur mäktigt det är när en grupp personer ber för någon annan?”

Lucy kände sig



”När jag ber känner jag mig närmare min himmelske Fader och Jesus.”

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



varm och glad inuti. Hon och David skuttade nerför trottoaren medan mamma och pappa gick bakom dem. Hon visste att hennes himmelske Fader hade hört familjens böner. De gjorde verkligen skillnad. Bara genom att be!

Den kvällen gjorde Lucy sig redo för att be. Hon tänkte på sin primärlärare och andra ledare i kyrkan som kunde behöva några välsignelser till. Kanske skulle hon be för dem också! Lucy lade armarna i kors och böjde huvudet. Hon visste precis vad hon skulle säga. ●

Medan du lyssnar på generalkonferensen

Lyssna efter vart och ett av de här orden och fraserna under generalkonferensen och färglägg utrymmena när du hör dem.



Här i min stilla bön

Stilla ♩. = 48-58

Text och musik: Sally DeFord

1. I var - je ö - gon - blick, natt el - ler dag, min Fad - er är nå - ra i
2. Jag är så tack - sam för all - ting han ger. Jag kän - ner hans kär - lek, jag
3. När jag har tal - at med hör - bar - a ord, och när jag i hjärt - at har

var an - de - tag. Och han är mig när då jag visk - ar hans namn.
vet att han ser när jag är helt en - sam, be - höv - er en vän.
rop - at från jord har kär - lek - en rört mig. Hans löf - te är stort.

Till Coda ☺
Han är när i min stil - la bön, här i min stil - la

1. bön. 2. bön. Jag kan be till min Fad - er i

höjd när som helst, var som helst. När jag ber är han all - tid när,

D.C. al Coda
här i min stil - la bön.

☺ CODA
här i min stil - la bön.

Hej från Italien!

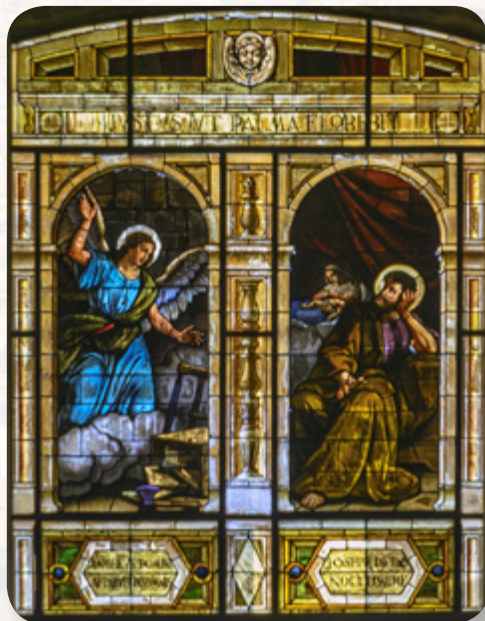


Jag heter Margo. Och jag heter Paolo. Vi reser världen runt för att lära oss om Guds barn. Häng med till Italien!

Italien ligger i södra Europa. På en karta ser det ut som en stövel! Över sextio miljoner människor bor där.



Vet du hur man säger "jag är ett Guds barn" på italienska? *Sono un figlio di Dio*. Den här flickan läser Mormons bok på italienska.



De flesta italienare tillhör katolska kyrkan. Några av deras trosuppfattningar skiljer sig från våra, men de tror på vår himmelske Fader, på Jesus Kristus och på den Helige Anden.



Före middagen tycker många italienska familjer om att gå på en kvällspromenad, eller *passeggiata*. De har fina kläder på sig och går runt torget tillsammans. De kanske till och med stannar till och äter gelato – italiensk glass. *Mmmm!*



Den här månaden öppnas ett tempel i Rom! Det tillkännagavs under generalkonferensen i oktober 2008. Det här blir Italiens första tempel.

Är du från Italien? Vi vill gärna höra från dig! Se omslagets baksida för att få veta hur du skriver till oss.

Tack för att du utforskade Italien med oss. Vi ses nästa gång! *Ciao!*



Många barn i Italien kommer hem från skolan för att äta med sin familj under *pausa pranzo* – lunchrasten. De kanske äter pasta eller ris och kött och grönsaker.

Möt några av våra vänner från Italien!



"Jag vet att Jesus lever och att han vägleder profeterna. Det är jätteviktigt att gå i kyrkan så att vi kan lära oss mer om Jesus. Jag har börjat läsa i Mormons bok varje dag, för jag vill lära mig mer om evangeliet."

Lorenzo B., 7 år, Piedmont, Italien



"När jag är nära templet tänker jag på Jesus och känner mig glad. Nu slipper vi äntligen åka i 12 timmar för att komma till templet. Nu kan jag komma till templet på bara 50 minuter! När jag blir 12 får jag åka och utföra dop i templet."

Olivia G., 8 år, Lazio, Italien

Marissa Widdison

Kyrkans tidningar

Baserad på en sann berättelse

"Jag längtar så till templet, en dag ska jag gå dit" (se Barnens sångbok, s. 99).

Gioele och Michele stirrade på byggplatsen på andra sidan gatan. De såg en massa stålbalkar och lager av cement.

"Det ser inte riktigt ut som ett tempel än", sa Gioele.

"Men en dag gör det det", svarade Michele.

Det här var första gången bröderna såg platsen där Roms tempel höll på att byggas. Nu behövde de och deras familj åka hela vägen till Schweiz för att besöka ett tempel. Men det skulle bara ta 30 minuter att åka till det nya templet!

Michele och Gioele såg på när de stora gula gräv-maskinerna flyttade på jordhögar.

Att se Roms tempel VÄXA



”Jag tror att spirorna ska vara där”, sa Michele och pekade på en plats framför byggnaden.

Gioele nickade. ”Titta! Pappa kommer”, sa han. Deras pappa hade sina vanliga arbetskläder på sig – kyrkkädder med en vit skyddshjälm. Han arbetade som elingenjör i templet. De tyckte om att höra vad han arbetade på varje dag. En dag, till exempel, berättade han att statyn av Kristus hade kommit. En annan gång berättade han om dopbassängen.

Den kvällen såg Michele till att han bad en bön och tackade sin himmelske Fader för templet. Det kändes varmt inombords när han bad om det.

Veckorna gick. De böjda tempelväggarna var täckta av tålig sten och två höga spiror sträckte sig mot himlen. Ett litet besökscenter byggdes i närheten. Ibland gick Gioele och Michele dit och tryckte ansiktena mot fönstret för att se vad som hade förändrats.

Så en dag fick de en glad överraskning.

”Skulle ni tycka om att se när statyn av ängeln Moroni sätts fast överst på templet?” frågade mamma. Alla byggarbetarnas familjer hade inbjudits att komma och titta.

Gioele och Michele kunde knappt tro det. De tyckte det var så spännande!

Nästa dag satte de på sig vita skjortor och slipsar. De gick runt templet med de andra familjerna. De fick till och med ta en bild med den gyllene ängeln Moroni. Den var jättestor!

Sedan började arbetarna flytta på statyn. Gioele såg den stora kranen försiktigt lyfta ängeln Moroni längst upp på en av spirorna. En drönare surrade omkring och filmade. Det var så coolt!

Gioele tänkte på alla som skulle lära sig mer om kyrkan när de besökte tempelområdet. Han tänkte på att så många skulle gifta sig där och hur andra skulle döpas för personer som har dött.

”Nu ser det ut som ett tempel”, sa han till sin bror. Michele log och nickade.

Bröderna var glada. Det kändes spännande att de snart skulle få gå in i templet. Deras vittnesbörd växte i takt med byggnaden. ●

Roms tempel invigs veckan den 10–12 mars!



Tiffany M. Leary

Det finns många sätt att säga "jag älskar dig" till familj och vänner! Spela det här spelet som grupp. Använd knappar eller småstenar som spelpjäser. Rulla en tärning, förflytta dig framåt och gör det som det står på platsen du hamnar på. ●

Många sätt att säga "jag älskar dig"

START

Säg något som du har gjort för att visa kärlek.

Berätta något som Jesus älskar dig. Gör att du vet att Jesus älskar dig.

Läs Markus 12:29-31.

Berätta något som gör att du vet att din himmelske Fader älskar dig.

Säg något som du ska göra för att visa kärlek här veckan.

Läs Johannes 13:34.

Ge någon en kram.

Berätta om en gång när någon visade dig kärlek.

Ge någon en kram.

Säg "jag älskar dig".

Läs Johannes 3:16.

Berätta om en gång när någon visade dig kärlek.

Sjung "Av kärlek sände Gud sin Son" (Psalmer, nr 122).

Berätta om en gång när någon visade dig kärlek.

Säg något som du ska göra för att visa kärlek här veckan.

Berätta om en gång när någon visade dig kärlek.



MÅL

Säg något som du ska göra för att visa kärlek den här veckan.

Rita så många hjärtan du kan på tio sekunder.

Forma ett hjärta med dina armar.

Berätta om en gång när någon visade dig kärlek.

Sjung "Älska varandra", (Psalmer, nr 198).

Säg något som du ska göra för att visa kärlek den här veckan.

Rita en teckning åt någon.

Ge någon en kram.

Forma ett hjärta med dina händer.

Säg "Jag älskar dig".

Ge en high five.

Ge en komplimang.

Berätta för vad du om hos eller he

Berätta om någon visade dig kärlek en gång när

Le ditt gladaste lende.

Sjung "Frälsare god" (psalmer, nr 202).

Skriv ett trevligt meddelande till någon du älskar.



Äldste Uchtdorf besöker Ryssland

*Apostlarna reser runt i världen för att tjäna folken
och lära dem om Jesus Kristus.*

Äldste Dieter F. Uchtdorf och syster Harriet Uchtdorf åkte till Ryssland för att hjälpa kyrkans medlemmar där. Innan äldste Uchtdorf var apostel flög han ofta till Ryssland som flygkapten. ●



Ryssland är ett jättestort land, och det har inte funnits ett tempel där tidigare. Förra året tillkännagav president Nelson att ett tempel skulle byggas där. Alla är så glada!



Först åkte äldste Uchtdorf till Moskva, Rysslands huvudstad. Människorna där var glada över att träffa honom och höra honom undervisa. Han sa att vi kan hjälpa andra att få veta om Jesus genom att tjäna dem.

Ryssland

S:t Petersburg

Moskva

Sedan åkte han till en stor stad som heter S:t Petersburg. I Ryssland kallas missionärerna "volontärer", och de tittar efter personer de kan hjälpa varje dag. De kan bara undervisa andra om evangeliet inne i ett av kyrkans möteshus. Äldste Uchtdorf åt middag med några av volontärerna som hade avslutat sina missioner och skulle åka hem.



Även om vi inte vet var eller när det nya templet ska byggas än, uppmanade äldste Uchtdorf alla i Ryssland att göra sig redo för dagen när det finns ett tempel där.



”Våra hjärtan måste vara redo för templet.”



GÖRA SIG REDO FÖR TEMPLET

Hur kan du förbereda dig för att besöka templet en dag?



Sätt upp en bild av templet i ditt rum.



Hitta någon i ditt släkträd som inte har blivit döpt än.



Prata om templet med någon som har varit inne i det.

Möt doktor Mattie

Jordan Monson Wright

Baserad på en sann berättelse

Året var 1873 och profeten – president Brigham Young – talade på generalkonferensen. ”Tiden har kommit”, sa han, ”för kvinnor att komma fram som läkare i de här dalarna bland bergen.”

Sextonåriga Martha (Mattie) Hughes blev överlycklig när hon hörde profetens ord. Hon visste att några skolor med läkarutbildning äntligen lät kvinnor bli läkare. Det var hennes dröm att bli läkare.

Men innan Mattie gick läkarutbildningen behövde hon förstås spara en massa pengar. Och ta examen från college. Det skulle ta lång tid. Och det skulle kräva hårt arbete. Det visste hon.

Men Mattie tänkte på sin lillasyster Annie som hade dött under färden med vagn till Utah. Det fanns ingen läkare som kunde hjälpa henne när hon blev sjuk. Sedan dog Matties pappa. Här i Salt Lake City kände Mattie många som var sjuka eller skadade. Om Mattie blev läkare kunde hon hjälpa dem.

Mattie bestämde sig för att ha tro. Profeten hade sagt att kvinnor skulle utbilda sig till läkare, och hon ville vara en av dem. Gud skulle hjälpa henne hitta ett sätt att kunna gå läkarutbildningen.



Mattie arbetade hårt för att spara pengar. Hon fick jobb som sättare för en dagstidning. Hon arrangerade försiktigt varje bokstav i varje ord i rätt ordning så att tidningen kunde tryckas. Efter jobbet gick Mattie kurser vid universitetet för att förbereda sig för läkarutbildningen.



Mattie gick en mil varje dag – mellan hemmet, arbetsplatsen och skolan! Hon hade tunga manskängor på sig eftersom hennes vanliga skor inte var stadiga nog att kliva i leran med. Hon önskade att hon kunde åka med spårvagnen som drogs av åsnor i stället för att gå, men hon sparade varje slant till skolan.

Mattie var orolig för att hon inte skulle kunna spara tillräckligt med pengar. Hon visste att hennes mamma och styvpappa skulle försöka hjälpa henne, men de hade andra barn att ta hand om. Vad kunde hon mer göra?

Mattie bestämde sig för att ha en penninginsamling och be vänner och församlingsmedlemmar att skänka det de kunde. De hjälpte gärna till. Mattie var bara den tredje kvinnan som hade följt president Youngs uppmaning, och de ville att hon skulle lyckas och bli läkare.

Efter penninginsamlingen hade Mattie tillräckligt för att kunna gå läkarutbildningen! Hon reste tvärs över landet till ett universitet och studerade flitigt.

Två år senare höll Mattie huvudet högt när hon marscherade in till examenspodiet för att ta emot sitt diplom. Hon var äntligen läkare! Hon hade aldrig tidigare varit så glad.

Mattie tittade ut över den jublande mängden främlingar. Ingen av hennes familjemedlemmar eller vänner hemifrån kunde vara där, men hon visste att de var stolta över henne. Snart skulle hon återvända hem för att ta hand om dem och lära dem det hon hade lärt sig.

När Mattie hade kommit tillbaka till Utah arbetade hon på Hjälpföreningens sjukhus i Salt Lake City. Hon älskade att vara nära Klippiga bergen! Och hon älskade sitt jobb som läkare. Hon hjälpte till att behandla sjukdomar, bota skador och höll till och med lektioner i hur man förlöser barn.

Det hade krävts hårt arbete för att bli läkare. Men hennes himmelske Fader älskade henne och hade hjälpt henne. Nu skulle Mattie tillbringa resten av sitt liv med att hjälpa andra. Författaren bor i Michigan, USA. ●



Martha "Mattie" Hughes Cannon (1857–1932) var pionjär, läkare och politiker. Hon var den första kvinnan i USA som valdes till senator. Hon arbetade hårt för att göra livet bättre för andra.



Äldste
Massimo De Feo
i de sjuttios kvorum

En lärdom från mina föräldrar



missionärerna. Efter en tid döptes vi och konfirmerades. Jag var 10 år och Alberto var 11.

När jag var 18 år bad jag pappa hjälpa till att

betala för min mission. Först sa han: "Inte en chans. Det är för mycket pengar." Men några dagar senare frågade han mig: "Vill du verkligen gå ut som missionär?" Och jag sa: "Ja. Av hela mitt hjärta." Pappa sa att han skulle hjälpa mig.

Jag förstod inte varför pappa tänkte betala så mycket pengar för min skull. Sedan insåg jag att det var för att han älskade mig. Det fick mig att tänka på Jesus Kristus offer för oss. Han betalade det högsta priset därför att han älskar oss.

När jag kom tillbaka från min mission var mamma mycket sjuk i cancer. En dag bad hon mig att lära henne hur man ber. Hon ville be för mig. Fastän hon led av smärtor tänkte hon på andra. Hon påminde mig också om Jesus. När han sonade våra synder led han av svår smärta.

Men han bad för oss.

Fastän mina föräldrar inte blev medlemmar i kyrkan i det här livet, var de goda exempel för mig. Jag är tacksam för det jag lärde mig av dem. Vi kan lära oss mycket av våra föräldrar, lärare och ledare om vi är öppna för det som de lär oss. ●

Jag växte upp i ett litet samhälle i södra Italien. Min familj var inte medlemmar i kyrkan. En dag när jag var nio år knackade två missionärer på vår dörr.

Mina föräldrar var inte intresserade av vad missionärerna hade att säga, men det var jag. Likaså min bror Alberto. Våra föräldrar lät oss fortsätta träffa

Visa och berätta



Vi firade Primärs årsdag genom att ha en talangshow med hjälp av våra familjer och missionärerna. Varje familj framförde en berättelse från Mormons bok.

Primäraktivitet, Cali stav i Colima, Colombia

Mitt dop var mycket speciellt. Jag bad tillsammans med mamma om att pappa skulle låta mig döpas. Min himmelske Fader besvarade min bön och pappa gav mig tillåtelse. Jag döptes och är nu mycket glad över att tillhöra den enda sanna kyrkan på jordens yta, Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga. Mitt vittnesbörd stärks varje dag när jag lär mig mer om min himmelske Fader.

Amy V., 9 år, El Oro, Ecuador



Min lillebror och min storasyster bråkade. Jag påminde dem om att Jesus har lärt oss att inte bråka. Det kändes bra att vara ett gott exempel.

Tequan K., 10 år, Lusaka, Zambia

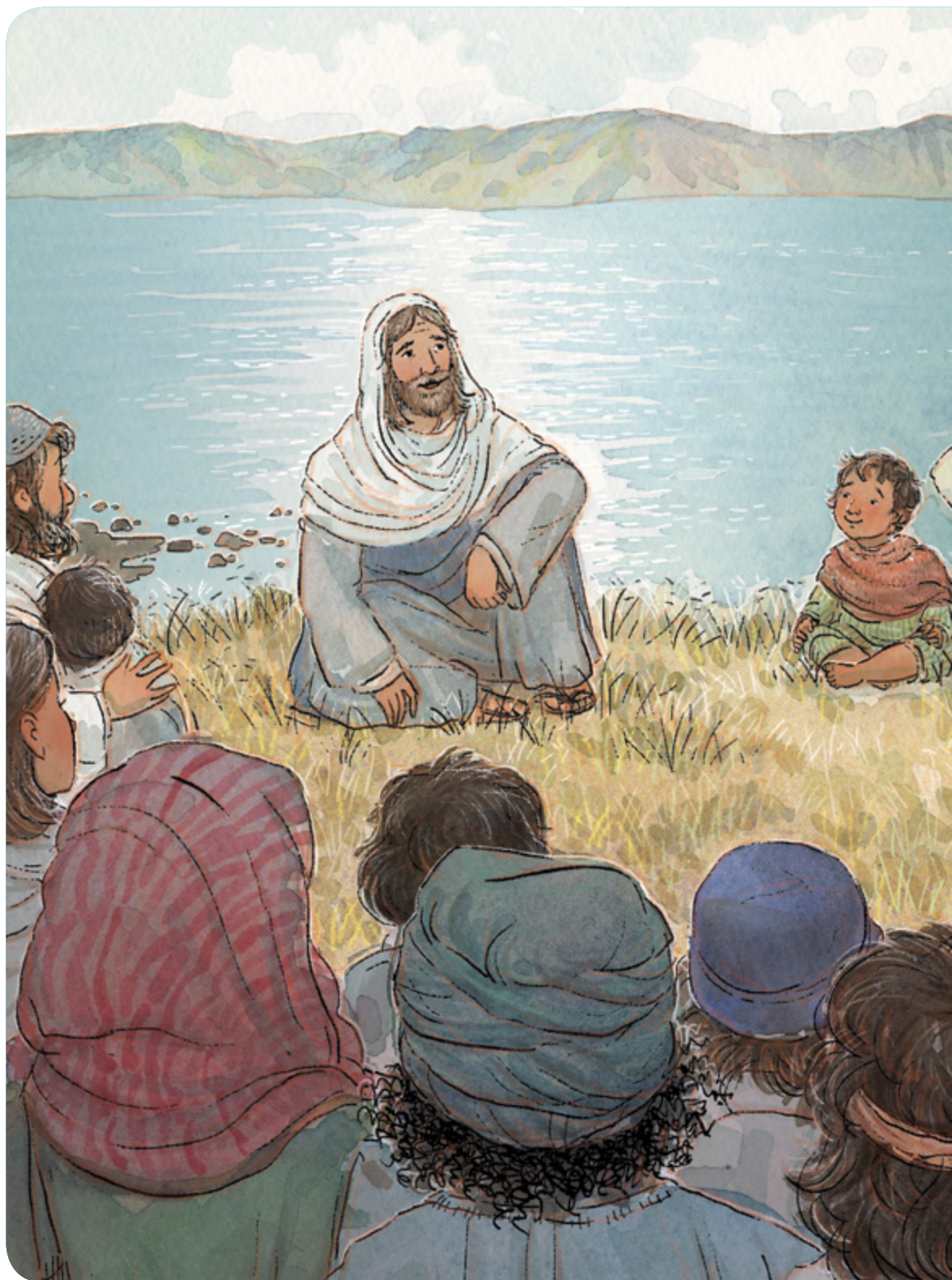


Vi lärde oss om Guds vapenrustning, Trosartiklarna, kyrkans ledare, böckerna i Mormons bok och Lehis dröm.

Primäraktivitet, Santiago distrikt, Spanien

Jesus undervisade om bön

Jesus undervisade på en kulle nära en sjö. Han talade om att vara snäll. Han talade om att vara ett gott exempel. Han undervisade också om bön.





Jesus sa att vi ska prata med vår himmelske Fader i bön.

Vi kan tacka Gud för vad vi har. Vi kan be honom om sådant som vi behöver.

Vi kan be om att vi ska kunna förlåta andra. Vi kan be Gud förlåta oss. Vi kan be om att vi ska kunna göra bra val.



Jag kan vara som Jesus. Jag kan be till min himmelske Fader varje dag. ●

Du kan läsa om när Jesus undervisar om det här i Matteus 6:5-13.

Jag kan be



Kära föräldrar

Läsning är en värdefull färdighet som kan öppna många dörrar. Här är några förslag på hur ni kan använda *Vännen* för att hjälpa andra att lära sig läsa.

- Använd illustrationer. Be ditt barn beskriva vad de ser och sedan hitta den del av berättelsen när de läser eller lyssnar.
- Läs berättelser högt och låt barnen följa med, med ett finger.
- När de ser ett nytt ord kan ni förklara vad det betyder och låta dem skriva ner det så att de kan öva på det senare.
- Ställ frågor om berättelserna för att hjälpa dem förstå. "Hur känner Lucy sig just nu?" "Vad sa Jesus om bönen?" "Vad tror du händer efter det här?"
- Prata om berättelsen när ni har läst klart. Be ditt barn berätta för dig vad som hände. Vad lärde de sig? Vad tyckte de om i berättelsen?

Vi vill gärna höra dina tankar om hur man kan använda de här berättelserna för att undervisa andra!

New Friend section

50 E. North Temple St., Room 2393

Salt Lake City, UT 84150, USA

liahona@ldschurch.org

Med varma hälsningar,

Vännen



**Hitta Liahonan som är gömd
i tidningen!**

PÅ OMSLAGET TILL *VÄNNEN*
Illustration Natalie Hoopes

INNEHÅLL

- V2** Från första presidentskapet: Att vara som Jesus
- V3** Bergspredikan
- V4** Börens kraft
- V6** Roliga sidan: Medan du lyssnar på generalkonferensen
- V7** Sång: Här i min stilla bön
- V8** Hej från Italien!
- V10** Att se Roms tempel växa
- V12** Många sätt att säga "jag älskar dig"
- V14** Apostlar runt om i världen: Äldste Uchtdorf besöker Ryssland
- V16** Modiga förebilder: Möt doktor Mattie
- V18** En lärdom från mina föräldrar
- V19** Visa och berätta
- V20** Följa Jesus: Jesus undervisade om bön
- V23** Färgläggningssidan: Jag kan be