

OKT. '19

*Generalkonferanse*  
**NOTATBOK**

---

DIN GUIDE TIL FORBEREDELSE TIL OG LÆRING FRA GENERALKONFERANSEN

ET VEDLEGG TIL LIAHONA

## NOTATBOKEN DIN KAN VÆRE NYTTIG TIL:

*Kom, følg med meg, for  
søndagsskolen, Seminar  
og ditt personlige og  
familiens studium*

## FOR Å SE DEN DIREKTESENDT:

### LØRDAG 5. OKTOBER

FORMIDDAGENS MØTE:  
Kl. 10:00 lokal tid i Utah

ETTERMIDDAGENS MØTE:  
Kl. 14:00 lokal tid i Utah

KVINNENES FELLESMØTE:  
Kl. 18:00 lokal tid i Utah

### SØNDAG 6. OKTOBER

FORMIDDAGENS MØTE:  
Kl. 10:00 lokal tid i Utah

ETTERMIDDAGENS MØTE:  
Kl. 14:00 lokal tid i Utah

## TRENGER DU FLERE EKSEMPLARER?

Du kan laste ned og skrive  
ut denne notatboken på  
[conference.Churchof  
JesusChrist.org](https://conference.ChurchofJesusChrist.org).

## DEL DINE NOTATER

Send dem på e-post til  
[liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org).

Du kan delta på  
**conference.Churchof  
JesusChrist.org**

© 2019 by Intellectual Reserve, Inc.  
All rights reserved.

Utskrift av dette heftet er tillatt til personlig, ikke-kommersiell bruk. Dette innbefatter tillatelse til at menighetsledere kan skrive ut et lite antall eksemplarer til dem de har ansvar for i kraft av sitt kall. Kun komplette hefter må skrives ut. Dette innbefatter ikke tillatelse til å distribuere eller legge det ut på Internett, eller bruke det til andre formål. All annen bruk av dette materialet krever tillatelse.

[permissions.ChurchofJesusChrist.org](https://permissions.ChurchofJesusChrist.org)



## **GENERALKONFERANSEN ER EN FANTASTISK ANLEDNING TIL Å SØKE OG MOTTA PERSONLIG ÅPENBARING.**

Vil du ha en super generalkonferanse-læringsopplevelse? *Forbered deg* til konferansen på forhånd, *lytt* i løpet av konferansen, og *studer* etterpå. Du vil komme nærmere din himmelske Fader og åpne dørene til personlig veiledning. Bruk denne konferansen som en hjelp til å søke svar og lære hva du kan gjøre for å vokse åndelig.

### **PÅ INNSIDEN:**

Forberedelse begynner her .....	2	Skriv ned inspirasjon.....	8
Det første presidentskap og De tolv apostlers quorum.....	3	Mottatt inspirasjon.....	26
Spørsmål og svar .....	4	Temaer du la merke til.....	27
Lag et konferansespill.....	6	Hva jeg vil gjøre .....	28
		Mitt vitnesbyrd.....	29

# *Forberedelse* **BEGYNNER HER.**

---

Generalkonferansen er en flott mulighet til å få inspirasjon og veiledning. Du vil få en enda bedre opplevelse når du forbereder deg på forhånd til å få personlig åpenbaring. Begynn å forberede deg!

BA DU FOR  
TALERNE OG  
KIRKENS LEDERE?

HAR DU TENKT  
PÅ SPØRSMÅL DU  
SØKER SVAR PÅ?

## DET FØRSTE PRESIDENTSKAP

Oppholdt 14. januar 2018



**PRESIDENT  
DALLIN H. OAKS**

*Førsterådgiver  
oppholdt som apostel: 1984*



**PRESIDENT  
RUSSELL M. NELSON**

*Kirkens president  
oppholdt som apostel: 1984*



**PRESIDENT  
HENRY B. EYRING**

*Annenrådgiver  
oppholdt som apostel: 1995*

## DE TOLV APOSTLERS QUORUM



**PRESIDENT  
M. RUSSELL BALLARD**

*oppholdt: 1985*



**ELDSTE  
JEFFREY R. HOLLAND**

*oppholdt: 1994*



**ELDSTE  
DIETER F. UCHTDORF**

*oppholdt: 2004*



**ELDSTE  
DAVID A. BEDNAR**

*oppholdt: 2004*



**ELDSTE  
QUENTIN L. COOK**

*oppholdt: 2007*



**ELDSTE  
D. TODD CHRISTOFFERSON**

*oppholdt: 2008*



**ELDSTE  
NEIL L. ANDERSEN**

*oppholdt: 2009*



**ELDSTE  
RONALD A. RASBAND**

*oppholdt: 2015*



**ELDSTE  
GARY E. STEVENSON**

*oppholdt: 2015*



**ELDSTE  
DALE G. RENLUND**

*oppholdt: 2015*



**ELDSTE  
GERRIT W. GONG**

*oppholdt: 2018*



**ELDSTE  
ULISSES SOARES**

*oppholdt: 2018*

# SPØRSMÅL OG SVAR:

Skriv ned spørsmålene du har i ditt liv som du ønsker å få veiledning til. Skriv så ned dine svar og inntrykk i løpet av konferansen.

**MITT SPØRSMÅL:**

**SVAR:**

**MITT SPØRSMÅL:**

**SVAR:**

MITT SPØRSMÅL:

SVAR:

**KRISTUS ER HJELPEREN OG TRØSTEREN. HANS VEIER FØRER  
TIL GLEDE OG HÅP – TIL SYVENDE OG SIST, OG ALLTID.**

Eldste Dale G. Renlund<sup>1</sup>

MITT SPØRSMÅL:

SVAR:

# LAG ET KONFERANSESPILL



Vil du hjelpe deg selv til å fokusere på konferansen – og samtidig ha det litt moro? Lag ditt eget konferansespill!

Før konferansen, skriv et emne i hver firkant. Lytt etter disse emnene mens du ser konferansen, og dekk over firkanten med en brikke når emnet blir nevnt. Du kan bruke hva som helst som brikke, men prøv gjerne med et sukkertøy eller en sjokoladebit hvis du vil ha litt ekstra moro! Velg dine egne vinner-mønstre – fem vannrett, loddrett eller diagonalt, fire hjørner, de ni i midten osv.

Hvert medlem av familien kan lage sitt eget spillbrett. Vinneren får spise sukkertøybrikkene sine. Og det aller beste er at straks noen vinner, kan dere begynne på nytt! Lag mer enn ett brett hvis du vil gjøre det litt vanskeligere.

Trenger du forslag til emner? Tenk på ting som “tempel”, “Kom, følg med meg”, “omvendelse” eller når en taler blir nevnt ved navn av en annen taler.

**KJÆRLIGHET HELLIGGJØRES  
GJENNOM OFFER.**

Av Cristina B. Franco<sup>2</sup>





# *Skriv inspirasjon* **NED.**

---

Nå som konferansen endelig er her, lytt etter svar. Skriv ned tilskyndelser, se etter lovede velsignelser og vær spesielt oppmerksom på de tingene du føler deg tilskyndet til å arbeide med. Noter sitater som inspirerer deg, og skriv ned budskap som gjør spesielt inntrykk på deg.

# NOTATER:

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnes fellesmøte | prestedømsmøtet

FAVORITTSITAT:



# NOTATER:

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

**I TIDEN FREMOVER VIL DET IKKE VÆRE MULIG Å  
OVERLEVE ÅNDELIG UTEN DEN HELLIGE ÅNDS  
VEILEDENDE, RETTLEDENDE, TRØSTENDE OG  
KONSTANTE INNFLYTELSE.**

President Russell M. Nelson<sup>3</sup>

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnenes fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**



# NOTATER:

**DU KAN SELV LÆRE – AKKURAT NÅ I DIN ALDER – HVORDAN DU KAN MOTTA PERSONLIG ÅPENBARING. OG INGENTING VIL UTGJØRE EN STØRRE FORSKJELL I LIVET DITT ENN DET!**

*-President Russel M. Nelson<sup>4</sup>-*

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnes fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**

# NOTATER:

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**



**VI KAN BLI KJENT MED HERREN OG SETTE VÅR LIT  
TIL HAM NÅR VI "NYT[ER] KRISTI ORD".**

Søster Bonnie H. Cordon<sup>5</sup>

**FAVORITTSITAT:**



# NOTATER:

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

# ET OPPRIKTIG ØNSKE OG VERDIGHET INVITERER ÅPENBARINGENS ÅND I VÅRT LIV.

Eldste David A. Bednar<sup>6</sup>

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnenes fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**



# NOTATER:

**ÅPENBARING KOMMER NESTEN ALLTID  
SOM SVAR PÅ ET SPØRSMÅL.**

Eldste Jeffrey R. Holland<sup>7</sup>

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinners fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**

# NOTATER:

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

**FOR Å MOTTA PERSONLIG ÅPENBARING MÅ VI PRIORITERE  
Å ETTERLEVE EVANGELIET OG OPPMUNTRE TIL TROFASTHET  
OG ÅNDELIGHET I ANDRE SÅ VEL SOM I OSS SELV.**

Eldste Ronald A. Rasband<sup>8</sup>

**FAVORITTSITAT:**

# NOTATER:

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**



# DU HAR EVNEN TIL Å MOTTA ÅPENBARING OG FØLGE DEN UTEN FRYKT.

President Henry B. Eyring<sup>9</sup>

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnenes fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**

# NOTATER:

**ÅPENBARING ER EN REALITET. DEN KOMMER PÅ HERRENS  
MÅTE OG I HENHOLD TIL HERRENS TIMEPLAN.**

President Dallin H. Oaks<sup>10</sup>

**LOVEDE VELSIGNELSER:**

**HVA VIL JEG GJØRE NÅ?**

MÅNED  
1 2 3 **4** 5 6 7 8 9 **10** 11 12

MØTE  
1 2 3 4 5

TYPE MØTE  
felles | kvinnenes fellesmøte | prestedømsmøtet

**FAVORITTSITAT:**

# MOTTATT *inspirasjon.*

---

Nå som konferansen er over, hva nå? Følte du deg inspirert til å forandre noe eller gjøre noe annerledes i ditt liv? Bruk litt tid på å organisere tankene dine, lage en plan, og deretter handle ifølge den.

## EKSEMPEL PÅ HANDLINGSPLAN:

1. Åndelig sett pusse opp rommet mitt
2. Skrive regelmessig i dagboken

## Eksempler på temaer:

- Hjemme-sentrert læring i evangeliet
- Tempelarbeid
- Å følge Frelseren

## MÅL

Hvordan skal jeg forbedre meg?

# TEMAER

## DU LA MERKE TIL

Hva gjorde sterkest inntrykk på deg? Skriv ned noen av disse temaene, og tenk på hva de betyr personlig for deg og ditt liv.

TEMA:



NEVNT AV:



DET JEG LÆRTE:



TEMA:



NEVNT AV:



DET JEG LÆRTE:



# DET JEG VIL GJØRE

Bruk litt tid på å gå igjennom notatene dine etter konferansen. Skriv ned det du føler deg inspirert til å gjøre, eller lag en liste over mål du vil arbeide med.

## MITT VITNESBYRD

*Hvordan vokste mitt vitnesbyrd i løpet av denne konferansen?*

### NOTES

1. Dale G. Renlund, "Velg i dag", *Liahona*, nov. 2018, 105.
2. Cristina B. Franco, "Gleden ved uselvvisk tjeneste", *Liahona*, nov. 2018, 57.
3. Russell M. Nelson, "Åpenbaring for Kirken, åpenbaring for vårt liv", *Liahona*, mai 2018, 93.
4. Russell M. Nelson, "Sions ungdom, kom nå alle", (verdensomspennende andakt for ungdom, 3. juni 2018), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
5. Bonnie H. Cordon, "Sett din lit til Herren og stol ikke på din forstand", *Liahona*, mai 2017, 6.
6. David A. Bednar, "Åpenbaringens ånd", *Liahona*, mai 2011, 87.
7. Jeffrey R. Holland, "Kast derfor ikke bort deres frimodighet", *Liahona*, juni 2000, 39.
8. Ronald A. Rasband, "Vær ikke bekymret", *Liahona*, nov. 2018, 20.
9. Henry B. Eyring, "Herren leder sin kirke", *Liahona*, nov. 2017, 82.
10. Dallin H. Oaks, "I Hans egen beleilige tid, på Hans egen måte", *Liahona*, aug. 2013, 27.
11. Dieter F. Uchtdorf, "To prinsipper for enhver økonomi", *Liahona*, nov. 2009, 58.

## **INSPIRASJON TIL DEG!**

Skriftene og vår tids apostlers og profeters ord er kildene til visdom, guddommelig kunnskap og personlig åpenbaring for å hjelpe oss til å finne svar på alle livets utfordringer.

ELDSTE DIETER F. UCHTDORF<sup>11</sup>

---

## TRENGER DU FLERE EKSEMPLARER?

Last ned og skriv ut denne notatboken på [conference.ChurchofJesusChrist.org](https://conference.ChurchofJesusChrist.org).

JESU KRISTI  
KIRKE

AV SISTE DAGERS HELLIGE