

Liahona



**Het 'cobra-effect' en
veerkrachtige kinderen
opvoeden, p. 12**

**'We knoopten elke maand de
eindjes aan elkaar ...' p. 18**

**Een les over geestelijk welzijn
dankzij een dode sequoia, p. 26**

**Drie lessen over de Geest
ontvangen en herkennen, p. 36**



DE
KERK
IS HIER

Praia

Kaapverdië



FOTO GETTY IMAGES

Weetjes over de kerk in Kaapverdië:



Tempel aangekondigd die in Praia wordt gebouwd

Leden van de kerk



14.205

42



Kerkgemeentes

Voltijdzendingen

100+



9



Van de 10 eilanden zijn bewoond. Op alle 9 wonen leden en zendingen.

Mijl (560 km)
van de westkust
van Afrika



1989 Eerste zendingen komen aan

1991 Leden van Kaapverdië beginnen zendingsoproepen te ontvangen

1994 Kaapverdië voor de verkondiging van het evangelie gewijd

2012 Eerste ring georganiseerd



Meer informatie over de kerk op allerlei locaties is te vinden op history.ChurchofJesusChrist.org/GlobalHistories.



Hoe de Geest u kan
(en zal) helpen bij uw
bediening

8



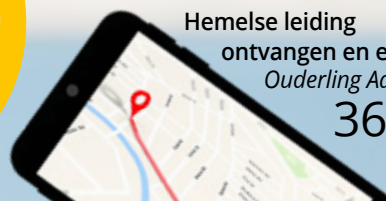
Veerkracht
– geestelijke
wapenrusting
voor heden-
daagse jongeren
*Ouderling Lynn G.
Robbins*

12



**Zendbrief van
een apostel**
*President M.
Russell Ballard*

26



**Hemelse leiding
ontvangen en erkennen**
Ouderling Adilson de Paula Parrella

36

Veerkracht is een deugd

Toen ik van 1994 tot 1997 als zendingspresident in Uruguay werkzaam was, vergeleek ik zendingswerk vaak met college lopen aan een universiteit. Ik zei tegen de zendingen dat een zending te vergelijken is met gevorderde lessen op het gebied van verschillende deugden, zoals ijver en geduld, waardoor ze zich op hun toekomst als huwelijkspartners en ouders konden voorbereiden.

Helaas zijn sommige jongeren tegenwoordig niet op de harde lessen van het leven voorbereid. Het ontbreekt ze aan veerkracht. We zien dat gebrek aan veerkracht onder nieuwe studenten, nieuwe militairen en soms zelfs onder onze voltijdzendingen.

Als ouders hebben we onze kinderen lief. En we hebben het beste met ze voor. We willen dat ze een gemakkelijker leven hebben dan wij. Maar wij, en de maatschappij waarin we leven, dragen soms onbedoeld bij aan het verminderen van hun veerkracht.

Gelukkig is er een tegengif. Dat tegengif vinden we in de toepassing van krachtige evangeliebeginselen, waardoor onze jongeren meer op de Heiland kunnen gaan lijken (zie Lukas 2:52). Wanneer we deze beginselen, die ik vanaf pagina 12 zal bespreken, accepteren en toepassen, weet ik dat de Heer ons zal helpen om de jonge mannen en jonge vrouwen te versterken die Hij heeft bewaard om de hedendaagse moeilijkheden het hoofd te bieden.

Ouderling Lynn G. Robbins
van de Zeventig



Inhoud

- 5 Hoe zorgen we dat kinderen veerkrachtiger worden?** 
6 Geloofsportret 
Debbie Cole – Leinster (Ierland)
Het evangelie heeft haar een eeuwig perspectief gegeven en de kracht om haar aanranding te boven te komen.
- 8 Beginselen voor uw bediening**
Hoe de Geest u kan (en zal) helpen bij uw bediening
De Geest kan ons bij onze bediening leiden. Deze zes suggesties kunnen nuttig zijn.
- 12 Veerkracht – geestelijke wapenrusting voor hedendaagse jongeren**
Ouderling Lynn G. Robbins
Als we de keuzevrijheid van onze kinderen respecteren, kunnen ze veerkracht ontwikkelen.
- 18 Zegeningen van zelfredzaamheid** 
De cursus die onze koers veranderde
Broeder en zuster Rubio kregen dankzij een zelfredzaamheidscursus meer controle over hun financiën.
- 20 Mijn conferentienotities** 
Algemene aprilconferentie 2019
- 22 Onder heiligen der laatste dagen** 
Een zendeling voelt de liefde van zijn moeder door een waszak; hedendaagse Samaritanen helpen een vrouw in nood; een vriendschap groeit door een crisis; een man wordt door muziek met zijn voorouders verbonden.
- 26 Zendbrief van een apostel**
President M. Russell Ballard
Leiding van een profeet voor deze tijd.
- 32 Het woord en de wil van de Heer**
In dit uittreksel uit *Heiligen* deel 2 ondervinden de pioniers moeilijkheden in Winter Quarters, en groeit de kerk op de eilanden in de Zuidelijke Stille Oceaan.
- 36 Hemelse leiding ontvangen en erkennen**
Ouderling Adilson de Paula Parrella
We hebben meer dan ooit geestelijke kracht nodig. Lees hoe u ingevingen kunt ontvangen en herkennen.

 Weglezertjes



Op de omslag
Foto Pixdeluxe/Getty Images

Katernen

Jongvolwassenen

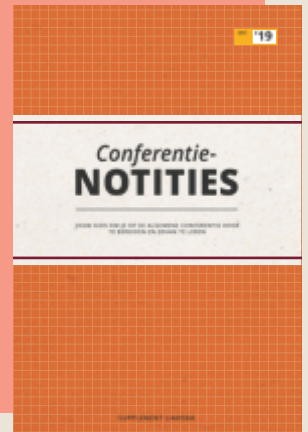
40

We willen heel graag perfect zijn, maar **perfectie-nisme schept een afstand tussen ons en God** en beperkt ons eeuwige perspectief. Lees hoe jongvolwassenen **perfect-ionisme overwinnen** en zo een betere discipel worden.



Jongeren

Bereid je met deze **Conferentie-notities** op de algemene conferentie voor.



Kinderen

Vriend

Leer hoe je beter met anderen kunt omgaan. Speel een spel waardoor je beter naar de algemene conferentie kunt luisteren. En ontdek waarom **eerlijkheid** belangrijk is.

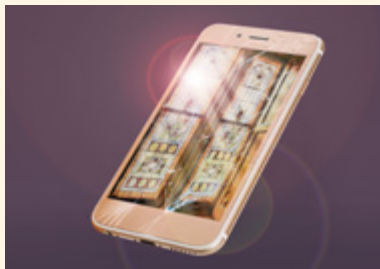


DIGITALE ARTIKELEN SEPTEMBER

**Je hoeft niet altijd op antwoord te wachten**

Leah Barton

Een ervaring met het vermogen om zonder duidelijke persoonlijke openbaring te kiezen en te handelen.

**Kon ik in mijn rommelige huis de Geest voelen?**

Een jongvolwassene beseft dat ze de invloed van de Geest ook kan voelen als niet alles helemaal perfect is.

**Jij: een werk in uitvoering**

David Dickson

Zo heb ik perfectionisme overwonnen.

**Zelfs met je tekortkomingen kun je een echte man of vrouw Gods zijn**

Een jongvolwassene vindt hoop wanneer hij moeite heeft om een 'man Gods' te worden.

MEER WETEN

In de app Evangeliebibliotheek en op liahona.ChurchofJesusChrist.org kun je:

- De huidige en eerdere uitgaven lezen.
- Artikelen vinden die alleen digitaal beschikbaar zijn.
- Je studie met digitale hulpmiddelen verbeteren.
- Favoriete artikelen en video's delen.
- Artikelen downloaden of afdrucken.
- Naar je favoriete artikelen luisteren.

NEEM CONTACT MET ONS OP

Stuur je vragen en opmerkingen via e-mail naar liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Stuur je geloofsversterkende verhalen in op liahona.ChurchofJesusChrist.org of verstuur ze per post naar:

Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT, 84150-0023, VS

SEPTEMBER 2019 JAARGANG 119
NUMMER 9
LIAHONA 18609 120

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

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

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

Redacteur: Randy D. Funk

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

Algemeen directeur: Richard I. Heaton

Directeur kerktijdschriften: Allan R. Loyborg

Zakelijk manager: Garff Cannon

Hoofdredacteur: Adam C. Olson

Assistent-hoofdredacteur: Ryan Carr

Publicatie-assistente: Camila Castrillón

Teksten en redactie: Maryssa Dennis, David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Aaron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Redactiestagiaire: Alexandra Palmer

Leidinggevend artdirector: J. Scott Knudsen

Artdirector: Tadd R. Peterson

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

Stagiaire vormgeving: Sofia Spannaus

Coördinatrice intellectueel eigendom: Collette Nebeker Aune

Productiemanager: Jane Ann Peters

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

Drukvoorbereiding: Joshua Dennis

Directeur drukwerk: Steven T. Lewis

Directeur distributie: Nelson Gonzalez

Postadres: *Liahona*, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

De *Liahona* (een woord uit het Boek van Mormon dat 'kompas' of 'aanwijzer' betekent) verschijnt in de volgende talen: Albanees, Armeens, Bahasa Indonesia, Bislama, Bulgaars, Cambodjaans, Cebuano, Chinees, Chinees (vereenvoudigd), Deens, Duits, Engels, Ests, Fij, Fins, Frans, Grieks, Hongaars, IJslands, Italiaans, Japans, Kiribati, Koreaans, Kroatisch, Lets, Litouws, Malagasi, Marshallees,

Mongools, Nederlands, Noors, Oekraïens, Pools, Portugees, Roemeens, Russisch, Samoaans, Sloveens, Spaans, Tagalog, Tahitiaans, Thai, Tongaans, Tsjechisch, Urdu, Vietnamees en Zweeds. (De frequentie verschilt per taal.)

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

Auteursrecht: tenzij anders aangegeven, mag materiaal in de *Liahona* voor eigen, niet-commercieel gebruik (waaronder kerkroepingen) gekopieerd worden. Dat recht kan op elk moment ingetrokken worden. Beeldmateriaal mag niet gereproduceerd worden als de bronvermelding dat aangeeft. Auteursrechtelijke vragen kunt u richten aan het Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, VS; e-mailadres: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada: September 2019 Vol. 119 No. 9.

LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: +1 800 537 5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.ChurchofJesusChrist.org. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

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

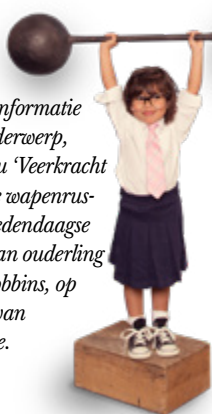


HOE ZORGEN WE DAT KINDEREN VEERKRACHTIGER WORDEN?

De oorspronkelijke definitie van het woord *veerkracht* heeft te maken met het vermogen van een materiaal om zijn originele vorm weer aan te nemen, nadat het gebogen, uitgerekt of samen-geperst is. Tegenwoordig beschrijven we met dat woord ons vermogen om na tegenspoed te herstellen. [...]

'Kinderen die veerkracht ontwikkelen, geloven dat ze hun toekomst door inspanning, verbeeldingskracht, kennis en vaardigheden kunnen beïnvloeden en zelfs in de hand hebben. Ze richten zich liever op wat ze *wél* kunnen dan op wat ze *niet* in de hand hebben.' (Lyle J. Burrup, 'Veerkrachtige kinderen opvoeden', *Liahona*, maart 2013, 11.)

Voor meer informatie over dit onderwerp, raadpleegt u 'Veerkracht – geestelijke wapenrusting voor hedendaagse jongeren' van ouderling Lynn G. Robbins, op pagina 12 van deze uitgave.

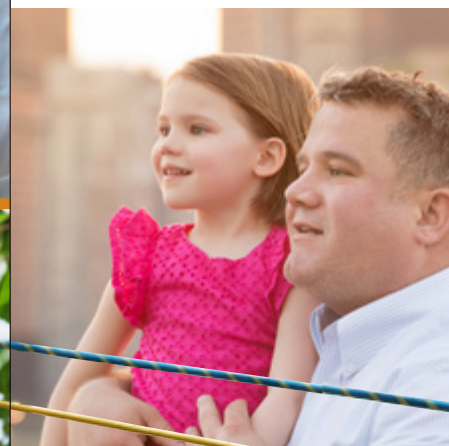


Geef aan dat succes door hard werken en opoffering wordt bereikt.

Geef aan dat falen tijdelijk is en dat we de kans krijgen om ervan te leren.

Geef ze consequent beloningen voor de daden en houding die u wilt bevorderen.

Vertel uw **kinderen** dat ze **veel waard zijn** omdat ze zoons en dochters van God zijn.



Prijs ze voor hun inspanningen.

Bespreek de regels en verbind logische, redelijke gevolgen aan het gedrag, die respectvol naar zowel ouder als kind zijn.



Debbie Cole

Leinster (Ierland)



Debbie werd in 1989 op 19-jarige leeftijd aangerand. Vastbesloten om haar leven niet door dit voorval te laten ruïneren, hield Debbie (op de foto met haar dochter) zich vast aan haar geloof en ging ze als vrijwilliger andere slachtoffers van seksueel misbruik ondersteunen, en zich inzetten voor een wetgeving die anderen tegen zedendelinquenten beschermt.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAAF

Het is bijna onmogelijk om uit te leggen aan iemand die het zelf niet heeft meegemaakt hoe het voelt om een seksueel trauma door te maken. Zo'n ervaring blijft je altijd bij, je vergeet het nooit. Er zijn dagen dat iets de herinnering oproept en je je kracht, vertrouwen en veiligheid onder je weg voelt zakken.

Het enige wat ik op die momenten kan doen, is op mijn knieën gaan en met mijn hemelse Vader praten. Ik weet zonder enige twijfel dat Hij mijn gebeden hoort en verhoort. Mijn afkomst is goddelijk, en dat geeft mij de kracht om door te gaan als het leven zwaar wordt.

Ook de wetenschap dat mijn Heiland van me houdt, geeft me hoop en focus. Ik vind het geweldig wat ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Het is voor u niet mogelijk om verder in de duisternis weg te zakken dan het oneindige licht van Christus' verzoening kan schijnen.' ('De arbeiders in de wijngaard', *Liahona*, mei 2012, 33.) De Heiland kan ons helpen, waar we ook zijn of wat we ook doormaken. Als ik naar Hem kijk, weet ik wat ik op moeilijke momenten kan doen.

MEER WETEN

Lees meer over Debbie's geloofsreis en bekijk meer foto's in de Evangeliebibliotheek of onlineversie van dit artikel op ChurchofJesusChrist.org/go/9196.

Ouderling Neil L. Andersen getuigt van de genezende macht van de Heiland op ChurchofJesusChrist.org/go/9197.

Beginnelsen voor uw bediening

Hoe de Geest u kan (en zal) helpen bij uw bediening

De priesterschapstaak aan mannen én vrouwen om te bedienen, geeft recht op openbaring.

De oproep om te bedienen en zelfs lief te hebben zoals de Heiland kan soms moeilijk lijken – vooral als we daarbij iets willen betekenen voor mensen die we niet goed kennen. Omdat er zoveel manieren om te bedienen zijn, vragen we ons soms af hoe we hen die aan ons zijn toegewezen het beste kunnen bereiken.

We hoeven ons dat niet lang af te vragen omdat onze oprechte pogingen door de Heilige Geest kunnen worden geleid.

‘Uw heilige bedieningstaak geeft u het goddelijke recht op inspiratie’, zegt zuster Bonnie H. Cordon, algemeen jongevrouwenpresidente. ‘U kunt die inspiratie vol vertrouwen zoeken.’¹

Als we proberen te dienen zoals de Heiland, kunnen we worden geleid door dezelfde Geest die Hem leidde. Dat geldt vooral voor opdrachten, zoals de bediening, die we met het gezag van de priesterschapssleutels van de bisschop krijgen. Hier zijn zes suggesties om met de Geest te bedienen.

Hoe kan ik bij mijn bediening de Geest bij me hebben?

1

Vraag om hulp. Onze hemelse Vader wil graag dat wij door gebed met Hem communiceren. Door gebed komen we niet alleen dicht bij Hem, maar ontvangen we ook zegeningen 'die God bereid is te schenken, maar waarom gevraagd dient te worden, willen wij ze ontvangen.'² 'Als we bidden en moeite doen om [de ander] te begrijpen,' zegt zuster Cordon, 'getuig ik dat onze hemelse Vader ons zal leiden, en dat zijn Geest bij ons zal zijn.'³



2

Wacht niet op een influistering. Wees proactief. Wees 'gedreven' (Leer en Verbonden 58:27), dan zult u merken dat uw inspanningen zullen worden geleid en aangevuld. 'Dienen en werken is een belangrijke manier om voor openbaring in aanmerking te komen', zegt president Dallin H. Oaks, eerste raadgever in het Eerste Presidium. 'Tijdens mijn Schriftstudie heb ik gemerkt dat Gods kinderen meestal openbaring kregen wanneer ze op pad waren, niet wanneer ze in hun woning zaten te wachten tot de Heer hun zei dat ze de eerste stap moesten zetten.'⁴



UITNODIGING OM TE HANDELEN

Stel u bij uw dagelijkse bediening onder gebed open voor de influisteringen van de Heilige Geest en geef er dan gehoor aan. Bedenk dat uw hemelse Vader u en hen die u bedient, zal zegenen!

ERVARINGEN UITWISSELEN

Stuur ons ervaringen uit uw bediening aan anderen of uit de bediening van anderen aan u. Ga naar liahona.ChurchofJesusChrist.org en klik op 'Submit an Article or Feedback'.

Hoe herken ik influisteringen om te bedienen?

3

Volg Mormons advies. We hoeven niet te wachten en te dubben of een gedachte een influistering was of niet. Niet nu we Mormons eenvoudige sleutel hebben om dat te bepalen: als u een gedachte krijgt die u aanzet om het goede te doen en om in Christus te geloven of anderen daarmee te helpen, kunt u erop vertrouwen dat zij van God komt (zie Moroni 7:16).



4

Maak u geen zorgen. ‘Spring gewoon in het diepe en zwem’, zegt ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen. ‘Zwem toe naar wie uw hulp nodig hebben. Blijf niet hangen op de vraag of u op de rug of op de buik moet zwemmen. Als we de onderwezen basisbeginselen volgen, priesterschapssleutels respecteren en ons openstellen voor de leiding van de Heilige Geest, kunnen we het niet fout doen.’⁵



HET VOORBEELD VAN DE HEILAND

De Heiland was klaar voor zijn bediening. ‘God [heeft] Jezus van Nazareth gezalfd [...] met de Heilige Geest’, waarna Christus ‘het land doorgedaan is, terwijl Hij goeddeed’ (Handelingen 10:38). Hij was ‘vol van de Heilige Geest’ en werd ‘door de Geest [...] geleid’ (Lukas 4:1). Christus deed uiteraard goede dingen voordat Hij met de Heilige Geest werd gezalfd, maar toen Hij die Geest en dat recht op openbaring had ontvangen, werden ze een belangrijk onderdeel van zijn bediening – en ze zijn ook een belangrijk onderdeel van onze bediening.

Hoe reageer ik het beste op een influistering?

5

Direct. Zuster Susan Bednar (vrouw van ouderling David A. Bednar van het Quorum der Twaalf Apostelen) is een geweldig voorbeeld als het gaat om gehoor geven aan influisteringen. Als ze bidt om ‘met haar geestelijke oog de behoeften van andere mensen [te] kunnen zien’, kijkt ze de kapel rond en krijgt dan ‘vaak het gevoel dat ze met iemand moet praten of iemand moet bellen’, vertelt ouderling Bednar. ‘En als ze zo’n indruk krijgt, luistert ze altijd meteen. Zodra het woord “amen” in het slotgebed is uitgesproken, praat ze met een tiener of slaat ze haar armen om een zuster heen, of als we thuiskomen, pakt ze meteen de telefoon om iemand op te bellen.’⁶

6

Moedig. Als we bang zijn om afgewezen te worden, verlegen zijn of het gevoel hebben dat we niet goed genoeg zijn of anderen tot last zijn, kunnen we het moeilijk vinden om aan een influistering gehoor te geven. ‘We hebben allemaal weleens het gevoel dat we niet goed genoeg, niet zeker, of misschien niet getrouw genoeg zijn’, zegt ouderling Gerrit W. Gong van het Quorum der Twaalf Apostelen. ‘Maar als we trouw God liefhebben en onze naaste bedienen, voelen we op nieuwe en heiligere manieren Gods liefde en de inspiratie die we voor onszelf en voor hen nodig hebben.’⁷

Een broeder vertelde hoe hij aarzelde om een broeder aan te spreken wiens vrouw een poging tot zelfmoord had gedaan. Uiteindelijk nodigde hij de echtgenoot uit om te komen lunchen. ‘Toen ik zei: “Je vrouw wilde zelfmoord plegen. Dat moet verschrikkelijk zijn. Wil je erover praten?”’, begon hij te huilen’, vertelt hij. ‘We hadden een goed, openhartig gesprek, en na enkele minuten ontstond er een opmerkelijke vertrouwensband.’⁸ ■

NOTEN

1. Bonnie H. Cordon, ‘Een herder worden’, *Liahona*, november 2018, 76.
2. Bible Dictionary, ‘Prayer’.
3. Bonnie H. Cordon, ‘Een herder worden’, 76.
4. Dallin H. Oaks, ‘Op zijn eigen tijd en wijze’, *Liahona*, augustus 2013, 24.
5. Jeffrey R. Holland, ‘Een bediening van verzoening’, *Liahona*, november 2018, 77.
6. David A. Bednar, ‘Vlug van begrip’, *Liahona*, december 2006, 17.
7. Gerrit W. Gong, ‘Het kampvuur van ons geloof’, *Liahona*, november 2018, 42.
8. Bonnie H. Cordon, ‘Een herder worden’, 76.



MEER WETEN

De profeet leert ons hoe we persoonlijke openbaring kunnen ontvangen: zie ‘Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf’, president Russell M. Nelson (*Liahona*, mei 2018).



Ouderling
Lynn G. Robbins
van de Zeventig

Veerkracht

GEESTELIJKE WAPENRUSTING VOOR HEDENDAAGSE JONGEREN

Onze kinderen zijn in staat om ondanks de moeilijkheden van deze tijd te gedijen. Als ouders hebben we de opdracht om ze op die moeilijkheden voor te bereiden.

Er doet een verhaal de ronde dat er tijdens de Britse heerschappij in India enorm veel giftige cobra's in en rond Delhi waren. Om dat probleem op te lossen, betaalden plaatselijke autoriteiten een premie voor dode cobra's. Die ondoordachte premie had een averechtse uitwerking toen ondernemende bewoners cobra's gingen fokken om winst te maken. Toen er geen premie meer werd betaald, lieten ze de cobra's los, waardoor het probleem alleen maar erger werd.

De onbedoelde bijwerkingen die soms meer schade veroorzaken dan het bedoelde voordeel, worden ook wel het 'cobra-effect' genoemd.¹

Het cobra-effect en de opkomende generatie

Toen ik in het najaar van 2017 de Brigham Young University–Idaho bezocht, vertelde de nieuwe president, Henry J. Eyring, dat hij zich het meest zorgen maakte over het grote aantal nieuwe studenten dat afhaakt. Studenten stoppen om diverse redenen met hun studie, maar gebrek aan veerkracht is een van de belangrijkste oorzaken waardoor veel universiteiten in de Verenigde Staten met hetzelfde probleem kampen.²

Veerkracht is 'de vaardigheid om te herstellen van of zich aan te passen aan tegenspoed of verandering.'³ Vanwege een gebrek aan veerkracht onder nieuwe militairen, biedt het Amerikaanse leger veerkrachttraining aan om soldaten te wapenen tegen de stress, vereisten en ontberingen van de militaire dienst.⁴

In de kerk hebben we met hetzelfde probleem te maken. Meer dan in voorgaande generaties gaan veel voltijdzendingen vroegtijdig naar huis. Sommige zendingen hebben ernstige gezondheidsproblemen of andere beproevingen waardoor ze eerder naar huis moeten, maar andere hebben gewoon niet voldoende veerkracht ontwikkeld.

Lyle J. Burrup, die als therapeut geestelijke gezondheid voor de afdeling zendingswerk van de kerk heeft gewerkt, heeft waargenomen dat gebrek aan



Als jongeren krachtige evangeliebeginselen begrijpen en toepassen, kunnen ze hun veerkracht versterken.

veerkracht de meest voorkomende oorzaak van emotionele problemen onder zendingen is. ‘In veel gevallen’, zegt hij, ‘heeft de zending gewoon niet geleerd om goed met moeilijkheden om te gaan.’⁵

Universiteiten, het leger en het zendingsveld veroorzaken die problemen niet. Maar ze komen daar wel aan de oppervlakte. Minder veerkracht onder de jongeren van vandaag kan zelfs een onbedoeld gevolg – een hedendaags cobra-effect – zijn, met als mogelijke oorzaken:

- te veel tijd op de sofa en met digitale apparaten, en minder lichaamsbeweging dan vorige generaties;⁶
- te veel blootstelling aan onrealistische, virtuele werelden, met een verstoord zelfbeeld, angst, depressie en gebrek aan zelfvertrouwen als gevolg;⁷
- ongeduld in een wereld van onmiddellijke bevrediging en antwoorden met de snelheid van Google. (Daarentegen wordt veerkracht vooral door geduld ontwikkeld.)
- bescherming op de onstuimige zee. ‘Een vlakke zee brengt geen vaardige zeelieden voort.’⁸
- een wereld met oneindige mogelijkheden die ons afleiden, uiteenlopende stemmen die ons verwarren, en een luizenleven waardoor jongeren en jongvolwassenen ongevoelig voor de Geest worden;
- te veel digitaal contact en niet genoeg persoonlijk contact, waardoor intermenselijke verhoudingen niet voldoende ontwikkeld worden.

Er zijn veel boeken geschreven over dat grote, ingewikkelde probleem, waaronder een boek met de sprekende titel: *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood*. [iGen: waarom de digitaal verbonden kinderen van nu minder opstandig, toleranter en minder gelukkig zijn – en helemaal niet voorbereid op volwassenheid.]

De wereld verandert. De Heer heeft voor deze tijd geesten bewaard die ondanks de hedendaagse moeilijkheden stand kunnen houden. Als zorgzame ouders hebben we de opdracht om ze op die moeilijkheden voor te bereiden door hun veerkracht, geloof en vastberadenheid te koesteren en te bevorderen.

Met krachtige evangeliebeginselen en onze hulp kunnen de jongeren veerkracht ontwikkelen, zodat ze meer op de Heiland gaan lijken door ‘in wijsheid’ [intellectueel] toe te nemen ‘en in grootte [lichamelijk en mentaal] en in genade bij God [geestelijk] en de mensen [maatschappelijk en emotioneel]’ (Lukas 2:52). Ik wil graag vier van deze evangeliebeginselen bespreken: (1) zelfredzaamheid, (2) tegenstelling in alle dingen, (3) de gave van de Heilige Geest, en (4) keuzevrijheid.

1. Zelfredzame kinderen grootbrengen: de Kerstman versus Scrooge

In onze pogingen om de behoeftigen te helpen, proberen we de juiste balans te vinden tussen twee beginselen die elkaar aanvullen: liefdadigheid en het aanmoedigen van zelfredzaamheid. Liefdadigheid zonder aanmoediging tot zelfredzaamheid kan met de Kerstman worden vergeleken. Aanmoediging tot zelfredzaamheid zonder liefde kan met Scrooge worden vergeleken.⁹ Beide extremen bieden op zich geen balans.



Liefdadigheid (iemand een vis geven) en zelfredzaamheid (iemand leren vissen) zijn ook op het ouderschap van toepassing.

Het pad is
vaak steil en
rotsachtig,
en we zullen
allemaal
struikelen
en tegenslag
hebben.

Liefdadigheid (iemand een vis geven) en zelfredzaamheid (iemand leren vissen) zijn ook op het ouderschap van toepassing. We kunnen alle beslissingen voor onze kinderen nemen. Maar het is veel verstandiger om ze bij te brengen hoe ze zelf beslissingen kunnen nemen, zodat ze verstandelijk, geestelijk, sociaal en emotioneel zelfredzaam kunnen worden.

Een inspirerend voorbeeld daarvan is te vinden in de aandoenlijke productie *The Miracle Worker* [*De wonderdoener*], een dramatisch werk naar de autobiografie van Helen Keller, die als kind door ziekte doof en blind was geworden.¹⁰ Helens ouders waren overbezorgd en veel te toegeeflijk. Door hun kerstmanachtige manier van opvoeden werd Helens verstandelijke, geestelijke, sociale en emotionele groei belemmerd.

Helens privéleerkracht, Anne Sullivan, besefte daarentegen dat Helen te veel betutteld werd. Ze begon Helen te helpen om haar problemen zelf aan te pakken en zelfredzamer te worden. Uiteindelijk was het dankzij Anne Sullivan, niet haar ouders, dat Helen haar volledige potentieel kon bereiken.

Omdat we onze kinderen liefhebben, willen we dat ze succes hebben. Daarom kunnen we in de verleiding komen om alle belemmeringen op hun pad te verwijderen. Of, om hun teleurstelling en falen te minimaliseren, kunnen we in de verleiding komen om het moeilijke werk voor hen te verzetten, zoals Helens ouders. Maar als we dat doen, kunnen we onze kinderen ongewild belemmeren om de veerkracht te ontwikkelen die ze nodig hebben om sterke, onafhankelijk discipelen van Christus te worden.

In plaats van overbezorgd te zijn en ze te snel te hulp te schieten, moeten we de aanpak van de Heiland overwegen. Hij versterkt ons zodat we onze 'lasten met gemak' kunnen dragen (Mosiah 24:15). Vaak komt Hij ons niet zo snel te hulp als we zouden willen (zie Leer en Verbonden 121:1–3).

2. Tegenstelling: de zegen van moeilijkheden

Een van de manieren waarop onze hemelse Vader, als volmaakte ouder, ons veerkracht bijbrengt en ons op toekomstig geluk voorbereidt, is dat Hij ons een wereld instuurt waar onze veerkracht wordt beproefd en verfiijnd, zoals in de volgende teksten wordt uitgelegd:

- We worden 'beproefd, evenals Abraham' (Leer en Verbonden 101:4).
- Tegenspoed zal ons 'ondervinding [...] geven en voor [ons] bestwil [...] zijn' (Leer en Verbonden 122:7).
- Er moet 'een tegenstelling in alle dingen zijn' (2 Nephi 2:11). Daarom staat onze hemelse Vader ons toe dat we 'het bittere [proeven], opdat [wij] het goede zullen weten te waarderen' (Mozes 6:55).



- Wij ontvangen 'geen getuigenis dan na de beproeving van [ons] geloof' (Ether 12:6).

We kunnen de christelijke eigenschappen geloof, geduld, ijver, veerkracht enzovoort niet zonder tegenspoed of de 'smeltkroes van ellende' (Jesaja 48:10) ontwikkelen. Daarom staat onze Vader in de hemel toe dat wij met moeilijke problemen geconfronteerd worden. Hoe kunnen we ooit op ons grote Voorbeeld lijken als we niet net als Hij beproefd worden?

Ik zeg vaak tegen zendelingen: 'In het zendingsveld volg je colleges van het hoogste niveau: IJver voor gevorderden, Geduld voor gevorderden enzovoort. Alleen door die gevorderde lessen kun je een goede zending worden, en later een uitstekende huwelijkspartner, vader of moeder. Als je een moeilijke dag hebt, vier je leed dan zoals de apostelen Petrus en Johannes dat deden. Nadat ze gevangengenomen en mishandeld waren, waren zij "verblijd dat zij waardig geacht waren, omwille van Zijn Naam smaadheid te lijden."' (Zie Handelingen 5:18, 40–41; zie ook 1 Petrus 4:13; Kolossenzen 2:8.)

Juist door tegenslagen, moeilijkheden en beproevingen ontwikkelen we veerkracht – de vaardigheid om op te staan, het stof van ons af te kloppen en op het rechte en smalle pad verder te gaan. Dat pad is vaak steil en rotsachtig, en we zullen allemaal struikelen en tegenslag hebben. De Heer geeft ons onbeperkt herkansingen die ons in staat stellen om met veerkracht verder te gaan.¹¹

Het leren herkennen van de influisteringen van de Heilige Geest is het belangrijkste en stimulerendste wat een ouder een kind kan bijbrengen.

3. De Heilige Geest en geïnspireerde beslissingen

Kinderen moeten niet altijd gemakkelijk antwoord krijgen. Ze moeten zelf beslissingen leren nemen. We kunnen ze begeleiden, maar ze moeten de kans krijgen om zelf na te denken en kleine beslissingen te nemen.

Omdat de gave van de Heilige Geest de grootste gave is die de mens op aarde kan ontvangen,¹² is het leren herkennen van de influisteringen van de Heilige Geest het belangrijkste en stimulerendste wat een ouder een kind kan bijbrengen. Onze kinderen bijbrengen hoe ze deze grote gave waardig kunnen zijn en hoe ze persoonlijke openbaring kunnen ontvangen, is het belangrijkste wat we kunnen doen om geestelijk zelfredzame kinderen groot te brengen.

We leren een belangrijke les van Oliver Cowdery, die in gebed vragen stelde en geen antwoord kreeg. De Heer zei tegen hem:

‘Zie, u hebt het niet begrepen; u hebt verondersteld dat Ik het u zou geven, terwijl u niet verder dacht dan alleen Mij te vragen.

‘Maar zie, Ik zeg u dat u het in uw gedachten moet uitvorsen; daarna moet u Mij vragen of het juist is, en indien het juist is, zal Ik uw boezem in u doen branden; bijgevolg zult u voelen dat het juist is’ (zie Leer en Verbonden 9:7–8).

Als onze kinderen bijvoorbeeld met hun huiswerk bij ons komen, doen we het niet voor ze. We geven ze advies en zeggen net als de Heer tegen Oliver: ‘Ga nu aan de slag. En kom

terug als je klaar bent. Dan zal ik kijken of je de juiste antwoorden hebt gevonden.’

Als we onze kinderen leren hoe ze beproevingen kunnen doorstaan en overwinnen, gaan ze zelf denken, problemen overwegen en de influisteringen van de Heilige Geest herkennen. Alleen door hun eigen ervaring met het oplossen van problemen ontwikkelen ze een gezond verstand en wijsheid, en groeien ze in hun vaardigheid om ‘uit te vorsen’ en openbaring te ontvangen.

Als we onze kinderen geen geestelijke zelfredzaamheid en veerkracht bijbrengen, is deze ontvullende waarschuwing van president Russell M. Nelson van toepassing: ‘In de komende tijd kunnen wij geestelijk niet overleven zonder de leidende, troostende en voortdurende invloed van de Heilige Geest.’¹³

4. Respect voor keuzevrijheid op de tweesprong

Ik heb president Nelson het verhaal van zijn 8-jarige dochter horen vertellen. Zij kwam op een zondag bij hem en vroeg of ze met een gezin uit de wijk mocht gaan sleeën. Hij zei: ‘Ik wist dat het niet verstandig zou zijn om ja of nee te antwoorden. We sloegen de Bijbel op en lazen in Exodus 31:13: “U moet zeker Mijn sabbatten in acht nemen, want dat is een teken tussen Mij en u, al uw generaties door.” Toen vroeg ik haar wat zij van sleeën op de sabbat vond. Ze zei: “Papa, ik wil aan onze hemelse Vader laten zien dat ik van Hem hou. Dus ik ga niet sleeën.”’

President Nelson zei verder: ‘Toen mijn dochter jaren later zelf kinderen had, hoorde ik haar zoontje een soortgelijke vraag stellen. Het was fascinerend en fijn om te zien dat ze met mijn kleinzoon haar Bijbel opensloeg en datzelfde vers las.’



Als onze kinderen met hun huiswerk bij ons komen, doen we het niet voor ze.

De gave van
de Heilige
Geest en
geestelijke
zelfredzaam-
heid voeden
geestelijke
veerkracht.

Vele jaren geleden las ik dat een vader op een zondagochtend zijn zoon wakker maakte om naar de kerk te gaan. De zoon zei: 'Ik ga vandaag niet naar de kerk.' Veel ouders zouden op zo'n moment in de verleiding komen om te zeggen: 'Echt wel' en daar dan een dreigement aan toevoegen. Deze vader was verstandiger en zei eenvoudig: 'Je hoeft mij geen uitleg te geven, want de kerk is niet van mij. Maar ga op je knieën en leg je reden aan onze Vader in de hemel voor.'

De vader liet zijn zoon toen op de tweesprong met de Heilige Geest achter. De Heilige Geest kan onze kinderen veel beter waarschuwen dan wij. Maar dan moeten we wel op die grote gave vertrouwen. 'Er is geen getuige zo vreselijk en geen aanklager zo krachtig als het geweten.'¹⁴ Binnen enkele minuten was de tiener opgestaan om zich klaar te maken en naar de kerk te gaan. Als de vader zijn zoon had gedwongen om naar de kerk te gaan, had hij misschien boze of opstandige gevoelens veroorzaakt, het cobra-effect dus.

Het kan riskant zijn om de keuzevrijheid van onze kinderen te respecteren en ze op de tweesprong achter te laten. Maar heeft onze Vader in de hemel in het voorsterfelijk leven niet datzelfde risico genomen, en is Hij daarbij niet een derde deel van zijn geestkinderen kwijtgeraakt? Omdat de leer van de keuzevrijheid onontbeerlijk voor het heilsplan was, was het risico onvermijdelijk, hoe Lucifer zich daar ook tegen verzette.

Als ik een uitspraak van de profeet Joseph Smith voor kinderen mag aanpassen, zou die zo klinken: 'We brengen ze de juiste beginselen bij, want of we het nu leuk vinden of niet, ze zullen zichzelf besturen.'¹⁵ Op een dag zullen onze kinderen het ouderlijk huis verlaten. Als ouders kunnen wij ze alleen de juiste beginselen van het heilsplan bijbrengen en ze de influisteringen van de Heilige Geest leren herkennen, zodat ze hun keuzevrijheid hopelijk verstandig zullen gebruiken. Als we dat niet doen, hebben ze misschien niet de geestelijke zelfredzaamheid en veerkracht om beproeven het hoofd te bieden, met het risico dat we ze verliezen.

We zijn allemaal uitermate en eeuwig dankbaar voor het grootste voorbeeld van veerkracht in de geschiedenis van de wereld: de verzoening van Jezus Christus. De Heiland deinsde niet terug voor zijn vuurproef, ook niet toen er onbegrijpelijk veel druk op Hem werd uitgeoefend.

De gave van de Heilige Geest en geestelijke zelfredzaamheid voeden geestelijke veerkracht, een synoniem van volharding. En wie trouw 'tot het einde volhardt, [zal] het eeuwige leven hebben' (2 Nephi 31:20).

Moge de Heer ons als ouders zegenen bij onze dwingende taak om intellectueel, lichamelijk, geestelijk, sociaal en emotioneel veerkrachtige kinderen op te voeden. ■



Voor meer praktische ideeën raadpleegt u 'Veerkrachtige kinderen opvoeden' van Lyle J. Burrup, in de *Liahona* van maart 2013.

NOTEN

1. Horst Siebert, een Duits econoom, heeft het begrip 'cobra-effect' bedacht, dat ontstaat als een bepaalde oplossing voor een probleem het probleem alleen maar erger maakt.
2. Zie Connie Matthiessen, 'Why Are So Many College Students Returning Home?' 9 januari 2019, greatschools.org.
3. *Merriam-Webster's Collegiate Dictionary*, 11e editie (2003), 'resilience', [merriam-webster.com](https://www.merriam-webster.com).
4. Zie 'Master Resilience Training (MRT) in the U.S. Army: PowerPoint & Interview', Positive Psychology Program, positivepsychologyprogram.com.
5. Lyle J. Burrup, 'Veerkrachtige kinderen opvoeden', *Liahona*, maart 2013, 11.
6. Zie Meena Azzollini, 'Declining Physical Activity Levels in Children and Teens', *WellBeing*, 10 juli 2017, [wellbeing.com.au](https://www.wellbeing.com.au).
7. Zie Rachel Ehmke, 'How Using Social Media Affects Teenagers', Child Mind Institute, 6 juni 2016, childmind.org.
8. Afrikaans spreekwoord.
9. Scrooge is het gierige personage in *A Christmas Carol* van Charles Dickens.
10. Zie Helen Keller, *The Story of My Life* (1902).
11. Zie Lynn G. Robbins, 'Tot zeventig maal zeven maal', *Liahona*, mei 2018, 21–23.
12. Zie *Leringen van kerkpresidenten: Wilford Woodruff* (2004), 51.
13. Russell M. Nelson 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', *Liahona*, mei 2018, 96.
14. Soms toegeschreven aan Polybius of Sophocles.
15. Zie *Leringen van kerkpresidenten: Joseph Smith* (2007), 306.

De cursus die onze koers veranderde

Michael R. Morris
Kerktijdschriften

Chris en Alfreda Rubio moesten elke maand de eindjes aan elkaar knopen totdat ze dankzij een zelfredzaamheids-cursus beter met hun geld om leerden gaan.

Toen het busje van Chris en Alfreda het onlangs begaf, maakten ze zich geen zorgen over de bekostiging van de reparatie. Dat kwam niet doordat ze rijk waren.

‘We hadden het nodige geld omdat we het opgespaard hadden’, zegt Chris. ‘We waren erop voorbereid. We brachten ons busje dezelfde dag nog naar de garage zonder dat we dachten: O, nee! Dat was een fijn gevoel.’

Zo ging het niet altijd. Nog niet zo lang geleden hadden ze een lening moeten afsluiten, een creditcard moesten gebruiken of op de uitbetaling van hun loon moeten wachten om het busje te laten repareren. Maar toen hadden ze nog geen cursus over persoonlijke financiën via het zelfredzaamheids-initiatief van de kerk gevolgd.

‘We gingen financieel kopje-onder’

Chris en Alfreda leerden elkaar kennen toen ze in Duitsland in de

Amerikaanse luchtmacht zaten. Ze trouwden in Denemarken. Chris beëindigde zijn dienstverband in 2008 en enkele jaren later moest Alfreda vanwege haar gezondheid stoppen met werken. Ze ontdekten de kerk kort nadat ze naar Alabama (VS) waren verhuisd, waar Chris geen baan kon vinden. ‘Ik was ofwel over- of ondergekwalificeerd’, herinnert hij zich.

Alfreda vond werk in een winkel voor kantoorbenodigdheden, maar dat was hun enige inkomen. ‘We gingen financieel kopje-onder’, zegt ze.

‘We hadden een berg schulden en achterstallige rekeningen, en de deurwaarders belden ons op’, voegt Chris toe. ‘Het kwam zover dat we onze spullen begonnen te verkopen zodat we rekeningen konden betalen. Er werd beslag gelegd op onze auto en we raakten ons huis kwijt. Het was heel erg.’

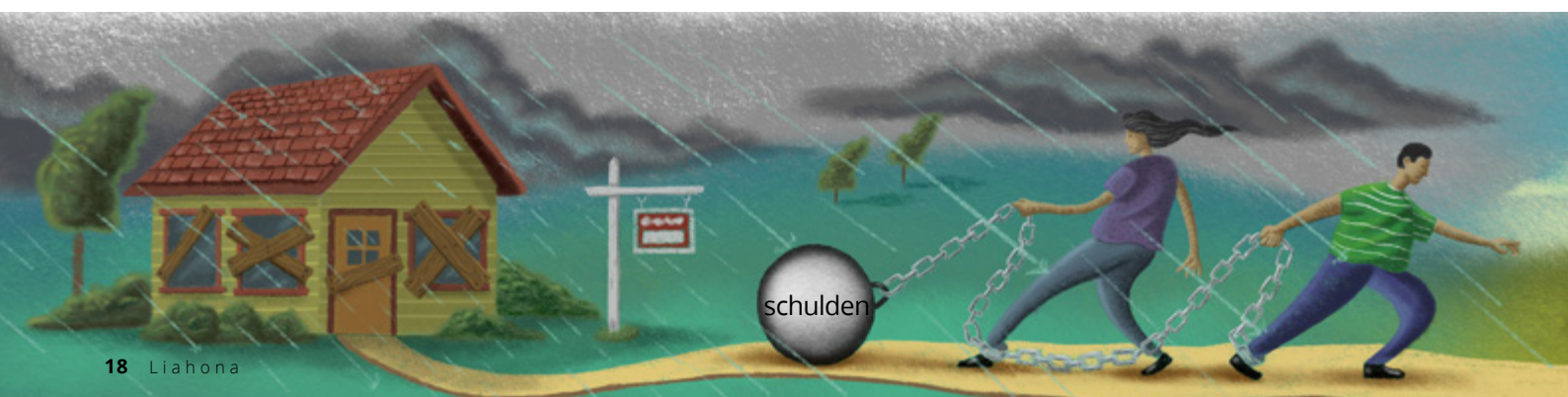
Nadat ze hun huis waren kwijtgeraakt, verhuisde de familie Rubio naar

een appartement in een andere wijk. Ze kenden er niemand en naarmate hun financiële middelen afnamen, nam ook hun kerkbezoek af. Chris herinnert zich dat hoe meer ze zich op hun financiën concentreerden, des te minder ze zich op hun geloof toelieden.

‘Het was zo eenvoudig om te zeggen: “We kunnen vandaag niet naar de kerk gaan omdat we een baan moeten zoeken, of omdat we ons zorgen maken over onze rekeningen, of omdat we de benzine niet kunnen betalen”’, zegt hij.

Toen ze met hun nieuwe bisschop over hun financiële situatie spraken, vertelde hij ze over een cursus Persoonlijke financiën voor zelfredzaamheid, die in hun kerkgebouw zou beginnen. Dat gebouw lag vlak buiten Montgomery (Alabama).

‘We groeiden allebei op in vrij eenvoudige families’, zegt Chris. ‘We hadden niet veel, dus we hadden nooit geleerd om te budgetteren en te sparen.



We knoopten elke maand de eindjes aan elkaar. Vaak was ons loon al na enkele dagen op en dan moesten we het een hele tijd zonder geld uithouden. Dus zeiden we: “Ja, laten we die cursus volgen. Als we er ook maar iets aan hebben, willen we hem volgen.”

‘Het veranderde ons denkproces’

Tijdens hun cursus over persoonlijke financiën leerden het echtpaar Rubio en drie andere echtparen hoe ze een budget moesten opstellen en zich eraan moesten houden. Ze leerden over schulden en hoe ze die konden afbetalen. Ze leerden hoe ze hun gezin tegen financiële moeilijkheden konden beschermen. En ze leerden wat een belangrijke rol tiende betalen bij financiële zelfredzaamheid speelt.

‘Het veranderde ons hele denkproces’, zegt Chris. ‘We leerden hoe we ons inkomen en onze uitgaven in het oog moesten houden, maar ook hoe we dat voor ons spaargeld moesten doen, wat we op dat moment niet hadden. Ik kon me eerlijk gezegd niet indenken dat we ooit spaargeld zouden hebben.’

De familie Rubio vond het vooral fijn dat overleg een belangrijk deel van

de cursus was. Deelnemers bespraken ideeën, successen en mislukkingen. De kameraadschap sterkte hun geloof en hun inspanningen om financieel zelfredzaam te worden. Bovendien was de cursusbegeleider in staat om Chris een baan aan te bieden.

‘Het helpt wanneer je mensen ontmoet die zich in dezelfde situatie bevinden’, zegt Chris. ‘Je ontdekt dat je niet alleen bent en dat we allemaal proberen de eindjes aan elkaar te knopen en vaardigheden te ontwikkelen om zelfredzaam te worden, zodat we onze kinderen een betere toekomst kunnen bieden.’

‘Een geweldige leerervaring’

Toen ze de financiële beginselen die ze hadden geleerd in praktijk brachten, verbeterde hun financiële situatie.

‘We zijn niet rijk en we hebben nog financiële zorgen, maar het is nu zoveel eenvoudiger om onze roeping te vervullen en naar de kerk te gaan zonder ons zorgen over onze financiën te maken’, zegt Chris. ‘De cursus heeft ons echt in geestelijk opzicht veranderd.’

Alfreda voegt hieraan toe: ‘De cursus had ook tot direct gevolg dat ons geloof sterk groeide. We begonnen meer te bidden en in

de Schriften te lezen. We merkten dat de financiële en geestelijke beginselen hand in hand gingen.’

Chris vergelijkt die beginselen met een bril waardoor Alfreda en hij het pad naar geestelijke en financiële zelfredzaamheid konden vinden, en konden blijven volgen.

‘Zonder de cursus en alles wat we er geleerd hebben, zouden we ons nu niet op dit punt bevinden – financieel noch geestelijk’, zegt hij. ‘Het is een geweldige leerervaring geweest. We hebben geleerd dat we niet veel geld nodig hebben om rijk te zijn. We hebben geestelijke rijkdom.’ ■

Chris Rubio, schilder, komt samen met zijn vrouw Alfreda bij zijn werk aan.





ACHT NIEUWE TEMPELS AANGEKONDIGD

President Russell M. Nelson heeft de bouw van acht nieuwe tempels in de onderstaande plaatsen aangekondigd. Er zijn momenteel 162 tempels in gebruik en 47 tempels aangekondigd of in aanbouw.

Antofagasta (Chili)
Boedapest (Hongarije)
Moses Lake (Washington, VS)
Neiafu (Tonga)
Okinawa (Japan)
Pago Pago (Amerikaans-Samoa)
San Pedro Sula (Honduras)
Tooele Valley (Utah, VS)

'KLEINE GELOOFSDADEN ZIJN VEREIST OM GODS BELOFTEN TE LATEN OPLAAIEN.'

Ouderling Dale G. Renlund van het Quorum der Twaalf Apostelen, 'Talrijke zegeningen', *Liahona*, mei 2019, 71; cursivering toegevoegd.

HET LICHT WEER VINDEN

Zuster Sharon Eubank heeft vijf suggesties gegeven voor tijden waarin 'u merkt dat het lichtbaken van uw getuigenis flinkt en duisternis u omringt':

1. Vat moed.
2. Kom uw beloften aan God na.
3. Stel uw vragen.
4. Smelt steen met geduld tot glas.
5. Wend u tot Jezus Christus. Hij houdt nog steeds van u.

Zie 'Christus: het licht dat in de duisternis schijnt', *Liahona*, mei 2019, 75.

THUISGERICHTE, KERKGESTEUNDE HEILIGDOMMEN

Veel kerkleiders spraken over het versterken van ons gezin, in het bijzonder door middel van de nieuwe klemtoon op thuisgerichte, kerkgesteunde evangeliestudie. Ontdek hoe u ...

- de Geest vaker thuis kunt uitnodigen. (Zie Henry B. Eyring, 'Een gezin waar de Geest



van de Heer woont', *Liahona*, mei 2019, 22.)

- van uw thuis het ultieme opleidingscentrum voor zendelingen en centrum voor familiegeschiedenis kunt maken, waar ook tempelvoorbereidingslessen worden gegeven. (Zie David A. Bednar, 'Toebereid om alle noodzakelijke dingen te verkrijgen', *Liahona*, mei 2019, 101.)
- door als gezin het nieuwe leerplan te gebruiken oprecht bekeerd kunt worden en meer op Jezus Christus kunt gaan lijken. (Zie Ronald A. Rasband, 'Bouwen aan een bolwerk van spiritualiteit en veiligheid', *Liahona*, mei 2019, 107.)

CONFERENTIETOESPRAKEN IN DE GEZINSVOND

Ik had steeds het gevoel dat ik conferentietoespraken in de gezinsavondles moest verwerken. Aanvankelijk stribbelde ik tegen. Ik heb kleine kinderen en ik betwijfelde dat ze de toespraken zouden begrijpen. Ik wist evenmin of er kindvriendelijke onderwerpen waren. Maar ik wist dat ik het op zijn minst moest proberen.

Dankzij het bespreken van conferentietoespraken is onze gezinsavond

helemaal veranderd. We hebben nu geweldige evangeliegesprekken. Tussen alle chaos genieten we van tijd tot tijd van kleine, wonderlijke momenten van gezinsvreugde.

Jessie Christensen (Utah, VS)



Dien op liahona.ChurchofJesusChrist.org of op facebook.com/liahona uw ervaring met de algemene conferentie in.



ONZE WONING: EEN HEMELSE PLEK

'We hopen en bidden dat **de woning van ieder lid waarlijk een heiligdom van geloof zal worden, waar de Geest van de Heer kan verblijven.** Ondanks conflicten overal om ons heen kan onze woning een hemelse plek worden waar studie, gebed en geloof in liefde samenkomen.'

Russell M. Nelson, 'Slotwoord', *Liahona*, mei 2019, 111; cursivering toegevoegd.



Deze waszak, die veel heeft gereisd, maakt deel uit van een familietraditie van zendingswerk. Ik hoop dat hij nooit zal verslijten.



Een waszak van liefde

Mijn familieleden hadden moeite met mijn beslissing om lid van de kerk te worden. Toen ik vertelde dat ik op eigen kosten een voltijdzending wilde vervullen, konden velen van hen niet begrijpen hoe of waarom ik dat zou doen. Mijn ouders wilden enthousiast voor me zijn, maar ze hadden er moeite mee dat ik de kerk waarin ik was opgegroeid de rug toekeerde.

Toen ik mijn oproep voor het zendingsgebied Tegucigalpa (Honduras) kreeg, zat er in de envelop ook een lijst met benodigdheden. Mijn moeder zag dat een van die benodigdheden een waszak was. Dat was iets wat ze wel kon begrijpen! Ze kocht meteen wat stevige, blauwe spijkerstof en naaide met liefde een eenvoudige, functionele waszak.

Dat was een geschenk waar ik heel lang iets aan had.

Ik had die waszak in het opleidingscentrum en in Honduras bij me. Ik nam hem van het ene dorp naar het andere mee. Hij werd steeds ouder en wat lichter blauw, zoals een spijkerbroek een lievelingsbroek wordt die precies past. Aan het eind van mijn zending gaf ik veel van mijn kleren aan een gezin waar ik erg van hield, maar ik hield mijn waszak. Mijn moeder had hem speciaal voor mij gemaakt, hoewel ze niet begreep hoe belangrijk een zending was.

Bijna dertig jaar later kreeg onze oudste zoon zijn zendingsoproep naar het zendingsgebied Carlsbad (Californië, VS), met een lijst van benodigdheden. We lazen de lijst samen door en toen we ‘waszak’ zagen staan,

zochten we de waszak op die mijn moeder ooit voor mij gemaakt had. Hoewel hij intussen nog meer was verbleekt, ging hij mee naar Californië.

Enkele jaren later ging mijn dochter op zending naar Cleveland (Ohio, VS). En de waszak ging met haar mee. Toen ze thuiskwam, was de waszak nog ouder geworden, maar nog steeds zonder ernstige slijtage.

De waszak herinnert me eraan dat sommige dingen, zoals de lessen die ik op zending heb geleerd en de liefde voor anderen – zoals mijn moeder mij die had betoond – ons steeds opnieuw tot zegen kunnen zijn. De waszak maakt deel uit van een familietraditie van zendingswerk. Ik hoop dat hij nooit zal verslijten. ■

Brian C. Heckert (Utah, VS)

De Samaritanen van de lift

Toen een gezin uit mijn wijk op Facebook foto's postte van de keer dat ze twee uur in een lift hadden vastgezet, zei me dat weinig. Tot ik zelf in een lift vast kwam te zitten.

Ik had mijn mobiele telefoon thuis laten liggen, dus zat er niets anders op dan hard op de liftdeuren te bonzen en om hulp te roepen. Ik begon ook te bidden. Al gauw hoorden enkele jongemannen mij, en als barmhartige Samaritanen belden ze de hulpdiensten. Ze vertelden dat ze in appartement 38 woonden, en zeiden voor de grap dat ik hun iets te eten mocht brengen wanneer ik weer vrij was.

Ze gingen weg, en ik had moeite om kalm te blijven. Zouden de hulpdiensten wel komen? Ik bad opnieuw. Ik wist dat mijn man weldra thuis zou komen en niet zou weten waar ik was.

Ik begon weer op de deuren te bonzen. Door een kier kon ik mensen voorbij zien lopen. Ik riep naar hen om te vragen of ze mijn man op de hoogte wilden brengen. Dat deden ze, en dat kalmeerde mij. Mijn man wist ervan, en hij zou er wel voor zorgen dat ik werd geholpen.



Ik zat ongeveer een uur in die lift. Uiteindelijk kwam een onderhoudsmonteur mij bevrijden. Hij zei dat de lift defect was, en dat hij in de liftschacht had moeten klimmen om hem weer aan de praat te krijgen. Ik bedankte hem voor zijn hulp.

Later ging ik mijn burens in appartement 38 bedanken. Ik nam een zelfgemaakte maaltijd mee. Ze zeiden dat ze maar een grapje hadden gemaakt over dat eten, maar ik was toch blij dat ik ze kon bedanken. Nu ik erop terugkijk, weet ik wat het gezin in mijn wijk meemaakte, en ik ben dankbaar voor de mensen die mij hielpen in plaats van door te lopen.

Misschien beseffen ze het niet, maar ze volgden het voorbeeld van de Heiland. Hij liep niet door, Hij liet ons niet in de steek. Hij gaf zijn leven zodat wij van de lichamelijke en geestelijke dood kunnen worden verlost. Daarom wil ik zijn voorbeeld volgen en nooit doorlopen als er iemand problemen heeft. Ik ben dankbaar voor deze ervaring waardoor ik onverwacht meer waardering voor Hem en zijn zegeningen heb gekregen. ■

Katerina Tyltina, Kiev (Oekraïne)

Ik was vast komen te zitten in een lift, zonder mijn telefoon. Ik bonsde op de deuren en riep om hulp. Ik begon ook te bidden.

Van crisis naar vriendschap

In de avondmaalsdienst voelde ik dat iets mij dwars zat. Ik wist niet wat het was. Toch kon ik het gevoel maar niet van me afzetten. Ik keek zenuwachtig naar de klok, en kon haast niet wachten tot de dienst afgelopen was. Dat was erg ongebruikelijk voor mij.

Na het slotgebed was het gevoel er nog steeds. Ik keek rond in de kapel en zag dat een man naar zijn borst greep. Ik liep op hem af, en hij vroeg of ik hem naar het station wilde brengen. Ik zei dat ik hem naar de spoedafdeling van het ziekenhuis wilde brengen. Hij antwoordde dat hij thuis medicijnen had die zouden helpen. Ik vond het te gevaarlijk om hem in die toestand de trein te laten nemen, dus stelde ik voor hem naar huis te brengen.

Ik hielp hem in mijn auto, en vroeg nog eens of ik hem niet beter naar de dokter kon brengen. Hij zei dat dit echt niet nodig was, en dat hij het liefst naar huis ging. Ik bad in stilte en vroeg mijn Vader in de hemel of alles met hem in orde mocht komen, en of ik hem veilig naar huis zou mogen brengen. Ik reed voorzichtig, zette de raampjes open, en probeerde hem te kalmeren. Na een poosje liet hij zich achterover zakken en begon hij tot rust te komen.

Toen we bij zijn woning aankwamen, nodigde hij mij uit om binnen te komen. Dat vond ik een goed idee, want ik wilde ervoor zorgen dat hij zijn medicijnen nam en in de gaten houden of ze werkten. Hij nam zijn medicijnen, en daarvan knapte hij op. Hij zei dat hij nog altijd pijn op zijn borst had, maar dat hij zich thuis veilig voelde.

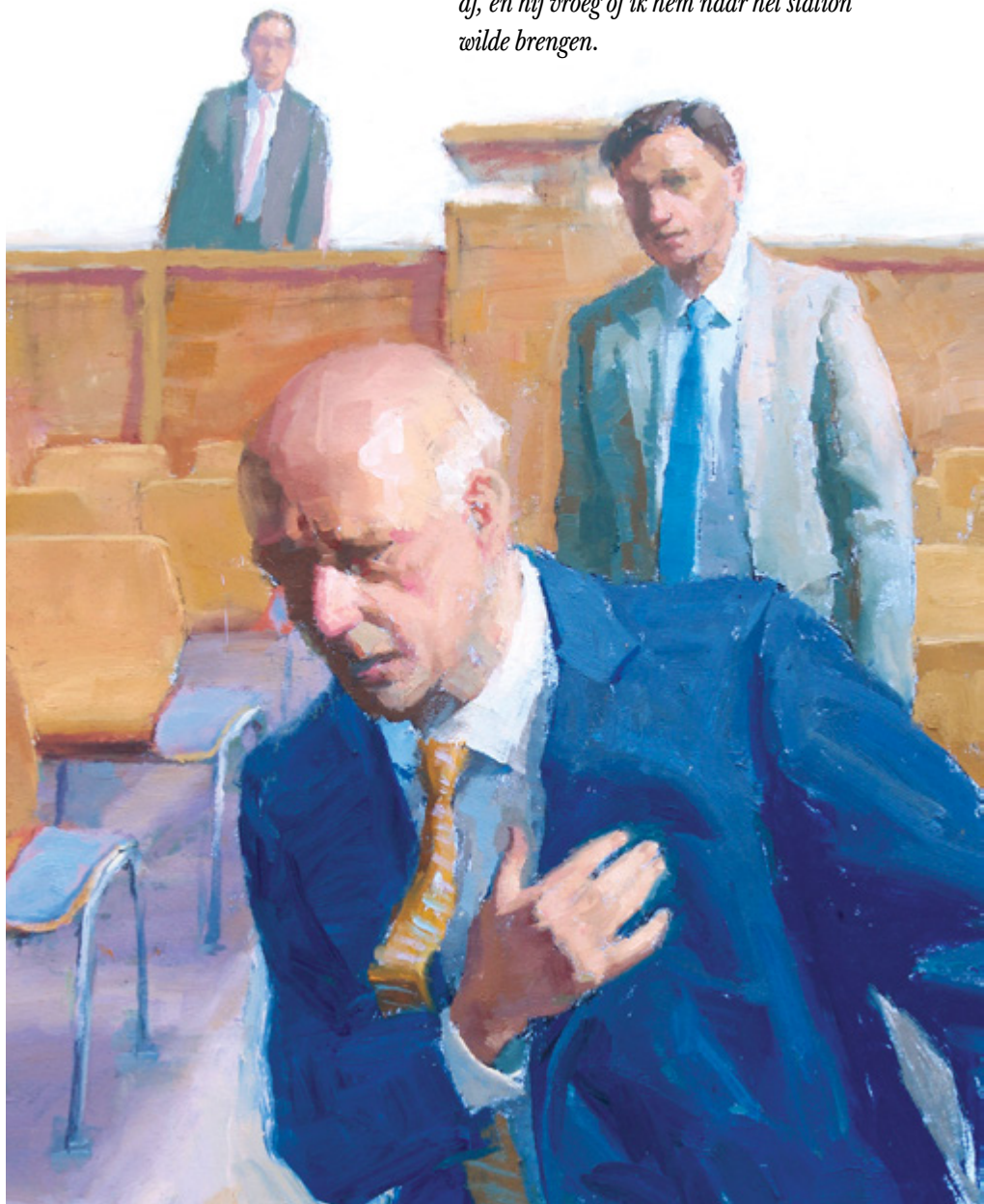
Hij nodigde mij uit om te blijven eten, en sinds die dag zijn we goede vrienden geworden. We gaan vaak samen op stap en we helpen elkaar. Vroeger had ik veel vrienden die een slechte invloed op mij hadden. Maar mijn vriendschap met deze man is mij tot zegen.

Soms kan er uit een crisis een hechte vriendschap ontstaan. Als ik hem op de trein had gezet, was hij misschien niet veilig thuis gekomen. Ik zou het mezelf

nooit vergeven hebben als er iets met hem was gebeurd. Ik ben mijn Vader in de hemel dankbaar dat de Heilige Geest mij die dag heeft geleid, en dat ik er een echt goede vriend aan heb overgehouden! ■

Rolf Schweizer, St. Gallen (Zwitserland)

Ik keek rond in de kapel en zag dat een man naar zijn borst greep. Ik liep op hem af, en hij vroeg of ik hem naar het station wilde brengen.



Het zoete geluid van familiegeschiedenis

Toen ik bij mijn dochter in Kentucky (VS) op bezoek ging, ontdekte ik een oud muziekinstrument uit de Appalachen: een bergdulcimer. Ik leerde enkele van mijn kleinkinderen muziek maken en ik ontdekte dat het een fluitje van een cent was om eenvoudige melodieën op de dulcimer te spelen. Dit draagbare instrument dat eenvoudig op te bergen is, zorgt voor leuke muziek voor de hele familie wanneer we rond een kampvuur of thuis bijeenzitten.

Op zekere middag gingen mijn dochter en ik op zoek naar iemand die dulcimers bouwde. We vonden een oudere man die in een hutje aan een landweggetje woonde. Hij bouwde bergdulcimers en had een prachtig exemplaar voor me.

In de daaropvolgende paar jaar leerde ik het instrument zelf bespelen en leerde ik het ook aan verschillende van mijn kleinkinderen. Ik wilde ieder kleinkind een dulcimer geven, maar er zeventien kopen zou nogal duur zijn. Dus besloot ik om ze zelf te leren bouwen.

Eerst onderzocht ik de geschiedenis van dit instrument dat zo typisch Amerikaans was. Ik ontdekte dat een instrument dat op

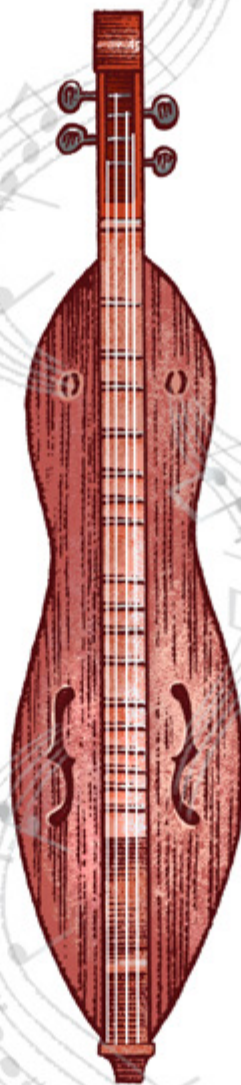
de dulcimer leek, een scheitholt, vermoedelijk in de 18e eeuw door Duitse of Scandinavische immigranten naar de Verenigde Staten was meegenomen. In die periode bespeelden Schots-Ierse immigranten de scheitholt ook. Na verloop van tijd begonnen mensen andere versies van de scheitholt te maken zodat uiteindelijk de bergdulcimer het levenslicht zag. Ik ontdekte ook dat de naam dulcimer van het Latijnse *dolce melos* of 'zoet geluid' was afgeleid.

Stel je voor hoe verrast ik was, toen ik met verhalen uit mijn familiegeschiedenis bezig was en ontdekte dat enkele overwegend Duitse voorouders van mijn moeder en de Schots-Ierse voorouders van mijn vader de bergdulcimer hadden bespeeld! Ik was stomverbaasd dat ik het instrument na zoveel generaties had ontdekt en mijn kleinkinderen had geleerd om het te bespelen! Wat een prachtige muzikale verbinding tussen mij, mijn voorouders en mijn nakomelingen.

Ik ben dankbaar voor familiegeschiedenis. Het heeft me meer waardering voor mijn voorouders gegeven en ik voel me nu door het zoete geluid van de bergdulcimer met ze verbonden. ■

Gary McCallister (Colorado, VS)

De bergdulcimer vormt een prachtige muzikale verbinding tussen mij, mijn voorouders en mijn nakomelingen.





Zendbrief van een apostel



**President
M. Russell
Ballard**

Waarnemend
president van
het Quorum der
Twaalf Apostelen

Ik wil u met klem
waarschuwen voor de
moeilijkheden waar
we tegenwoordig mee
te maken hebben.

De apostel Paulus onderhield door middel van brieven, of zendbrieven, het contact met de heiligen in zijn tijd. Daarin uitte hij zijn liefde voor verschillende gemeenten, gaf hij aanwijzingen en voegde hij er leringen aan toe. Omdat ik niet met ieder van u persoonlijk kan praten, lees ik mijn zendbrief voor om u mijn liefde, dankbaarheid en leringen uit te drukken.

Paulus schreef aan de heiligen in Korinthe: 'Paulus, een geroepen apostel van Jezus Christus door de wil van God' (1 Korinthe 1:1).

Ook ik ben een geroepen apostel van Jezus Christus, en als bijzondere getuige van de Heer, getuig ik, zoals Paulus in zijn brieven, dat Jezus Christus Zichzelf voor ons heeft gegeven en dat de Vader Hem uit de doden heeft opgewekt (zie Galaten 1:1, 4). Ik getuig ook dat Jezus Christus zijn kerk in deze laatste dagen door de profeet Joseph Smith heeft hersteld, en dat de volheid van het evangelie en de zegeningen van het eeuwig verbond er zijn voor allen die geloven en de Heer Jezus Christus volgen.

Ik groet u met de woorden van Paulus: 'Aan de gemeente van God [...], aan de geheiligden in Christus Jezus, geroepen heiligen, [...] genade zij u en vrede van God, onze Vader, en van de Heere Jezus Christus' (1 Korinthe 1:2-3).

Mijn broeders en zusters, als we ons evangeliehart gezond willen houden, moeten we regelmatig op controle gaan. Ik heb om hemelse hulp gebeden, en enkele aanbevelingen ontvangen waardoor u geestelijk gezond en sterk kunt blijven.

Paulus waarschuwde de heiligen in die tijd voor de geestelijke gevaren waarmee ze te maken kregen. In zijn brief aan de Galaten schreef hij:

'Ik verwonder mij erover dat u zich zo snel afwendt van Hem Die u in de genade van Christus geroepen heeft, naar een ander evangelie,

'terwijl er geen ander is; al zijn er ook sommigen die u in verwarring brengen en het Evangelie van Christus willen verdraaien.



‘Maar zelfs als wij, of een engel uit de hemel, u een evangelie zouden verkondigen, anders dan wat wij u verkondigd hebben, die zij vervloekt’ (Galaten 1:6–8).

Net als Paulus verzeker ik u dat er mensen zijn ‘die u in verwarring brengen en het Evangelie van Christus willen verdraaien’. Ik zou mijn taak verwaarlozen als ik u niet met klem waarschuwde voor de moeilijkheden waar we tegenwoordig mee te maken hebben.

Mensen die de eenvoudige leer en het evangelie van Jezus Christus uit het oog verliezen, zullen uiteindelijk naar valse leraars en zelfverklaarde profeten luisteren en wereldse filosofieën aanhangen.



Twee machten in het heelal

Mijn broeders en zusters, vergeet nooit dat er in het heelal twee machten aan het werk zijn. De ene nodigt ons uit om het goede te kiezen en eeuwige vreugde en geluk te vinden. De andere wil dat we het tegengestelde kiezen, wat voor verdriet en spijt zorgt. Volgens onze leer worden we in dit leven op de proef gesteld: welke uitnodiging zullen we aannemen?

Ik herinner u aan de profetie van Jezus aangaande de laatste dagen waarin wij nu leven: ‘Want er zullen valse christussen en valse profeten opstaan en zij zullen grote tekenen en wonderen doen, zó dat zij – als het mogelijk zou zijn – ook de uitverkorenen zouden misleiden’ (Mattheüs 24:24). Het doet ons verdriet als we zien dat sommige ‘uitverkorenen’ worden misleid, overeenkomstig Jezus’ waarschuwing.

Onlangs kwam ik in een tuin op de campus van de Brigham Young University waar jaren geleden sequoia’s waren aangeplant. Een vriend van mij legde uit dat sequoia’s of

reuzenpijnboomen de hoogste bomen ter wereld zijn, en dat ze in de vrije natuur wel 87 m hoog kunnen worden. Ze kunnen meer dan 3.000 jaar oud worden.

Een van de bomen was doodgegaan en moest geveld worden. Er bleef alleen een stronk over waaraan voorbijgangers konden zien dat er eens een grote, majestueuze boom had gestaan. De boomchirurg van de campus wilde weten waarom de boom was afgestorven, want aan zijn ouderdom lag het beslist niet. Na enig onderzoek kwam hij erachter dat de wortels van de boom waren uitgedroogd doordat de bodem te droog was.

Hoe kon het dan dat de boom er meer dan vijf decennia goed had gedijde? De boomchirurg ontdekte dat de waterhoudende grondlaag die de bomen van water had voorzien, was verschoven als gevolg van graafwerkzaamheden voor een nieuw gebouw, vlak naast de tuin.

Dat is precies wat er gebeurt als trouwe leden van de kerk – de ‘uitverkorenen’, die schijnbaar standvastig zijn in hun geloof – geestelijk sterven.

Net als de afgestorven reuzenpijnboom werden deze kerkleden ooit geestelijk gevoed door de bron van levend water, Jezus Christus. Maar om de een of andere reden vond er een verschuiving plaats, weg van de bron van geestelijk voedsel, en bij gebrek aan voedsel namen hun geestelijke vermogens af tot de geestelijke dood erop volgde.

Hoe kunnen we ervoor zorgen dat onze geestelijke wortels altijd tot in de bron van levend water reiken?

Cruciale gewoonten

De Heer heeft uitgelegd door welke eenvoudige, persoonlijke gewoonten wij geworteld, verankerd en met Hem verbonden blijven. Als wij ons die gewoonten eigen maken, met een vast voornemen, oprechte bedoelingen, en zonder huichelarij en misleiding, worden we onwrikbare discipelen van de Heer Jezus Christus.

Sommige van deze cruciale gewoonten kunnen te lijden hebben onder onze dagelijkse sleur en

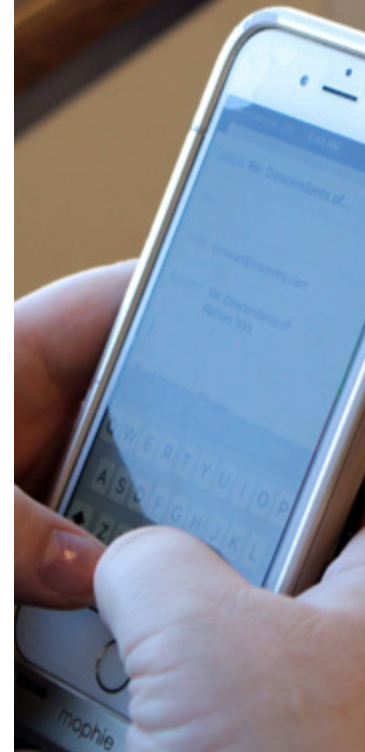
haast, zelfs als we goede dingen nastreven zoals een opleiding, een broodwinning, en dienstbare betrokkenheid in de gemeenschap en de kerk.

Die gewoonten zijn onder meer dat u dagelijks oprecht bidt, trouw vast, regelmatig de Schriften en de woorden van de levende profeten bestudeert en overdenkt, van de sabbat een verlustiging maakt, nederig aan het avondmaal deelneemt, de Heiland altijd indachtig bent, zo vaak mogelijk naar de tempel gaat, en tot slot, de behoeftigen, de armen en de eenzamen de helpende hand reikt – zowel dicht bij huis als wereldwijd.

Als iemand stopt met deze eenvoudige maar cruciale dingen, trekt hij zich terug van de bron van levend water, en laat hij toe dat Satan zijn gedachten vervuult met verontreinigd water, zodat zijn geloofsaders verstopt raken en zijn ondervoede geest verzwakt. Zonde en schuldgevoel vertroebelen het verstand, zodat velen de ingevingen uit het verleden gaan loochenen en hun bekering tot de waarheden van het evangelie van Jezus Christus ongedaan maken.

Ik ben me er voortdurend van bewust dat mensen die de eenvoudige leer en het evangelie van Jezus Christus uit het oog verliezen, uiteindelijk naar valse leraars en zelfverklaarde profeten zullen luisteren en wereldse filosofieën zullen aanhangen. Daarmee bedoel ik onder andere:

- de aantrekkingskracht van rijkdom die tot hoogmoed leidt;
- toegeven aan verlangens naar onnodige zaken, met schulden als gevolg;
- ontspanning en amusement die afbreuk doen aan de opbouwende goedheid van het evangelie;
- activiteiten die een gepaste sabbatheiliging in de weg staan;
- podcasts en websites die vragen opwerpen en twijfel zaaien, maar niet de intellectuele eerlijkheid aan de dag leggen om het standpunt van de Heer voldoende en eerlijk te belichten.



Help anderen om antwoorden te vinden

Ik wil dat u het volgende goed begrijpt. Er is absoluut niets mis met vragen stellen of onze geschiedenis, leer en gebruiken onderzoeken. De herstelling begon met Joseph Smiths zoektocht naar een antwoord op een oprechte vraag.

Ouders, leiders van hulporganisaties, leerkrachten in de kerk (onder wie seminarie- en instituutleerkrachten), bisschoppen en ringpresidenten, als iemand zich tot u wendt met een vraag, of bezorgdheid, wimpel hem of haar dan niet af. Zeg niet dat hij of zij zich daar geen zorgen over hoeft te maken. Trek alstublieft de toewijding van deze persoon aan de Heer of zijn werk niet in twijfel. Help die persoon liever om antwoorden te vinden.

Ik maak me zorgen als ik hoor dat mensen met eerlijke vragen over onze geschiedenis, leer en gebruiken worden behandeld alsof ze geen geloof hebben. Dat is niet wat de Heer wil. Petrus zei het zo: 'Wees altijd bereid tot verantwoording aan ieder die u rekenschap vraagt van de hoop die in u is' (1 Petrus 3:15).

We moeten beter met eerlijke vragen omgaan. Hoewel we geen antwoorden hebben op alle vragen over het heelal of over onze geschiedenis, leer en gebruiken, kunnen we oprechte mensen wel vaak antwoorden bieden. Als we het niet weten, kunnen we samen naar antwoorden zoeken. Een gezamenlijke zoektocht kan ons dichter bij elkaar en bij God brengen. Uiteraard vinden we niet altijd afdoende antwoorden. Als we die niet vinden, is het goed om te bedenken dat geloof nog steeds een plaats heeft in godsdienst. Soms kunnen we leren, bestuderen en weten, en soms moeten we geloven, vertrouwen en hopen.

Maak mensen met vragen duidelijk dat de Heer niet van zijn heiligen verwacht dat ze een universitaire graad in geschiedenis en kerkleer behalen. Daarom kunnen we ook niet verwachten dat ouders, leiders en leerkrachten op elke vraag een antwoord hebben. Zelfs in het Eerste Presidium en het Quorum der Twaalf Apostelen hebben we verschillen in achtergrond en



opleiding, en dat zorgt voor een breed scala aan ervaring bij onze gesprekken en vergaderingen.

Als ik het antwoord op een vraag niet weet, wend ik mij vaak tot mensen die mij kunnen helpen. We zijn in de kerk gezegend met goed opgeleide deskundigen en met mensen die hun leven aan studie hebben gewijd, waardoor ze onze geschiedenis en de Schriften door en door kennen. Deze wijze mannen en vrouwen ver-

Als u nauwkeurig acht slaat op de raad van profeten, zullen uw geestelijke wortels reiken tot in de 'bron [...] van water dat opwelt tot in het eeuwige leven' (Johannes 4:14).



schaffen ons context en achtergrondinformatie, zodat we ons heilige verleden en onze huidige gebruiken beter kunnen begrijpen. De informatie die ik van hen krijg, is mij tot zegen, en ik ben er beter door in staat om de leiding van de Heilige Geest te voelen.

De kerk is voorstander van openheid. Daarom stelt ze waardevolle hulpbronnen ter beschikking die ons meer inzicht en nog meer achtergrondinformatie over de herstelling geven. Denk maar aan de Joseph Smith Papers-website en de evangelieverhandelingen op ChurchofJesusChrist.org. We leven in een geweldige tijd om kerkgeschiedenis en leerstellingen te bestuderen dankzij talloze hulpmiddelen en deskundigen die nuttige informatie hebben en ons helpen om ons verleden te begrijpen. Bid altijd en volg de ingevingen van de Heilige Geest, die geestelijke waarheden openbaart.

De tering naar de nering zetten

Het baart mij zorgen dat sommige mensen boven hun stand leven om toch maar niet voor

de burens onder te doen. We maken een ernstige vergissing als we onszelf vergelijken met mensen die meer geld hebben. We mogen niet vergeten dat de meesten van ons al voorspoedig zijn in het land. Wees alstublieft tevreden, geniet van de zegeningen die u reeds hebt ontvangen, en zorg ervoor dat u niet ten prooi valt aan onverstandig gebruik van koopkrediet. Vergeet nooit ofte nimmer uw tiende te betalen, en help de behoeftigen met een royale vastengave.

Geniet van elkaars gezelschap

Sommigen onder u hebben wellicht overvolle schema's met onder andere goede activiteiten. Waak er alstublieft voor dat u uw kinderen niet overbelast. Zet af en toe sociale media en andere vormen van afleiding uit, ga zitten en geniet van elkaars gezelschap. Enige tijd geleden gaf ik tijdens een algemene conferentie nog de raad om geregeld een gezinsraad te houden. (Zie 'De gezinsraad', *Liahona*, mei 2016, 63–65.)

Vergeet niet dat de Heiland ons de volgende raad heeft gegeven: 'Wees stil en weet dat Ik God ben' (Leer en Verbonden 101:16; zie ook Psalmen 46:11).

Om gezinsleden bezig te houden en af te leiden van wat het allerbelangrijkste is, wordt er voortdurend iets nieuws uitgevonden – een nieuwe app of game, bijvoorbeeld, waardoor jongeren liever naar hun smartphone kijken dan naar de wonderlijke pracht van Gods schepping. Ze hebben zelfs geen oog meer voor een potentiële partner, met wie ze kunnen trouwen en een echte relatie hebben die naar eeuwige zegeningen leidt.

Heb uw naaste lief

Ik wil het even met u hebben over onze vrienden, burens, klasgenoten en collega's die geen lid van de kerk zijn. Hoewel we de volgende grote taak en opdracht van de Heer ernstig nemen: 'Ga dan heen, onderwijs al de volken, hen dopend in de Naam van de Vader en van de

Zoon en van de Heilige Geest' (Mattheüs 28:19) – hebben we eerbied en respect voor ieders keuzevrijheid om te denken en geloven, of niet te geloven, wat hij of zij wil.

Als een buur, collega of klasgenoot niet geïnteresseerd is om het evangelie te onderzoeken, moeten we hem of haar nog steeds in vriendschap de hand reiken. Onze liefde voor hen mag niet voorwaardelijk zijn, ze moet oprecht en zonder bijbedoelingen zijn.

Onze kinderen leren het beste van het voorbeeld van hun ouders en leiders. Laten wij goed opletten hoe we over anderen spreken en hoe we onze naasten behandelen. En vergeet niet, we mogen een andere mening hebben, maar we mogen niet onhebbelijk worden.

Jezus heeft gezegd: 'U zult uw naaste liefhebben als uzelf' (Mattheüs 19:19). Als we zijn discipelen willen zijn, moeten we christelijke hoffelijkheid en vriendelijkheid betrachten in onze contacten met anderen, ook met hen die hebben besloten zich van de kerk te distantiëren.

Laten wij voor alle goede doelen onze krachten bundelen met mensen van goede wil, en hen welkom heten in onze vrienden- en kennissenkring. Laten we hen oprecht welkom heten in onze kapel en bij onze wijkactiviteiten.

Gemoedsrust en profetische raad

Ik besluit mijn apostolische zendbrief aan u met mijn getuigenis, dat als u nauwkeurig acht slaat op de raad van profeten, uw geestelijke wortels zullen reiken tot in de 'bron [...] van water dat opwelt tot in het eeuwige leven' (Johannes 4:14). U zult geestelijk niet sterven zoals de machtige sequoia. Nee, ik getuig dat u meer gemoedsrust, vreugde en geluk zult ondervinden als u Jezus Christus en de dienstknechten die Hij heeft geroepen, in uw leven aanvaardt, en als u zijn evangelieplan volgt. Tenzij de mensen hun hart weer tot God en zijn leer en zijn plan wenden, zullen we de gevolgen die in de Schriften zijn geopenbaard, zeker moeten ondervinden.

Mijn geliefde broeders en zusters, het is onze taak om de kerk en onszelf voor te bereiden op de dagen die zeker zullen komen, als de mensen God, onze hemelse Vader, en zijn geliefde Zoon, de Heer Jezus Christus, blijven negeren en geringschatten. In de Schriften staat duidelijk wat er gebeurt als mensen zich van God afkeren.

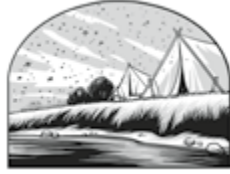
Wij houden van u. Het is mijn voorrecht om onze hemelse Vader een zegen over u te vragen. Moge u gemoedsrust kennen. Moge u vreugde in uw hart hebben. Moge u de moed vinden om u zo nodig te bekeren. Als er iets in uw leven is dat niet goed is, moge de Heer u dan zegenen met de moed om u te bekeren en te veranderen, en daar vandaag mee te beginnen. Moge de Heer u de kracht geven om uw hart tot Hem te wenden, Hem lief te hebben, en Hem te dienen, zodat u uw reis door het sterfelijk leven veilig kunt voortzetten, en u voorbereiden op de dag dat uw Vader in de hemel en zijn geliefde Zoon u in hun armen nemen.

Als een bijzondere getuige van Christus getuig ik tot u dat ik weet dat Jezus de Christus is. Hij is de Zoon van God. Wat ik heb gezegd, is waar, en ik hoop dat u mijn zendbrief zult ontvangen in dezelfde geest als waarin ik heb gesproken. Ik getuig dat dit de Kerk van Jezus Christus is.

Moge God u zegenen, mijn geliefde broeders en zusters, zodat we al het mogelijke kunnen doen om ons voor te bereiden op de dag dat de Heiland en Verlosser van de wereld terugkomt als onze Heer en Koning. ■

Uit de toespraak 'An Epistle to the Saints of the Utah Salt Lake Area', gehouden op 11 september 2016 tijdens een conferentie voor meerdere ringen.





HOOFDSTUK 3

Het woord en de wil van de Heer

Noot van de redactie: dit is een fragment uit hoofdstuk 3 van deel 2 in de reeks Heiligen, met de titel Geen onheilige hand. (Deel 2 komt begin volgend jaar uit.) In het najaar van 1846 woonden zo'n 2.500 leden van de kerk, onder wie president Brigham Young, in Winter Quarters, een tijdelijke nederzetting op de westelijke oever van de Missouri. Veel heiligen werden er door ziekte geplaagd.

Te midden van de ellende in Winter Quarters kreeg Brigham het bericht dat een bende van zo'n duizend man de kleine gemeenschap van achtergebleven heiligen in Nauvoo had overvallen. Ongeveer tweehonderd heiligen hadden teruggevochten, maar na een paar dagen hadden ze het onderspit moeten delven. De plaatselijke overheid kwam tussenbeide en dwong een vreedzame evacuatie voor de heiligen af, van wie er velen arm en ziek waren. Maar toen de heiligen de stad verlieten, viel de bende hen weer lastig en werden hun huizen en huifkarren geplunderd. Een bende drong de tempel binnen, ontheiligde die, en bespotte de heiligen die naar kampen aan de overzijde van de rivier vluchtten.²⁸

Toen Brigham te horen kreeg hoe wanhopig de toestand van de vluchtelingen was, stuurde hij de kerkleiders een brief, waarin hij hen herinnerde aan het verbond dat ze in Nauvoo hadden gesloten om de armen bij te staan en elke heilige te helpen die naar het westen wilde komen.

‘Deze arme broeders en zusters, weduwen en wezen, zieken en behoeftigen, bevin-den zich nu op de westelijke oever van de Mississippi’, schreef hij. ‘Het is nu de tijd om in actie te komen. Laat het vuur van het verbond dat u in het huis van de Heer hebt gesloten, als een onuitblusbaar vuur in uw hart branden.’²⁹

De heiligen in Winter Quarters en de omliggende nederzettingen hadden twee weken voordien nog twintig huifkarren met voedsel en hulpgoederen naar Nauvoo gestuurd, en hadden weinig over. Toch stuurden ze nog meer karren, spannen ossen, voedsel en andere goederen terug naar Nauvoo. Newel Whitney, de presiderende bisschop van de kerk, kocht ook meel voor de uitgeputte heiligen.³⁰

Toen de hulpploegen bij de vluchtelingen arriveerden, zagen ze dat veel heiligen koorts hadden, niet voorbereid op de kou en uitgehongerd waren. Toen de heiligen op 9 oktober aanstalten maakten om de tocht naar de rivier de Missouri aan te van-gen, zagen ze dat een vlucht kwartels de lucht verduisterde, en op en naast hun karren



landde. De mannen en jongens haastten zich naar de vogels toe en vingen ze met hun blote handen. Velen herinnerden zich dat God ook kwartels had gestuurd naar Mozes en de kinderen van Israël, toen zij in nood verkeerden.

Thomas Bullock, een administrateur van de kerk, schreef hierover in zijn dagboek: ‘Vanmorgen hebben we van dichtbij de genade en goedheid van God ervaren. De broeders en zusters loofden God en verheerlijkten zijn naam omdat Hij ons in deze vervolging heeft overladen zoals Hij de kinderen van Israël in de woestijn heeft overladen.’

‘Iedere man en vrouw, en elk kind, at kwartels als avondmaaltijd’, aldus Thomas.³¹

Intussen vond er duizenden kilometers verderop, op het Anaa-atol in de Stille Oceaan, een conferentie van meer dan achthonderd heiligen der laatste dagen plaats. Aäronisch-priesterschapsdrager Tamanehune sprak hen toe. ‘We moeten een brief naar de kerk in Amerika sturen’, zei hij,

‘en vragen of ze onmiddellijk vijf tot honderd ouderlingen hiernaartoe willen sturen.’ Ariipaea, kerklid en dorpshoofd, viel hem bij, en de heiligen van de Zuidelijke Stille Oceaan staken ter steunverlening hun hand op.³²

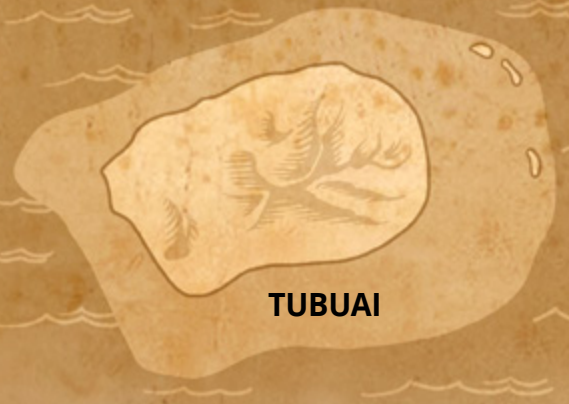
Addison Pratt, die de conferentie presideerde, was het volmondig met Tamanehune eens. De afgelopen drie jaar hadden Addison en Benjamin Grouard meer dan duizend mensen gedoopt. Maar in diezelfde periode hadden ze slechts één brief van een lid van de Twaalf ontvangen, en daar stond niets in over terug naar huis keren.³³

De brief was zes maanden geleden angekommen, en sindsdien hadden de twee zendelingen niets van hun familie, vrienden of kerkleiders gehoord. Telkens wanneer er op het eiland een krant werd bezorgd, doorzochten ze die naarstig om toch maar enig nieuws over de heiligen te lezen. Eén krant berichtte dat de helft van de heiligen in Nauvoo was uitgemeerd, en dat de andere helft naar Californië was gevlucht.³⁴

Addison snakte naar nieuws over het lot van Louisa en zijn



Na een zending in Frans-Polynesië keerde Addison Pratt naar de Verenigde Staten terug. Daar voegde hij zich bij zijn vrouw, Louisa, die voorbereidselen maakte om met de kinderen westwaarts te trekken.



dochters. Hij besloot naar de Verenigde Staten terug te keren. ‘Zekerheid, ook al is die hartverscheurend, is beter dan onzekerheid en angst’, dacht hij bij zichzelf.³⁵

Addisons vrienden, Nabota en Telii, het echtpaar dat samen met hem op Anaa had gediend, besloten terug te keren naar Tubuai, waar Telii een geliefde geestelijke leerkracht was voor de vrouwen van de kerk. Benjamin besloot op het eiland te blijven en het zendingswerk te leiden.³⁶

Toen de heiligen uit de Stille Oceaan hoorden dat Addison zou vertrekken, drongen ze er bij hem op aan dat hij gauw terug zou komen en meer zendelingen mee zou brengen. Aangezien Addison van plan was om naar het eiland terug te keren met Louisa en zijn dochters, als zij tenminste nog leefden, ging hij daar meteen mee akkoord.³⁷

De dagen in Winter Quarters werden kouder. Brigham Young bad vaak om te weten hoe hij de kerk op de tocht over de Rocky Mountains moest voorbereiden. Ze waren nu al bijna een jaar onderweg, en Brigham had geleerd dat een goede organisatie en uitrusting van de heiligen cruciaal was. Maar de aaneenschakeling van tegenslagen had hem ook geleerd hoe belangrijk het was om op de Heer te vertrouwen en zijn leiding te volgen. Net als in de dagen van Joseph kon alleen de Heer zijn kerk leiden.

Vlak na Nieuwjaar voelde Brigham dat de Heer zijn verstand nieuw licht en nieuwe kennis gaf. Op 14 januari 1847 tekende hij tijdens een vergadering met de hoge raad en de Twaalf het begin van een openbaring van de Heer aan de heiligen op. Voordat Brigham die avond naar bed ging, gaf de Heer hem aanvullende instructies voor de aanstaande tocht. Brigham pakte de onvoltooide notities van die ochtend erbij en schreef de verdere instructies van de Heer aan de heiligen op.³⁹

De volgende dag ging Brigham met de openbaring naar de Twaalf. De titel was ‘Het woord en de wil van de Heer’,

en er werd in benadrukt dat de heiligen onder leiding van de apostelen in konvooien ingedeeld moesten worden. In de openbaring gebood de Heer dat de heiligen onderweg samen in hun eigen behoeften moesten voorzien, en bovendien voor de weduwen, wezen en de gezinnen van de soldaten van het Mormoons Bataljon moesten zorgen.

‘Laat eenieder al zijn invloed en bezit aanwenden om dit volk over te brengen naar de plaats waar de Heer een ring van Zion zal vestigen’, stond er in de openbaring. ‘En indien u dat doet met een rein hart, in alle getrouwheid, zult u worden gezegend.’⁴⁰

De Heer gebood zijn volk ook om zich te bekeren en te verootmoedigen, elkaar goed te behandelen, en op te houden met dronkenschap en kwaadsprekerij. Deze woorden vormden een verbond, waarin de heiligen werd gevraagd te ‘wandelen naar alle verordeningen van de Heer’ en zich te houden aan de beloften die ze in de Nauvootempel hadden gedaan.⁴¹

‘Ik ben de Heer, uw God, ja, de God van uw vaders, de God van Abraham en van Izak en van Jakob’, zei Hij. ‘Ik ben het die de kinderen van Israël uit het land Egypte heeft geleid; en mijn arm is in de laatste dagen uitgestrekt.’

Net als de Israëlieten vanouds moesten de heiligen de Heer loven en zijn naam in tijden van beproeving aanroepen. Ze moesten zingen en dansen met een gebed van dankzegging in hun hart. Ze mochten de toekomst niet vrezen, maar moesten op Hem vertrouwen en hun tegenspoed dragen.

‘Mijn volk moet worden beproefd in alle dingen’, zei de Heer, ‘opdat zij erop voorbereid zullen zijn de heerlijkheid te ontvangen die Ik voor hen heb, ja, de heerlijkheid van Zion.’⁴²

In de loop van de winter kregen de apostelen nog meer openbaringen bij hun voorbereidingen om huifkarrenkonvooien over de Rocky Mountains te sturen. Onder hun leiding zou een kleine voorhoede in de lente vanuit Winter Quarters



GREAT SALT
LAKE VALLEY

WINTER QUARTERS

NAUVOO

vertrekken, de bergen oversteken, en een nieuwe nederzetting voor de heiligen vestigen. Uit gehoorzaamheid aan het gebod van de Heer en ter vervulling van de profetie zouden ze een banier voor de volken oprichten en aan de bouw van een tempel beginnen. Grotere groepen die voornamelijk uit gezinnen bestonden, zouden in hun voetspoor volgen, en onderweg het woord en de wil van de Heer gehoorzamen.⁴⁸

Vóór hun vertrek uit Nauvoo hadden de leden van het Quorum der Twaalf en de Raad van Vijftig overwogen om zich in de Salt Lake Valley of in de meer noordwaarts gelegen Bear River Valley te vestigen. Beide valleien lagen aan de overkant van de Rocky Mountains, en volgens de berichten boden ze allebei potentieel.⁴⁹ Brigham had in een visioen gezien waar de heiligen zich moesten vestigen, maar hij wist niet precies waar die plek was. Daarom bad hij dat God hem en de voorhoedegroep naar de juiste vergaderplaats voor de kerk zou leiden.⁵⁰

In de middag van 16 april 1847 ving de voorhoedegroep de tocht aan. Het was een koude, druilerige dag. ‘Wij willen de weg bereiden voor het heil van de oprechten van hart onder alle volken, al moeten we daarvoor alles in ons rentmeesterschap opofferen’, verklaarden de apostelen in een afscheidsbrief aan de heiligen in Winter Quarters. ‘In de naam van de God van Israël, wij zullen slagen, al wordt het onze dood.’⁵³ ■

Lees het hele hoofdstuk op heiligen.ChurchofJesusChrist.org, of lees de digitale versie van dit artikel in de app Evangeliebibliotheek of op liahona.ChurchofJesusChrist.org.

Het woord Thema in de noten geeft aan dat er op heiligen.ChurchofJesusChrist.org meer informatie te vinden is.

NOTEN

28. James Whitehead aan Brigham Young, 18 augustus 1846, Brigham Young Office Files, CHL; George Alley aan Joseph Alley, 26 januari 1847, George Alley, Brieven, CHL; Mace, Autobiography, 138–145; ‘Articles of Accommodation Treaty Agreement’, 16 september 1846, Chicago Historical Society, Collection of Manuscripts about Mormons, CHL; Bullock, Dagboek, september 1846; Afdeling kerkgeschiedenis, Journal History of the Church, 18 september 1846; Leonard, *Nauvoo*, 606–616.

29. Kantoor van de kerkhistoricus, History of the Church, deel 16, 24 en 27 september 1846, 49, 51; Brigham Young aan ‘de hoge raad van Council Point’, 27 september 1846, Brigham Young Office Files, CHL.

30. Kantoor van de kerkhistoricus, History of the Church, deel 16, 14 september 1846, 34; 27 september 1846, 52; 5 oktober 1846, 7–8; 6 oktober 1846, 11.

31. Bullock, Dagboek, 9 oktober 1846; Kantoor van de kerkhistoricus, deel 16, 5 en 9 oktober 1846, 7–8, 14–15.

32. Society Islands Conference Report, 24 september 1846, in Kantoor van de kerkhistoricus, Minutes and Reports (local units), CHL; Addison Pratt, Dagboek, 3 februari 1846; 24 september 1846; november 1850. In zijn dagboek van november 1850 heeft Addison zich kennelijk vergist in de datum van de conferentie. **Thema:** French Polynesia [Frans:Polynesië]

33. Addison Pratt, Dagboek, 5 maart 1846; 17 april 1846; 14 november 1846; Woodruff, Dagboek, 26 november 1844.

34. Grouard, Dagboek, 145; zie ook Addison Pratt, Dagboek, 6 februari 1847.

35. Addison Pratt, Dagboek, 7 november 1846.

36. Addison Pratt, Dagboek, 13 en 17 maart 1846; 14 en 17 november 1846; 9 januari 1847; Addison Pratt aan ‘Mijn dierbare familie’, 6 januari 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; Grouard, Dagboek, 165–166.

37. Grouard, Dagboek, 172; Addison Pratt, Dagboek, november 1850; Addison Pratt aan ‘Mijn dierbare familie’, 6 januari 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; zie ook Addison Pratt, Dagboek, 13 januari 1847.

39. Kantoor van de kerkhistoricus, History of the Church, deel 17, 14 januari 1847, 18–19; Willard Richards, Dagboek, 14 januari 1847; zie ook Bennett, *Mormons at the Missouri*, 148–157. **Thema:** Brigham Young

40. Leer en Verbonden 136:1–11 (Openbaring, 14 januari 1847, Revelations Collection, CHL); Kantoor van de kerkhistoricus, History of the Church, deel 17, 15 januari 1847, 19.

41. Leer en Verbonden 136:4, 8, 19, 23–27, 32 (Openbaring, 14 januari 1847, Revelations Collection, CHL).

42. Leer en Verbonden 136:17, 21–22, 28–31 (Openbaring, 14 januari 1847, Revelations Collection, CHL); Exodus 2:23–25; 4:31; 6:6–7; 15:1.

48. Woodruff, Dagboek, 4 september 1847; Kantoor van de kerkhistoricus, History of the Church, deel 17, 6 en 21 maart 1847, 65–66, 72; Lee, Dagboek, 15 en 17 februari 1847; Raad van de Twaalf Apostelen aan ‘de Broeders in Winter Quarters’, 16 april 1847, Brigham Young Office Files, CHL; zie ook Leer en Verbonden 136 (Openbaring, 14 januari 1847, Revelations Collection, CHL).

49. Raad van Vijftig, ‘Record’, 9 september 1845, en 11 januari 1846, in JSP, CFM:472, 513.

50. Lee, Dagboek, 13 januari 1846, 79; George A. Smith, in *Journal of Discourses*, 20 juni 1869, 13:85; Raad van de Twaalf Apostelen aan ‘de Broeders in Winter Quarters’, 16 april 1846, Brigham Young Office Files, CHL; Norton, Reminiscence and Journal, 28 juli 1847; Erastus Snow, in *Journal of Discourses*, 14 september 1873, 16:207; zie ook Thomas Bullock aan Henrietta Rushton Bullock, 9 juni 1847, Henrietta R. Bullock Collection, CHL.

53. Woodruff, Dagboek, 14–16 april 1847; Clayton, Dagboek, 16 april 1847; Raad van de Twaalf Apostelen aan ‘de Broeders in Winter Quarters’, 16 april 1847, Brigham Young Office Files, CHL.



Ouderling
Adilson de
Paula Parrella
van de Zeventig

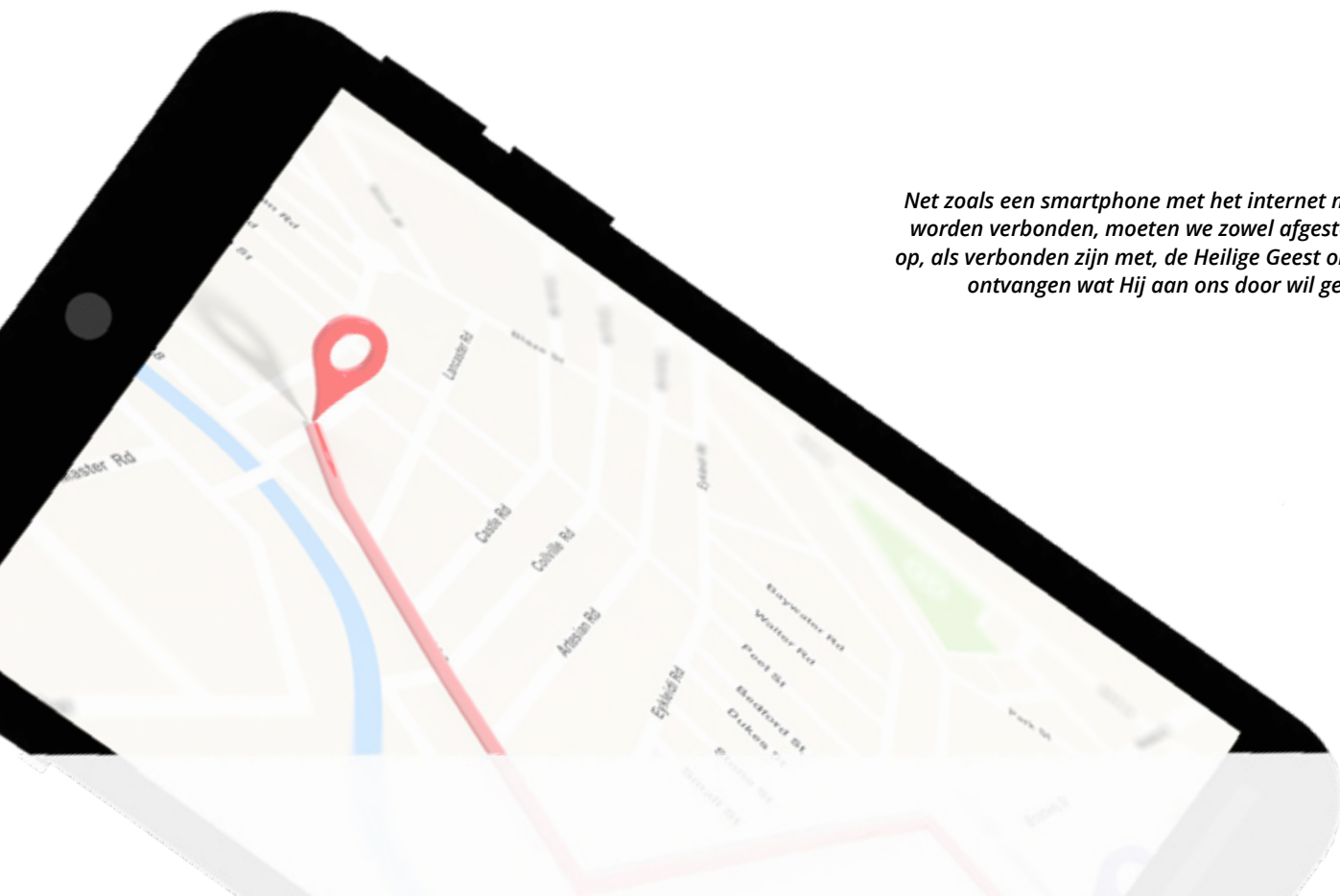
Hemelse leiding ontvangen en erkennen

God is bereid ons te leiden, maar wij moeten bereid en klaar zijn om die leiding te ontvangen.

Voor de jonge zendelingen in het opleidingscentrum voor zendelingen in Brazilië was er een dag geregeld waarop we per koppel in de straten van São Paulo mensen moesten uitnodigen om de zendelingenlessen te volgen. Na enkele uren keerden we terug naar het opleidingscentrum en hielden we een getuigenisdienst.

Veel zendelingen spraken van de ingevingen die ze hadden ontvangen om naar een bepaalde straat te gaan of een bepaalde persoon aan te spreken. Ik vond dat geweldig klinken. Maar doordat ik zoiets zelf niet had meegemaakt, dacht ik dat ik misschien niet goed genoeg, of niet voorbereid genoeg, was om een zending te zijn.

Ontmoedigd vroeg ik de leiding van het opleidingscentrum om hulp. Ze legden uit dat God bereid is ons door de Heilige Geest instructies te geven en dat ik nog steeds voor de leiding van de Geest in aanmerking moest komen, al was mijn ervaring niet hetzelfde als die van anderen. Net zoals een radio op een bepaalde zender moet worden afgesteld, of een smartphone met het internet moet worden verbonden, moeten wij zowel afgestemd zijn op, als verbonden zijn met, de Heilige Geest om te ontvangen wat Hij op ons over wil brengen.



Net zoals een smartphone met het internet moet worden verbonden, moeten we zowel afgestemd op, als verbonden zijn met, de Heilige Geest om te ontvangen wat Hij aan ons door wil geven.

Geestelijk overleven

President Russell M. Nelson heeft ons als volgt gewaarschuwd: ‘In de komende tijd kunnen wij geestelijk niet overleven zonder de leidende, troostende en voortdurende invloed van de Heilige Geest.’¹

Hij heeft ons aangespoord onze ‘huidige geestelijke grenzen om persoonlijke openbaring te ontvangen te verleggen, want de Heer heeft beloofd: “Indien u vraagt, zult u openbaring op openbaring, kennis op kennis ontvangen, opdat u de verborgenheden en de vredige dingen zult kennen – datgene wat vreugde brengt, datgene wat het eeuwige leven brengt.” [Leer en Verbonden 42:61].’²

De Heer verwacht van ons dat we tijdens ons sterfelijk leven ‘vele dingen uit eigen vrije wil doen en veel gerechtigheid tot stand brengen’ (Leer en Verbonden 58:27). Er zijn echter zaken die we alleen met hemelse hulp kunnen verwezenlijken. De Heilige Geest openbaart alles wat we nodig hebben om op het pad te blijven en erop voort te gaan; het pad dat in dit leven tot geluk leidt en ons het eeuwige leven laat beërven. ‘Want zie, ik zeg u nogmaals, dat indien u langs de weg binnengaat en de Heilige Geest ontvangt, Hij u alle dingen zal tonen die u behoort te doen’ (2 Nephi 32:5).

Het patroon van de Heer

In de Schriften staat hoe de Heer ons persoonlijke openbaring geeft: ‘Ik zal in uw gedachten en in uw hart tot u spreken door de Heilige Geest, die op u zal komen en die in uw hart zal wonen’ (Leer en Verbonden 8:2).

De Heer heeft ook gezegd: ‘Stel uw vertrouwen in die Geest die ertoe beweegt goed te doen’ (Leer en verbonden 11:12). Soms leidt de Geest ons naar het goede met gedachten, ideeën, een opeenvolging van ideeën, ingevingen om iets na te laten of eraan te beginnen, invallen of begrip, inzicht in zaken die we alleen met onze eigen vermogens nooit hadden kunnen leren, de herinnering aan vergeten dingen, enzovoorts.³

In Galaten 5:22–23 lezen we dat de Heilige Geest vaak communiceert door gevoelens en emoties zoals liefde, blijdschap, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing. De hulp die we van de Heilige Geest krijgen, is vaak een reeks op ons afgestemde instructies voor onze behoeften, maar denk eraan, dergelijke leiding verlost ons om het goede te doen (zie Moroni 7:13) en zal altijd overeenstemmen met de leringen van de huidige profeten en de Heilige Schriften.

Ontvangen en herkennen

Misschien is een van onze grootste uitdagingen in dit leven om te weten hoe we ingevingen en leiding van de Heilige Geest kunnen ontvangen, herkennen en er gehoor aan geven. De volgende leringen kunnen van nut zijn.

Les 1: de Heer is bereid ons persoonlijke openbaring te geven, maar wij moeten klaar zijn om die te ontvangen.

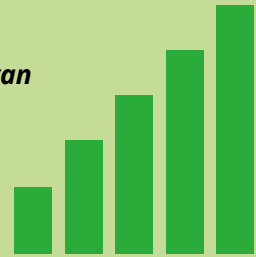


President Nelson heeft gezegd: ‘Sinds ik als president van de kerk geroepen ben, heeft de Geest mij herhaaldelijk beklemtoond hoe bereidwillig de Heer is om zijn gedachten en wensen bekend te maken. Het voorrecht om openbaring te ontvangen, is een van de grootste gaven van God aan zijn kinderen.’⁴

In het opleidingscentrum heb ik geleerd dat ik klaar moest zijn om te ontvangen wat de Heer mij, op zijn tijd en op zijn manier, wilde geven. Door storing kunnen we zo afgeleid raken, dat we niet meer kunnen herkennen wanneer de Heer tot ons spreekt of aandachtig naar de boodschap kunnen luisteren die Hij ons wil geven.

Ouderling David A. Bednar van het Quorum der twaalf apostelen heeft gezegd: ‘Als we de Heilige Geest in ons leven willen, Hem uitnodigen en leren snel gehoor aan eenvoudige ingevingen te geven, kunnen we ook de afleidende geluiden van de wereld buitensluiten en ons aandachtig op de influisteringen van de Heilige Geest concentreren.’⁵

Les 2: we moeten de werking van de taal van de Geest bestuderen en leren.



Ouderling Ronald A. Rasband van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: ‘Ingevingen van de Geest [komen] meestal in de vorm van een gevoel. U voelt het in woorden die u vertrouwd voorkomen, die zinnig voor u zijn, die u ergens toe aanzetten. [...]’

‘Die gevoelens zijn subtiel, een aanzet om te handelen, iets te doen, iets te zeggen, op een bepaalde manier te reageren.’⁶

Openbaring van de Heilige Geest leren ontvangen, is te vergelijken met een andere taal leren. In het begin begrijpen we amper iets of helemaal niets. Maar als we doorzetten, begrijpen we eerst woorden, dan zinnen, dan hele gedachten. Uiteindelijk begrijpen we wat er gezegd wordt. Om de taal van de Geest te leren moeten we:

- verlangend zijn om te leren.
- de Schriften en de woorden van de huidige profeten over het ontvangen van openbaring bestuderen.
- aandacht besteden aan geestelijke indrukken.
- God vragen om ons door de Heilige Geest te leiden.
- ons openstellen voor de ontvangen instructies en ze niet negeren of bagatelliseren.
- aan de ingevingen gehoor geven.
- oprecht streven naar meer leiding.

Les 3: Onze hemelse vader geeft ons openbaring op zijn eigen tijd en manier.



Deze les bestaat uit drie beginselen:

1. *God kan en zal ons laten weten hoe we voortgang kunnen maken.* Het is het werk van onze hemelse Vader om ons te helpen het eeuwig leven te verkrijgen (zie Mozes 1:39). '[Hij] bekommert Zich echter niet alleen om ons welzijn, maar nog meer om onze gestage vooruitgang', heeft president Henry B. Eyring, tweede raadgever in het Eerste Presidium gezegd.⁷

Dit wil zeggen dat onze hemelse Vader bezorgd is over de stappen die we tijdens ons sterfelijk leven zetten. Hij weet welke beslissingen we moeten nemen en wat we moeten doen opdat we 'zonen [en dochters] van God [zullen] worden' (Moroni 7:48). 'Meer dan u zich voor kunt stellen wil Hij dat u uw bestemming bereikt – eervol naar uw hemelse thuis terugkeren', heeft ouderling Dieter F. Uchtdorf van het Quorum der Twaalf Apostelen gezegd.⁸

2. *Soms begrijpen we de reden achter hemelse aanwijzingen niet.* God zal ons af en toe instructies geven die we niet hadden verwacht. Ik herinner me dat ik eens tijdens een avondmaalsdienst een duidelijke ingeving kreeg. De instructie was geen stem of influistering, maar een duidelijke gedachte over wat ik hoorde te doen. Ik had niet verwacht dat ik zo'n instructie tijdens de avondmaalsdienst zou ontvangen.

Ik vertelde mijn vrouw welke ingeving ik net had ontvangen. Zij zei dat ik aan de ingeving gehoor moest geven, hoewel we de reden niet begrepen.

We gehoorzaamden die instructie. Na verloop van tijd ontvingen we meerdere getuigenissen dat de leiding die we hadden ontvangen ons meer gemoedsrust had bezorgd, en dat die ervoor zorgde dat we op ons pad van groei bleven.

3. *We moeten bereid zijn om Gods wil te doen.* God weet in zijn volmaaktheid en wijsheid wat het beste voor ons is. Zijn wil, gebaseerd op zijn goddelijke perspectief, wijst ons een betere weg. Maar zijn wil zal ons ook vaak voor een moeilijke taak stellen. Zoals in alles is de Heer Jezus Christus ook hierin ons volmaakte voorbeeld. Hij stemde zijn wil op die van zijn Vader af. Terwijl de Heiland voor onze zonden leed, bad Hij: 'Mijn Vader, als het mogelijk is, laat deze drinkbeker aan Mij voorbijgaan. Maar niet zoals Ik wil, maar zoals U wilt' (Mattheüs 26:39).

Wij moeten ook bereid zijn de wil van God boven onze eigen verlangens voorrang te geven. Als we zijn wil aanvaarden en doen, bereiden we ons op het ontvangen van meer leiding voor. Ouderling Bednar heeft gezegd: 'Als we onze verbonden nakomen en de geboden onderhouden, als we er steeds meer naar streven om goed te doen en beter te worden, dan kunnen we erop vertrouwen dat God onze stappen zal leiden.'⁹

Hemelse hulp ontvangen

Onze eeuwige vooruitgang berust op het ontvangen van persoonlijke leiding van de Heilige Geest. Laat ieder van ons zich vast voornemen om de raad van president Nelson op te volgen en naar persoonlijke openbaring te streven. Wanneer we geloven en erop vertrouwen dat God ons door de Heilige Geest leiding wil geven, en als we die hemelse hulp dan oprecht nastreven, zullen we de leiding ontvangen die we nodig hebben. ■

NOTEN

1. Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', *Liahona*, mei 2018, 96.
2. Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', 95.
3. Zie David A. Bednar, 'De geest van openbaring', *Liahona*, mei 2011, 87–90.
4. Russell M. Nelson, 'Openbaring voor de kerk, openbaring voor onszelf', 94.
5. David A. Bednar, 'Receiving, Recognizing, and Responding to the Promptings of the Holy Ghost' (Ricks College Devotional, 31 augustus 1999).
6. Ronald A. Rasband, 'Neem de Heilige Geest tot gids', *Liahona*, mei 2017, 94.
7. Henry B. Eyring, 'Mijn vrede laat Ik u', *Liahona*, mei 2017, 17.
8. Dieter F. Uchtdorf, 'Het evangelie met vreugde naleven', *Liahona*, november 2014, 123.
9. David A. Bednar, 'De geest van openbaring', 90.

Stap voor stap

Volmaaktheid kan beangstigend klinken – vooral als we dat voor ons onvolmaakte zelf als norm aanhouden. Ik bedoel, iedereen gaat wel eens de mist in en betreurt gemaakte fouten. Die spijt kan ons vaak tot de nodige veranderingen aanzetten. Maar als we te lang blijven hangen in het feit dat we het steeds beter moeten doen, kan dat een verlamrende uitwerking hebben. Nathan laat ons in zijn artikel op pagina 44 inzien wat volmaaktheid echt is. Hij legt ook uit hoe we dat stadium stukje bij beetje door een rechtschapen levenswijze kunnen bereiken.

We lijken er in onze strijd om vooruitgang te maken ook vaak alleen voor te staan, maar dat is niet zo! Onze hemelse Vader en Jezus Christus zijn er voor ieder van ons. Heb je ook weleens het gevoel dat je niet goed genoeg bent? Lees dan in Joëlle's artikel op pagina 42 hoe ze door inzicht in de verzoening van de Heiland meer vat op haar perfectionisme heeft gekregen.

Perfectionisme is vaak gefixeerd op orde en netheid, zoals bij Amber. Het kan ook op aspecten van het evangelie gericht zijn, zoals Aarons moeite om een man Gods te zijn (beide artikelen uitsluitend digitaal). Maar deze jongvolwassen hebben ontdekt: ook al ben je niet volmaakt, je kunt de Geest toch voelen en een man of vrouw Gods zijn.

Wil je nog meer goed nieuws? De opdracht 'weest u dan volmaakt' (Mattheüs 5:48) betekent misschien niet precies wat je denkt. Lees Davids artikel (uitsluitend digitaal) voor meer stappen om perfectionisme te overwinnen.

Bedenk dat de Heer ons bij onze vooruitgang wil inspireren en opbouwen – niet ontmoedigen. We kunnen veel te streng voor onszelf zijn (zie mijn artikel – uitsluitend digitaal). We mogen op weg naar onze volmaking best aardig voor onszelf zijn.

Denk aan onze hemelse Vader en de Heiland. Zij kennen je goddelijke waarde. Zij kunnen je helpen om zelfs meer te worden dan je ooit voor mogelijk hebt gehouden. Stap voor stap.

Met vriendelijke groet,
Heather Claridge



HET BESTE ADVIES ...

Jongvolwassenen geven hun beste advies over het overwinnen van perfectionisme:

'Ik geef mezelf dit advies: ik ben hier om te leren wat echt belangrijk is, zodat ik bij Hem terug kan keren.'

– Paola Vargas, Aguascalientes (Mexico)

'Volmaakte mensen hebben geen Heiland nodig. God geeft ons zwakheden, zodat we op Christus kunnen vertrouwen.'

– Mckenna Clarke, Virginia (VS)

'Ik heb in de kerk geleerd dat volmaking niet in dit leven, maar in het leven hierna komt. Onze Heiland is een volmaakt voorbeeld voor ons. Volg Hem in dit leven, zodat je eens volmaakt kunt worden.'

– Vennela Vakapalli, Andhra Pradesh (India)

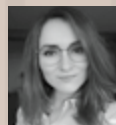
Wat is het beste advies dat jij ooit over vergeving hebt gekregen? Stuur je antwoord uiterlijk 30 september 2019 in op liahona.ChurchofJesusChrist.org

VERTEL JE VERHAAL

Heb je een geweldig verhaal te vertellen? Of wil je artikelen over bepaalde onderwerpen zien? Dan horen we graag van je! Stuur je artikelen of feedback in op liahona.ChurchofJesusChrist.org.

OVER DE SCHRIJVERS IN HET KATERN VOOR JONGVOLWASSENEN

Joëlle Spijkerman lacht en glimlacht graag. Ze geniet volop van het leven en laat dat vaak merken ook. Ze houdt van het evangelie, kinderen en muziek. Momenteel studeert ze voor leerkracht in het basisonderwijs. Een van haar doelen is licht doorgeven aan iedereen om haar heen.



Nathan Read is in Tasmanië (Australië) opgegroeid. Hij heeft een bachelordiploma in economische analyse en werkt momenteel voor de overheid. Daarnaast geeft hij seminaries in zijn wijk en speelt hij graag mee in plaatselijke musicals. Ook houdt hij van een goed boek.



Heather White Claridge sliep als kind al met een stapel boeken onder haar kussen. Geen wonder dus dat ze redactrice is geworden. Ze heeft overal in de VS gewoond en daarbij diverse vaardigheden opgedaan (zoals taekwondo en glas in lood maken). Het najaar is haar lievelingsseizoen – voornamelijk vanwege alle knapperige bladeren waar ze op kan springen.



Amber Weston is moeder van vier prachtige kinderen, voor wie ze graag thuisblijft. Ze is dol op haar man en op bullet journaling. Ze heeft haar bullet journal altijd en overal bij zich. Zo kan ze al die mooie (en minder mooie) momenten van het leven vastleggen.



IN DIT KATERN

42 Ik ben niet volmaakt – nóg niet

Joëlle Spijkerman

44 Perfectionisme: een schadelijk spelletje 'zoek de verschillen'

Nathan Read

48 Volmaakt door Christus



DIGITALE THEMA-ARTIKELEN

We zijn te streng voor onszelf

Heather White Claridge

Kon ik in mijn rommelige huis de Geest voelen?

Amber Weston

Zelfs met je tekortkomingen kun je een echte man of vrouw Gods zijn

Aaron Williams

Jij: een werk in uitvoering

David Dickson



Je kunt deze artikelen (en meer) hier vinden:

- Op liahona.ChurchofJesusChrist.org
- In **Wekelijkse content voor JOVO's** (onder 'Jongvolwassenen' in de Evangeliebibliotheek)
- Op facebook.com/liahona

Ik ben door mijn worsteling met perfectionisme de verzoening van de Heiland beter gaan begrijpen.

Ik ben niet volmaakt – nóg niet

Joëlle Spijkerman

Jezus zegt in 3 Nephi 12:48: 'Welnu, Ik wil dat u volmaakt bent zoals Ik, of zoals uw Vader die in de hemel is, volmaakt is.' Die Schrifttekst kwam altijd hard bij mij binnen, want ik worstel al mijn hele leven met perfectionisme. En hoe geweldig het ook is dat ik overal mijn best in wil doen, kan perfectionisme echt schadelijk zijn. Ik heb lange tijd gedacht dat ik niet goed genoeg was als ik iets fout deed – of zelfs wanneer ik iets goed deed.

Te veel van mezelf eisen

Ik heb altijd veel van mezelf geëist, vooral op de middelbare school. En ik schoot vaak tekort, omdat ik met zo veel dingen tegelijk bezig was die meteen moesten lukken. Zo kon ik bewijzen dat ik goed genoeg was. Eens besloot ik bijvoorbeeld dansles en muziekles te volgen, en bij een ensemble te gaan, allemaal tegelijk. Ik vond dat ik moest doen wat ik kon om mijn talenten te ontwikkelen en te perfectioneren. Maar op een bepaald moment moest ik alles opgeven. Het werd me allemaal gewoon te veel. Ik was erg streng voor mezelf. Ik voelde me een mislukkeling. En falen was een van mijn grootste angsten.

Ik weet dat ik niet de enige ben die met perfectionisme worstelt. Velen

van ons doen elke dag ons best en raken ontmoedigd als alles niet volmaakt lukt. Maar hoe hard we ons ook inspannen, niemand zal hier op aarde ooit helemaal volmaakt zijn. Hoe kunnen we dan naar volmaaktheid streven als al die moeite zo weinig lijkt uit te halen? Ouderling Jeffrey R. Holland van het Quorum der Twaalf Apostelen geeft het volgende antwoord: 'Weest u dan volmaakt – uiteindelijk.'¹

Naar volmaaktheid streven is goed, maar het kan negatief uitpakken als we eronder gebukt gaan. Dit leven vergt fysiek, mentaal, emotioneel en zelfs geestelijk veel van ons. Het is dan ook belangrijk dat we onszelf niet opbranden door alleen met volmaaktheid genoeg te nemen. En het is nog belangrijker om stil te staan bij wat onze hemelse Vader van ons vraagt. Hij wil niet dat we opgebrand raken doordat we te veel hooi op onze vork nemen.

De Heer zegt in Leer en Verbonden 10:4: 'Loop niet harder, of werk niet meer, dan u kracht en middelen worden verschaft om u in staat te stellen te vertalen; maar wees ijverig tot het einde.' Dat kunnen we op onszelf toepassen. Onze hemelse Vader wil dat we gelukkig zijn. Dat zal ook gebeuren

als we zo goed mogelijk doen wat Hij ons opdraagt. Zelfs als onze inspanningen nog niet helemaal volmaakt zijn.

Volmaakt betekent ‘compleet’

Het woord *perfect* komt van het Latijnse woord *perficere*, wat bestaat uit *per-* ('compleet') en *facere* ('maken'). Volmaakt zijn betekent dus eigenlijk

‘compleet’ zijn. En zonder Jezus Christus kunnen we niet compleet zijn (zie Moroni 10:30). Volgens mij vinden velen van ons vaak dat we niet goed genoeg zijn. En dat zijn we ook niet! Dat wil zeggen, zonder Christus zijn we dat niet. Ammon heeft gezegd: ‘Ik weet dat ik niets ben; wat mijn kracht aangaat, ben ik zwak; daarom zal ik

niet op mijzelf roemen, maar ik zal in mijn God roemen, want in zijn kracht vermag ik alle dingen’ (Alma 26:12).

Met Jezus Christus kunnen we altijd naar verbetering streven. We zullen zelfs eens volmaakt en compleet zijn, omdat Hij onze onvolmaaktheden overbrugt. ‘Ja, kom tot Christus en word vervolmaakt in Hem en onthoud u van alle goddeloosheid; en indien u zich van alle goddeloosheid onthoudt en God liefhebt met al uw macht, verstand en kracht, dan is zijn genade u genoeg, opdat u door zijn genade volmaakt kunt zijn in Christus’ (Moroni 10:32).

Ik ben door de jaren heen gaan beseffen dat ik niet volledig begreep wat de verzoening van de Heiland voor mij betekent. Ik dacht dat ik hier op aarde foutloos moest presteren en zelf maar moest uitzoeken hoe ik dat voor elkaar kreeg. Maar nu weet ik dat we er nooit alleen voor staan. Als we ons op Jezus Christus richten en Hem in ons hart en in onze gedachten houden, zullen onze zwakheden sterk worden gemaakt – net zoals mijn worsteling met perfectionisme aan het veranderen is. Ik weet dat ik niet volmaakt ben. Maar Christus kan ons bijstaan om onze zwakheden, zonden, moeilijkheden en angsten te overwinnen. Hij begrijpt ons en weet hoe Hij ons te hulp moet komen. Ik hoop dat we zijn oneindige liefde allemaal mogen ervaren, en beseffen dat we weliswaar nu niet volmaakt zijn, maar dat eens wel zullen zijn als we Hem maar willen volgen. ■

De auteur woont in Nederland.

NOOT

1. Jeffrey R. Holland, ‘Weest u dan volmaakt – uiteindelijk’, *Liahona*, november 2017, 40.



Perfectionisme

EEN
SCHADELIJK
SPELLETJE
'ZOEK DE
VERSCHILLEN'

We voelen allemaal
wel eens dat we
tekortschieten.
Maar we moeten
onzelf niet
tekortdóen.



Nathan Read

Ik speelde vroeger graag 'zoek de verschillen' in onze plaatselijke krant. Het was best een opgave om de kleine verschillen in twee vrijwel identieke plaatjes naast elkaar te vinden. Als je maar goed genoeg op de afzonderlijke elementen van het plaatje lette, kon je de meeste, zo niet alle, verschillen wel vinden. Het ging er niet om dat je van de plaatjes genoot of het tweede plaatje afmaakte; het ging erom dat je elke onvolkomenheid in de onvolledige kopie van het eerste plaatje ontdekte.

Als jongvolwassene hebben we vaak het gevoel dat we niet voldoen aan de norm die we onszelf voorhouden. We vergelijken onszelf steeds meer met anderen. We zien iemand aan een succesvolle carrière beginnen, een ander perfecte cijfers halen, weer een ander heeft een grotere vriendenkring, of we vinden iemand aardiger, verstandiger, vrijgevier en hoffelijker dan wij zijn. En dan zijn ze waarschijnlijk nog eens jonger dan wij ook! Het is zeker niet moeilijk om 'zoek de verschillen' tussen onszelf en de mensen om ons heen te spelen. We weten dan altijd wel een lange lijst op te stellen waarin andere mensen 'beter' zijn dan wij.

Deze denkrant is vooral gevaarlijk als we onze eigenwaarde op onze prestaties, karaktertrekken of vergaarde wereldse rijkdom baseren. Bovendien gaat ons spelletje 'zoek de verschillen' vaak voorbij aan de sterke kanten en christelijke eigenschappen die we hebben ontwikkeld. Dat geldt ook voor de fundamentele waarheid dat we allemaal de potentie hebben om volmaakt te worden zoals Christus ... uiteindelijk. Toen de Heiland verklaarde: 'Ik wil dat u volmaakt bent zoals Ik, of zoals uw Vader die in de hemel is, volmaakt is' (3 Nephi 12:48), wilde Hij ons

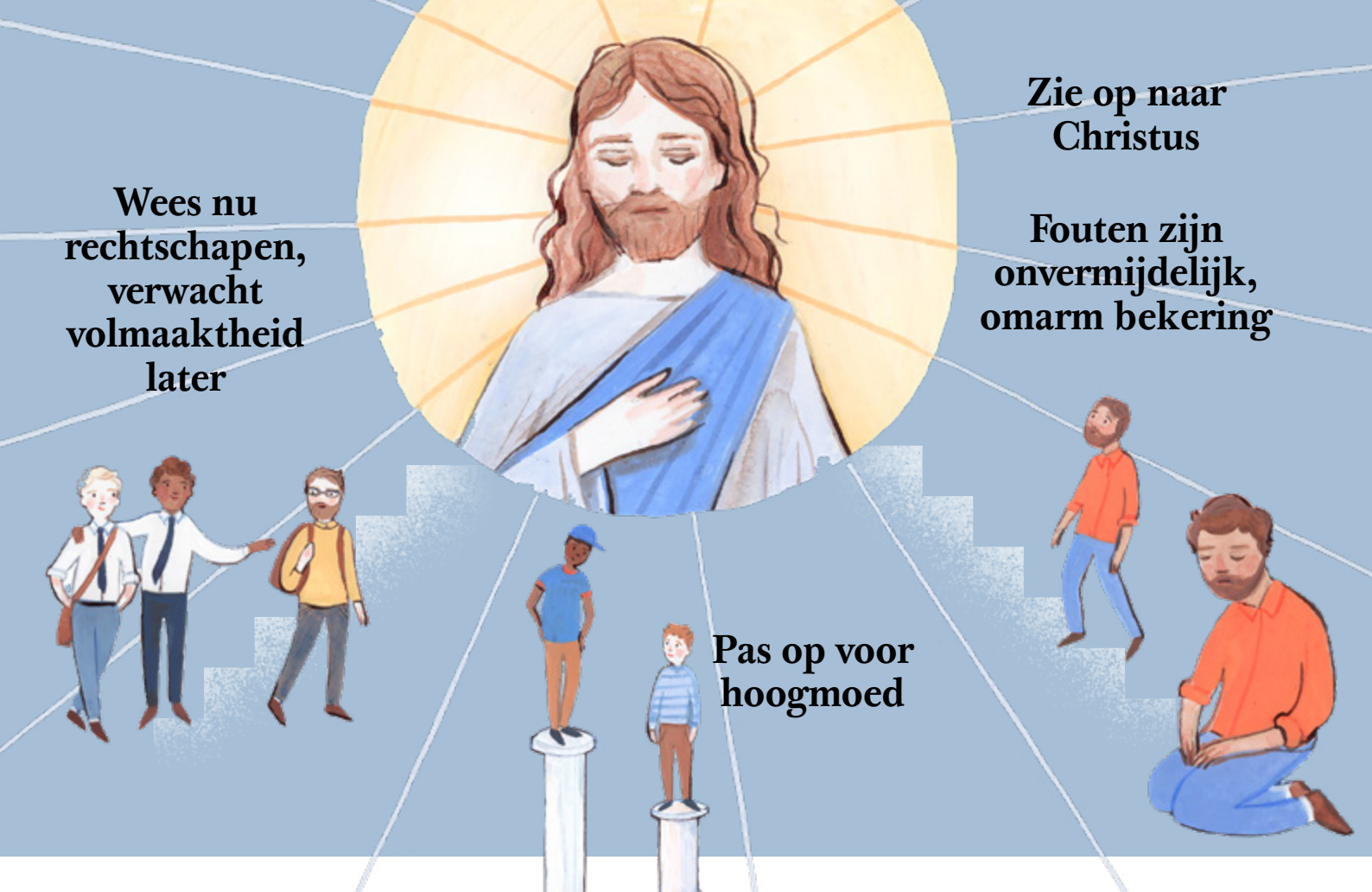
volgens mij juist meer perspectief en hoop bieden. Hij roept ons immers niet alleen op tot bekering, maar geeft ook blijk van zijn vertrouwen dat we kunnen bereiken wat Hij van ons vraagt. We staan allemaal voor de grote opdracht om boven de neigingen van de natuurlijke mens uit te stijgen. We moeten met jaloezie, wrok, wanhoop en twijfel zien af te rekenen, en voor nederigheid, bekering, geloof en hoop kiezen.

Nu rechtschapen, later volmaakt

Negatief 'perfectionisme' wordt door de tegenstander aangewakkerd. We leren daar beter mee omgaan als we begrijpen wat volmaaktheid eigenlijk is. President Russell M. Nelson heeft in een toespraak over volmaaktheid uitgelegd dat het oorspronkelijke Griekse woord voor *volmaakt* in Mattheüs 5:48 'compleet' betekent¹. Niemand van ons is ooit 'compleet' in dit aardse leven. Dat komt pas in de eeuwigheid.

Volmaakt zijn kan intimiderend lijken, maar we kunnen stapjes op het pad naar volmaking zetten. We kunnen het gebod van tiende bijvoorbeeld *compleet* onderhouden door een volledige tiende te betalen. Bidden we dagelijks, dan zijn we *volmaakt* in onze keuze om elke dag te bidden. Elke stap op het pad naar volmaking





**Wees nu
rechtschapen,
verwacht
volmaaktheid
later**

**Zie op naar
Christus**

**Fouten zijn
onvermijdelijk,
omarm bekering**

**Pas op voor
hoogmoed**

(oftewel het verbondspad) is bedoeld om ons vreugde te brengen. We moeten onszelf regelmatig onder de loep nemen. Dan merken we dat we vooruitgang maken en dat onze Vader blij is met onze geestelijke groei.

Rechtschapenheid en volmaaktheid zijn niet synoniem. Volmaaktheid is het resultaat, rechtschapenheid is het patroon van geloof en bekering waarvoor we elke dag kiezen. Zie volmaaktheid maar als een bestemming. Onze verbonden zijn dan ons paspoort en rechtschapenheid vormt de stappen op onze reis. Als we op die manier tegen volmaaktheid aankijken, dan mogen we hopen op goede dingen die zullen komen, terwijl we geduldig en gestaag rechtschapen patronen ontwikkelen.

Fouten zijn onvermijdelijk, omarm bekering

Ik heb de laatste tijd over een citaat van ouderling Lynn G. Robbins van de Zeventig nagedacht: 'Bekering is niet [Gods] reserveplan voor als we zouden falen. Bekering is zijn plan, in de wetenschap dat we zullen falen.'² Dit leven is ons als proeftijd gegeven om ons op de eeuwigheid voor te bereiden. Bekering draagt tot die voorbereiding bij. We gaan dan anders tegen onszelf aankijken en komen er dichterbij tot God en tot de Heiland. Fouten zijn onvermijdelijk, waarschijnlijk elke dag weer. Dat zou geen verrassing moeten zijn en ons evenmin tot wanhoop moeten drijven. We mogen juist blij zijn wanneer we onze tekortkomingen of fouten inzien.

We hebben dan immers de kans om onze zwakheden samen met Christus in sterke kanten te veranderen.

Volmaaktheid is dus het doel en op het pad erheen bekeren we ons dagelijks, en gaan we met een blij gezicht en dankbaar hart voorwaarts.

Zie op naar Christus

Ouderling Neal A. Maxwell (1926–2004) van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft gezegd: 'Wat we in de loop der tijd onophoudelijk verlangen, zullen we uiteindelijk worden en in de eeuwigheid ontvangen.'³ Onze dagelijks keuzes bepalen wie we worden. Als ons diepste verlangen worden zoals de Heiland is en liefde voor Hem onze drijfveer, dan komt dat verlangen in onze keuzes tot uiting. We zullen dan veranderen.



Als we vastlopen, als we fouten maken en als we aan verleiding toegeven, kunnen we onze blik van Christus afwenden. Maar we kunnen ook met geloof, hoop, geduld, een gebroken hart en een verslagen geest naar Christus opzien. We vinden de oplossing of het antwoord op onze moeilijke omstandigheden altijd in Christus en zijn evangelie. Als we naar Christus opzien, zal Hij ons onderrichten en veranderen.

Veel moeilijkheden vallen in twee categorieën: moeilijkheden die we in dit leven en moeilijkheden die we in het leven hierna zullen overwinnen. Denk bijvoorbeeld aan een handicap, depressie en angststoornis, of een aanhoudende verleiding. Christus heeft de macht om ons 'heel' te

maken. Hij heeft de macht om ons te veranderen. Kiezen we voor ootmoed, dan aanvaarden we de timing en wil van de Heer. Zoeken we actief zijn hulp en leiding, dan vinden we kracht, hemelse bemoediging en gemoedsrust.

Pas op voor hoogmoed

De tegenstander draagt nooit goede oplossingen voor onze moeilijkheden aan. Als we onze fouten en zwakheden ontdekken, wil hij ons overhalen om die voor anderen te verbergen. We willen immers zo volmaakt mogelijk overkomen. Dit is een vorm van hoogmoed. Christus draagt wel altijd goede oplossingen voor onze moeilijkheden aan. Let wel, zijn oplossingen zijn niet altijd de makkelijkste weg. Zo vraagt de Heer ons om Hem te vertrouwen als we anderen over het evangelie vertellen. Satan vertelt ons juist om maar over het evangelie te zwijgen omdat we niet welbespraakt zijn. Maar de Heer belooft dat Hij ons 'op het moment zelf' zal ingeven wat we moeten zeggen (Leer en Verbonden 100:6). Echt waar, de tegenstander voedt onze twijfel, de Heer voedt ons geloof.

Christus wil niet dat we ons met spelletjes 'zoek de verschillen' en 'verberg de zwakheid' bezighouden. Hij wil dat we naar Hem opzien en aan 'verander de zwakheid' doen. Hoogmoed is in de kern concurrerend. Concurrentie is echter niet waar het leven om draait. Als we Christus als voorbeeld, vriend en supporter kiezen, kunnen we onze schadelijke vergelijkingen achterwege laten en gemoedsrust op het pad naar volmaking vinden.

Bedenk dat we in dit leven allemaal met onvolmaaktheid en allerlei zwakheden te maken krijgen. Als we anderen zien worstelen, kunnen we ze op een positieve manier opbeuren. Als we anderen zien slagen, kunnen we ze oprecht prijzen. Maar we schieten er nooit iets mee op als we onze rechtchapenheid en succes in positieve of negatieve zin tegen die van een ander afzetten. Anderen gaan misschien aan onze waarde voorbij, maar God niet: voor Hem zijn we van oneindige waarde. We blijven altijd zijn kinderen. Hij houdt onvoorwaardelijk van ons. Hij is blij met onze rechtschapen inspanningen om te worden zoals Hij is.

Jezus Christus is geen afzijdige toeschouwer van ons leven. Hij is zich ons bewust, is actief bij onze redding betrokken en leidt ons naar een celestiale woning terug. In zijn kracht kunnen we alle dingen doen en door Hem is niets onmogelijk. De Heer is in dit onvolmaakte leven onze hoop en ons voorbeeld. Hij zal ons niet oordelen door ons met onze broeders en zusters te vergelijken. Hij kijkt naar ons hart en zal ons op onze reis naar compleetheid de wind in de zeilen geven. Laten we in geloof handelen, ons bekeren en naar Christus opzien met hoop op zijn belofte dat we uiteindelijk 'vervolmaakt in Hem' kunnen worden (Moroni 10:32). ■

De auteur woont in Tasmanië (Australië).

NOTEN

1. Zie Russell M. Nelson, 'Perfection Pending', *Ensign*, november 1995, 86.
2. Lynn G. Robbins, 'Tot zeventig maal zeven maal', *Liahona*, mei 2018, 22.
3. Neal A. Maxwell, 'According to the Desire of [Our] Hearts', *Ensign*, november 1996, 21.

Volmaakt *door Christus*

‘Kom tot Christus
en word vervolmaakt in Hem’
(Moroni 10:32).

‘Volmaaktheid [...] ligt in het
verschiet voor allen die Hem
liefhebben en zijn geboden onder-
houden. [...] Zij is het einddoel
waarvoor wij moeten volharden. Zij
is de eeuwige volmaking die God
voor ieder van ons heeft weggelegd.’

– President Russell M. Nelson (‘Perfection
Pending’, Ensign, november 1995, 88)





JONGVOLWASSENEN

**WAT HOUDT
VOLMAAKTHEID
EIGENLIJK IN?**

*Als je denkt dat je niet goed
genoeg bent, zijn deze artikelen
voor jou.*

40



JONGEREN

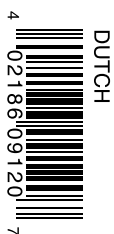
**GEbruik DE
CONFERENTIE-
NOTITIES VAN DEZE
MAAND OM JE OP
DE ALGEMENE
CONFERENTIE VOOR
TE BEREIDEN,
ER BETER NAAR TE
LUISTEREN EN ER
MEER VAN TE LEREN!**

KINDEREN

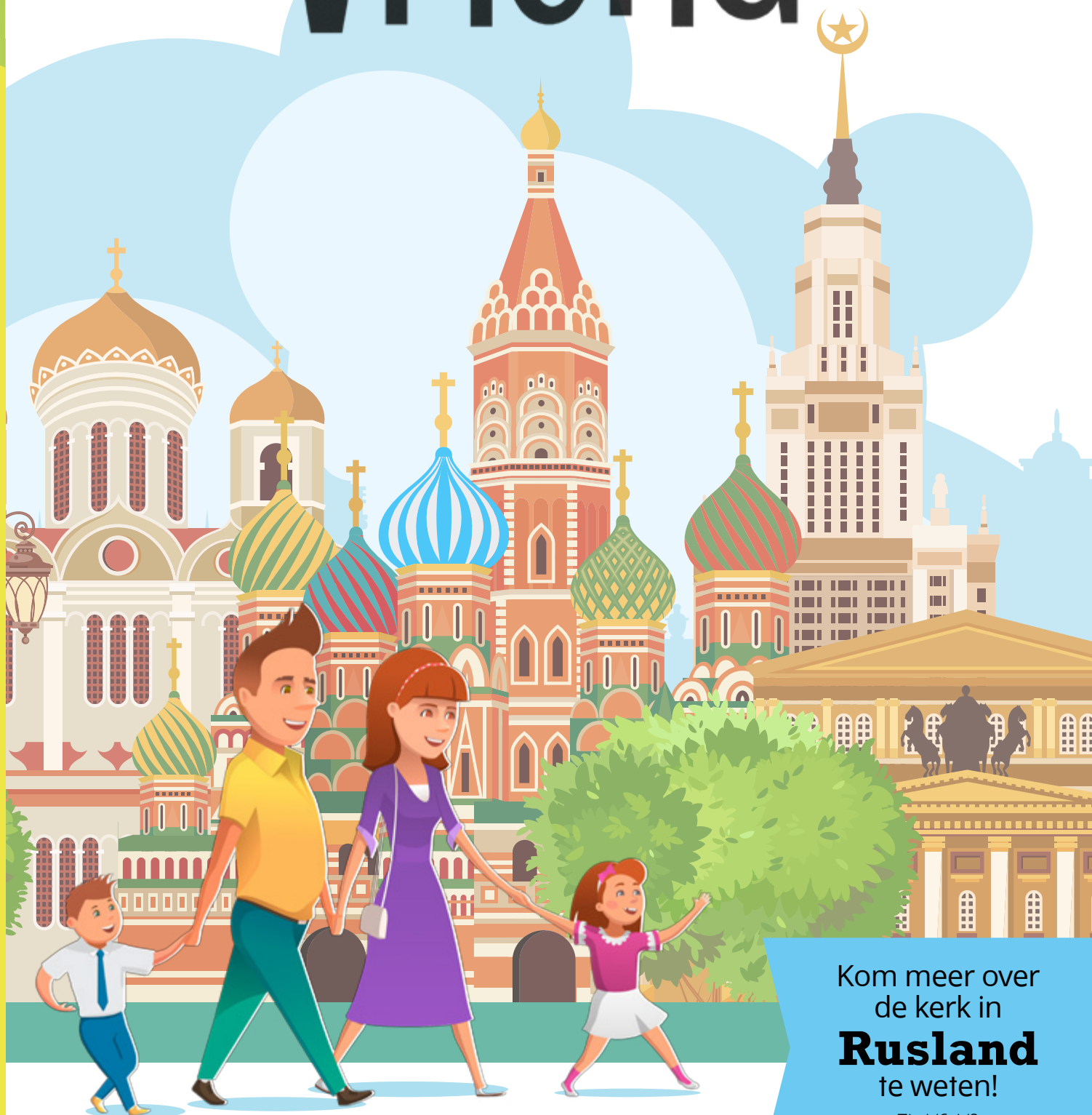
**SPEEL DIT SPEL
TERWIJL JE NAAR
DE ALGEMENE
CONFERENTIE
LUISTERT!**

V10

DE KERK VAN
JEZUS CHRISTUS
VAN DE HEILIGEN
DER LAATSTE DAGEN



Vriend



Kom meer over
de kerk in
Rusland
te weten!

Zie V6–V9



President
Russell M.
Nelson

Drie tips om het goed met elkaar te vinden



Jezus heeft ons geleerd hoe we het goed met elkaar kunnen vinden.

Tip 1: hou van elkaar.

Jezus gaf ons de twee grote geboden. Het eerste is 'U zult de Heere, uw God, liefhebben met heel uw hart, met heel uw ziel en met heel uw verstand' (Mattheüs 22:37). En het tweede: 'U zult uw naaste liefhebben als uzelf' (Mattheüs 22:39).

De geboden om God en onze naaste lief te hebben, gaan hand in hand. We zijn allemaal broers en zussen van elkaar omdat God onze Vader is.

Tip 2: vergeef elkaar.

Jezus leerde ons om iedereen te vergeven, 'opdat ook uw Vader, Die in de hemelen is, u uw overtredingen vergeeft' (Markus 11:25).

Tip 3: behandel andere mensen zoals je zelf behandeld wilt worden.

Jezus leerde ons de gulden regel: 'Alles dan wat u wilt dat de mensen u doen, doet u hun ook zo' (Mattheüs 7:12).

Het is makkelijk te begrijpen waarom we anderen moeten behandelen zoals we zelf behandeld willen worden. Alle zonen en dochters van God zijn namelijk waardevol (zie Mattheüs 25:40). ●

Naar 'Zalig de vredeachters', Liahona, november 2002, 39–42.

De gulden regel toepassen

Hoeveel munten kun je vinden? Kleur ze goud of geel.



DENK EROVER NA

Goud is heel waardevol, en mensen zijn dat ook! Eén mens is zelfs meer waard dan al het goud of geld in de hele wereld. Hoe kunnen we andere mensen als een waardevol kind van God behandelen door de gulden regel toe te passen? Hoe kun je het door de gulden regel beter met elkaar vinden?

'Hij hoort en antwoordt mij.' (Children's Songbook, 14.)

Joe's zusje Sariah was ziek. Ze moest niet hoesten en had ook geen buikpijn. Mama en papa zeiden dat ze misschien diabetes of suikerziekte had.

Joe wist niet wat suikerziekte was, maar het klonk eng. Mama en papa legden uit dat je lichaam het dan moeilijk heeft om de suiker in voedsel te gebruiken. Sariah moest een paar dagen in het ziekenhuis blijven, zodat de dokters konden kijken of ze suikerziekte had.

Sariah werkte soms op Joe's zenuwen. Ze probeerde soms met zijn vriendjes te spelen. Ze was zelfs een keer zijn videospelletje kwijtgeraakt. Toch hield hij heel veel van haar. *Ik wil niet dat ze ziek is*, dacht hij met tranen in zijn ogen.

Joe's zusjes maakten Sariah klaar voor het ziekenhuis. Mary nam Sariah's rugzak. Hannah stopte haar pyjama erin. Lilly voegde er een knuffeldekentje aan toe. Joe wilde ook helpen, maar hij wist niet hoe.

Suikerziekte

Eliza Broadbent

(Gebaseerd op een waargebeurd verhaal)

De auteur woont in Utah (VS).





Al gauw stond Sariahs koffertje klaar.

‘Laten we bidden vóór we vertrekken’, zei papa. ‘Joe, wil jij voor ons bidden?’

Joe knikte. ‘Lieve hemelse Vader’, zei hij. ‘Laat Sariah alstublieft geen suikerziekte hebben. Laat haar alstublieft beter worden.’ Joe voelde zich na het gebed al een beetje beter.

Toen was het tijd voor een groepsknuffel, maar Joe kreeg plots een idee.

‘Wacht!’ zei hij. Hij ging naar zijn kamer en haalde de mp3-speler die hij voor zijn verjaardag had gekregen. Hij zette Sariahs lievelingsliedjes erop.

‘Alsjeblieft’, zei hij en gaf het apparaatje aan Sariah. ‘Die mag je mee naar het ziekenhuis nemen.’ Ze glimlachte en hield de mp3-speler dicht tegen haar aan terwijl ze naar de auto ging.

De volgende dag ging Joe met zijn mama en zusjes naar het ziekenhuis om Sariah te bezoeken. Joe was zenuwachtig toen ze door de gangen van het ziekenhuis liepen. ‘Laat haar alstublieft geen suikerziekte hebben’, bad hij voor wel de honderdste keer.

Toen ze Sariahs kamer binnengingen, zat ze op het bed met buisjes aan haar armen. Ze glimlachte een beetje toen ze iedereen zag.

‘We hebben de testresultaten gekregen’, zei papa. ‘De dokters zeggen dat Sariah diabetes type 1 heeft. We moeten ons eten aanpassen en haar met haar medicijnen helpen. Maar het komt wel goed.’

Joe’s maag keerde. Hij liep naar buiten en ging naast de deur zitten. Hij verstopte zijn gezicht in zijn armen.

‘Wat is er, Joe?’ zei mama terwijl ze naast hem ging zitten.

‘Ik heb gebeden dat Sariah geen suikerziekte zou hebben’, zei Joe. ‘Waarom heeft onze hemelse Vader mijn gebed niet verhoord?’

Mama sloeg haar arm om hem heen. ‘Onze hemelse Vader beantwoordt onze gebeden altijd, maar niet altijd zoals *wij* willen. Soms neemt Hij moeilijke dingen niet weg, maar beantwoordt Hij ons gebed door ons rust en kracht te geven. Ik weet dat onze hemelse Vader Sariah zal helpen.’

Joe knikte langzaam. Hij voelde geen rust of kracht. Maar hij herinnerde zich dat hij tijdens het gezinsgebed een goed gevoel had gekregen.

Ze gingen samen de kamer weer binnen. Joe’s zusjes waren een kaartspel aan het spelen, net zoals thuis. En ze leken allemaal blij, zelfs Sariah.

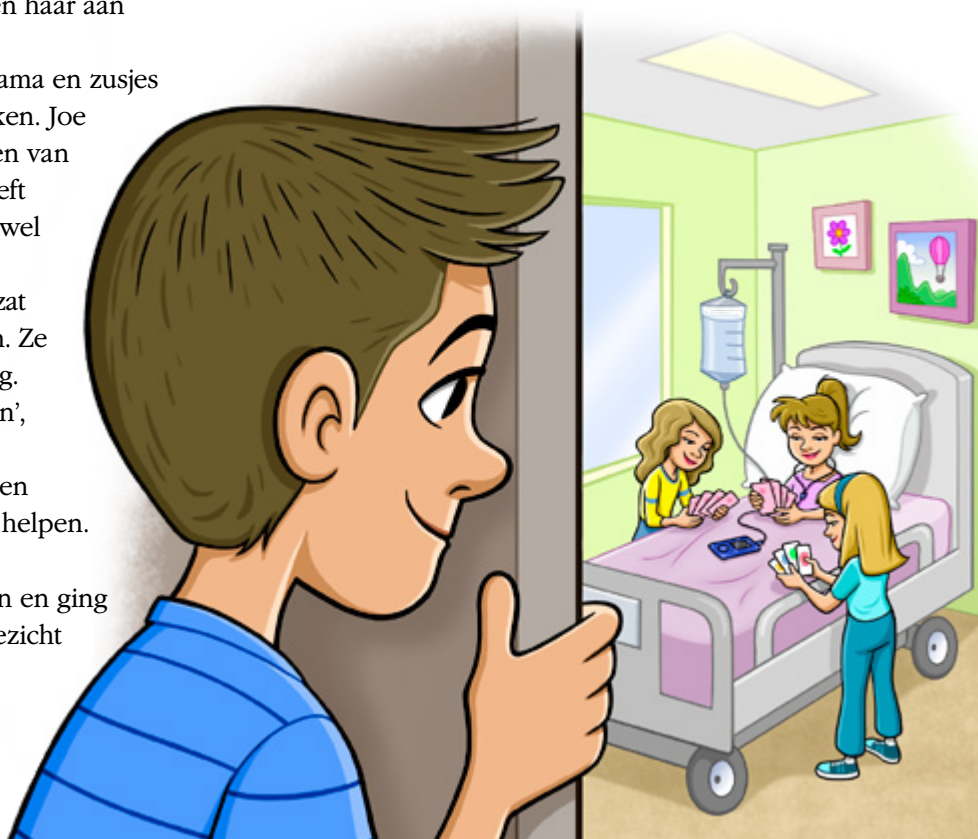
Toen merkte Joe iets op. Sariah had oortjes om haar nek en zijn mp3-speler lag op haar schoot.

‘Ze blijft maar luisteren naar de liedjes die je voor haar hebt uitgekozen’, zei mama. ‘Daar wordt ze rustig van.’

Joe werd helemaal warm vanbinnen. Hij wist dat zijn hemelse Vader hen al aan het helpen was. ●

VRAAG VOOR JOU

Hoe beantwoordde onze hemelse Vader Joe’s gebeden?



Groetjes uit Rusland!



Hoi!
Wij zijn Margo
en Paolo.



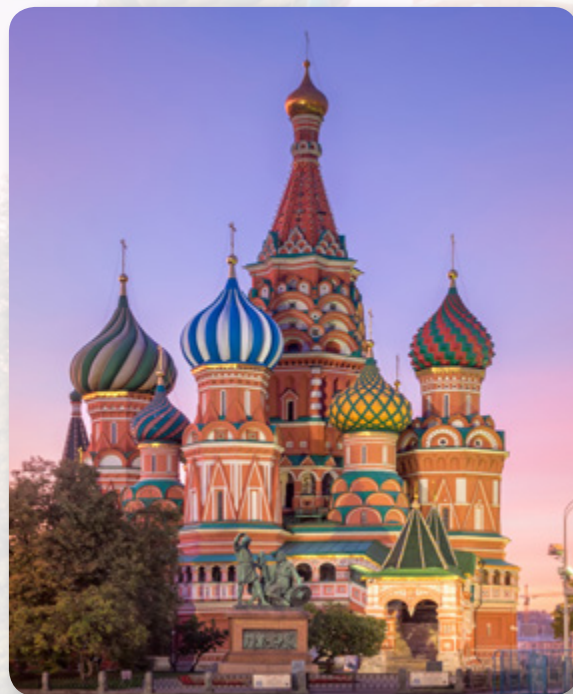
Ga je met
ons mee naar
Rusland?



Rusland is het grootste land
ter wereld! Het is zó groot dat het
in twee werelddelen ligt: Europa
en Azië. Het nationale dier van
Rusland is de bruine beer.



Het Russische alfabet bestaat uit
cyrillische tekens. Hier zie je een
bord op een Russische kerk en
een boek-van-mormon in het
Russisch.



Dit is de Basiliuskathedraal, een van de bekend-
ste plekken in Rusland. Veel Russen zijn lid van
de Russisch-Orthodoxe Kerk. Zij zijn christenen.
Dat betekent dat ze net als wij in Jezus Christus
geloven!



De eerste dag van het schooljaar heet in Rusland Kennisdag. Kinderen zingen dan, dansen en geven hun juf of meester bloemen.



Soep is in Rusland heel populair! Dit jongetje eet *sjtsji*, een soep van wittekoel.



Vorig jaar kondigde president Nelson aan dat er in Rusland een tempel zal worden gebouwd. De Russische leden van de kerk waren heel blij! Het wordt de eerste tempel in dat enorme land.

Leuk dat je Rusland met ons hebt verkend. Tot de volgende keer!



Dit zijn een paar van onze vrienden uit Rusland!



Ik geef in de kerk graag mijn getuigenis. Ik lees ook graag in de Schriften. Ik hou van de tempel en kan niet wachten om erheen te gaan.

Eva (8)



Jezus houdt van mij en ik hou van Hem. Ik praat op school over Hem. En mijn vriendjes kennen Hem ook. Ik zing graag jeugdwerkliedjes voor mijn vriendjes.

Efim (7)

Kom jij uit Rusland? Schrijf ons dan! We willen graag iets van je horen.

De kikkerprinses vergeeft

*Katja wil een toneelstuk spelen,
maar Sonja wil haar rol!*

Charlotte Larcabal

Kerkijdschriften

(Gebaseerd op een waargebeurd verhaal)

*'Wees dan barmhartig, zoals ook uw
Vader barmhartig is' (Lukas 6:36).*

Katja ging met een grote doos naar buiten, het zonlicht tegemoet. Het was zomer en het was een paar maanden warm in haar stad in Rusland. Ze zette de doos op een bank waar haar vrienden Dima en Sonja op haar zaten te wachten.

'Hierin zit alles wat we voor ons toneelstuk nodig hebben!' zei Katja. Ze deed de doos open en haalde er een plastic kroon en paarse, blauwe en rode doeken uit. Met een beetje creativiteit konden ze daar leuke kostuums van maken.

'Welk toneelstuk gaan we spelen?' vroeg Dima.

Katja glimlachte. 'Ik wil "De kikkerprinses" spelen!' Dat was haar lievelingssprookje. Katja glimlachte terwijl ze zich inbeelde dat ze de mooie Vasilisa speelde.

Sonja haalde de blauwe doek uit de doos en wikkelde die om zich heen. 'Ik wil Vasilisa zijn!' zei ze.





‘Wacht’, zei Katja. ‘Het was mijn idee. Dus ik mag Vasilisa zijn.’

‘Jij mag haar zijn’, zei Sonja. Ze giechelde. ‘Als ze in een kikker is veranderd!’

Katja werd boos en trok de blauwe doek uit Sonja’s handen. ‘Maar het is mijn toneelstuk!’

Sonja zette haar handen op haar heupen. ‘Niemand wil met je spelen als je bezig bent. Je bent geen prinses, maar een kikker.’

Katja kreeg tranen in de ogen. Ze nam haar doos en rende naar binnen. Ze rende de trappen op naar het appartement van haar ouders. Ze sloeg de deur achter zich dicht.

‘Is er wat?’ vroeg mama. Katja barstte in tranen uit.

‘Sonja heeft het helemaal verpest!’ Katja vertelde mama alles. ‘Ze zei dat ik een kikker was!’

‘O, Katjusja’, zei mama. Mama noemde Katja soms Katjusja. ‘Het spijt me. Dat was niet lief van haar.’

Op dat moment werd er op de deur geklopt. Mama deed open,

maar Katja rende naar haar kamer. Ze hoorde stemmen en toen riep mama haar. ‘Wil je met Sonja praten? Ze wil je iets zeggen.’

‘Neel!’ schreeuwde Katja.

Ze hoorde weer stemmen en daarna ging de deur dicht.

‘Ik denk dat het Sonja spijt’, zei mama.

‘Dat kan me niets schelen’, zei Katja. Ze verstopte haar gezicht in haar kussen.

Mama bleef even bij de deur staan. ‘Weet je, wanneer ik echt boos ben, wil ik andere mensen niet altijd vergeven. Soms moet ik onze hemelse Vader om hulp vragen, zodat ik ze wel wil vergeven.’ Toen ging ze weg.

Katja was veel te boos om Sonja te vergeven. Sonja had haar gekwetst! Maar ... ze vond het ook niet leuk om boos te zijn.

Ze zuchtte en knielde naast haar bed neer. Katja wist dat haar hemelse Vader wilde dat ze Sonja vergaf. Dat was de juiste

keuze. Maar misschien wilde haar hemelse Vader dat ze Sonja vergaf omdat zij zich dan zelf ook beter zou voelen.

‘Hemelse Vader, help me alstublieft om Sonja te vergeven’, zei ze. ‘Ik wil het echt niet, maar ik wil ook niet boos blijven.’

Ze stopte met bidden en haalde diep adem. Katja voelde dat haar boosheid langzaam zakte. Ze kon het. Ze kon Sonja vergeven. Ze ging naar het appartement van Sonja’s ouders en klopte aan.

Sonja deed de deur open en begon meteen te praten. ‘Katja, het spijt me dat ik je een kikker noemde.’

‘Ik vergeef het je’, zei Katja. ‘En het spijt mij dat ik al mijn kostuums weer mee heb genomen. Jij zou ook een leuke Vasilisa zijn. We kunnen haar om de beurt spelen.’

Sonja glimlachte. ‘Oké. Zullen we nu oefenen? Ik roep Dima!’

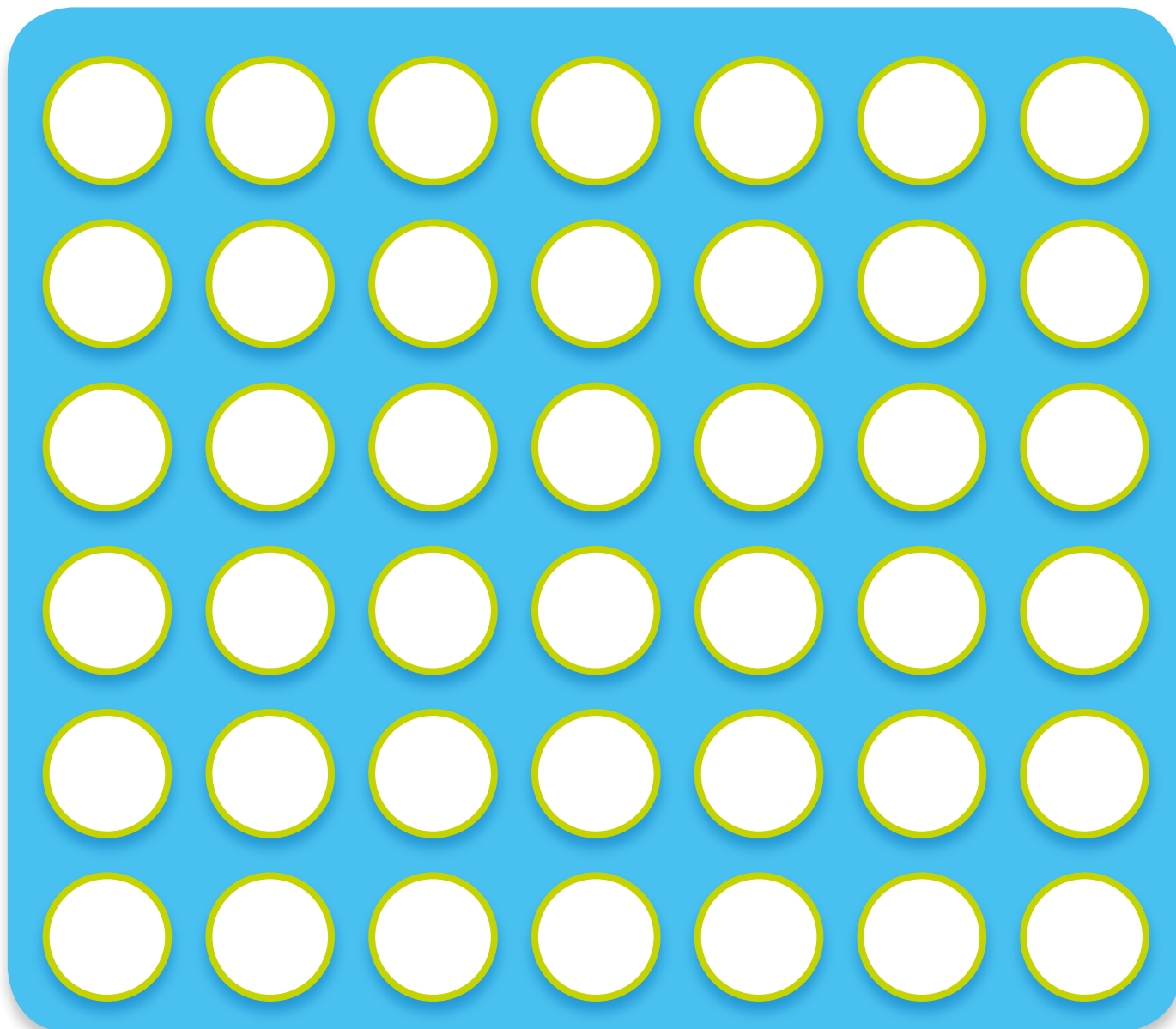
Katja glimlachte ook. ‘Ik ga de kostuums halen!’ ●

Speel deze conferentie vier op een rij!

Speel dit spel tijdens de conferentie met z'n tweeën. Kies eerst de letter X of de letter O.

Luister daarna goed of je de woorden onderaan deze pagina hoort.

Telkens als een spreker een van de woorden zegt, zet je om de beurt je letter (X of O) in een van de open vakjes. Vul eerst de hele onderste rij. Daarna moet je je letter telkens bovenop een andere letter zetten. Wie het eerst vier op een rij heeft, is de winnaar! ●



Kinderen
Gebod
Geloof

Gezin
God
Jezus

Liefde
Gebod
Priesterschap

Openbaring
Schriften
Tempel

Profeet
Apostel

Ik ga binnenkort voor het eerst naar de tempel. Ik maak me zorgen over het gesprek met mijn bisschop. Wat voor vragen gaat hij me stellen?

– Ongerust in Acapulco



Beste Ongerust,

Hieronder staan onderwerpen die je bisschop met je zal bespreken. Je kunt hem een vraag stellen als je iets niet begrijpt. Een van je ouders mag er ook bij zijn als je dat wilt.

Liefs,

De Vriend



- Geloof je in onze hemelse Vader, Jezus Christus en de Heilige Geest?
- Steun je je kerkleiders (zoals de profeet, de apostelen en je bisschop)?



- Hou je je gedachten en lichaam rein?
- Doe je je best om het verbond dat je bij je doop hebt gesloten na te komen?
- Onderhoud je de geboden?

- Ben je eerlijk?
- Betaal je een volledige tiende?



Zelfs als je nog niet meteen naar de tempel gaat, kun je toch een tempelaanbeveling krijgen als je een jongevrouw of Aäronisch-priesterschapsdrager bent. Die herinnert je eraan dat je altijd goed moet leven zodat je naar de tempel kunt gaan!

- Leef je het woord van wijsheid na?
- Vind je dat je goed genoeg leeft om het huis van de Heer binnen te gaan?



Familiegeschiedenis: stap voor stap

**Hoi,
ik ben Mei.**

Ik heb in een oude
doos deze foto
gevonden. Op de
achterkant staat de
naam Fumiko.



We keken in de doos en
vonden een oude brief
van Fumiko en meer
foto's. Ik vond het leuk
om meer over haar te
ontdekken.



Mijn mama zei dat
het een foto van mijn
betovergrootmoeder
Fumiko is. Ik wilde meer
over haar weten.

We zijn toen naar FamilySearch.org gegaan en hebben Fumiko aan onze stamboom toegevoegd. We hebben haar geboortedatum ingevoerd en de datum waarop ze met haar man, Hiroshi, getrouwd is.



Fumiko heeft zich nooit laten dopen, maar nu ben ik oud genoeg om naar de tempel te gaan en me voor haar te laten dopen.

We hebben er ook de foto's van Fumiko aan toegevoegd. Als we de foto's ooit kwijtraken of als ze kapot gaan, kunnen we ze altijd nog op het internet bekijken.



Toen ik thuiskwam,

heb ik er in mijn dagboek over geschreven. Ik hoop dat ik oma Fumiko ooit mag ontmoeten. Ik wil meer over haar en de rest van mijn familie te weten komen!



We hebben een kaartje met Fumiko's naam en gegevens afgedrukt. Daarna zijn we naar de tempel gegaan en heb ik me voor haar laten dopen!



Ook jij kunt aan familiegeschiedenis doen – zelfs als je ver van een tempel woont.

- Schrijf of teken in je dagboek.
- Vraag aan je ouders of grootouders of ze iets over hun leven willen vertellen.
- Zet met een computer, smartphone of tablet foto's op **FamilySearch.org**.
- Lees op V11 over de vragen van het tempelaanbevelingsgesprek. Hoe kun je nu al tempelwaardig zijn?



José kon niet wachten om naar de tempel te gaan. Waarom was hij dan zenuwachtig?

Rust in de tempel

José Rodríguez

(Gebaseerd op een waargebeurd verhaal)

‘Ik kijk graag naar de tempel, eens zal ik er ook zijn.’
(Kinderliedjes, 99.)

‘Proficiat, José’, zei bisschop García. Hij gaf me mijn gloednieuwe tempelaanbeveling.

‘Bedankt!’ zei ik. Ik schudde zijn hand en verliet zijn kantoor terwijl ik naar het witte kaartje keek. Ik kon me in de tempel laten dopen!

Mijn *abuelos* (grootouders) stonden in de gang op me te wachten. Mijn ouders gingen niet vaak naar de kerk. Ik ging dus meestal met abuela (oma) en abuelo (opa) mee. Ze gaven me allebei een knuffel.

‘Kijk je naar je eerste tempelreis volgende week uit?’ vroeg abuelo toen we naar buiten gingen.

‘Zeker!’ zei ik. Maar ik had ook vlinders in mijn buik.

‘Het is zo fijn dat we er als familie naartoe gaan’, zei abuela met een grote glimlach.

Ik glimlachte terug, maar het rare gevoel in mijn buik ging niet weg.

De dag van de tempelreis kwam steeds dichterbij en ik werd steeds zenuwachtiger. Ik besloot er met abuela over te praten.

Ze was in de keuken groenten aan het snijden, maar hield op toen ik binnenkwam. ‘Wat is er?’ vroeg ze terwijl ze haar handen aan een handdoek veegde. ‘Je ziet er bezorgd uit.’

Ik zuchtte en ging aan tafel zitten. ‘Ik wil erg graag naar de tempel. Maar ik ben ook nerveus.’

Abuela knikte alsof ze wist hoe ik me voelde. ‘Je hoeft je geen zorgen te maken. De broeders en zusters daar zullen je de hele tijd helpen.’

Ik kreeg een warm, geruststellend gevoel in mijn hele lichaam. Ik wist dat het een bijzondere dag zou zijn.

De dag van onze tempelreis brak al snel aan. Ik trok mijn zondagse kleren aan en kamde mijn haar. Abuela kwam mijn kamer binnen.

‘Hoe voel je je?’ vroeg ze.



VRAAG VOOR JOU

Waarom is de tempel een bijzonder gebouw?

‘Blij! Ik kan niet wachten om naar de tempel te gaan.’
Abuela ging op mijn bed zitten en haalde een kaartje uit haar zak.

‘Dit is een verordeningkaartje’, zei ze. ‘Het is het kaartje van mijn broer. Ik hield heel veel van hem. Maar hij stierf vóór hij zich kon laten dopen. Wil jij je vandaag in de tempel voor hem laten dopen?’

Abuela gaf me het kaartje. Ik las de naam Ramon Rodriguez. Ik voelde dat abuela van haar broer hield. En ik was blij dat ze me vertrouwde zodat ik me voor hem kon laten dopen.

‘Natuurlijk, abuela. Bedankt!’ Ik stopte het kaartje voorzichtig in mijn zak.

Tijdens de busreis naar de Santo Domingotempel vertelde abuela over de eerste keer dat ze met abuelo naar de tempel ging. In die tijd moesten ze helemaal naar Peru gaan omdat er in de Dominicaanse Republiek geen tempel was.

Een uur later kwamen we bij de tempel aan. Bisschop García was er ook. Mijn mond viel open toen we dichterbij het gebouw kwamen. Wat was het mooi! Ik stopte even en las de woorden boven de deur: De Here gewijd – het huis des Heren.

Toen ik naar binnen ging, wist ik dat het een bijzonder gebouw was. Al mijn zorgen waren verdwenen. Het was er heel rustig.

Nadat ik witte kleren had aangetrokken, stapte ik met bisschop García de doopvont in. Ik luisterde aandachtig naar de woorden van het doopgebed. Toen hij Ramons naam uitsprak, kwam er een rustig gevoel over me heen.

Bisschop García dompelde me onder. En ik kwam glimlachend weer boven. Ik kan niet wachten om dit nog eens te doen! ●

De auteur woont in Distrito Nacional (Dominicaanse Republiek).



Ouderling Rasband bezoekt Kaapverdië



Ouderling Ronald A. Rasband en zijn vrouw, Melanie, hebben Kaapverdië bezocht. Kaapverdië is een prachtig land aan de Afrikaanse kust dat uit tien eilanden bestaat.



Ouderling Rasband bezocht er een school voor jonge kinderen. Veel kinderen hebben geen ouders. Ze wilden allemaal zijn hand schudden. Dat vond ouderling Rasband erg leuk. Hij en zijn vrouw hebben 27 kleinkinderen!



Ze bezochten ook een boerderij. Leden van de kerk leren er varkens en andere dieren houden, zodat ze voor hun gezin kunnen zorgen.



De mensen wilden graag naar ouderling Rasband luisteren. Het was de eerste keer dat een apostel hun land bezocht!



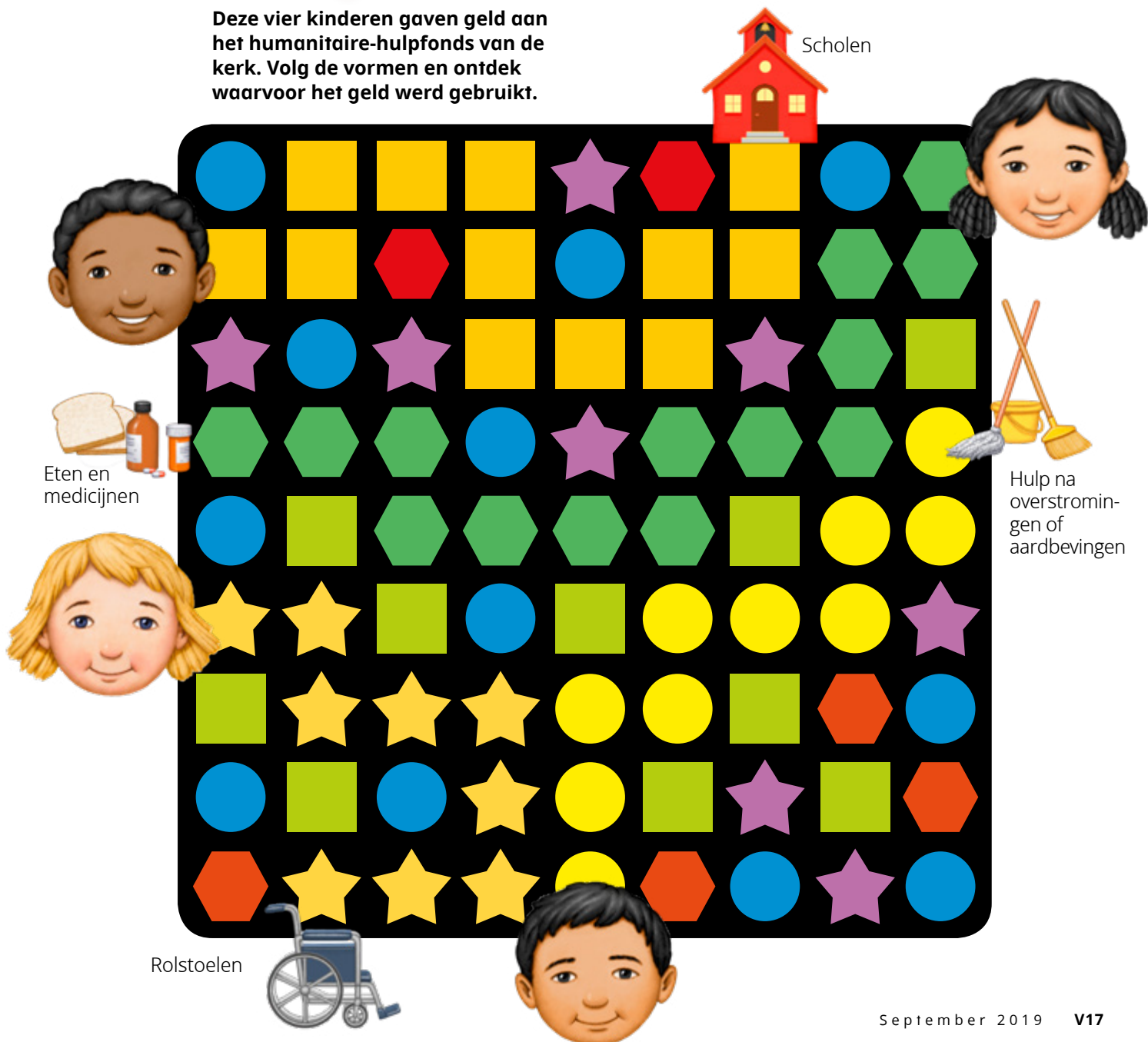
'God houdt van je. De Heiland houdt van je.'

Wij kunnen ook helpen!

De kerk geeft geld aan de school die ouderling Rasband heeft bezocht.
Jij kunt ook geld geven aan andere kinderen die hulp nodig hebben!

- Stop als je je tiende betaalt wat extra geld in de envelop.
- Schrijf dat extra bedrag naast 'humanitaire hulp' op het strookje.
- Plak de envelop dicht en geef die aan je bisschop of gemeentepresident.
- Jouw geld helpt mensen in de hele wereld op verschillende manieren!

Deze vier kinderen gaven geld aan het humanitaire-hulpfonds van de kerk. Volg de vormen en ontdek waarvoor het geld werd gebruikt.



Plaatjes en praatjes



Ik bid graag. Toen ik mijn speelgoed kwijt was, bad ik. God hielp me om het te vinden. Soms bid ik op school en voor voetbalwedstrijden. Ik vind het leuk om met mijn familie te bidden en in het jeugdwerk. Ik bid graag omdat ik weet dat onze hemelse Vader

me hoort en mijn gebeden beantwoordt.

Kirill (8)



Ik weet dat Jezus leeft en dat Hij zijn leven voor ons heeft gegeven. Ik weet dat Jezus onze Heiland en Verlosser is.

Maria (10)



Talus P. (9), Virginia (VS)



Ik lees elke avond in het Boek van Mormon en bid altijd om te mogen weten of het waar is.

Aaron P. (7), Esmeraldas (Ecuador)



Ik deel mijn kleurpotloden met mijn klasgenootjes.

Mira L. (6), Central Luzon (Filipijnen)



Ouderling
Allen D. Haynie
van de Zeventig

Foutje bij het scheren

'Wij geloven eerlijk te moeten zijn' (Geloofsartikelen 1:13).

Toen ik ongeveer 9 jaar was, wilde ik een snor. Ik dacht dat ik er een kon krijgen door me dagelijks te scheren. Ik scheerde me een paar dagen achter elkaar met het scheermes van mijn vader. Op een dag zag mijn vader dat ik me aan het scheren was. Hij zei dat ik dat niet mocht en waarschuwde me dat ik me kon snijden.

Ik luisterde jammer genoeg niet naar hem. De volgende dag scheerde ik me weer. Tijdens het scheren, liet ik het scheermes vallen doordat ik zeep aan mijn handen had. Er kwam een diepe snee boven mijn lip. Ik was erg bang toen ik er een pleister op plakte. Maar ik had nog meer angst voor wat mijn vader zou zeggen.

Toen hij die avond thuiskwam en mijn snee zag, was hij verbaasd en bezorgd. Hij vroeg me wat er gebeurd was.

'Ik rende en toen ben ik op mijn gezicht gevallen', zei ik.

Ik loog! Eerst was ik ongehoorzaam en nu oneerlijk! Ik kon die avond niet slapen. Het was al laat, maar ik moest papa de waarheid vertellen. Papa was in de woonkamer.

'Papa, ik heb tegen je gelogen', zei ik. 'Ik ben niet gevallen. Ik heb me aan je scheermes gesneden. Het spijt me.'

Papa was even stil. Toen zei hij rustig: 'Je hebt niet naar me geluisterd, jongen. Dat is niet goed. Maar ik ben trots dat je me de waarheid vertelt.'

Die les – en het litteken – is me altijd bijgebleven. Wees altijd eerlijk tegen je hemelse Vader en tegen je familieleden en vrienden. ●



De brieven van Paulus

Marissa Widdison

Kerkijdschriften



De apostel Paulus was na de dood van Jezus een van de leiders van de kerk. Het internet en de telefoon waren toen nog niet uitgevonden.

Paulus moest dus brieven naar de leden van de kerk sturen.

Paulus schreef naar de mensen in de stad Korinthe. Hij zei dat ze elkaar moesten vergeven. Hij zei ook dat ze geduld moesten hebben. Hij schreef over Jezus.



Paulus schreef ook naar de mensen in Galatië. Hij zei dat ze van de mensen om hen heen moesten houden. Hij legde uit hoe het voelt om de Heilige Geest bij je te hebben.

De brieven van Paulus waren zo belangrijk dat ze een deel van de Bijbel werden. Je vindt ze in het Nieuwe Testament.





Ik kan ook van Paulus leren. Ik zal naar de
profeet en de apostelen luisteren! ●

Ik hou van de Bijbel!



Beste ouders

Het afgelopen jaar was fantastisch op het gebied van tempels! Er is in Italië, de Democratische Republiek Congo, Brazilië, Haïti en Portugal een tempel ingewijd. Verschillende andere tempels worden nog heringewijd. Deze uitgave bevat enkele artikels over de tempel. Uw kinderen kunnen:

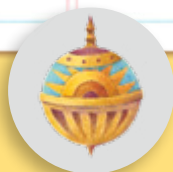
- De vragen van het tempelaanbevelingsgesprek doornemen (V11).
- Lezen hoe Mei een familielid vond voor wie ze tempelwerk kon doen (V12–V13).
- Een verhaal over de eerste tempelreis van een jongen lezen (V14–V15).

Kunnen uw kinderen tellen hoe vaak het woord *tempel* in dit katern voorkomt? U kunt ze een tekening van uw gezin bij de tempel laten maken en ze 'Ik kijk graag naar de tempel' eronder laten schrijven. Stuur die tekeningen gerust naar ons op. We willen ze graag zien!

In welke opzichten is de tempel u tot zegen geweest?
de *Vriend*

Stuur de tekeningen of ervaringen van uw kind naar de Liahona

Ga naar liahona.ChurchofJesusChrist.org en klik op 'Submit an Article or Feedback'. Of stuur ze naar liahona@ChurchofJesusChrist.org en vermeld de naam, leeftijd en woonplaats van uw kind. Voeg ook uw toestemming toe: 'Ik, [uw naam], geef De Kerk van Jezus Christus van de Heiligen der Laatste Dagen toestemming om de inzending van mijn kind in tijdschriften, op websites en op sociale media van de kerk te publiceren.' We horen heel graag van u!



Zoek de verstopte Liahona!

INHOUD

- V2** Van het Eerste Presidium: Drie tips om het goed met elkaar te vinden
- V4** Suikerziekte
- V6** Groetjes uit Rusland!
- V8** De kikkerprinses vergeeft
- V10** Leuke activiteiten: Speel deze conferentie vier op een rij!
- V11** Waar denk je aan?
- V12** Familiegiedenis: stap voor stap
- V14** Rust in de tempel
- V16** Apostelen reizen over de hele wereld: Ouderling Rasband bezoekt Kaapverdië
- V18** Plaatjes en praatjes
- V19** Foutje bij het scheren
- V20** Verhalen uit de Schriften: De brieven van Paulus
- V23** Kleurplaat: Ik hou van de Bijbel!

OP DE OMSLAG VAN DE *VRIEND*
Illustratie Adobe Stock