

Liahona

De kände igen honom, och så här kan du också göra det, s. 14

Släktforskningens "hitta, ta och undervisa", s. 22

Åtta sätt att hantera att en familjemedlem lämnar kyrkan, s. 28

Efter omgifte: Hur två familjer blev en, s. 36





*"Förstår du vad trädet betyder som din far såg?
Och jag svarade honom och sade: Ja, det är Guds
kärlek som utgjuts i människobarnens hjärtan.
Därför är den det mest begärliga av allt."*

1 Nephi 11:21–22



BUDSKAP

- 4 Budskap från första presidentskapet: Att landa säkert i turbulens**
Dieter F. Uchtdorf
- 7 Besökslärarnas budskap: Äktenskapet är instiftat av Gud**

ARTIKLAR

- 14 Håll fast vid ledstången**
Daniel L. Johnson
Det finns fyra grupper på stigen till livets träd. Vilken grupp vill du tillhöra?

- 18 Mormons förunderliga bok**
John L. Sorenson
Du kan uppskatta Mormons bok ännu mer när du förstår de svårigheter han hade när han skapade den.

- 22 Glädjen i släktforskning**
Quentin L. Cook
Vi värnar om vår gudomliga bestämmelse när vi prioriterar vår släkt och släktforskning.

- 28 När ett barn lämnar kyrkan**
Robin Zenger Baker
Det är smärtsamt när en familjemedlem lämnar kyrkan. De här tankarna kan vara till hjälp.

- 32 Att leda ett givande gruppsamtal**
Dustin West
Du kan förvandla samtal om evangeliet till symfonier av lärande genom att använda de här principerna.

- 36 Att gifta om sig: Ett äventyr i tålamod och kärlek**
Heidi Eljarbø Morrell Andersen
Att sammanfoga två familjer kräver dubbelt så mycket kärlek och dubbelt så mycket tålamod.

AVDELNINGAR

- 8 Anteckningar från oktoberkonferensen 2015**
- 10 Vi talar om Kristus: Jag förlät min före detta man**
Anonym
- 12 Reflektioner: Vad jag lärde mig av vildmangostanträdet**
Irene Taniegra
- 13 Tjänande i kyrkan: Vi valde att tjäna**
Irmgard Meissner
- 40 Sista dagars heliga berättar**
- 80 Tills vi möts igen: Sann storhet**
Howard W. Hunter

PÅ OMSLAGET

Framsida: Illustration Joseph Brickey. Insidan av omslagets framsida: Foto Kevron2001/iStock/Thinkstock. Insidan av omslagets baksida: Foto Cody Bell.



44 Vad kan Mormons bok lära oss om lycka?

Hank R. Smith

Det finns tydliga riktlinjer som vi kan följa för att finna sann glädje.

50 Betydelsen av en institutexamen

Matthew Porter Wilcox

De fyra nya grundkurserna hjälper unga vuxna att fördjupa sin tro.



52 Affisch: Tänk stort

53 Din tro växer

av äldste Neil L. Andersen

54 Mitt vilorum

Sara N. Hall

Mitt livs svåraste år blev mitt livs bästa år.

56 Din framtid: fantastisk, som planerat

Du kan börja skapa en framgångsrik framtid idag!

60 Hjälp från den Helige Anden

Chi Hong (Sam) Wong

Läraren felmarkerade automatiskt alla elevernas svar, men mitt svar var korrekt, tack vare hjälp från den helige Anden.

62 Frågor och svar

Några av mina vänner tycker att det är slöseri med tid att gå till kyrkan. Hur kan jag hjälpa dem inse att det kan vara en stor välsignelse?

64 Svar från kyrkans ledare: Hur man finner glädje

Dallin H. Oaks

65 Missionsupplevelsen jag nästan gick miste om

Anne Laleska

Jag tänkte inte på att bjuda in Brenda till kyrkan förrän någon annan bjöd in henne till sin kyrka.



*Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret.
Ledtråd: Ta fram dina snickarverktyg*



66 Svar från en apostel: Hur kan jag göra söndagen till en speciell dag?

Russell M. Nelson

67 Sång: Om jag lyssnar med mitt hjärta

Sally DeFord

68 Barn som står för sin tro: Berättar om normer

Hilary Watkins Lemon

70 En skatt av vittnesbörd

Leonardo Rodrigues

Sabrina upptäckte att hennes skatt av vittnesbörd växer när hon delar med sig av den.

72 Skrifter från den gamla och nya världen

Para ihop skriftställen från Mormons bok med profeter runt om i världen.

74 Hjältar i Mormons bok: Enos bad

75 Jag kan läsa Mormons bok

76 Berättelser ur Mormons bok: Nephis familj seglar över havet

79 Färgläggningssidan: Din familj är speciell

Internationell tidskrift för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga

Första presidentskapet: Thomas S. Monson,
Henry B. Eyring, Dieter F. Uchtdorf

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

Chefredaktör: Joseph W. Sitati

Biträdande redaktörer: James B. Martino, Carol F. McConkie

Räddgivande: Brian K. Ashton, Randall K. Bennett, Craig A.
Cardon, Cheryl A. Espin, Christoffel Golden, Douglas D. Holmes,
Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

Verkställande direktör: David T. Warner

Driftschef: Vincent A. Vaughn

Chef för kyrkans tidningar: Allan R. Loyborg

Verksamhetschef: Garff Cannon

Redaktionschef: R. Val Johnson

Biträdande redaktionschefer: Ryan Carr

Publiceringsassistent: Megan VerHoef

Skriv- och redigeringssteam: Brittany Beattie, David Dickson,
David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H.
Garff, LaRene Porter Gaunt, Jill Hacking, Charlotte Larcabal,
Mindy Anne Leavitt, Michael R. Morris, Sally Johnson Odekir,
Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney,
Paul VanDenBerghe, Marissa Widdison

Huvudansvarig för grafik: J. Scott Knudsen

Grafikansvarig: Tadd R. Peterson

Formgivningsteam: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus,
Mandie M. Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Nate Gines,
Colleen Hincley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy,
Mark W. Robison, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Samordnare av immateriell äganderätt: Collette Nebeker Aune

Produktionschef: Jane Ann Peters

Produktionsteam: Connie Bowthorpe Bridge, Julie Burdett,
Katie Duncan, Bryan W. Gygi, Denise Kirby, Ginny J. Nilson,
Gayle Tate Rafferty

Prepress: Jeff L. Martin

Tryckerichef: Craig K. Sedgwick

Distributionschef: Stephen R. Christiansen

Översättning:

Översättningstjänst

Mariatorget 1A

118 48 STOCKHOLM

Tfn 08-556 029 80, Fax 08-556 029 89

E-post: myhrbergj@ldschurch.org

För prenumeration och priser utanför Förenta staterna och
Kanada, gå till store.lds.org eller kontakta kyrkans lokala
distributionscenter eller församlings- eller grensledare.

Ansvarig utgivare för Liahona: Jerker Myhrberg

Ansvarig för Kyrkonytt: Gösta Körlof

Redaktör: Eivor Hagman

Medusagatan 2A

533 38 Jönköping

Tfn/Fax 036-71 96 63

E-post: eivorhagman@hotmail.com

Distribution

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, avdelningen för
medlemsuppteckningar och statistik

Sveagatan 8A

441 32 Alingsås

Prenumerationsinformation

Prenumeration eller ändring av adress sker genom att kontakta

Customer Service (kundtjänsten)

Tel: 08-500 655 20

E-post: myhrbergj@ldschurch.org

Internet: store.lds.org

Priset för en helårsprenumeration är SEK 80:00 som insättes på

pluggiro: 260353-8. Ange Liahona och språk.

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

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass" eller
"vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska,
cebuano, danska, engelska, estniska, fijianska, finska, franska,
grekiska, holländska, isländska, indonesiska, italienska, japanska,
kambodjanska, kinesiska (förenklad), kiribati, koreanska, kroatiska,
lettiska, litauiska, malagassiska, marshalliska, mongoliska, norska,
poliska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, slovenska,
spanska, svenska, swahili, tagalog, tahitiska, thailändska, tjjeckiska,
tonganska, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska.
(Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.)

© 2016 Intellectual Reserve, Inc. Med ensamrätt. Printed in the
United States of America.

Text och visuellt material i *Liahona* får kopieras för tillfälligt, icke
kommersiellt bruk i kyrkan eller hemmet. Visuellt material får
inte kopieras om restriktioner för detta anges intill konstverket.
Copyrightfrågor bör ställas till Intellectual Property Office,
50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post:
cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For Readers in the United States and Canada:

February 2016 Vol. 140 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish
(ISSN 1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus
Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT
84150. USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00
plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City,
Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include
address label from a recent issue; old and new address *must* be
included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake
Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-
537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express)
may be taken by phone. (Canada Poste Information: Publication
Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 707.4.12.5).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes
to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368,
Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Förslag till familjens hemafton

Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemaftnar.
Här är två exempel.



"Glädjen i släktforskning", sidan 22:

Äldste Cook inbjuder oss att komma igång med släktforskning genom att ha en "släkttärdsträff". Under er hemafton kan ni använda familysearch.org för att dokumentera uppgifter, berättelser och foton från er släkt. Äldste Cook lovar att "om ni ser bortom tidens och dödlighetens gränser och hjälper dem som inte kan hjälpa sig själva, blir ni välsignade med mer närhet och glädje i er familj och med det gudomliga beskydd som ges till dem som trofast tjänar honom".

"En skatt av vittnesbörd", sidan 70:

När Sabrina förstår att hennes vittnesbörd är en skatt, vill hon dela med sig av den till alla. Du kan hjälpa din familj att själva se att de har en "skatt av vittnesbörd" genom att ni pratar om varför de älskar Jesu Kristi evangelium, hur det får dem att känna sig eller hur det påverkar deras liv till vardags. Du kan låta var och en anteckna eller spela in sina svar på dessa frågor. Du kan låta var och en välja ut någon den här veckan som de kan dela med sig av sin skatt av vittnesbörd till.

PÅ DITT SPRÅK

Liahona och annat material från kyrkan finns på många språk på languages.lds.org.

Besök [facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) för att få förslag till familjens hemafton, söndagsskolektioner och innehåll som du kan dela med dig av till släkt och vänner. Facebooksidan finns på engelska, spanska och portugisiska.

ÄMNET I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artikelns första sida.

Arbete, 44, 56

Bön, 28, 54, 74

Den Helige Anden, 32,
60, 65

Exempel, 62, 68, 80

Familjen, 7, 22, 36, 41, 44,
66, 79

Förberedelse, 56

Glädje, 22, 44, 64

Gudsdyrkan, 62, 66

Hopp, 28, 54

Institutet, 50

Jesus Kristus, 4, 10, 12, 14

Kärlek, 10, 36

Lydnad, 12, 44, 64, 68

Missionsarbete, 13, 40,
41, 42, 65, 68, 70

Mormons bok, 14, 18, 43,
44, 60, 70, 72, 74, 75, 76

Motgångar, 4, 10, 12,
28, 54

Sabbatsdagen, 62, 66

Skrifterna, 10, 14, 18, 72

Skriftstudier, 10, 14, 54

Släktforskning, 22

Tempeltjänst, 13, 22, 28,
44, 54

Tjänande, 13, 66, 68, 80

Tro, 4, 12, 28, 41, 54, 64

Tålmod, 12, 36

Undervisning, 32

Visdomsordet, 68

Vittnesbörd, 40, 43, 70

Äktenskap, 7, 36



**President
Dieter F. Uchtdorf**
andre rådgivare i
första presidentskapet

ATT LANDA SÄKERT I TURBULENS

Min fru Harriet och jag befann oss för inte så länge sedan på en flygplats och såg på när praktfulla flygplan landade. Det var en blåsig dag och våldsamma vindkast piskade de ankommande flygplanen och fick dem att kränga och skaka när de närmade sig.

När vi iakttog den här kampen mellan natur och maskin kom jag att tänka på min egen pilotutbildning och de principer jag lärde mig då – och som jag senare lärde ut till andra blivande piloter.

”Ta inte strid mot instrumenten under turbulens”, brukade jag säga till dem. ”Behåll lugnet – överreagera inte. Fokusera blicken på landningsbanans mittlinje. Om ni avviker från den landningskurs ni tagit ut, så justera den snabbt men beräknande. Lita på ert flygplans potential. Rid ut turbulensen.”

Erfarna piloter förstår att de inte alltid kan kontrollera det som händer omkring dem. De kan inte bara stänga av turbulensen. De kan inte få regn eller snö att försvinna. De kan inte få vinden att sluta blåsa eller ändra riktning.

Men de förstår också att det är ett misstag att vara rädd för turbulens eller starka vindar – och speciellt att bli handlingsförlamad av dem. Det sätt varpå man landar säkert

under mindre idealiska förhållanden är att göra allt för att hålla rätt kurs.

När jag såg hur flygplan efter flygplan påbörjade sin nedstigning och tänkte på de principer jag lärde mig under mina år som pilot, undrade jag om de inte kunde tillämpas på våra dagliga liv.

Vi kan inte alltid kontrollera de stormar som livet utsätter oss för. Ibland går det bara inte som vi vill. Vi kan känna oss skakade och omkringblåsta av besvikelsens, tvivlets, rädslans, sorgens eller stressens turbulens.

När det händer kan vi lätt uppfyllas av allt som går fel och låta tankarna kretsa kring våra svårigheter. Vi frestas att fokusera på de prövningar vi står inför istället för på Frälsaren och på vårt vittnesbörd om sanningen.

Men det är inte det bästa sättet att navigera oss genom livets svårigheter.

Precis som en erfaren pilot inte behåller sitt fokus på stormen utan på landningsbanans mittlinje och rätt punkt att ta i marken, borde även vi behålla vårt fokus på kärnan i vår tro – vår Frälsare, hans evangelium och vår himmelske Faders plan – och vårt yttersta mål – att tryggt återvända till vår himmelska destination. Vi bör lita på Gud och fokusera våra ansträngningar på att hålla oss



på lärjungeskapets kurs. Vi bör med blicken, hjärtat och sinnet fokusera på att leva på det sätt vi vet att vi bör leva.

När vi visar vår tro på och tillit till vår himmelske Fader genom att glatt hålla hans bud, skänker han oss glädje och ära. Och om vi håller oss till

kursen tar vi oss igenom vilken turbulens som helst – oavsett hur stark den ter sig – och återvänder tryggt till vårt himmelska hem.

Vare sig skyarna omkring oss är klara eller skymms av hotfulla moln, söker vi som Jesu Kristi lärjungar först Guds rike och hans rättfärdighet, med

vetskap om att vi så småningom får allt vi behöver (se Matt. 6:33).

Vilken viktig lärdom för livet!

Ju mer vi stirrar oss blinda på våra svårigheter, våra tvivel och våra rädslor, desto svårare kan saker och ting bli. Men ju mer vi fokuserar på vår slutgiltiga himmelska destination och de glädjeämnen som följer på lärjungeskapets väg – att älska Gud, att tjäna vår nästa – desto större är sannolikheten att vi framgångsrikt navigerar oss genom tider av svårigheter och turbulens.

Kära vänner, oavsett hur våldsamt den dödliga tillvarons vindar viner omkring oss, erbjuder alltid Jesu Kristi evangelium den bästa kursen mot en säker landning i vår himmelske Faders rike. ■

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

President Uchtdorf råder oss att "lita på Gud och fokusera våra ansträngningar på att hålla oss på lärjungeskapets kurs". Du kan fråga dem du undervisar hur de har behållit sitt fokus "på vår slutgiltiga himmelska destination och de glädjeämnen som följer på lärjungeskapets väg" under deras tider av svårigheter. Du kan uppmana dem att fundera över på vilka sätt de kan fokusera på sitt vittnesbörd och på Kristus i svåra stunder och att i en anda av bön besluta sig för vad de ska göra för att tillämpa några av de sätten i sitt liv.



En grund för mitt vittnesbörd

Jennifer Weaver

När jag var 16 år dök en vän upp hemma hos oss tillsammans med missionärerna. Inom en månad efter den första diskussionen besvarades alla mina frågor tydligt. Jag kände att den helige Anden vittnade om att läran om återställelsen var sann. Det liknade inte något annat jag någonsin känt, och jag visste att alltihop var sant.

Men jag fick uppleva mer avvisanden och motstånd än någonsin tidigare. Jag kände mig ensam, trött och förvirrad. Om jag gjorde det rätta, varför stötte jag då på så mycket motstånd? Jag kunde inte förstå hur mina prövningar kunde vara för mitt eget bästa. Missionärerna lärde mig att fasta och be, till och med under skoldagar. När allt

kändes outhärdligt bad jag innerligt och kände genast Andens tröst.

Veckan då jag döptes var full av prövningar. Min chef hotade att avskeda mig om jag inte skippade mitt dop för att vikariera för någon, jag hamnade på sjukhus med njursten och mina föräldrar bad mig flytta hemifrån. Med så mycket bortom min kontroll kunde jag inte göra annat än att vända mig till Herren.

Var och en av de där prövningarna var faktiskt för mitt eget bästa. De hjälpte mig att lära mig evangeliets lära, vilket gav mig en grund för mitt vittnesbörd.

Författaren bor i Idaho, USA.

BARN

Han leder oss hem

När vi följer Jesu Kristi exempel är det som att följa en rak stig som leder oss till honom! Vi kan vara trygga och glada, precis som flygplanet som landar säkert på landningsbanan. Visa flygplanet vägen genom labyrinten tillbaka till landningsbanan!



Studera det här materialet under bön och försök få veta vad du ska prata om. Hur kan kunskapen om "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" stärka din tro på Gud och välsigna dem du vakar över genom besöksundervisningen? För mer information, gå till reliefsociety.lds.org.

Äktenskapet är instiftat av Gud

Profeter, apostlar och ledare fortsätter att "högtidligen [förkunna] att äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud och att familjen har en central roll i Skaparens plan för sina barns eviga välfärd".¹

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "En familj byggd på äktenskapet mellan en man och en kvinna ger den bästa omgivningen för att Guds plan ska kunna lyckas. ...

Varken vi eller någon annan dödlig kan förändra äktenskapets gudomliga ordning."²

Bonnie L. Oscarson, Unga kvinnors generalpresident, sa: Alla, oavsett om de är gifta eller ej, eller hur många barn de har, kan försvara Herrens plan som beskrivs i tillkännagivandet om familjen. Om det är Herrens plan bör det också vara vår plan!"³

Äldste Christofferson fortsatte: "Några av er förnekas äktenskapets välsignelse på grund av till exempel brist på värdiga kandidater, dragning till samma kön, fysiska eller mentala funktionshinder eller helt enkelt rädslan att misslyckas. ... Eller ni har



kanske gift er, men äktenskapet tog slut. ... Några av er som är gifta kan inte få barn. ...

Trots allt ... kan [alla] bidra till att utveckla den gudomliga planen i varje generation."⁴

Ytterligare skriftställen

- 1 Moseboken 2:18–24;
- 1 Korintierbrevet 11:11;
- Läran och förbunden 49:15–17

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. D. Todd Christofferson, "Varför gifta sig? Varför bilda familj?", *Liahona*, maj 2015, s. 52.
3. Bonnie L. Oscarson, "Försvare av tillkännagivandet om familjen", *Liahona*, maj 2015, s. 15.
4. D. Todd Christofferson, "Varför gifta sig? Varför bilda familj?", s. 52.
5. Larry M. Gibson, "Fulfilling Our Eternal Destiny", *Ensign*, feb. 2015, s. 21–22.
6. Se David A. Bednar, "Äktenskapet är väsentligt för Guds eviga plan", *Liahona*, juni 2006, s. 54.



Tro, Familj, Tjänande

Levande berättelser

Broder Larry M. Gibson, tidigare förste rådgivare i Unga mäns generalpresidentskap, minns när Shirley, numera hans hustru, sa:

"'Jag älskar dig eftersom jag vet att du älskar Herren mer än du älskar mig.' ...

Det svaret gjorde stort intryck på mig. ...

[Och] jag ville att hon alltid skulle känna att jag älskade Herren mer än allt annat."⁵

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "Herren Jesus Kristus är i centrum för relationen i ett förbundsäktenskap. ... [Föreställ dig] hur Frälsaren placerats överst i [en triangel] med kvinnan i det ena lägre hörnet och mannen i det andra. Tänk nu på vad som händer i relationen mellan mannen och kvinnan då de var för sig stadigt 'kommer till Kristus' och strävar att bli 'fullkomnade i honom' (Moro. 10:32). Tack vare och genom Återlösaren kommer mannen och kvinnan närmare varandra".⁶

Att begrunda

Hur strävar jag personligen och ständigt efter att komma till Kristus?

ANTECKNINGAR FRÅN OKTOBERKONFERENSEN 2015

”Vad jag, Herren, har talat, det har jag talat, ... antingen genom min egen röst eller genom mina tjänares röst, ty det är detsamma” (L&F 1:38).

När du går igenom talen från konferensen i oktober 2015 kan du använda de här sidorna (och konferensanteckningarna i framtida nummer) som hjälp vid studier och tillämpning av de lärdomar som levande profeter och apostlar och andra ledare i kyrkan nyligen undervisat om.

LÄROMÄSSIG HÖJDPUNKT



Helga sabbaten

”Helgandet av sabbaten [är] en form av rättfärdighet som välsignar och stärker familjer, förenar oss med Skaparen och förökar glädjen. Sabbaten kan hjälpa till att skilja oss från det som är lättsinnigt, olämpligt och omoraliskt. Den låter oss vara i världen men inte

av världen. ... Verkligt helgande av sabbaten är en tillflykt undan livets stormar. Det är också ett tecken på vår hängivenhet mot vår Fader i himlen.”

Äldste Quentin L. Cook i de tolv apostlarnas kvorum: ”Mönstergillt och på Bristol-sättet: Var tempelvärdig – i goda tider och dåliga tider”, *Liahona*, nov. 2015, s. 41, 42.

PROFETISKT LÖFTE



Han gläds åt ditt tjänande

”Oavsett ditt ämbete ... kan du ibland ha känt det som att din himmelske Fader inte var medveten om dig. Du kan be om att få veta hans vilja, och med en uppriktig önskan att göra *vad* han än ber dig om, får du svar.

Din himmelske Fader låter dig veta att han känner dig, att han uppskattar ditt tjänande och att du håller på att bli värdig den hälsning från Herren som du så gärna vill höra: ”Bra, du gode och trogne tjänare. Du har varit trogen i det lilla. Jag skall sätta dig över mycket. Gå in i din herres glädje!” [Matt. 25:23]

Se president Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet: ”Du är inte ensam i verket” *Liahona*, nov. 2015, s. 82.

För ensamstående vuxna medlemmar

Det här är vad tre talare sa om att vara ensamstående:

- ”Nu är ju en *del* av evigheten. Den börjar inte först efter döden! Tro och hopp öppnar ögonen för den glädje som finns framför dig.” – President Dieter F. Uchtdorf: ”En sommar med gammelmoster Rose” s. 19.
- ”Ett annat tungt lidande är att vara ensamstående. De som lider av denna omständighet bör minnas att vår Frälsare upplevde den sortens smärta också, och att han, genom sin försoning, skänker styrka att klara av

den.” – Äldste Dallin H. Oaks: ”Styrkta genom Jesu Kristi försoning”, s. 63.

- ”Ha tålamod. Vänta på Herren. Jag vittnar om att Herren känner dina önskningar och älskar dig för din trofasta hängivenhet mot honom. Han har en plan för dig, antingen i det här livet eller i nästa. Lyssna till hans ande. ... I det här livet eller nästa: hans löften blir uppfyllda.” – Äldste Robert D. Hales, ”Att möta utmaningarna i dagens värld”, s. 46.



ATT UPPFYLLA HERRENS NORMER

”Systrar, Satan höjer ett baner som liknar Korihors i våra dagar. Vilka är några av hans verktyg? Förföriska kärleksromaner, såpoperor på TV, gifta kvinnor som tar kontakt med gamla pojkvänner på sociala medier, och pornografi. Vi kan inte leka med Satans brinnande pilar utan att bli brända. ...

När vi ägnar oss åt att se, läsa eller ta del av något som är under vår himmelske Faders normer så försvagar det oss. Vare sig vi är unga eller gamla, om det vi ser, läser, lyssnar på eller väljer att göra inte uppfyller Herrens normer i *Vägledning för de unga*, stäng av, riv sönder, släng ut det och slå igen dörren.”

Linda S. Reeves, andra rådgivare i Hjälpför-
eningens generalpresidentskap: ”Värdiga
våra utlovade välsignelser”, *Liahona*,
maj 2015, s. 9–10.

HÄRLIGA BERÄTTELSE FRÅN KONFERENSEN

Vad fångar vår uppmärksamhet mer än en härlig berättelse? Här följer två av de många berättelser som återgavs under konferensen:

- Vad kan Chloe och hennes bilstol lära oss om kärlek och om att hålla buden?
– Se Carole M. Stephens: ”Om ni älskar mig, håller ni fast vid mina bud”, s. 118.
- På vilka sätt kan vi liksom Pablos far hjälpa våra barn förstå evangeliet?
– Se Bradley D. Foster: ”Det är aldrig för tidigt och det är aldrig för sent”, s. 51–52.

Gå till conference.lds.org för att läsa, se eller lyssna på generalkonferenstal.

JAG FÖRLÄT MIN FÖRE DETTA MAN

Anonym

Genom att studera Kristi exempel på kärlek och förlåtelse kunde jag övervinna smärtan jag kände efter min skilsmässa.

När jag fann mig själv på okänd mark, inför en oönskad skilsmässa, upplevde jag en smärta och ett avvisande jag aldrig känt förut. Jag var i 45-årsåldern, ensam om att uppfostra mina tonåringar, behålla ett heltidsjobb och betala av bostadslånet. Jag kände mig överväldigad, trött och orolig, men mest av allt fylld av den mest otroliga smärta jag någonsin känt.

Tack vare min evangeliegrund och min önskan att leva rättfärdigt, visste jag att jag behövde förlåta min före detta man. Jag visste att det var viktigt att inte kritisera honom framför barnen, men hur skulle jag kunna ta mig förbi de där känslorna av avvisande som fick mig att vilja skrika av smärta?

Dag efter dag vände jag mig i mina kval till skrifterna och sökte Andens vägledning. Jag sökte flitigt dag och natt. Jag behövde få veta vad jag

personligen kunde göra i det här obekanta vägskalet i mitt liv för att följa Frälsarens exempel, för att hörsamma hans uppmaning att följa honom.

När jag studerade skrifterna skrev jag ner alla de egenskaper som Jesus Kristus hade som jag ville utveckla i mitt eget liv. Jag antecknade lärdomar från de berättelser och liknelser han delade med sig av under sin jordiska verksamhet. Jag noterade det som talade till mitt hjärta om förlåtelse. I min anteckningsbok skrev jag flitigt ner de

svårigheter och prövningar som Herren mötte och hur han övervann dem.

Med tiden insåg jag att hans smärta var så mycket större än min, och ändå förlät han dem som sårade honom. Han var den fullkomliga förebilden. Den anteckningsboken, full av lärdomar från Herrens liv, blev en källa till stor styrka för mig. Den var min livlina. Jag följde hans exempel och var fast besluten att uthärda mina prövningar så gott jag kunde. Jag var villig att gå framåt genom min smärta.



FÖRLÅTELSE: KÄRNAN I EVANGELIET

”Att räcka ut en förlåtande hand och visa kärlek till och medkänsla med dem som kanske begått fel mot oss, är en av de viktigaste delarna av Jesu Kristi evangelium. Det är något vi alla behöver göra. Hela världen behöver detta. Herren undervisade om det. Han visade det genom sitt exempel på ett sätt som ingen annan har gjort.”

President Gordon B. Hinckley (1910–2008), ”Av eder fordras det, att I skolen förlåta”, *Nordstjärnan*, nov. 1991, s. 3.



Det fungerade! Nu, några år senare, är jag välsignad med att kunna ha en god relation till min före detta man. Även om han är omgift är vår relation som föräldrar till våra barn fin och smärtlös. Genom att följa Kristi exempel och inte kritisera honom, övervann jag de negativa känslorna av smärta och avvisande. Jag kan hysa kärlek!

Vilken värdefull lärdom jag fick under den här svåra prövningen. Jag är tacksam för min Frälsares fullkomliga exempel. Han är min klippa och min grund. Och jag känner mig aldrig ensam. Jag har hans kärlek, hans försoning, hans fullkomliga exempel och en älskad Faders kärlek och välsignelser. ■

HUR KAN SKRIFTSTUDIER HJÄLPA OSS UNDER PRÖVNINGAR?

”Skriftställen kan lugna en upprörd själ, ge frid och hopp och återställa förtroendet för den egna förmågan att klara av livets utmaningar. De har en stark kraft som läker känslomässiga utmaningar när det finns tro på Frälsaren” (Richard G. Scott, ”Kraften i skrifterna”, *Liahona*, nov. 2011, s. 6).

Du kan göra det som den här systemen gjorde för att ta sig genom sin prövning: Studera skrifterna för att söka efter egenskaper hos Frälsaren och andra trofasta människor. Deras exempel kan hjälpa dig med dina svårigheter eller frågor. Om du vet vilket ämne du vill studera – till exempel ”Uthärda”, ”Förlåta” eller ”Tålmod” – så kanHandledning för skriftstudier föreslå ett antal skriftställen att börja med.

VAD JAG LÄRDE MIG AV VILDMANGOSTANTRÄDET

Irene Taniegra

Vi är till stor del som vildmangostanfrukten i en storm.

Den 23 juni 2009 drabbades Filippinerna av en tyfon. På eftermiddagen varnades det för hårda stormar i vårt område. Under resten av den dagen och ända in mot natten hörde vi något som slog mot taket. När min son frågade vad det var, berättade jag för honom att det var vildmangostanträdet som piskades av vinden.

Jag ångrade att jag inte plockat trädets söta frukter en dag tidigare, som jag planerat. Men min mamma hade sagt att frukten inte var mogen än och att jag skulle låta den vara.

Fem på morgonen gick jag ut för att titta till trädet och jag var rädd att all frukt hade fallit av. Jag kunde inte se trädet – det var fortfarande mörkt ute – men jag såg fyra små frukter utspridda på vår bakgård.

En timme senare inspekterade jag trädet igen. Till min förtjusning såg jag många stora, gulgröna frukter som fortfarande höll sig kvar på grenarna. När jag plockade upp dem som fallit, såg jag att två av dem hade brunaktiga prickar. Svarta fläckar missfärgade den andra, och den sista var missformad och såg vårtig ut.

Jag hade förväntat mig att de större, tyngre frukterna skulle ha fallit – de var dubbelt så stora som dem jag plockat upp. Men där var de – fortfarande tryggt hängande på trädet.

När jag tänkte på upplevelsen drog jag slutsatsen att vi till stor del är som de två olika sorterna av vildmangostan – de som föll och de som höll sig kvar. Även vi kan falla när vi utsätts för livets stormiga prövningar om vi inte håller ett fast tag om livets träd, vår Frälsare Jesus Kristus (se 1 Ne. 8:10; 11:8–9, 20–23).

Frukten som föll från vårt vildmangostanträd var försvagad av sjukdom och kunde inte motstå vinden. De som satt kvar på trädet överlevde eftersom de var friska och starka.



Om vi inte håller oss andligt starka och friska – lär oss av skrifterna och de levande profeterna, följer buden och tjänar andra – kan vi också falla när motståndaren kommer mot oss med sina styrkor.

I samma ögonblick som de sköra frukterna slutade hämta kraft från vildmangostanträdet, upphörde de att mogna. På samma sätt avstannar vår andliga utveckling i samma stund som vi avskärmar oss från Kristus, den sanna vinstocken (se Joh. 15:1; 1 Ne. 15:15).

Ibland måste vi också böja oss med vinden. Prövningar är en del av jordelivet, och en anda av ödmjukhet hjälper oss att acceptera Guds vilja i svåra tider. Ödmjukhet hjälper oss att omvända oss från våra synder, förlåta andra och glömma oförrätter.

Nära besläktad med ödmjukhet är tålmod. Om vi är tålmodiga i våra prövningar, om vi håller fast vid vår tro lite längre, kan de svar vi söker komma. Förr eller senare kommer Frälsaren att stilla stormen. Frid och befrielse kommer. Om vi förblir lydiga och trofasta kan inget skilja oss från Guds kärlek (se Rom. 8:38–39). ■

Författaren bor i San Jose, Filippinerna.

VI VALDE ATT TJÄNA

Irmgard Meissner

Min make kämpade mot cancer, men utan att tveka tackade vi ja till kallelsen att tjäna i templet i Frankfurt.

Den 12 december 1994 fick vi ett telefonsamtal från Salt Lake City. En vänlig röst sa att president Thomas S. Monson, som då verkade som andre rådgivare i första presidentskapet, ville tala med oss.

”Presidenten för templet i Frankfurt vill kalla dig som rådgivare och din hustru som assistent till tempelvärdinnan”, sa president Monson till min man Gerhard. Sedan uttryckte president Monson sin oro för min mans hälsa.

Gerhard hade kämpat mot kronisk lymfatisk leukemi i 11 år. Trots den svårigheten hade Herren kallat oss, och vi tackade ja utan att tveka.

När jag sa upp mig från mitt arbete för att kunna tjäna, frågade min chef: ”Får jag behålla dig om jag höjer din lön?”

”Nej, vi måste resa iväg”, svarade jag och berättade för honom att vi lovat Herren att verka som missionärer. ”Det var vår avsikt att göra det om ett par år, men jag vet inte om min man fortfarande lever då.”

När Gerhard rutinmässigt undersöktes mindre än två veckor senare, sa läkaren till honom: ”Stanna här – risken är stor att du dör.”

Hans tillstånd hade försämrats. Vi var chockade och kunde inte föreställa oss hur vi skulle kunna uppfylla vår kallelse, men vi var fyllda av tro, hopp och tillförsikt. Vi överlämnade allt i Herrens händer. Om han hade ett uppdrag åt oss, skulle han hjälpa oss att utföra det.

Den 2 januari 1995 reste vi iväg på vår mission. Plötsligt insåg jag vad det var jag offrade: min mamma, mina

barn, mina barnbarn, min karriär, mitt hus och min trädgård. Men nästa dag intog vi vår plats i templet i Frankfurt där en mörk natt blev till en strålande ny dag för oss. All vardagsstress rann av oss.

På den här heliga platsen fann vi kärlek, ljus, hopp, glädje, värme, trygghet, skydd och den frid som vår Frälsare utstrålar. Under vår verksamhet träffade vi underbara människor från många länder. Även om de talade olika språk, bands vi samman av kärlekens språk. Vårt tjänande i templet gjorde oss mycket lyckliga.

Templets anda och Guds styrka uppehöll min käre make i 26 månader. En dag strax efter att vi blivit avlösta från vår kallelse i templet, fick Gerhard sin vanliga behandling på sjukhuset. Den här gången behöll läkarna honom där. Några månader senare återvände han till sitt himmelska hem.

När jag ser tillbaka, ser jag de åren av tempeltjänst som en gåva från himlen – jag fick tjäna sida vid sida med min make i vår kärleksfulle Faders hus och vi uppfyllde vårt löfte att verka tillsammans som missionärer. Av hela mitt hjärta är jag tacksam för den upplevelsen. ■

Författaren bor i Bayern i Tyskland.





Äldste
Daniel L. Johnson
i de sjuttios kvorum

HÅLL FAST VID LEDSTÅNGEN

Ständiga skriftstudier hjälper oss att hålla vår blick, vårt sinne och vårt hjärta fokuserade på Frälsaren, och allteftersom vi tillämpar och lever efter de lärdomar som finns i skrifterna blir vi mer lika honom.

När Lehi och hans familj färdades i vildmarken vaknade de en morgon och fann "ett runt klot tillverkat med utsökt konstfärdighet" på marken. Det hade två visare varav den ena visade "den väg [de] skulle färdas" (1 Ne. 16:10).

På Liahona fanns även "en ny inskrift" som gav dem "insikt om Herrens vägar". Den här inskriften "ändrades tid efter annan, alltefter den tro och flit [de] ägnade den" (se 1 Ne. 16:28–29).

Lehi och hans familj hade redan mässingsplåtarna vilka innehöll flera gammaltestamentliga profeters uppteckningar och profetior. Mässingsplåtarna och Liahona utgjorde deras skrifter, och Lehis folk förväntades ständigt studera och hörsamma dem. När de gjorde det gick de framåt i sin resa, men när de inte gjorde det dröjde de kvar i vildmarken och plågades av hunger och törst.

Vad försökte Herren lära dem – och oss – genom Liahonas funktion?

En av de viktigaste avsikterna med skrifterna är att hjälpa oss lära känna, förstå och bli lika Frälsaren (se 3 Ne. 27:27). Ständiga skriftstudier hjälper oss att hålla vår blick, vårt sinne och vårt hjärta fokuserade på honom. Allteftersom vi tillämpar och lever efter de lärdomar som finns i skrifterna blir vi mer lika honom. När vi blir mer lika honom kan vi uppnå evigt liv (se Joh. 5:39).

Lehis dröm

I Lehis dröm, eller syn, finns fyra grupper av människor representerade. De första tre grupperna började gå på stigen som ledde till livets träd. Porten till den stigen är dopet (se 2 Ne. 31:17–18), så vi talar om kyrkans medlemmar i de första tre grupperna.

Jag kommer inte att beröra den fjärde gruppen – de som begav sig direkt mot den stora och rymliga byggnaden. Men när vi tittar på de andra tre grupperna kan det kanske vara på sin plats att du gör en inre utvärdering för att avgöra vilken grupp du tillhör och fråga dig själv vilken grupp du skulle föredra att tillhöra.

Grupp 1

"Och jag såg otaliga människoskaror, ur vilka många trängde sig fram för att nå stigen som ledde till trädet bredvid vilket jag stod.

Och det hände sig att de kom fram och började gå på stigen som ledde till trädet.

Och det hände sig att en mörkrets dimma uppstod, ja, en mycket tät mörkrets dimma, så att de som börjat gå på stigen gick vilse så att de vandrade bort och gick förlorade" (1 Ne. 8:21–23).

Uppenbarligen läste eller studerade medlemmarna i den här gruppen inte skrifterna, lyssnade eller såg inte på generalkonferensen, läste inte *Liahona* eller närvarade inte





FÖR ATT FÅ TRO

”För att få och behålla den tro vi behöver, är det ytterst viktigt att vi läser och studerar och begrunder skrifterna.”

President Thomas S. Monson,
”Var ett föredöme och ett ljus”,
Liahona, nov. 2015, s. 87.

på söndagens möten, som alla erbjuder Guds ord. Till följd av det gick de vilse.

Grupp 2

”Och det hände sig att jag såg andra tränga sig fram, och de kom fram och grep tag i änden på ledstången av järn. Och de strävade framåt genom mörkrets dimma och klamrade sig fast vid ledstången av järn, ända till dess de kom fram och åt av trädets frukt. ...

Och sedan de hade smakat på frukten skämdes de på grund av dem som drev gäck med dem, och de avföll och kom in på förbjudna stigar och gick förlorade” (1 Ne. 8:24, 28).

Lägg märke till att den här gruppen grep tag i och klamrade sig fast vid ledstången. De höll sig fast vid den tills de nådde fram till livets träd och åt av dess frukt. Men sedan började de skämmas för Jesu Kristi evangelium, slutade fokusera på Frälsaren och blev distraherade av världens lockelser, frestelser och rikedomar. Även de gick vilse.

Nyckeln till att förstå de här verserna är formuleringen ”klamrade sig fast vid

ledstången av järn”. Jag jämför orden *klamra sig fast* med en ”vita knogar”-upplevelse. Om du har varit med om försränning minns du att du klamrade dig fast så hårt vid flotten att dina knogar vitnade. Sedan, när ni kom till lugnare vatten, vad gjorde du då? *Du släppte taget!*

I ett evangeliessammanhang kan det ske när du ombeds förbereda ett tal eller när du råkar ut för en kris, som ett dödsfall i familjen eller ett uppbrott från en relation. Du söker bland generalkonferenstal du sällan lyssnar på, eller söker råd från skrifter du brukar försumma. Du söker andlig vägledning och stöd på grund av din andliga svaghet. När krisen sedan är över *släpper du taget!* Du ställer tillbaka skrifterna på hyllan, faller tillbaka i den gamla vanan att sällan besöka kyrkan och överger dagliga böner – åtminstone tills nästa kris eller försränningsupplevelse kommer. Med andra ord så vänder du dig bara till Frälsaren för att få hjälp när desperata behov uppkommer istället för att ständigt göra det.

Medlemmarna i den här gruppen har blivit döpta och har troligen ordinerats till prästadömet, mottagit tempelförrettningar, verkat som heltidsmissionärer och gift sig i templet. Men *de släppte taget!* De upphörde med att *ständigt* läsa skrifterna, kom in på förbjudna stigar och gick vilse.

Tack och lov förblir de flesta unga vuxna och återvända missionärer trofasta mot de evangeliets sanningar som de lärt sig och delat med sig av. De låter också sina liv kretsa kring Frälsaren genom dagliga skriftstudier och bön. Vi är tacksamma för dem och deras trofasthet. De är kyrkans framtid och framtida föräldrar till dem som kommer att föra kyrkan framåt.

Grupp 3

”Se, [Lehi] såg andra skaror tränga sig fram. Och de kom och grep tag i änden på ledstången av järn, och de strävade framåt och höll ständigt fast vid ledstången av järn tills de kom fram och föll ned och åt av trädets frukt” (1 Ne. 8:30).

Lägg märke till orden ”höll ständigt fast vid ledstången av järn”. Den här gruppen läste *ständigt* skrifterna. De fokuserade *ständigt* på Frälsaren.

Skrifterna är det viktigaste vi kan studera. De bör ha företräde framför kemi, fysik, bokföring, dans, musik, idrott eller vilken annan världslig aktivitet som helst.

Börja varje dag med skrifterna. Bön och skriftstudier går hand i hand. De är oskiljaktiga följeslagare. Ständig bön leder dig till skrifterna, och ständiga skriftstudier leder dig till bön. Båda håller de dig fokuserad på Frälsaren och ger dig tillgång till uppenbarelse och till den frid som endast kan komma genom att ”ständigt [hålla] fast vid ledstången av järn”. Bön och skriftstudier leder dig till templet. De får dig att vilja hålla sabbatsdagen helig. De hjälper dig att undvika och övervinna motståndarens frestelser.

Jag vill nu rikta din uppmärksamhet på orden ”de kom fram och föll ned och åt av trädets frukt”. En nyckel till att förstå de här orden finns i 1 Nephi kapitel 11:

”Och det hände sig att sedan jag hade sett trädet sade jag till Anden: Jag ser att du har visat mig det träd som är dyrbarare än allt annat.

Och han sade till mig: Vad önskar du?

Och jag sade till honom: Att få veta uttydningen därav.”

Ängeln svarade: ”Se!” Sedan såg Nephi i en syn jungfru Maria, vilken ängeln utpekade som ”Guds Sons mor”. Därefter såg Nephi Maria bärandes på ett barn – ”Guds lamm” – i sina armar.

Lägg nu märke till vers 24: ”Och jag såg, och jag fick se Guds Son gå ut bland människobarnen. Och jag såg många *falla ned* för hans fötter och tillbe honom” (se 1 Ne. 11:9–24; kursivering tillagd).

Trädet representerar Guds kärlek, som den kommer till uttryck genom hans Son, Jesus Kristus (se 1 Ne. 11:21–22). De som tillhörde grupp 2 som kom fram till trädet föll inte ner, som de i grupp 3 gjorde. Är det möjligt att befinna sig i Guds Sons närhet och inte vara medveten om det? Du behöver bara läsa Nya testamentet för att finna svaret. Frälsaren var verksam i tre år med att undervisa och utföra underverk, men få insåg vem han var.

Utforska skrifterna

Ställ följande frågor till dig själv:

- Vad kan jag göra för att se till att jag ständigt håller fast vid ledstången av järn så att jag, när jag kommer fram till livets träd, kan känna igen Frälsaren, falla ner och dyrka honom?
- Vad kan jag göra för att hålla min blick, mitt sinne och mitt hjärta fokuserade på Frälsaren?
- Vad kan jag göra för att bli mer lik Frälsaren?

Svaret på de här tre frågorna finns i skrifterna. ”Ni forskar i Skrifterna”, sa Frälsaren, ”därför att ni tror att ni har evigt liv i dem, och det är dessa som vittnar om mig” (Joh. 5:39). Om du varje dag i ditt liv fördjupar dig i skrifterna får du styrka att motstå allvarlig överträdelse, och, än viktigare, lär du känna Frälsaren. Du kommer att kunna hålla din blick, ditt sinne och ditt hjärta fokuserade på honom.

När du lär känna Jesus Kristus, tillämpar hans lärdomar och följer hans exempel, blir du lik honom. När du blir lik honom får du möjlighet att leva för evigt i hans närhet. ■

Från ”Continually Holding Fast to the Rod of Iron”, ett tal som hölls under en andakt vid Brigham Young University–Idaho den 12 maj 2015. För att läsa hela texten på engelska, gå till web.byui.edu/devotionalsand speeches.

Mormons FÖRUNDERLIGA BOK

John L. Sorenson

Professor emeritus i antropologi, Brigham Young University

Mormon utförde den enorma uppgiften att sammanfatta nephiternas uppteckningar på ett effektivt och förunderligt sätt.

När Mormon såg att hans folk, nephiterna, skulle bli utrotade, påbörjade han uppgiften att skriva "ett kort sammandrag" av deras uppteckningar (Morm. 5:9). Det här projektet påbörjades på den sista platsen där nephiterna slog läger innan de slutligen samlades i Cumorahs land. De omständigheter som nephiterna uthärdade kunde inte ha varit annat än hårda. Folket var flyktingar med osäker tillgång till mat, kläder och skydd. Mormons skrivande sträckte sig troligen in i den fyraåriga perioden av förberedelser inför det sista slaget som den lamanitiske befälhavaren gått med på, men i vilket fall som helst fullbordades den sammandragna historien och arkivet grävdes ner i kullen Cumorah i god tid före den sista sammandrabbningen (se Morm. 6:6).





MÅLNING AV JOSEPH BRICKEY

Det är uppenbart att framställningen av Mormons bok var en oerhörd bedrift, speciellt med tanke på de ”fältförhållanden” under vilka Mormon var tvungen att arbeta, och hans konkurrerande plikt att leda sina styrkor i förberedelserna för det sista slaget. Och förståeligt nog är den slutliga produkten inte felfri.¹

Mormons verks begränsningar

Beakta några av de begränsningar som Mormon stötte på när han arbetade mot sitt mål:

1. Storleken på hans nya uppteckning skulle behöva begränsas ordentligt. Boken behövde vara tillräckligt bärbar så att Moroni kunde ta den till en säker plats.
2. Den fysiska produkten skulle behöva överleva århundraden.
3. Av alla de skriftsystem som Mormon kunde använda var bara ett koncist nog att rymmas i boken.
4. Berättelserna fick av praktiska skäl inte vara för långa, de måste vara trogna historiens fakta i de uppteckningar han sammanfattade, och uttryckas på ett sätt han ansåg lämpligt.
5. Arbetsschemat var kort. Mormon hade drygt tre år på sig att sammanställa och nedteckna mer än 600 år av historia. Han hade kanske inte ens tid att läsa igenom alla arkiverade uppteckningar i sina händer, och det fanns definitivt inte tid för stilistisk finjustering och omredigeringar.

Hur kunde Mormon, med tanke på alla dessa restriktioner, välja vilken information han skulle ta med och vad han skulle utelämna?

På sätt och vis var hans inspirerade bedrift att framställa Mormons bok precis lika överraskande och beundransvärd som Joseph Smiths senare prestation att översätta uppteckningen på så kort tid.

Val av skriftsystem

Texten i Mormons bok visar på flera ställen hur svårt det var för skribenterna att uttrycka sig tydligt (se Jakob 4:1; Morm. 9:33; Eth. 12:23–25, 40). Mormon sa: "Det [finns] mycket som vi, på grund av vårt språk, inte kan skriva" (3 Ne. 5:18). "Vårt språk" i det här sammanhanget hänсыftar uppenbarligen på deras skriftsystem och inte på deras talspråk. Vidare berättade Moroni för oss att det inte skulle ha funnits några "ofullkomligheter" (Morm. 9:33) om de skrivit på hebreiska, som hade ett alfabetiskt system.

De "skrivtecken" som användes kallades av nephitiska historiker för "reformerad egyptiska" (Morm. 9:32). Det här systemet bestod av "judarnas lärdom och egyptiernas språk" (1 Ne. 1:2). Egyptiska glyfer användes då och då i det forna Palestina för att skriva ljuden i hebreiska ord.² Stickprovet på skrivtecken i "Anthonkopian"³, vilken påstås vara en avskrift av skrivtecken på de plåtar som Joseph Smith översatte, visar tydligt att de inte var direkt utformade efter den egyptiska skrift som användes till vardags på Lehis tid. De ser mer ut som hieratiska tecken – ett äldre, parallellt teckensystem som de fortfarande använde när de skrev med pensel och bläck istället för att gravera i sten.

Det hieratiska systemet var mycket kompaktare än det alfabetiska hebreiska skriftspråket men även mer tve tydligt eftersom den stora majoriteten av tecken stod för hela, komplexa morfem eller ord (som nu för tiden kallas logogram) och inte ljud som stavas för att bilda ord som i ett alfabet. Betydelsen av varje logogram fick man lära sig utantill. Den här tvetydigheten kan ha varit en del av problemet med att "sätta samman våra ord" (Eth. 12:25) som Moroni talade om.

Ytterligare en orsak till "ofullkomligheter" kan ha berott på att hieratiska i huvudsak användes för att skriva kursivt, och inristning på metallplåtar kunde innebära att om skribentens fingrar slant lite, utan att det fanns ett effektivt sätt att korrigera texten, kunde följden bli att tecknen misstolkades.

Många uppsättningar av uppteckningar

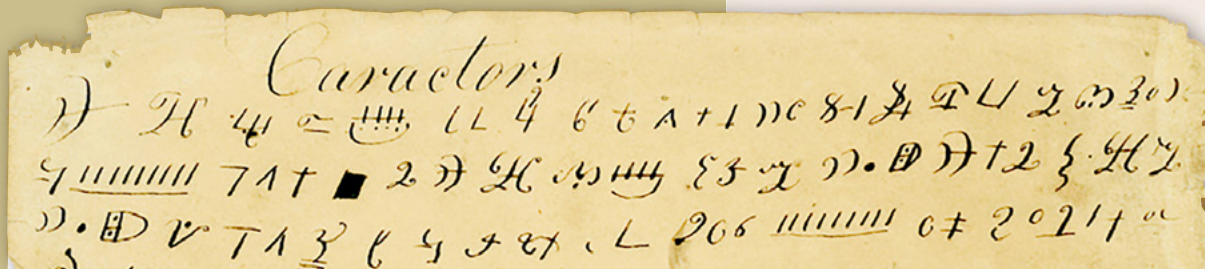
Förutom Nephis stora plåtar användes kompletterande plåtar vid vissa tillfällen i framställningen av Moronis redogörelse. Han skrev flera gånger att han förlitade sig på "[Almas] egen uppteckning" (Alma 5:2; kapitel 7, rubrik; 35:16). Han använde sig också av "Helamans uppteckningar" och "hans söners" (introduktionen till Helamans bok), och vi läser även om "Nephis uppteckning" (3 Ne. 5:10).

Ibland förlitade Mormon sig även på andra originalskrifter, utan att alltid ange vilka de var. Några möjliga övriga uppteckningar kan vara:

- Uppteckningen av kung Benjamins kända tal (Mosiah 2:9–Mosiah 5).
- Uppteckningen på Zeniffs plåtar (Mosiah 9–22).
- Almas personliga predikningar i Zarahemla, Gideon och Melek (Alma 5, 7 och 8).
- Berättelsen om Almas och Amuleks upplevelser i Ammonihah (Alma 9–14).
- Den detaljerade redogörelsen för Mosiahs söners och deras följeslagares verksamhet bland lamaniterna (Alma 17–27).
- Almas tal till sina söner Helaman, Shiblon och Corianton (Alma 36–42).

Moroni inkluderade även sin översättning och sammanfattning av Ethers historia om Jarediterna, vilken han iordningställde och bifogade som Ethers bok, och även utdrag från undervisning och brev från sin far Mormon (Moro. 7–9).⁴

De viktigaste heliga uppteckningarna bevarades på metall för att de skulle bestå permanent. Uppteckningar på mer förgängligt material skulle, antog de, bli oläsliga med tiden (se Jakob 4:2). Vi kan ana att papperskopior av skrifter användes för vardagsbruk eftersom de som Almas nyomvända i Ammoniah hade brändes (se Alma 14:8; jämför med Mosiah 2:8; 29:4; och Alma 63:12).



Metallplåtar var inte lätta att tillverka (se Morm. 8:5) eller gravera på, så tillgången på sådana var begränsad.

Med hjälp av de olika källor som Mormon hade tillgång till, sammanställde han sin historia "enligt den kunskap och den insikt som Gud" hade gett honom (Morm. ord 1:9). Gudomlig hjälp var ibland tydlig och specifik, som när Herren gav honom instruktioner om att inte ta med en lång redogörelse för Jesu undervisning till nephiterna (se 3 Ne. 26:6–12), men inget tyder på att ytterligare historiska uppgifter uppenbarades för honom.

"Sålunda ser vi"

Mormon sa flera gånger att hans sammanfattning inte kunde behandla mer än en liten del av det historiska material som fanns på Nephis stora plåtar (se Morm. ord 1:5; 3 Ne. 5:8; 26:6; se också Jakob 3:13–14; 4:1). Hur valde han då ut sitt material?

Hans främsta kriterium framträder upprepade gånger i hans bok. Syftet var att se till att hans läsare, särskilt de framtida invånarna i Amerikas utlovade land och i synnerhet Lehis avkomlingar, skulle förstå vad löftet och profetian som gavs till Lehi har för betydelse för dem. "I den mån som ni håller mina bud skall ni få framgång i landet" (Jar. 1:9). I själva verket är det Amaron's *negativa* version av Lehis uttalande som Mormon uppmärksammar mest: "I den mån som ni *inte* håller mina bud skall ni *inte* få framgång i landet" (Omni 1:6; kursivering tillagd).

Mormons lärdomar lyfter dramatiskt fram kontrasten mellan gott och ont. Människorna i hans uppteckning betonar lydnad och dygd å ena sidan och envis ondskefullhet å andra sidan. Han beskriver skurkar som alltigenom onda människor som förtjänar sitt öde, och hjältar som berömvärda i nästan alla avseenden. Personligheter i gråzonen nämns knappast alls.

Mormon ville inte att hans läsare skulle betvivla att gott och ont är raka motsatser (lägg märke till Mormons egna ord om denna kontrast i Moroni 7:5–19). Några av Moronis redogörelser färgades säkerligen av hans inspirerade personliga tolkningar. Hans inställning visar sig ofta i formuleringar som "och sålunda ser vi" (exempelvis i Alma 42:4, 7, 14; Helaman 3:23–31; 6:34–40).

Mormon och Moroni presenterar sin korta uppteckning för sina framtida läsare som en sorts unik förklarande berättelse. De förlånade den åt kommande tider, inte som en historiebok utan som ett kraftfullt moraliskt budskap avsett att undervisa läsarna om de lärdomar som de båda männen fick under sin långa och svåra verksamhet i sitt folks och sin Guds tjänst. De använde de bästa källor de hade på det effektivaste sätt de kunde göra det på. Det arbete och den hängivenhet som deras verk uppvisar syftade till att gagna alla människor i vår tid.

Jag är djupt tacksam mot dem. ■

SLUTNOTER

1. Exempelvis kan mindre felaktigheter (motsvarande dagens tryckfel) ha utgjort en del av de "fel" som åsyftas av Moroni på titelbladet i Mormons bok som är "människors misstag". Bland dem finns den felaktiga redogörelsen för erövringen av staden Nephiah (Alma 51:26; jämför med Alma 59:5) och ett misstag där samma händelse i en vers sägs ha ägt rum i det 26:e året av domarnas regering (Alma 56:9) och i en annan i det 28:e året (Alma 53:22–23). Sådana brister visar på den mänskliga sidan av historikerns uppgift, men de behöver inte orsaka oss några allvarliga problem i vår läsning av redogörelsen.
2. Se John A. Tvedtnes och Stephen D. Ricks, "Jewish and Other Semitic Texts Written in Egyptian Characters", *Journal of Book of Mormon Studies*, vol. 5, nr. 2 (1996), s. 156–163; och John A. Tvedtnes, "Linguistic Implications of the Tel-Arad Ostraca", *Newsletter and Proceedings of the Society for Early Historic Archaeology*, nr. 127 (1971).
3. Se B. H. Roberts, *New Witnesses for God*, 3 vol. (1909), 2:93–104.
4. För mer om de olika källorna till uppteckningen, se "Kortfattad förklaring av Mormons bok" i Mormons bok.







Quentin L. Cook
i de tolv apostlarnas
kvorum

GLÄDJEN I släktforskning

Elias löfte klargör att var och en av oss har en skyldighet mot de släktled som gått före oss och mot de släktled som kommer efter oss.

Glöm aldrig att släktforskning – och de tempelförrättningar som möjliggörs genom den – är en nödvändig del av frälsningsverket och att deltagande i det här heliga verket för de döda är till välsignelse för de levande. Det stärker vår tro och vår förpliktelse mot evangeliet, hjälper oss motstå frestelse, skapar större närhet i våra familjer och stärker våra församlingar och stavar.

Jag vill betona betydelsen av att ”hitta, ta och undervisa” i släktforskning. Med *hitta* menar vi att använda webbplatsen FamilySearch eller häftet *Min släkt: Berättelser som för oss samman*¹ för att hitta namnet på en eller flera av dina förfäder eller deras efterkommande. Sedan *tar* du de här namnen till templet, eller ger dem till andra så att de kan ta dem dit. (Besök templet som familj närhelst det är möjligt.) *Undervisa* slutligen din familj och lär sedan andra att göra detsamma.

Vår Faders plan handlar om familjer, som symboliseras av ett stort träd. För att ett träd ska kunna leva och växa behöver det både rötter och grenar. På samma sätt behöver vi sammankopplas med våra rötter – våra far- och morföräldrar och andra förfäder – såväl som med våra grenar – våra barn, barnbarn och andra efterkommande. I flera skriftställen används trädet med dess rötter och grenar för att representera släkten (se Jes. 11:1; Jakob 5).



Tillsammans med Mose visade Elia sig för Petrus, Jakob och Johannes på Förklaringsberget i tidens mitt.

Elias mission

Profeten Malaki i den sista boken i Gamla testamentet profeterade om en tid när profeten Elia skulle återvända till jorden ”innan Herrens dag kommer, den stora och fruktansvärda ... [för att] vända fädernas hjärtan till barnen och barnens hjärtan till deras fäder, så att [han] inte kommer och slår landet med tillspillogivning” (Mal. 4:5–6).

När ängeln Moroni visade sig för den 17-årige Joseph Smith år 1823, citerade han de här verserna ur Malaki, men han citerade dem annorlunda. Den septembernatten sa Moroni:

”Se, jag skall uppenbara prästadömet för er genom profeten Elias hand, innan Herrens stora och fruktansvärda dag kommer. ...

Och han skall inplanta i barnens hjärtan de löften som gavs till fäderna, och barnens hjärtan skall vända sig till sina fäder. Om det inte vore så, skulle hela jorden bli fullständigt ödelagd vid hans ankomst” (JS–H 1:38–39).

Fyra gånger upprepade ängeln Moroni Malakis ord för den unge Joseph.

Föreställ dig att allt vi visste om den här enastående profeten Elia var det som Joseph Smith kände till genom Bibeln. Av den boken i skrifterna får vi veta att Elia levde under en orolig tid, nästan 900 år före Kristi födelse. Den ondskefulla duon Ahab och Isebel regerade i ogudaktighet över Israel som kung och drottning, och fick sina undersåtar att tillbe avguden Baal, och de mördade Herrens profeter, bland andra.

Elia var en anmärkningsvärd profet. Kristna och judar världen över erkänner Gamla testamentets redogörelse om Elia.

I skrifterna står att läsa hur Elias liv bevarades på ett mirakulöst sätt och hur han räddade en änka från svält och uppväckte hennes son från de döda (se 1 Kung. 17). Elia beskriver hur ”en svag susning” försäkrade honom om att han inte var ensam om att frukta Jehovah (se 1 Kung. 19:4–14). Slutligen blev Elia upptagen till himlen utan att smaka döden (se 2 Kung. 2:7–12).

Det är först genom nutida uppenbarelse som Elias fullständiga roll har tillkännagivits. Han var den siste profeten som innehade melkisedekska prästadörets beseglingsmakt före Jesu Kristi tid. Tillsammans med Mose visade han sig för Petrus, Jakob och Johannes på Förklaringsberget i tidens mitt (se Matt. 17:1–4; Mark. 9:2–5). Som en viktig del av återställelsen visade sig Elia för Joseph Smith och Oliver Cowdery i Kirtlandtemplet 1836. Där återställde han beseglingsmaktens nycklar, denna gång för besegling av familjer i den här tidsutdelningen, som en fullbordning av Malakis profetia (se L&F 110:13–16). Eftersom Elia sändes i den här tidsutdelningen är frälsningens fullhet tillgänglig för både levande och döda.

Elias uppdrag underlättas av det som ibland kallas Elias ande, som enligt vad president Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum har sagt är ”en manifestation från den Helige Anden som bär vittne om familjens gudomliga natur”². Det är därför vi ofta kallar den Helige Andens yttringar i samband med släktforskning och tempeltjänst för Elias ande.

Om dem som gått vidare före oss läser vi i Läran och förbunden att ”vi [inte] kan fullkomliggöras utan dem, inte heller kan de fullkomliggöras utan oss” (L&F 128:18). Vad betyder det? Svaret finner vi i skrifterna:

”Och låt mig nu, mina högt älskade bröder och systrar, försäkra er att detta är principer rörande de döda och de levande som inte lättvindigt kan förbigås när det gäller vår frälsning. *Ty deras frälsning är nödvändig och väsentlig för vår frälsning*, som Paulus säger om fäderna: De kan inte fullkomliggöras utan oss, inte heller kan vi fullkomliggöras utan våra döda” (L&F 128:15; kursivering tillagd).

”Deras frälsning är nödvändig och väsentlig för vår frälsning” innebär att hela människosläktets frälsning beror på båda parter, att vi sammanlänkas – som rötterna och grenarna på ett stort träd.

Ordna en släkträdsträff

Släktförpliktelser och -förväntningar bör stå högst på vår prioritetslista. De skyddar vår eviga bestämmelse. För att

familjer ska komma igång med sin släktforskning uppmanar jag dem att ordna vad jag kallar en ”släkträdsträff”. Det bör vara en återkommande händelse. Till de här träffarna tar var och en med sig existerande släkthistorier, berättelser, foton, och dyrbara ting som tillhört far- och morföräldrar och föräldrar. Man kan ta häftet *Min släkt* till hjälp för att nedteckna uppgifter om slakten, berättelser och foton som sedan kan laddas upp på Family Tree på FamilySearch.org.

Men det här får inte bli bara en engångsföreteelse. Det kräver en livstid av ihärdighet. Påskyndandet av det här heliga verket är en bördig jordmån för de av er som söker ett mer fruktbart sätt att helga sabbatsdagen som familj.

Kärnan i släktforskningen är hemmet. Vi behöver hjälpa våra ungdomar att utveckla kärlek till det här arbetet. Många av våra ungdomar har redan fått sitt hjärta vänt till sina fäder. Våra ungdomar tycker det är spännande att lära sig om sina släktingars liv – varifrån de kom och hur de



levde. Det finns de som tycker att arbetet är så spännande att de tappar greppet om tiden och blir besvikna när de måste sluta.

Ungdomar älskar berättelser och foton, och nu har de stor tillgång till teknisk expertis för att kunna bevara dessa minnen i Släkträdet på FamilySearch.org. De kan hitta släktingar som behöver tempelförrättningar genom en ny funktion som tipsar om uppteckningar på FamilySearch.org³

De här uppteckningstipsen om släktingar är resultatet av indexeringsinsatser av kyrkans medlemmar världen över. Dessa uppteckningar – och det finns miljontals av dem – kan hjälpa dig att finna fler förfäder som kanske ännu inte länkats samman med din släkt och som behöver få tempelförrättningar utförda för sig i templen. Andra uppteckningar från hela världen med tipsfunktion på webbplatser är t. ex.



Ancestry.com, Findmypast.com och MyHeritage.com, som alla är tillgängliga gratis för kyrkans medlemmar.

Även om hemmet är kärnan i släktforskningen kommer kyrkan att fortsätta tillhandahålla släktforskningscentrer där familjer kan upptäcka sina förfäder tillsammans och använda internet om de inte har det hemma.

Alla värdiga medlemmar i kyrkan från 12 år och uppåt kan få en begränsad tempelrekommendation för att utföra dop för de döda efter en intervju med en eller två ledare i kyrkan. Det gäller även alla nyomvända.

Att ha en undertecknad rekommendation att visa upp i valfritt tempel är en fröjd. En rekommendation innebär också ett heligt skydd. Som president för de tolv apostlarnas kворum sa president Boyd K. Packer (1924–2015):

”Det finns inget arbete som bättre skyddar kyrkan än tempeltjänsten och den släktforskning som ligger till grund för det. Inget arbete är mer andligt förfinande. Inget arbete ger oss större kraft. Inget arbete kräver större rättfärdighet.

Vårt arbete i templet ger oss en sköld och ett skydd, både för oss själva och för oss som ett folk.”⁴

Vår skyldighet mot våra förfäder

Släktforskning är en släktingelägenhet, men alla släktingar befinner sig inte i samma situation. Många av våra förfäder har dött utan att vara gifta eller ha barn. En del av dem skilde sig och några gifte sig flera gånger. Många hade barn som var handikappade eller som dog unga. Alla har något att berätta.

Varje själ, levande eller död, som är ansvarig för sina handlingar behöver välsignelsen av heliga tempelförrättningar, och vi kan hjälpa våra släktingar att ta emot dem. Det spelar ingen roll om du är ensamstående, om din make eller maka är mindre aktiv i kyrkan eller om du själv är mindre aktiv eller ens medlem i kyrkan – även du kan hjälpa till med att frälsa själar. Det finns inget arbete som är viktigare, mer tillfredsställande eller underbart.

Den som leder det här verket är vår Herre och Frälsare Jesus Kristus. Efter sin död öppnade han



dörren till fängelset som höll de döda fångna:

”[Han] organiserade ... sina styrkor och utsåg budbärare, klädda med makt och myndighet, och bemyndigade dem att gå ut och föra evangeliets ljus till dem som befann sig i mörker, ja, till alla människors andar ...

Och de utvalda budbärarna gick ut för att förkunna nådens dag från Herren och förkunna frihet för de fångna som var bundna, ja, till alla som omvände sig från sina synder och tog emot evangeliet” (L&F 138:30–31).

Vårt budskap är enkelt men djupt. Det kräver inte ett högtravande språk eller en invecklad lära. Det handlar om att ha ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande och en förpliktelse att följa vår Frälsare.

Som en Herren Jesu Kristi apostel lovar jag att om ni ser bortom tidens och dödlighetens gränser och hjälper dem som inte kan hjälpa sig själva, blir ni välsignade med mer närhet

och glädje i er familj och med det gudomliga beskydd som ges till dem som trofast tjänar honom.

Elias löfte klargör att var och en av oss har en förpliktelse mot de släktled som gått före oss och mot de släktled som kommer efter oss. Må ni föräldrar, ungdomar och barn finna glädje och bli välsignade i alla andra aspekter av ert liv när ni uppfyller den skyldighet som har givits er från himlen att delta i det heliga verket för de döda. ■

Från "Our Father's Plan Is about Families", ett tal hållet på RootsTech 2015 Family History Conference i Salt Lake City, den 14 februari 2015. Besök RootsTech.org för att få veta mer om RootsTech-konferensen 2016.

SLUTNOTER

1. För information om häftet *Min släkt*, besök familysearch.org/campaign/myfamily.
2. Russell M. Nelson, "En ny skördetid", *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 34.
3. Funktionen Uppteckningstips visar resultaten av en omfattande sökning i FamilySearch' samling efter dina förfäder (se familysearch.org/blog/en/give-research-boost-record-hints/).
4. Boyd K. Packer, "Det heliga templet", *Liahona*, okt. 2010, s. 35.

Den som leder det här verket är vår Herre och Frälsare Jesus Kristus. Efter sin död öppnade han dörren till fängelset som höll de döda fångna.

•• När ett barn lämnar kyrkan

Vi kan hylla principen att våra barn välsignas med handlingsfrihet även när de använder den till att röra sig i en riktning vi inte tycker om.

Robin Zenger Baker

Det hade gått veckor sedan min vuxna dotter hade flyttat till en ny stad, och varje söndag som hon missade kyrkan kände jag samma oro. Skulle hon någonsin komma tillbaka till kyrkan? Jag försökte med allt jag kunde komma på för att få dit henne: uppmuntran, logik, vädjanden, agera hennes personliga väckarklocka, bön, fasta, till och med telefonsamtal med hennes biskop. Eftersom vi bodde drygt 300 mil från varandra var det svårt för mig att besöka kyrkan tillsammans med henne, men jag försökte till och med att göra det!

Jag föreställde mig ständigt att om jag bara kunde dra i några trådar, skulle min dotter snart komma på rätt andlig köl. Jag kände att jag bara behövde rätt person – hennes besökslärare, henne biskop, en vän eller släkting – som kunde korsa hennes väg och säga eller göra just det som skulle styra tillbaka henne. Men inget fungerade. Det gick runt i huvudet av oro och mitt hjärta fylldes med skuld och rädsla för att jag misslyckats som hennes förälder.

Många andra delar min upplevelse. När barn lämnar evangeliets stig kan det vara mycket svårt för föräldrar som förblir trofasta att hantera det. En mamma var så upprörd över sin dotters val att hon sa att det gjorde ont att andas. En pappa berättade att han kände det som om hans barn tog avstånd från honom och hans sätt att leva. En ung

mamma oroade sig över att hennes egna små barn en dag kan komma att ifrågasätta sig själva ut ur kyrkan.

Hur hanterar vi de här smärtsamma känslorna när familjemedlemmar väljer att lämna kyrkan? Det finns flera saker vi kan göra.

Lär av andra som har haft det svårt

Några av de allra rättfärdigaste familjerna i skrifterna kämpade med upproriska barn. Sariah och Lehi hade barn som övergav sina föräldrars undervisning (se 1 Ne. 2:8–12). Det hade Adam och Eva också (se 1 Mos. 4:8). Även våra himmelska föräldrar kände sorg när en tredjedel av deras andebarn valde en annan väg (se L&F 29:36). Planen för vår lycka innefattar handlingsfrihet. Och det innebär att också medlemmar i rättfärdiga familjer kan välja att förkasta evangeliets principer. Vi kan få tröst från skrifternas berättelser om familjer med problem. Vi kan få större kunskap om handlingsfrihet och empati, och den kunskapen kan hjälpa oss bli helade och gå vidare.

Inse att våra barn också är Guds barn

Känslor av skuld och misslyckande överväldigade en mamma när hennes tonårsson började ifrågasätta sin tro. Medan hon funderade över hur hon hade kunnat göra bättre ifrån sig som förälder, fick hon en barmhärtig



förnimmelse: ”Han är *inte* bara ditt barn. Jag älskar honom till och med mer än du, och jag känner inte skuld över honom eller något annat av mina vilsna barn.” Från den stunden kunde den här mamman släppa sina skuldkänslor och istället fokusera på vilket fint Guds barn hennes son var.

Fokusera på framgång

Ibland har föräldrar det svårt när de inte helt förstår lärosatsen att ”ingen framgång kan uppväga ett misslyckande i hemmet”¹. Framgång och misslyckande är inte lätta att definiera. Som äldste John K. Carmack, tidigare medlem i de sjuttio, förklarar: ”Eftersom detta uttalande var avsett att inspirera föräldrar att bli eller förbli engagerade i sina barn, bör det inte tolkas som att föräldrar, som verkligen lagt ner mycket tid, ansträngningar och uppoffringar i sitt föräldraskap och ändå inte fått skörda de önskade belönningarna, har misslyckats.”² Vi behöver lovprisa våra barns goda egenskaper och de glada stunder vi har tillsammans. Vi bör omfamna principen att våra familjemedlemmar välsignas med handlingsfrihet, oavsett hur de kan komma att använda den.

Anpassa våra förväntningar

Även om vi hoppas att våra familjemedlemmar följer oss i de vägar som vi har valt, måste de själva välja att ta emot evangeliets välsignelser. Äldste Carmack föreslår att istället för att kämpa mot den här verkligheten, kan föräldrar behöva ”anpassa [sina] nuvarande förväntningar och inställningar [och] acceptera saker som de är i stället för att fortsätta våndas”³.

En mamma blev frustrerad och ledsen när hon insåg att hennes son inte tänkte gå ut som missionär. Så småningom förstod hon att hon behövde släppa tanken att hennes son måste utföra en mission för att hon skulle kunna vara lycklig. ”Till slut insåg jag att det inte handlade om mig”, sa hon. ”Varje barns liv är *deras* liv. Jag är bara deras mamma. Jag äger dem inte.”

Komma till insikt

Många föräldrar får tröst och kan behålla rätt perspektiv genom bön, skriftstudier och tempelbesök. En förälder

berättade att hennes upplevelse med bön lärde henne att komma ihåg hur dyrbart hennes barn är för vår himmelske Fader, vilket lindrade hennes smärta. Med bön kommer insikter som hjälper oss veta vad vi kan göra och säga. Bön hjälper oss också att finna tröst.

Skrifterna berättar om människor som gjort dåliga val och hur deras familjer har hanterat det. ”Det är bra att skrifterna inte är fulla av berättelser om perfekta familjer för då skulle vi bli alldeles för missmodiga för att ens försöka!” säger en förälder. Berättelsen om Alma den yngre ger oss ny tillförsikt om att föräldrars rättfärdiga böner blir hörda (se Mosiah 27:14). Liknelsen om den förlorade sonen lär oss om den glädje vi känner när någon som var förlorad kommer tillbaka (Luk. 15:20–24).

Tempelbesök kan också hjälpa oss komma till insikt om hur vi kan hantera problem i familjen. ”Jag tror att den som känner sig jäktad ... kan lösa ... sina problem bättre och snabbare i Herrens hus än annorstädes”, sa äldste John A. Widtsoe (1872–1952) i de tolv apostlarnas kvorum. ”I de mest oväntade ögonblick, innanför eller utanför templet, kommer lösningarna till de problem [vi] drabbats av ... som en uppenbarelse.”⁴ När föräldrar besöker templet kan deras hjärtan och sinnen bli mer i samklang med den frid de söker.

Fortsätt att visa kärlek

Lehi och Sariah älskade otvivelaktigt Laman och Lemuel precis lika mycket som de älskade Sam, Nephi, Jakob och Josef. Även om det kanske är lättare att komma överens med familjemedlemmar som delar vår tro och livsstil, är det fortfarande av största vikt att vi lär oss visa vår kärlek till dem som inte gör det.

En kvinna som slutade komma till kyrkan i ung ålder berättade om följande upplevelse av hur hennes familj fortsatte att älska henne. I hennes stora familj i kyrkan hyllades missioner på ett synbart sätt. Foton av släktens alla missionärer pryddes väggen i hennes farmors finrum. Den var ”epicentret i vårt släktuniversum”, sa hon. Hon visste att hon aldrig skulle gå ut som missionär och hon kände att oavsett vad hon gjorde som var gott skulle hon aldrig förtjäna en plats på farmors vägg.



Om vi fortsätter älska våra nära och kära som de är just nu, kan vi ändå hoppas på att de börjar leva efter evangeliet igen.

Vid 30 års ålder bestämde hon sig för att ta värvning i USA:s fredskår. Hon reste till Madagaskar och ägnade all sin energi åt att verka där. En bit in i vistelsen fick hon veta att hennes farmor hade satt upp hennes foto på väggen. När tiden med fredskåren var över omfamnade farmor och sondotter gråtande varandra. ”Tjänande är tjänande”, förklarade hennes farmor. Vare sig vi har en missionärväg i vårt hem eller inte finns det fortfarande gott om sätt att visa *alla* våra familjemedlemmar att de är älskade och uppskattade.

Håll fast vid hoppet

Om vi fortsätter älska våra nära och kära som de är just nu, kan vi fortfarande hoppas på att de börjar leva efter evangeliet igen. Det händer ofta att familjemedlemmar återvänder efter en tid på villovägar. Precis som den förlorade sonen inser de att deras tidigare liv gav dem goda budskap och principer och omfamnar återigen dessa värderingar. Faktum är att profeter har lovat att familjemedlemmar som är beseglade till sina föräldrar kommer att känna hur deras uppväxt i rättfärdighet drar i dem, och de kommer att återvända en dag.⁵ Sådana löften ger oss stort hopp för våra egna nära och kära.

Behåll ett evigt perspektiv

Vi måste komma ihåg att vi helt enkelt inte vet vad som kommer att hända dem vi älskar. En pappa till upproriska tonåringar berättar att han lärt sig att även om hans söner

inte lever rättfärdigt just nu bör han inte anta att katastrofen står för dörren. President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, menar att vi ibland tror att slutet av berättelsen redan har skrivits när vi i själva verket bara befinner oss i kapitlen i mitten.⁶ Guds tidsuppfattning skiljer sig enormt mycket från vår, och vi vet inte hur berättelsen slutar för var och en.

Om vi visste att våra familjemedlemmar skulle återvända till sist, skulle det förändra vårt beteende i våra livsberättelser idag? Jag tror att vi kan leva med en mycket större grad av frid, kärlek och acceptans. När vi arbetar på att få vår berättelse att bli bra, hjälper det att minnas att vi kan välja att närma oss våra kära i en anda av frid och kärlek istället för vrede och rädsla. Som Paulus skrev, ”Ty den Ande som Gud har gett oss gör oss inte modlösa, utan är kraftens, kärlekens och självbehärskningens Ande” (2 Tim. 1:7). Som äldste Carmack framhåller: ”Ge aldrig upp. Om du inte tycks kunna nå fram till din dotter eller son just nu, kan du åtminstone fortsätta försöka och fortsätta älska honom eller henne ... Ge inte efter för förlamande känslor av skuld och hopplöshet. Sök andlig hjälp och frid. Var starka och modiga. Ni kommer att klara det.”⁷

Min dotter har fortfarande inte återvänt till kyrkan. Men våra mål är tydliga – vi arbetar båda på vår närhet. Vi pratar ofta och jag vet att hennes uppväxt i kyrkan har hjälpt henne att bli vänlig, disciplinerad och eftertänksam. Även om jag aldrig hade valt den väg för henne som hon just nu följer, är jag tacksam för de lärdomar vi får längs vägen. Och jag har funnit frid i att acceptera våra olika positioner på våra vandringar tillbaka hem. ■

Författaren bor i Massachusetts, USA.

SLUTNOTER

1. David O. McKay i Conference Report, apr. 1964, s. 5; citerat ur J. E. McCulloch, *Home: The Savior of Civilization* (1924), s. 42.
2. John K. Carmack, ”När våra barn går vilse”, *Liahona*, mars 1999, s. 31.
3. John K. Carmack, ”När våra barn går vilse”, s. 33.
4. John A. Widtsoe, ”Temple Worship”, *The Utah Genealogical and Historical Magazine*, vol. 22 (1921), s. 63–64, citerad i David B. Haight, ”Templen och arbetet däri”, *Liahona*, jan. 1991, s. 57–58.
5. Se ”Hope for Parents of Wayward Children”, *Ensign*, sept. 2002, s. 11.
6. Dieter F. Uchtdorf, ”Se änden från begynnelsen”, *Liahona*, maj 2006, s. 42–45.
7. John K. Carmack, ”När våra barn går vilse”, s. 34, 37.

ATT LEDA ETT GIVANDE

gruppsamtal




Dustin West

Seminarier och institut

När du leder ett samtal om evangeliet kan det vara till hjälp att se dig själv som en orkesterdirigent. De du undervisar är inte åhörarna som lyssnar till konserten. De är en del av orkestern och spelar sina stämmor för att skapa musik. Dirigenten samordnar musikerna, tar fram det bästa hos var och en och ser till att deras musik blir ett inspirerande stycke konst.

Meningsfulla samtal om evangeliet kan vara som vacker musik. Ett bra samtal leder till djupare kunskap om de läror i evangeliet som tas upp liksom till en genuin önskan om att tillämpa evangeliets sanningar.



Meningsfulla samtal om evangeliet kan vara som att dirigera vacker musik. En av lärarens nyckelroller är att leda samtalen så att eleverna får möjlighet att känna Anden och själva upptäcka sanningar.

Här följer flera principer som förbättrar de samtal du leder:

Fokusera mer på människorna än på lektionen. De du undervisar är mer villiga att delta i samtal när de känner att du bryr dig mer om dem än om att ta dig igenom lektionen. Elever vill känna att du har förberett dig för att stärka och berika deras tro på Herren istället för att bara presentera fakta. Elever som känner sig älskade av sin lärare och andra klassmedlemmar är mer villiga att berätta om insikter och upplevelser.

Inbjud till inspiration. Tiden tillsammans är ett tillfälle för dig och dem du undervisar att ta emot uppenbarelse, inte bara en chans att dela med er att det ni vet. En av lärarens nyckelroller är att leda samtalen så att eleverna får möjlighet att känna Anden och själva upptäcka sanningar. När uppenbarelse flödar blir alla uppbyggda – både lärare och elever – och gläds med varandra (se L&F 50:22). Du vet att dina samtal är uppbyggliga när du lär dig av Anden såväl som undervisar genom Anden.

TILL LÄRAREN: "HINNER JAG MED ALLT?"

Lektionsmaterialet, kapitlen i skrifterna, de insikter du fått när du har studerat – allt det här är bra, men dina studietimmar kan ofta inte återskapas vid ett tidsbegränsat tillfälle. Din uppgift är inte att delge allt du har lärt dig, utan att styra upp lektionstiden på ett sådant sätt att eleverna själva upptäcker sanningar – som du gjorde under dina förberedelser. Be om hjälp så låter den helige Anden dig veta vad du ska fokusera på. När du fokuserar på ett fåtal sanningar kan det leda till en mer meningsfull diskussion som tränger djupare in i hjärtat hos dem som du undervisar.

Inbjud alla att delta. Deltagande innebär inte nödvändigtvis att alla måste svara högt på frågorna. Somliga föredrar att delta genom att bara lyssna eller anteckna. Andra berättar gärna om sina tankar under förutsättning att de har tid att fundera och förbereda sig. Du skulle kunna kontakta några av dem du undervisar i förväg och be dem förbereda sig för att delge sina tankar om ett visst ämne.

Det finns flera andra sätt att hjälpa eleverna att delta i samtalet. Du kan till exempel:

- Låta dem att fundera över hur de skulle besvara en fråga innan du ber om svar.
- Låta dem skriva sina svar på ett papper. Sedan kan du be några av dem berätta för de andra vad de svarade.
- Inbjuda dem att besvara frågor tillsammans med någon som sitter intill dem eller i små grupper.

Ibland har du kanske en medlem i gruppen som dominerar samtalet. Om det händer kan du till exempel säga: "Låt oss höra från någon som inte har sagt något än." I vissa fall kan det bli nödvändigt att tala med den här personen

vid sidan om och tacka honom eller henne för deltagandet och förklara vikten av att andra också uppmuntras att delta.

Var inte rädd för tystnad. Tystnad kan kännas som stiltje i samtalet, men för eleverna kan den vara ett bra tillfälle att tänka efter.

Ställ meningsfulla frågor. Ställ frågor som uppmuntrar eleverna att tänka djupt på betydelsen av skriftställen och evangelieprinciper. När du förbereder din lektion, försök då att komma på frågor som hjälper dem du undervisar att förstå och tillämpa sanningarna de lär sig. Några få välformulerade frågor kan göra stor skillnad.

Lyssna noga. Lärare är ofta så oroliga för vad de ska säga i nästa stund att de inte lyssnar ordentligt på det som sägs. Om du lyssnar uppriktigt på dem du undervisar, känner de sig uppskattade och mer benägna att delta. President Thomas S. Monson har sagt: "[Alla] har något att berätta. Att lyssna är en mycket viktig del av undervisning och inläring" ("Stora lärare", *Liahona*, juni 2007, s. 76).

Ställ uppföljningsfrågor När eleverna berättar om insikter och upplevelser känner du kanske att de har



Elever som känner sig älskade av sin lärare och andra klassmedlemmar är mer villiga att dela med sig av insikter och upplevelser.

mer att berätta. Du kan då ställa uppföljningsfrågor som följande: Vad är det med det här som är viktigt för dig? Har du upplevt det i ditt eget liv? Vad innebär det för oss idag? Vem mer har något att säga om detta? Har någon en liknande tanke som ni vill berätta om? Finns det något annat skriftställe som undervisar om den här sanningen?

Tacka för svaren. När någon svarar måste det bekräftas på något sätt. Det kan du göra genom att uppskattande kommentera svaret eller genom att ställa en uppföljningsfråga.

Håll läran ren. Kom ihåg att det främsta målet med att undervisa om evangeliet inte bara är att ha ett bra samtal.

Det är snarare att förstå läran så att vårt hjärta kan förändras och vi kan bli omvända. En del av ditt ansvar under samtalet är att se till att det är den sanna läran som lärs ut.

Om någon säger något som inte stämmer med läran är det ditt ansvar att framställa läran korrekt. Du kan bygga vidare på en del av svaret som stämmer, ta fram ett skriftställe, citera ett generalkonferenstal eller bära ditt vittnesbörd.

Med hjälp av dessa förslag kan ni ha några riktigt bra samtal om evangeliet. Samtalen blir då inte bara ett tidsfördriv. Du kan leda bra samtal så att eleverna kan ta emot personlig uppenbarelse, utveckla enighet med varandra och fördjupa sin kunskap om Jesu Kristi evangelium. ■

TILL ELEVEN: DIN RÖST BEHÖVS

Att ha ett bra samtal om evangeliet är ett ansvar som du delar med läraren. Här följer några situationer som du kanske har undrat över:

Jag har något att säga men min lärare har inte bett om kommentarer. Ska jag avbryta undervisningen?

Du kanske kan invänta ett lämpligt tillfälle att få ögonkontakt med läraren och signalera din villighet att bidra. Om du känner dig inspirerad att säga något så försök att följa den maningen.

Jag är inte säker på att mina svar tillför något, så bör jag verkligen räcka upp handen?

Du har ett perspektiv och upplevelser som andra kanske inte har. När du förbereder dig för lektionen får du personliga insikter som kan vara till hjälp för andra elever.

Äldste Richard G. Scott (1928–2015) i de tolv apostlarnas kvorum har sagt att när vi räcker upp handen under ett samtal om evangeliet, så "visar [vi] den helige Anden att [vi] är villiga

att ta emot undervisning". Så om dina kommentarer handlar om ämnet i fråga och om tiden tillåter, kan du dela med dig av dem. Äldste Scott förklarade att deltagande gör det möjligt för den enskilde att *uppleva* Andens ledning (se "To Learn and to Teach More Effectively" [brasafton under BYU:s utbildningsvecka, 21 aug. 2007], s. 5, speeches.byu.edu).

Jag är rädd för att prata inför så många. Vad ska jag göra?

I din strävan att övervinna den här rädslan kan du börja med små steg. Försök att frivilligt erbjuda dig att läsa ett skriftställe eller citat. Sök sedan efter tillfällena att besvara frågor eller berätta om insikter. När du visar din villighet att delta blir du välsignad med mod att tala och ord att uttrycka. När vi öppnar våra munnar upptäcker vi att de fylls (se L&F 33:10).

Om det är lätt för dig att öppna munnen kanske du kan fråga dig om du inte, istället för att dela med dig av dina tankar igen, kan uppmuntra någon av de andra eleverna att säga något.

Att gifta om sig

Ett äventyr i tålamod och kärlek



Att blanda samman familjer kräver dubbelt så mycket tålamod. Men det kan också generera dubbelt så mycket kärlek.

Heidi Eljarbø Morrell Andersen

Skilsmässa fanns inte i min vokabulär förrän det faktiskt hände mig. Under en lång tid kände jag ordets pinsamt negativa klang varenda gång jag fick en fråga om mitt civilstånd. "Jag är skild." Det var som om

jag nästan inte kunde säga ordet högt – som om jag sa ett fult ord.

Men trots allt var det där jag befann mig i livet och det var svårt för mig att passa in. "Du hittar någon", brukade mina vänner säga. Men jag var inte intresserad och hade ingen önskan att gifta om mig. Mina fyra barn höll mig sysselsatt nog.

Tills en dag då jag utan förväntningar eller framtidsplaner mötte Arnfinn. Till min förvåning kommunicerade vi så bra att jag njöt allt mer av hans sällskap. Han var

smart, såg bra ut och hade barnasinn kvar. När han friade visste jag inte vad framtiden skulle medföra, men jag visste att jag ville ha en framtid med honom. Vi tog oss tid att "stryka bort skrynklorna" som Arnfinn uttryckte det, och gifte oss i templet i Stockholm på hösten 1997.

Att vara nygift vid nästan 40 års ålder var inte detsamma som första gången. Att bli förälskad var lika underbart

på. Jag var 19 år första gången jag gifte mig och rutiner och traditioner skapades allt eftersom. Arnfinn och jag upptäckte att det gick bra och till och med var nyttigt att ha mer än en åsikt. Det innebar inte nödvändigtvis att en hade rätt och den andre hade fel. Åsikter formas av många saker i livet, och respekt och ett lyssnande öra blev nyckelorden till att förstå den andre.

Vi försökte också komma överens om hur vi skulle blanda samman våra liv – var vi skulle bo, hur vi skulle sköta familjens ekonomi och vilka högtidstraditioner vi skulle uppehålla. Det fanns ytterligare några få skrynklor att stryka ut längs vägen men i backspegeln verkar de triviala idag. Harmoni och kärlek hemma var målet vi siktade på.

Att ha en mamma till i vårt liv var speciellt svårt för mig. Arnfinns före detta fru är en underbar mamma som mår om sina barns välfärd. Semestrar och helger planerades med henne och ibland kändes det som om jag inte hade något att säga till om i mitt eget liv.

Men övergången var troligen svårare för Arnfinn som flyttade in i ett hem med fyra barn, två av dem tonåringar – barn vilkas personligheter var stöjigare än han var van vid

och som hade uppfostrats lite annorlunda jämfört med hur han hade föredragit.

Olika stigar, samma svar

Så en kväll, så sent att min tankeverksamhet stängt ner för dagen, utmanade Arnfinn mig att göra ett IQ-test. Han satte sig på ena sidan om matsalsbordet och började ställa upp ekvationer och matematiska formler för att kunna besvara frågorna. Jag satt på andra sidan bordet och ritade bilder för att lösa uppgifterna. Vi blev färdiga och jämförde



spännande, och upprymdheten över ett nytt förhållande var bekant, men nu hade vi två före detta partners, en olydig hund, en högljudd fågel och nio barn i åldrarna 3 till 17 år. Lyckligtvis räckte nyhetens behag för att ta oss igenom de jobbiga dagar som väntade.

Nyckeln till förståelse

"Det verkar som om vi inte alltid har samma åsikter om allting", sa Arnfinn en dag. Så blir det efter att man i fyrtio år utvecklat vanor och egna sätt att göra saker

våra svar, bara för att upptäcka att vi hade kommit fram till samma svar. Det var då jag insåg att testet liknade vårt gemensamma liv.

Låt mig förklara: Han gör saker på ett sätt och jag gör dem på ett annat. Men vi har samma mål, även om vägen dit kan variera. Att nå målet är som IQ-testet: Även om han löser ekvationer och jag ritar bilder, kommer vi ändå fram till samma svar.

Jag vet att jag aldrig skulle kunna utföra hans arbete som jurist, och jag är ganska säker på att han skulle få det svårt med mitt arbete som författare och akvarellmålare. Knepet är att tycka att han är gullig i stället för att bli irriterad när han inte gör saker på samma sätt som jag. Olikheter kan vara ett spännande sätt att lära sig saker om vi tillåter det. Jag sa till Arnfinn en dag: "Om du kan lära mig några saker och jag kanske kan lära dig något, så kommer det att gå bra för oss så småningom." Vi måste båda vara läroktiga och det är en ständig process. Beundran har blivit ett nyckelord.

Om mamma och pappa är två olika arter kan man vara säker på att även två uppsättningar barn är varandras motpoler. Vi kavlade upp ärmarna och tacklade

vardagsproblem som olika matvanor, klädstilar, läggstider och sysslor, för att bara nämna några få. Vi talade länge om barnen som "mina" och "dina" och de tyckte inte alltid att det var underbart att vara sammanfösta.

Det äldsta lät mig veta att hon ändå snart skulle flytta hemifrån och att hon ville att jag skulle vara lycklig – de följande två flickorna verkade inte ens tycka om varandra och en av pojkarna offrade sitt sovrum varannan helg och sov på soffan när hans styvbror kom. Han har aldrig klagat över det, tack och lov.

Göra plats för dem vi älskar

Det finns alltid plats för dem man älskar. Vi möblerade rummet intill vardagsrummet så att det blev en tillflyktsort för oss föräldrar, och barnen hade sina sovrum på övervåningen. Två teveapparater och två badrum blev en nödvändighet istället för lyx. Några dagar på tu man hand varje år för de nygifta föräldrarna var också en nödvändig investering i vår framtid som familj.

Helger och andra tilldragelser planerades i förväg. Måltider, lekar och aktiviteter behövde passa de flesta av barnen. Arnfinns fem barn bodde hos sin mamma från

måndag till fredag och jag ville respektera hennes önskan och även se till att barnen trivdes under besöken hos sin pappa. Det innebar att vi ibland måste hålla tyst om mindre irritationer och istället fokusera på det som var viktigare för att de skulle kunna ha en trevlig vistelse. Jag utövade tålmod och kärlek

Bubbelblåsning med tre av våra barnbarn. Våra barn har vuxit upp och flyttat ut, men de vet att de alltid är välkomna på besök.



En av våra traditioner är att besöka Stockholms tempel varje sommar med så många barn som möjligt. Förra året körde vi i 10 timmar så att Arnfinns 90-åriga mamma kunde följa med oss och beseglas till sina föräldrar.

– och sedan ännu mer tålmod förutom massor av humor.

De kaotiska söndagsmorgnarna var en stor prövning. Vi försökte skapa en god anda med vacker klassisk musik medan vi föste barn efter barn in och ut ur de två badrummen innan koskällan klämtade för en delikat frukost.

Ändå var det en prövning att få alla ut ur huset och in i minibussen för att komma till kyrkan i tid och ändå behålla sabbatens anda varje söndag. Men när vi väl kommit hem och njutit av en god middag hade vi lugnat ner oss tillräckligt för att kunna ha trevligt med några spel tillsammans.

Det finns stor visdom i de program och lektioner vi undervisas om i kyrkan. Familjebön, familjens hemafton och samtal om evangelieprinciper är värda all tid och ansträngning. Evangeliet har gett oss glädje och hjälpt oss att ännu mer förstå hur viktiga och värdefulla familjer är.

Vi har skapat många nya traditioner men också behållit några från våra tidigare liv. Varje sommar tar vi med oss så många barn som möjligt till templet i Stockholm. Vi bor på en campingplats söder om templet. Det har blivit en tradition som vi uppskattar och som till och med de barn som har gift sig har överfört till sina familjer.

När våra barn nu kommer och frågar om råd om dejting och äktenskap, säger jag till dem att det inte spelar någon roll om den ena gillar att jogga och den andra gillar balett. Det viktigaste är att känna samma entusiasm inför att tjäna vår Frälsare och samma beslutsamhet att sträva framåt mot målet att bli en evig familj.

Dubbelt så mycket tålmod, dubbelt så många välsignelser

När jag träffar par som hittat varandra och får en andra möjlighet till äktenskap är jag glad för deras skull,



glad att de har en partner och bästa vän att umgås med. Men jag minns också att det första året när vi försökte foga samman två familjer inte bara var en dans på rosor. Det har sitt pris, och vissa dagar undrar vi varför det måste vara så svårt.

Våra döttrar som inte riktigt tyckte om varandra som tonåringar är idag mammor båda två och tycker om att jämföra sina upplevelser under familjemiddagar och till och med att semestra tillsammans i familjens stuga. Uppmuntrande brev har skickats till pojkarna som verkat som missionärer, och några av våra barn har besökt varandra när de bott utomlands. De tycker alltid att det är roligt att komma samman på stora högtidsmiddagar och gläds när nedkomsten av ett nytt syskonbarn annonseras.

Det är bara Arnfinn och jag kvar i huset nu. Vi har en glad hund och en ny liten fågel. Barnen har tillfälligt återvänt till sina sovrum mellan studier och nya hem. De vet att de alltid är välkomna och får mat och kärlek när de kommer förbi.

Att sammanfoga två familjer kräver dubbelt så mycket kärlek och dubbelt så mycket tålmod. Det har varit mycket matlagning och mycket tvätt, men det var det värt. Vi älskar vår stora familj. Välsignelserna av att ha dubbelt så många personer att älska är dubbelt så stora.

Och vår familj fortsätter att växa. Det finns en ny generation av vackra små barn, och de är alla våra barnbarn! ■

Författaren bor i Norge.

HON LÄSTE MITT VITNESBÖRD

När jag svarade i telefonen hörde jag en av de lokala heltidsmissionärerna upprymt berätta för mig om ett dop som skulle hållas om några dagar. Dop är förstås alltid en anledning till upprymdhet bland missionärerna, men jag kände inte igen namnet på den syster som skulle döpas. Men äldsterna insisterade på att jag skulle närvara vid dopet eftersom en överraskning väntade mig. Mer ville han inte berätta för mig.

Dagen när dopet skulle ske kom jag till kyrkan tidigt för att få veta vad överraskningen var. Men jag kände inte den unga system – Alice – som skulle döpas, och hon visade inga tecken på att känna igen mig.

När företaget lade ner kiosken, sa chefen till Alice att hon skulle slänga boken. Men Alice var nyfiken, kastade en blick på boken och frågade om hon kunde få den.

Efter det fina och andliga dopet höll Alice i en Mormons bok när hon bar sitt vittnesbörd om att den var sann och uttryckte tacksamhet för dess lärdomar, speciellt för att den vittnade om Frälsaren. I sitt vittnesbörd berättade hon hur boken hade kommit till henne. Hon hade arbetat i en kiosk i ett lokalt köpcenter. En dag kom en kvinna förbi och gav boken till hennes chef. Chefen var inte intresserad och lade den på en hylla.

En tid senare, när företaget lade ner kiosken, sa chefen till Alice att hon skulle slänga boken. Men Alice var nyfiken, kastade en blick på boken och frågade om hon kunde få den.

Alice tog hem sin Mormons bok, läste den på några veckor och blev övertygad om att den var sann. Men hon visste inte vad hon skulle göra. Några månader senare hittade hon ett annat jobb där hon arbetade med en sista dagars helig. Hon frågade honom om Mormons bok och kyrkan, och han och hans fru inbjöd henne att träffa missionärerna.

Sedan sa den här system att hon skulle vilja läsa vittnesbördet som stod skrivet i början av hennes Mormons bok. Det var mitt vittnesbörd. Jag hade skrivit det där innan jag gav den till Alice' chef i kiosken.

Äldsterna log förtjust. Det här var den finaste överraskningen jag någonsin varit med om i mitt liv! Efter doptjänsten skyndade min nya syster i evangeliet fram för att krama mig.

Det var underbart att bevittna Alice' dop och höra hennes ödmjuka vittnesbörd som hon fått genom att läsa Mormons bok och be enligt Moronis råd: "Om ni frågar med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på Kristus, skall han uppenbara sanningen om dem för er" (Moro. 10:4).

En djup tacksamhet fyller mig fortfarande för att jag fått ha en liten roll i att hjälpa ett av Guds barn att ta emot välsignelserna av Jesu Kristi evangelium. ■
Faith Watson, Utah, USA





Jag kände stor oro över hur jag någonsin skulle kunna hjälpa mina barn att betala för sina missioner.

FOSTRA VÄRDIGA SÖNER

För ett antal år sedan, när jag var ensamstående mor och överväldigad av att ta hand om och stötta mina fyra barn, kunde jag tack vare en generös gåva från min mor och bror börja studera igen. När jag körde till skolan brukade jag tänka på vad jag hoppades och drömde angående mina barn. Jag var omvänd till kyrkan. Min största önskan var att de skulle få möjlighet att undervisa andra om evangeliet och ge dem samma glädje som jag upplevde.

En morgon när jag körde till skolan tänkte jag på mina två äldsta söner som det var 22 månaders åldersskillnad på. Om de verkade som missionärer skulle den äldste avsluta sin mission just när hans bror påbörjade sin. Jag kände stor oro över det här och undrade hur jag någonsin skulle kunna hjälpa dem att betala för sina missioner. Jag var inte säker på att jag skulle ha råd att skicka iväg den förste, för att inte tala om den andre.

Det här inre tumultet fortsatte i fyra dagar medan jag bad om ett svar.

Den femte dagen kom svaret: "Fostra värdiga söner. Det är lätt att få tag på pengar, men inte att få tag på värdiga söner."

Hjärtat fylldes av frid. Svaret låg så långt från mina pengabekymmer att det överraskade mig. Min uppgift var att fostra värdiga söner. Jag kunde hålla familjens hemafton, besöka kyrkan, ta mina barn till seminariet och hjälpa mina söner med Unga mäns aktiviteter. Jag kunde göra böner, fasta och skriftläsning till en del av vårt familjeliv. Jag visste att om jag gjorde min del kanske mina barn skulle få möjlighet att verka som missionärer.

Förutom våra rutiner hade vi en otrolig hemlärare som älskade vår familj. Han och hans fru kom troget varje månad. Han undervisade mina barn, gav dem välsignelser och kom till deras idrottstävlingar. Vänner tog mina söner till prästadömsmöten i staven och till läger. Det fanns medlemmar i staven som gav dem möjlighet att arbeta och tjäna pengar,

grannar som var som extraföräldrar och lärare i skolan som lärde dem disciplin och flit genom skolarbete, musik och idrott.

När min äldste son fyllde 19 år fanns det pengar till hans mission. Det visade sig att det fanns pengar nog så att alla mina fyra barn kunde utföra en mission. De verkade i Mexiko och Brasilien samt i South Carolina och Virginia i USA. De två yngsta verkade till och med samtidigt!

Den upplevelsen har ofta fått mig att tänka på Herrens ord i Jesaja: "Mina tankar är inte era tankar, och era vägar är inte mina vägar, säger Herren" (Jes. 55:8).

Böner besvaras när vi följer de råd vi får, och ofta följer välsignelser på det. Jag vet att det tjänande mina barn utförde för Herren förändrade dem och dem som de undervisade. Deras tjänande har varit till välsignelse i vårt hem och kommer att fortsätta vara det i flera generationer. ■

Janness Johnson, Kalifornien, USA

BARA TVÅ DOP?

När jag verkade som president över Guatemalamissionen Guatemala City, tog vi emot flera nya heltidsmissionärer. När jag presenterade mig för de här missionärerna berättade jag för dem om min omvändelse och mitt dop.

Jag berättade att äldsterna David Tree och Wayne Matthews hade undervisat mig om evangeliet när jag var nio år gammal och bodde i Glendive i Montana i USA. De två missionärerna och en medlem i Glendives gren körde mig till Williston i North Dakota en kall vinterdag år 1957 så

att jag kunde få döpas i dopfunten i ett möteshus där.

När jag berättade om mig själv och höll på att intervjua de nya missionärerna, berättade en av dem, äldste Benjamin Pixton, att David Tree var hans morfar. Vilken underbar överraskning! Äldste Tree hade döpt en nioårig pojke i Glendive i Montana och nästan 50 år senare kallades den pojken att vara hans barnbarns missionspresident.

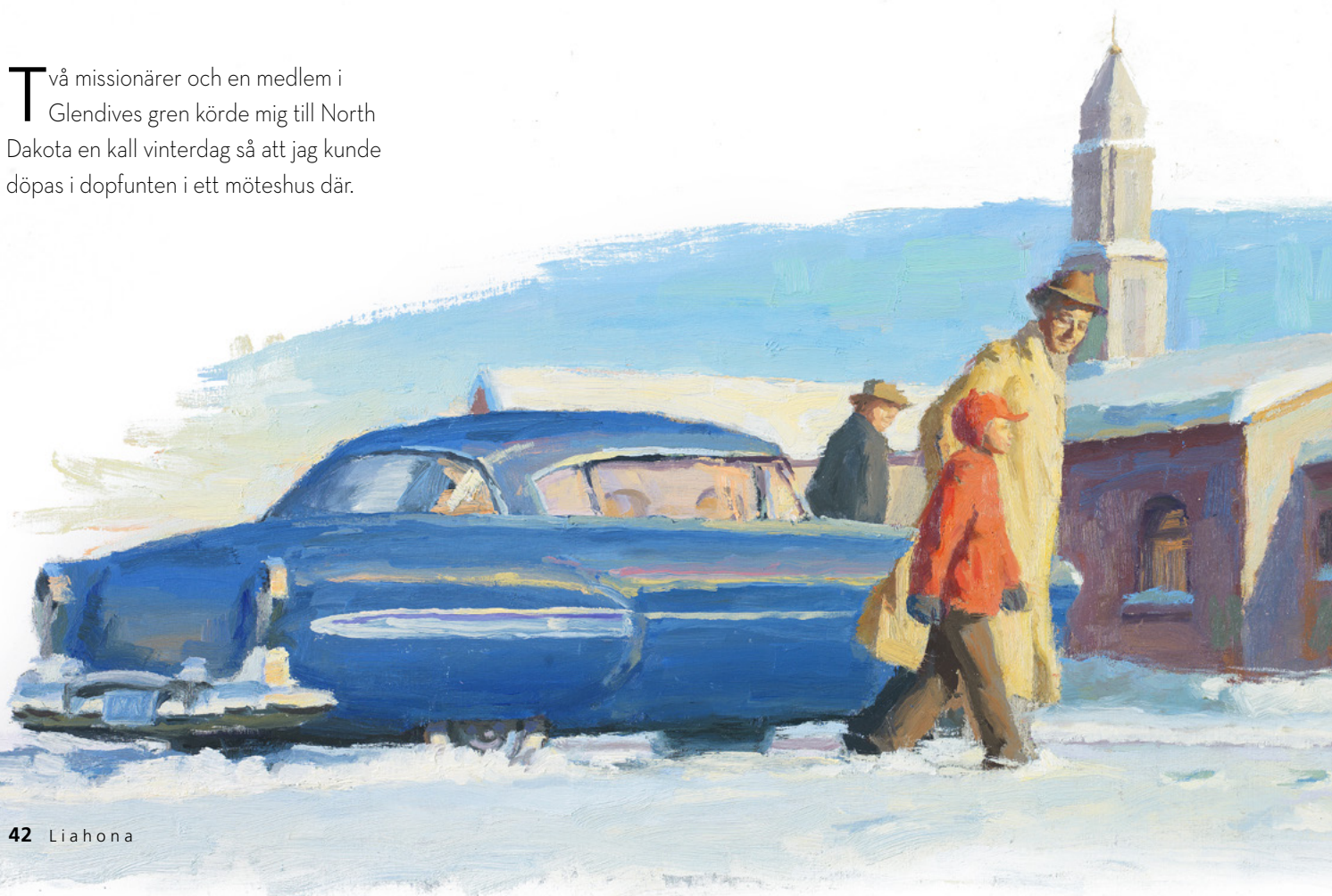
När äldste Pixtons föräldrar och morföräldrar kom för att hämta honom i slutet av hans mission hade jag nöjet att få träffa David Tree igen.

Jag visade honom då den Mormons bok – med ett budskap och ett löfte som han skrivit – som han hade gett mig den dagen då jag döptes.

Äldste Pixtons mamma berättade för honom att hennes pappa inte hade pratat så mycket om sin mission. Han tyckte inte att han hade haft så stor framgång eftersom han bara hade döpt två personer: en ensamstående mamma och en nioårig pojke.

Tacksamt berättade jag för honom att tack vare hans ansträngningar hade resten av min familj så småningom slutit sig till kyrkan och att min bror

Två missionärer och en medlem i Glendives gren körde mig till North Dakota en kall vinterdag så att jag kunde döpas i dopfunten i ett möteshus där.



JAG BAD UPPRIKTIGT

och jag, och även våra nio söner, hade verkat som heltidsmissionärer. Tack vare hans tjänande som missionär, sa jag, hade otaliga människor undervisats om evangeliet och slutit sig till kyrkan.

Många goda, värdiga, hängivna prästadömsbärare tog hand om mig under mina barn- och ungdomsår, och det började med äldste Tree och hans kamrat äldste Matthews. Jag är evigt tacksam för att de undervisade mig om Jesu Kristi evangelium och förde mig in i Herrens rike där han så gränslöst välsignat mig. ■

Thomas R. Coleman, Kansas, USA



På en fest år 1960 träffade jag en ung man som talade om för mig att Jesus Kristus hade besökt Amerika efter sin uppståndelse. Jag tyckte att det lät fascinerande och ville veta mer, så jag började söka i bibliotek och ställa frågor till de olika religiösa samfundet i min hemstad San Miguel i El Salvador.

Jag sökte i nästan tre år utan att hitta någonting. När jag nämnde för de olika religiösa ledarna att jag hade hört att Kristus hade kommit till Amerika, sa de att jag hade blivit förd bakom ljuset. Eftersom jag inte kunde hitta någon information började jag så småningom tro att de hade rätt.

En dag kom två missionärer från Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga hem till mig och sa att de hade ett viktigt budskap till min familj. Jag frågade dem genast: "Vet ni om Jesus Kristus kom till Amerika?"

En av dem sa: "Vi vittnar om det."

I den stunden kände jag stor glädje inom mig och frågade: "Hur vet ni det?"

Han drog fram en bok ur sin väska och sa: "Vi vet att Kristus kom hit tack vare den här boken: Mormons bok."

Det missionärerna undervisade mig om under den första lektionen bekymrade mig, och jag tvivlade på berättelsen om hur profeten Joseph Smith fick se Fadern och Sonen.

Men jag var ändå fascinerad av Mormons bok, och missionärerna

fortsatte undervisa mig. En eftermiddag frågade de mig: "Har du bett för att få veta om det vi undervisar dig om är sant?"

Jag sa att jag hade det men att jag inte hade fått något svar.

"Du måste be med verkligt uppsåt", sa de.

Jag hade tillbringat flera kvällar med att läsa Mormons bok. Jag hade läst om och trodde på att Kristus besökte nephiterna. Men jag kunde inte tro på Joseph Smiths syn. Inom mig utkämpades en hemsk kamp.

En kväll knäböjde jag ensam och öppnade mitt hjärta för Gud. Jag sa att jag behövde få veta om han verkligen hade visat sig för Joseph Smith. Om han hade gjort det, lovade jag att jag skulle döpas in i kyrkan och tjäna honom i hela mitt liv.

När jag gick upp tidigt nästa morgon kom svaret till mig genom den helige Anden. Mitt sinne klarnade och hjärtat fylldes av frid. Sedan dess har jag inte haft några som helst tvivel om att Joseph Smith verkligen var en Guds profet, att Mormons bok är ännu ett Jesu Kristi testamente och att Jesus Kristus är vår Frälsare och Återlösare. Jag vet att Kristus kom till Amerika efter sin uppståndelse. Min själ fröjdar sig över denna förunderliga kunskap som jag blev undervisad om genom den Helige Andens kraft. ■

Carlos Rene Romero, El Salvador

Vad kan Mormons bok lära oss om lycka?

Hank R. Smith

religionslärare,
Brigham Young University

Lehi sa till sin son Jakob:
”Människorna är till för att
de skall kunna ha glädje”
(2 Ne. 2:25).

Alla vill vi vara lyckliga. Vi längtar ofta efter den gladlynthet, frid och tillfredsställelse vi ser hos de av våra familjemedlemmar och vänner vilkas liv verkar vara fyllda av lycka. Alla har ibland känt avsaknad av lycka. Somliga kanske till och med har undrat:

”Kommer jag någonsin att bli lycklig?”

President Henry B. Eyring, förste rådgivare i första presidentskapet, har sagt: ”Herren har ett budskap i [Mormons bok] åt er. Nephi, Mormon och Moroni visste det och de som sammanställde den lade in budskap åt er.”¹ Eftersom Gud vill att alla hans

barn ska vara lyckliga i det här livet, har han lagt in eviga principer för lycka i Mormons bok. Även om man kan hitta de här principerna överallt, innehåller speciellt två kapitel – 2 Nephi 5 och 4 Nephi 1 – tydliga riktlinjer som leder oss till större lycka om vi är villiga att leva efter dem.

2 Nephi 5

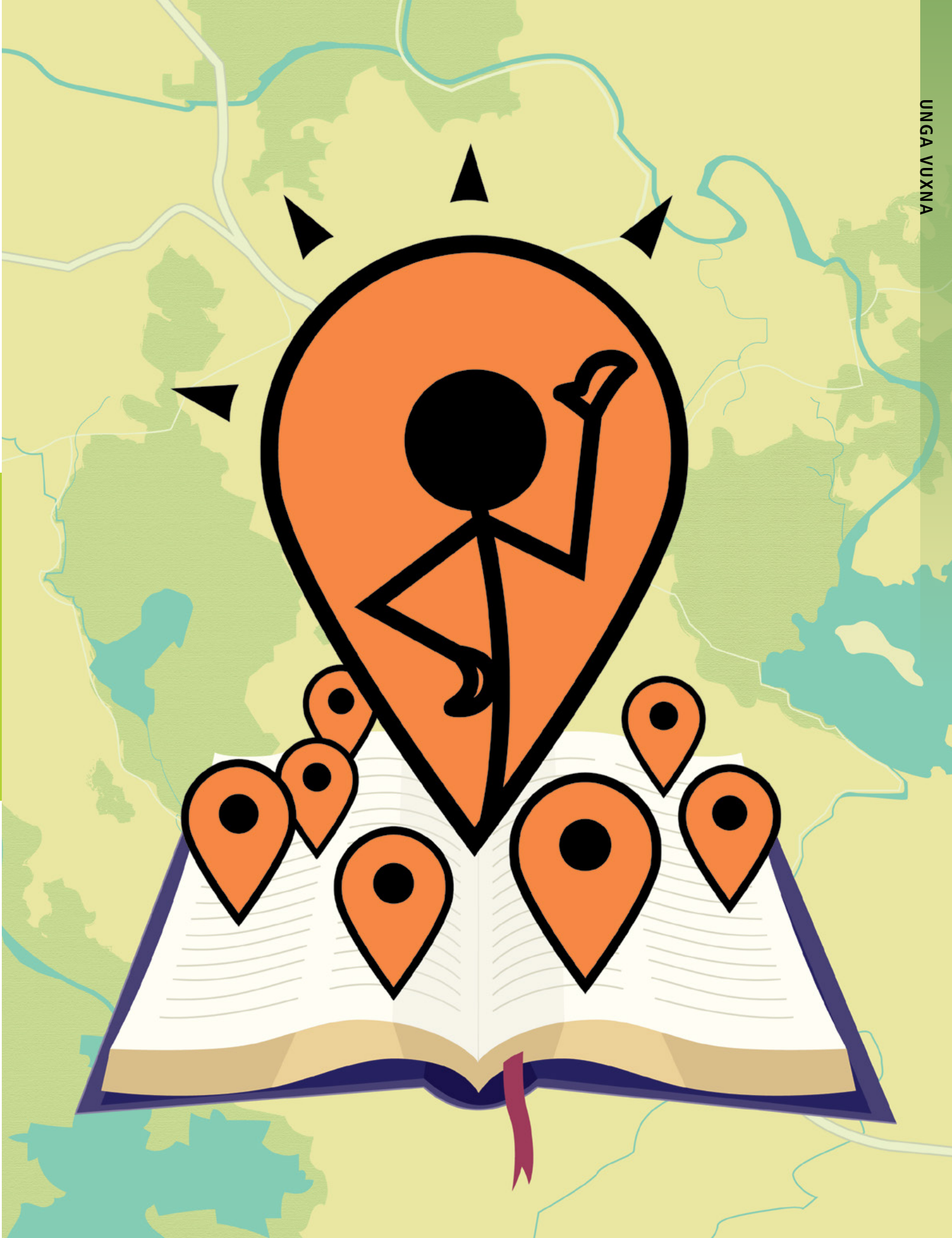
Strax efter Lehis död varnade Herren Nephi för att Laman och Lemuel skulle försöka ta livet av honom. Herren sa till Nephi att ta dem som ville gå med honom och fly ut i vildmarken. Även om det måste ha förekommit svårigheter med den här utvandringen och upprättandet av ett nytt samhälle, förklarar Nephi i 2 Nephi 5:27: ”Och det hände sig att vi levde på ett sätt som bringade

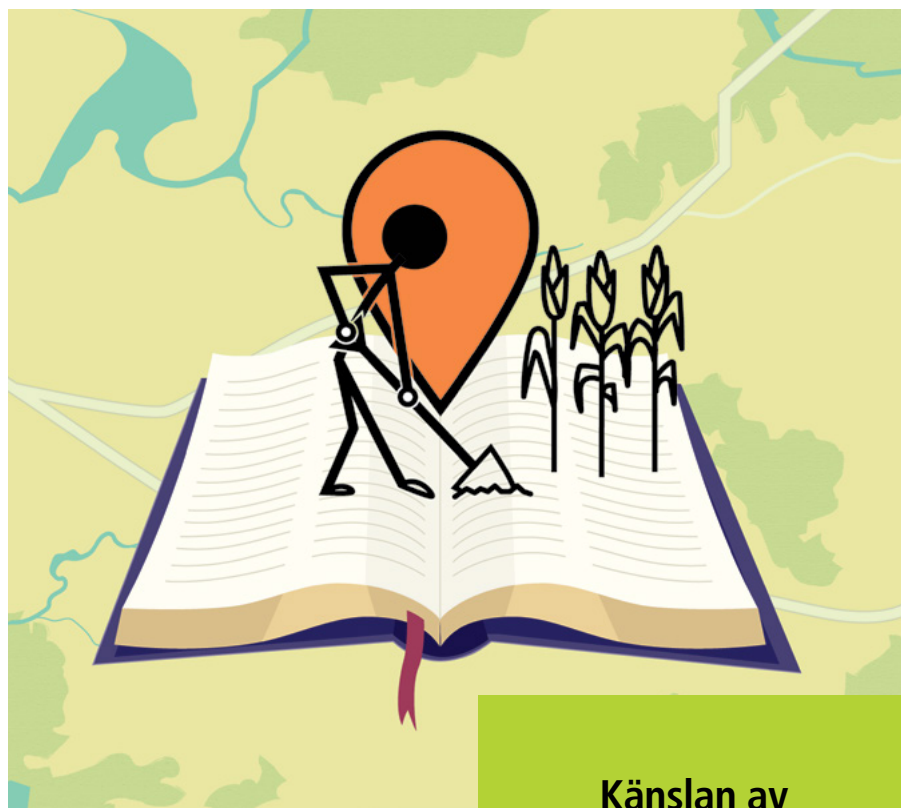
Sju principer som vi kan hitta i två kapitel i Mormons bok lär oss vad som krävs för att vi verkligen ska känna glädje.

lycka.” Det här kapitlet visar ett mönster för lycka som vi kan följa i våra liv.

Se till att ha ett upplyftande umgänge

Nephi berättar för oss att de som flydde in i vildmarken med honom





var de som "trodde på Guds varningar och uppenbarelser" (vers 6). En viktig källa till lycka är vår umgängeskrets. Det är viktigt att vi umgås med andra som tror som vi gör och vilkas närvaro är upplyftande. Förutom att tillbringa tid med familjemedlemmar kan vi ha ett upplyftande umgänge med vänner som stärker vår tro. Det här umgänget och de här vännerna har ett viktigt inflytande på vår lycka. Christine Carter, sociolog på University of California, Berkeley, skrev: "Kvaliteten och kvantiteten på en persons sociala förbindelser – vänskapsrelationer, relationer med familjemedlemmar,

Känslan av tillfredsställelse som ofta följer på hårt arbete leder till lycka.

närhet till grannar etc. – är så nära förknippade med välmående och personlig lycka att de två praktiskt taget kan jämföras."²

Samklang mellan handling och tro

I vers 10 skriver Nephi att hans folk höll "Herrens lagar". Lydnad mot buden är en viktig del av att leva

ett lyckligt liv. Kung Benjamin uppmanade sitt folk att "[betänka] deras välsignade och lyckliga tillstånd som håller Guds bud" (Mosiah 2:41). Det är svårt för oss att vara lyckliga när vi tror på Guds bud men inte lever efter dem. Lydnad ger sinnes- och samvetsfrid. Den indiske andlige och politiske ledaren Mahatma Gandhi sägs ha skrivit: "Lycka är när det du tänker, det du säger, och det du gör är i harmoni." När det vi tror på inte är i linje med våra gärningar, är omvändelse nyckeln till att återupprätta harmonin i vårt liv.

Utför hårt arbete

I verserna 11 och 15 i 2 Nephi 5 skriver Nephi att hans folk planterade och skördade grödor, födde upp boskap, uppförde byggnader och arbetade med olika metaller. Han sa: "Jag, Nephi, förmådde mitt folk att vara flitiga och att arbeta med sina händer" (vers 17). I dessa verser ser vi tydligt att arbete är en kritisk faktor för att uppnå lycka. Varje dag medför möjligheter att arbeta i vårt hem, runt omkring vårt hem, i vårt samhälle och i vår anställning. President Thomas S. Monson har sagt: "Gud lämnade jorden ofullbordad så att människan skulle få användning av sina kunskaper. Han lämnade elektriciteten bland molnen, oljan i marken. Han lämnade vattendragen utan broar, skogarna oavverkade och städerna obbyggda. Gud ger människan utmaningen att få arbeta med råmaterial,

i stället för att ge henne ett bekvämt liv med färdiga ting. Han lämnar tavlor omålade, sångerna osjungna och problemen olösta, så att människan ska få känna glädjen av skapande.”³ Enkelt uttryckt leder det kreativa flödet och känslan av tillfredsställelse som ofta följer på hårt arbete till lycka.

Fokus på templet

Nephi låter oss också veta att han och hans folk tog sig tid att bygga ett tempel (vers 16) när de byggde sitt nya samhälle. Templets välsignelser och lycka är oskiljaktiga. Templet lär oss om frälsningsplanen och påminner oss om varför vi är här på jorden. Vi lär oss att vi är barn till en kärleksfull himmelsk Fader och det finns en stor avsikt med våra liv i hans plan. I templet känner vi oss närmare honom – vi känner hans närvaro,

hans kraft och hans godkännande. Även om vi inte kan besöka templet regelbundet kan en gällande tempelrekommendation och en bild på templet i vårt hem påminna oss om de upplevelser vi haft i templet och de sanningar vi lärt oss där.

4 Nephi 1

I 4 Nephi berättar profeten och historikern Moroni för oss vad som hände med folket efter att Frälsaren besökt Nephis folk. Han beskrev dessa människor så här: ”Det kunde förvisso inte finnas något lyckligare folk bland alla de folk som skapats av Guds hand” (4 Ne. 1:16).

Berätta vad vi tror på

I vers 3 skrev Moroni att de här människorna hade ”allting gemensamt ibland sig” och det ”fanns ... inga rika

eller fattiga”. I vårt sökande efter lycka i dag är det viktigt att vi lär oss att dela med oss av det vi har till andra.

Ett antal studier har visat att den tid vi lägger på att tjäna och de pengar vi spenderar på andra har en direkt inverkan på vår egen lycka.⁴ Inte undra på då att kung Benjamin sa till sitt folk: ”Jag [vill] att ni skall ge av era ägodelar till de fattiga, var och en alltefter vad han har, till att föda de hungriga, kläda de nakna, besöka de sjuka och lindra deras nöd, både andligt och timligt, alltefter deras behov” (Mosiah 4:26). Vi får många tillfällen att hjälpa de nödställda genom tjänande, fasteoffer och andra olika medel som kyrkan förvaltar.

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: ”Under historiens gång har fattigdom



betraktats som ett av människosläktets största och mest omfattande problem. Det uppenbara lidandet är vanligen fysiskt, men den andliga och känslomässiga skadan kan vara än mer nedbrytande. I varje fall har den store Återlösaren inte gett oss någon mer varaktig uppmaning än den att tillsammans med honom lyfta den här tunga bördan från folket.”⁵ När vi ger mer av vår kraft, tid och våra medel för att hjälpa andra, kommer vi att märka att vår egen lycka växer.

Att tillhöra en familj

Mormon berättar för oss att de här människorna ”gifte sig och bortgiftes” (4 Ne. 1:11). Att vara gift och fostra barn (se vers 10) kan vara en stor källa till lycka för dem som har de här möjligheterna. President James E. Faust (1920–2007), andre rådgivare

i första presidentskapet, sa: ”Lycka i äktenskapet och föräldraskapet kan tusen gånger överträffa vilken annan lycka som helst.”⁶

Men vi måste inte vara gifta eller ha egna barn för att ha relationer med familjemedlemmar som ger lycka. Ensamstående vuxna, ungdomar och barn kan också ta del av de här välsignelserna. För att ha lycka i familjelivet måste vi försöka ge varje familjemedlem vår vänskap, förståelse och kärlek. Familjer kan erbjuda känslomässig och fysisk trygghet och en känsla av tillhörighet, vilket är nödvändigt för upplevelsen av lycka.

Var en fridsstiftare

Fyra gånger i 4 Nephi berättade Mormon att dessa människor inte hade ”några stridigheter” bland sig

(se verserna 2, 13, 15 och 18) ”tack vare Guds kärlek som bodde i folkets hjärtan” (vers 15). Stridigheter och lycka är varandras raka motsatser – den ena leder bort från den andra. Frälsaren varnade nephiterna för faran med stridigheter när han sa: ”Den som har en stridslysten anda är inte av mig utan av djävulen, som är fader till stridigheter” (3 Ne. 11:29). Vi måste försäkra oss om att vi gör det vi kan för att inte göra eller säga något som skapar en stridslysten anda på våra arbetsplatser, skolor och i våra hem. Istället måste vi göra allt vi kan för att utveckla en gudomlig kärlek i vårt hjärta.

En stridslysten anda uppkommer ofta ur bristande tålmod. Med hjälp av Anden kan vi förändra vår natur och bli mer tålmodiga. President



Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, har sagt: "Brist på tålmod ... är ett symptom på själviskhet. Det är en egenskap hos självupptagna. Det kan härledas från det alldeles för utbredda tillstånd som kallas 'universums mittpunkt'-syndromet, som får människor att tro att världen kretsar kring dem och att alla andra bara är statister i jordelivets stora teater och att de har den enda huvudrollen."⁷

Det finns ett bättre sätt. President Gordon B. Hinckley (1910–2008) uppmanade oss att "odla det mjuka svarets konst. Den blir till välsignelse för era hem och för era liv."⁸

En inbjudan att eftersträva lycka

Mormons bok innehåller principer för lycka. Vi har bara berört en del av det som finns i dessa två kapitel. Vad kan vi hitta i resten av boken? Det kan vara vinst att börja söka i Mormons bok efter ännu fler riktlinjer för ett lyckligare liv. President Ezra Taft Benson (1899–1994) lovade de heliga: I det ögonblick som ni allvarligt börjar studera boken ... kommer ni att finna liv i mer och mer överflöd."⁹ Herren har skänkt oss det här otroliga redskapet. Vi kan lära oss att använda det till glädje för oss själva och för våra nära och kära. ■



Börja söka i Mormons bok efter ännu fler riktlinjer för lycka.

SLUTNOTER

1. Henry B. Eyring, "Mormons bok förändrar ditt liv", *Liahona*, feb. 2004, s. 15.
2. Christine Carter, "Happiness Is Being Socially Connected", 31 okt. 2008, greatergood.berkeley.edu.
3. Se Thomas S. Monson, "Sökandet efter ett lyckligt liv", *Nordstjärnan*, aug. 1988, s. 3.
4. Se t. ex. Dunn et al., "Spending Money on Others Promotes Happiness", *Science*, vol. 319 (2008), s. 1687–1688; Netta Weinstein och Richard M. Ryan, "When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 98 (2010), s. 222–224; och Aknin et al., "Prosocial spending and well-being: Cross-cultural evidence for a psychological universal", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 104 (2013), s. 635–652.
5. Äldste Jeffrey R. Holland, "Är vi inte alla tiggare?" *Liahona*, nov. 2014, s. 40.
6. James E. Faust, "Äktenskapets berikande", *Nordstjärnan*, apr. 1978, s. 13.
7. Dieter F. Uchtdorf, "Fortsätt i tålmod", *Liahona*, maj 2010, s. 57.
8. Gordon B. Hinckley, "Cornerstones of a Happy Home" (satellitutsänt tal för män och hustrur, 29 jan. 1984), s. 8.
9. Ezra Taft Benson, "Mormons bok – slutstenen i vår religion", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.

Betydelsen av en institutexamen

Du kan höja nivån på dina evangeliestudier genom att ta de fyra nya grundkurserna i institutet.

Matthew Porter Wilcox

Seminarier och institut

Vad vi nu behöver är den bästa generationen unga vuxna i kyrkans historia”, sa äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum till unga vuxna under generalkonferensen i april 2015. ”Ni unga vuxna bör skriva in er i institutet. ... Institutet ... skänker balans i livet och bidrar till er världsliga utbildning genom att ge er ännu en möjlighet att studera skrifterna och profeternas och apostlarnas lärdomar.”¹

För att kunna fördjupa unga vuxnas kunskap om evangeliet, stärka deras vittnesbörd och förpliktelse mot Jesus Kristus och finna personlig vägledning för deras liv, har institutprogrammet betonat behovet av att höja utbildningsnivån för alla unga vuxna. Den här höjningen visar sig i huvudsak på tre sätt: genom att fyra nya grundkurser erbjuds och genom att ge större vikt åt examen från institutet och genom att inbjuda alla elever att mer aktivt inhämta

andlig kunskap genom att fullgöra tilldelade läsuppgifter och genomföra utvärderingar.

Vilka är de fyra nya grundkurserna?

Kurser som Gamla testamentet, Nya testamentet, Mormons bok och Läran och förbunden fortsätter att erbjudas, men nu är det de fyra grundkurserna som utgör kärnan i institutets kursmaterial. De är 1) Jesus Kristus och det eviga evangeliet, 2) Återställsens grunder, 3) Den eviga familjen och 4) Mormons boks undervisning och lära. Som namnen antyder handlar dessa grundkurser om evangeliets

grundläggande lära, historia och lärdomar, som de återfinns i skrifterna och i de levande profeternas ord.

”[Dessa nya grundkurser] kan leda till mer djupgående skriftstudier än de breda, överblicksliknande kurser vi tidigare haft”, säger Brent L. Top, dekanus för religionsfakulteten vid





Grundkurserna kommer att vara tillgängliga på ungefär 30 språk.

Brigham Young University. Chad Webb, administratör för kyrkans seminarier och institut, tillägger: "Skrifterna är sammanvävda, och allteftersom de växer tillsammans får de insikter, kunskap och styrka genom att studera alla standardverken."²

Den här unga kvinnan håller med: "Jag undrade hur mycket jag egentligen kunde lära mig om återställelsen som jag inte redan visste, men jag upptäckte att jag gjorde kopplingar jag aldrig gjort förut. Kursen innehåller ämnen som månggifte, prästadömet för alla värdiga män och massakern i Mountain Meadows. De här klassamtalen gav mig information som var rotad i tro istället för tvivel. Kursen kopplade även samman återställelsen med nutida händelser så att jag kunde se att jag faktiskt är en del av återställelsen. Det är inte bara profeten Joseph Smith, president Brigham Young och andra pionjärer. Det är jag också!"

Varför ska jag ha som mål att ta examen från institutet?

Det här är vad några andra elever säger om att ta examen från institutet:

"Jag satte upp ett mål att ta examen från institutet, och fastän det krävdes många uppoffringar belönades jag med insikter, kunskap och ett starkare vittnesbörd."

"Efter examen kände jag mig starkare och redo för nya upplevelser. Jag ska uppmuntra andra att ta examen också."

"Min institutexamen var en andlig bedrift som hjälper mig sträva mot målet att uppnå evig frälsning."

När också du höjer nivån på dina studier genom att arbeta mot en examen, lär du dig att prioritera evangeliestudier och blir mer lärd i evangeliet. Du kommer att se dessa sanningar vävas samman i ett storslaget vittnesbörd. När allt kommer omkring handlar examen från institutet om att du ska bli andligt starkare. ■

SLUTNOTER

1. M. Russell Ballard, "Den bästa generationen unga vuxna", *Liahona*, maj 2015, s. 69.
2. I Marianne Holman Prescott, "Four New Classes Added to Curriculum for Church Schools", *Church News*, 11 nov. 2014.

VAD BEHÖVER JAG GÖRA FÖR ATT TA EXAMEN?

Uppmaningen är att du ska anstränga dig för att göra institutexamen till en prioritering och en del av din evangeliegrund. Till följd av det ökar din kunskap och fördjupas din omvändelse allteftersom du tillräknar dig de nödvändiga 14 poängen.* För att uppnå de här poängen behöver du:

- Ta var och en av grundkurserna nedan, om vardera två poäng.
 1. Jesus Kristus och det eviga evangeliet
 2. Återställens grunder
 3. Den eviga familjen
 4. Mormons boks undervisning och lärdomar
- Tillräkna dig ytterligare sex poäng genom att ta andra valfria kurser.
- Du behöver också få en rekommendation av din biskop eller grensresident.

* För att få poäng för en kurs behöver du närvara vid åtminstone 75 procent av lektionerna, läsa den tilldelade kurstexten och genomföra kursens utvärderingar.

TÄNK STORT

”Låt ingen övertyga dig om att det finns gränser för vad du kan göra.
Tro på dig själv och lev så att du uppnår dina möjligheter.”

President Thomas S. Monson, (“Lev ett överflödande liv”, *Liahona*, jan. 2012, s. 5.)





DIN TRO VÄXER

inte av tillfälligheter, utan

GENOM VAL.

Äldste Neil L. Andersen
de tolv apostlarnas kворum
Generalkonferensen i oktober 2015



SÖNDAGSLEKTIONER

Månadens ämne:
Frälsningsplanen

Sara N. Hall

När jag var 17 år fick min mamma veta att hon hade bröstcancer. Chocken lamslog min familj och fick mig att gå ner på knä i djup bön. Jag grät i nästan en timme och frågade Gud varför han lät det här hända och om han skulle hela mamma. Hjälp började komma några dagar senare när våra församlingsmedlemmar, släktingar, vänner och grannar fick höra nyheten. De skyndade till undsättning. Vi fick färdiga maträtter, vänliga ord och handlingar, omsorg och medkänsla. Kärleken vi kände från dem var djup.

Men fastän vi fick så mycket hjälp gled jag ner i en djup depression. Jag brydde mig inte om vad som hände med mig. Jag slutade göra sådant som jag tyckte om. Jag blev lat och slarvade med sysslor, skolarbete och mitt ämbete i kyrkan. Jag såg min situation och det extra ansvar som tillfallit mig som en tung börda. Jag kände att jag ville klara mig själv och att jag inte behövde hjälp från någon.

MITT VILORUM

Det var min mamma som var sjuk, men jag behövde också helas.

Satan arbetade speciellt hårt med mig och talade om för mig att jag borde känna mig nedtyngd, att Gud ville att jag skulle vara olycklig och att jag inte var speciell. Tråkigt nog trodde jag på det ett tag. Jag kunde inte se ljus på någonting. Jag såg inte mig själv som en dotter till Gud. Förvirring förblindade mig och jag kunde inte se några av alla mina välsignelser. Jag kunde inte ens se mig själv i spegeln. Jag kände smärta och sorg.

Tack och lov ägnade en nära vän mycket tid åt att hjälpa mig, och mina syskon stöttade mig också. Jag blev mer öppen mot mina föräldrar, och de blev i sin tur mer öppna mot mig. Men det kändes fortfarande jobbigt.

Mamma tröstade mig ofta när jag kände mig nere. När det kändes som om allt hopp var ute kändes det bra att ha någon att prata med och få hjälp av. Hon brukade komma hem mellan behandlingarna och stryka våra kläder, laga mat och ge oss tröst och råd. Det förundrade mig hur hon kunde utstå sådana svårigheter och ändå vara så osjälvisk.

När jag pratade med henne om min depression en dag sa hon att bara för att jag grät och erkände att jag behövde hjälp, gjorde det mig inte svag. Hon tog hand om mig när jag borde ha tagit hand om henne.

Efter en av mammas många operationer låg hon i ett vilorum. Vid den tiden kunde jag inte låta bli att tycka att jag också behövde ett vilorum. Jag hade ingen aning om hur jag skulle påbörja helandeprocessen, men jag var tvungen att göra något.

Så jag började förfina mina talanger och förmågor och även utveckla nya. Jag lagade mat och tog hand om tvätten. Jag tog fler promenader för att tänka. Jag sjöng

solon. Jag spelade klarinett och piano och började bli bättre på att spela. Jag läste fler böcker. Jag började lyssna till mer upplyftande musik. Jag omgav mig med råd från kyrkans ledare och andra värdefulla källor. Jag kom närmare Gud och min Frälsare genom personlig bön, fasta och skriftstudier.

Ändå kändes det som om min frid bara var flyktig. Det var svårt när jag ville känna frid vissa dagar och istället kände sorg. Humörsvängningarna blev ännu svårare. Jag verkade bara ha påbörjat mitt sökande efter frid.

Då besökte jag templet för att utföra dop för de döda med min klass i Unga kvinnor. Jag tänkte på mina problem när jag satt i templet och och bläddrade i mina skrifter. Jag läste följande om Frälsaren i Jesaja 53:4: "Men det var våra sjukdomar han bar, våra smärtor tog han på sig."

Några minuter senare hade förvirringen som förblindat mig och orsakat mig så mycket smärta försvunnit helt och hållet. Herren bröt igenom mörkret och förtvivlan i mitt hjärta och gav mig Andens frid istället. Jag fick en känsla av klarhet och lycka som jag inte upplevt på länge. Jag såg hur många välsignelser jag fått och hur mycket alla hade gjort för mig och för min familj. Jag såg hur nära jag hade kommit min familj och mina vänner. Jag såg mig själv som den vackra dotter till Gud som jag var.

Där i templet fann jag mitt vilorum.

När jag ser tillbaka på den här upplevelsen inser jag att jag nu har mer empati och medkänsla för dem som är mindre lyckligt lottade än jag. Jag vet var jag kan återhämta mig. Mitt livs svåraste år blev mitt livs bästa år. ■

Författaren bor i Utah i USA.



Vill du att ditt yrkesliv, din familj och ditt vittnesbörd ska vara fantastiska? Du kan välja vägen mot framgång idag!



DIN FRAMTID

fantastisk, som planerat

Att göra val nu för att uppnå dina framtidsdrömmar kan verka svårt, men om du fattar bra beslut i tonåren så lönar det sig i längden. Genom att göra det följer du det här rådet från en profet: "Vårt dagliga handlande och våra val bör stämma överens med våra mål". (Quentin L. Cook, "Välj förståndigt", *Liahona*, nov. 2014, s. 49).

De här fyra berättelserna visar att oavsett vilka dina personliga mål är, kan du uppnå framgång i framtiden genom ihärdiga förberedelser idag.

Illustrerar superhjältar: Clint Taylor

Clint växte upp i Utah och arbetar för närvarande i Kalifornien på Nickelodeon Studios som illustratör.

Vad är du stolt över att ha uppnått?

Jag har varit chef på Warner Brothers Animation och jag har arbetat för Disney, Warner Bros., DreamWorks Studios, Marvel Comics och Sony Pictures Entertainment. Jag har arbetat på animerade filmer, allt från *Teenage Mutant Ninja Turtles* och *X-men* till *Dora utforskaren*.

Hur blev du bra på det du gör?

När jag var liten tyckte jag om att rita bilder av det som jag var intresserad av. Jag ägnade timmar åt att rita soldater, superhjältar, djur eller det som intresserade mig den dagen. Ju mer jag övade desto bättre blev jag på det. Jag upptäckte att min talang växte genom flit, observation och uthållighet. Det kändes som om Gud hade gett mig en underbar gåva och jag ville göra det bästa av den.

Hur förberedde din mission dig för dina framgångar i yrkeslivet?

Min mission i Korea var avgörande eftersom den lärde mig om tro, självdisciplin och beslutsamhet att göra mitt allra bästa. Tack vare min mission fick jag en starkare självkänsla. Jag hade klarat av någonting svårt och lyckats bra med det. Den hjälpte mig helt klart att bli en bättre elev på college.

Vilken betydelse har din utbildning haft för din framgång?

Efter min mission studerade jag målning och teckning vid College of Fine Arts som tillhör University of Utah. Sedan tillbringade jag en termin



i Frankrike där jag studerade Europas konst och kultur. Det öppnade mina ögon och mitt sinne för mer konst.

Tack vare de här upplevelserna fick jag en ganska stor portfolio med egna konstverk. Direkt efter min examen från universitetet rekryterades jag av en man som letade efter tecknare som skulle arbeta på Marvels *Spider-Man and His Amazing Friends*.

Att bli ett datasnille: Ioana Schifirnet

Ioana växte upp i Rumänien och har informations-system som huvudinriktning vid Brigham Young University.

Vad gjorde du när du var yngre som förberedde dig för det här jobbet?

Jag vaknade inte bara upp vid en viss tidpunkt och var plötsligt bra på att programmera eller designa, vilket jag gör en hel del nuförtiden. Jag kan göra det arbete jag gör på grund av många små beslut längs vägen.

Jag var inte rädd att gå svåra kurser och jag tog mig tid att undersöka olika verksamheter och människorna där. Jag vände mig också till fackfolk och fick råd av dem. De känner till jobbets för- och nackdelar och kan ge lite vägledning.

Vilka skolämnen har du haft mest nytta av?

Min erfarenhet är att de skolämnen som varit till störst hjälp i de högre klasserna och speciellt på college hade med teknik att göra. Det hjälpte också att lära mig ett främmande språk (för mig var det engelska) eftersom det lärde mig att bättre förstå och respektera andra människor och kulturer. Det främmande språket kanske inte leder direkt till en yrkesbana, men arbetsgivare tycker om att se att man har ett globalt perspektiv.

Vad har du varit rädd för?

När jag var yngre var jag rädd för att jag aldrig riktigt skulle hitta något som jag skulle tycka om att göra. När jag sedan hittade något var jag rädd att jag inte hade det som krävdes för att lyckas.

Det är normalt att känna sig osäker när man försöker komma på vad man tycker om, men låt inte det hindra dig.



Hur övervann du dina rädslor?

Det som hjälpte mig mest var att ge mig ut och engagera mig i meningsfulla aktiviteter, som att få handledning på nätet och gå med i föreningar. Det är så man får klarhet, kunskap och självsäkerhet. En grupp vänner eller en förening vilkas medlemmar delar dina intressen kan vara en kraftfull tillgång. Världen förändras ständigt och det finns alltid något nytt att lära sig, men om man har ett bra stödsystem och är duktig kan det vara kul att försöka hänga med.

Utveckla kärlek till evangeliet: Jess McSweeney

Jess, en ung vuxen från England, berättar om sina ansträngningar i tonåren att hålla sig stark i evangeliet.

Hur stärkte du ditt vittnesbörd?

Som tonåring studerade jag skrifterna eftersom jag fick rådet av mina ledare att göra det. När jag studerade i tro, i hopp om att mitt vittnesbörd skulle växa, var det precis det som hände.

Nu, som ung vuxen, har jag upptäckt att min önskan att studera och växa i evangeliet kommer av hur jag kan använda det för att påverka andra. Jag vet att allt jag lär mig också kan vara till nytta för någon annan, inte bara för mig själv.

Satte du upp mål som hjälp?

När jag gick på seminariet satte jag upp ett mål att läsa skrifterna varje dag. Men när mina dagliga skriftstudier blev till en vana förändrades min motivation. Jag började läsa inte bara för att nå ett mål utan också för att jag älskade skrifterna och ville stärka mitt vittnesbörd. Den belöningen är inte påtagbar, men är något jag kan behålla för evigt.

Hur har din kärlek till evangeliet hjälpt dig i ditt liv?

Att utveckla kärlek till evangeliestudier handlar inte bara om att få kunskap – det handlar om att förstå och tillämpa evangelieprinciper. När jag skapar en vana att ställa frågor och söka svar i skrifterna, får jag både ett vittnesbörd och självsäkerheten att berätta om det jag lär mig för andra.

Hur viktigt är det med hårt arbete och flit?

Att få kunskap inom vilket område som helst kräver tid och ansträngningar. Men att lära sig Jesu Kristi evangelium är något av det allra viktigaste att arbeta hårt för. Man måste lära av Kristus för att få ett vittnesbörd om honom.

Att fostra små barn: Han Lin

Han Lin föddes och växte upp i Taiwan. Han och hans fru beseglades i templet i Laie på Hawaii och de bor nu i Hawaii i USA med sina två barn.

Vad är din definition på en bra pappa?

En bra pappa är inte en perfekt person utan han är en som är ödmjuk nog att ta emot råd från andra och ständigt försöker bli bättre. En bra pappa sätter sin familj och deras behov främst. Han är villig att offra sin tid, sina personliga intressen och allt annat för att förbättra sin familj. Han

strävar efter att få veta hur han ska hjälpa varje familjemedlem växa och bli mer kristuslik.

Vad gjorde du när du var yngre som hjälpte dig att komma dit du är idag?

Jag gjorde mitt bästa för att hålla alla buden och fatta bra beslut. Att delta i seminariet hjälpte definitivt också. Det var ett stort åtagande eftersom jag var tvungen att vakna fem på morgonen. Men jag tror det hjälpte att jag hade vänner som hade samma mål som jag eftersom vi lyfte varandra. Jag tror att alla aktiviteter som vi hade som ungdomar och som en grupp goda vänner i kyrkan verkligen hjälpte oss.

Vilka budskap från samhället var du tvungen att övervinna för att kunna bli en bra pappa?

Världen säger till människor att de borde ha mer roligt och mindre ansvar, men hårt arbete är nödvändigt om man ska bli framgångsrik på det man än gör. Att vara en bra pappa kräver allt man kan ge – att växa mot fullkomning är en livslång process och jag växer med min familj.

Vad skulle du vilja säga till tonåringen i dig och till andra tonåringar?

Alla behöver vänner, så skaffa goda vänner. Var vän med människor som gör ”mycket av egen fri vilja” (L&F 58:27). Lär av de här goda vännerna så blir du påverkad av deras

exempel och får en önskan att bli som de och själv bli bättre.

Gör ditt allra bästa i allt du vill göra – håll dig inte tillbaka på något sätt. På så sätt har du inget att ångra när du ser tillbaka. ■



JESS



HAN



Äldste Chi Hong
(Sam) Wong

i de sjuttios
kvorum

Hjälp från den Helige Anden

Den Helige Anden kan hjälpa dig med skolan, familjen, arbetet och med andliga ting.

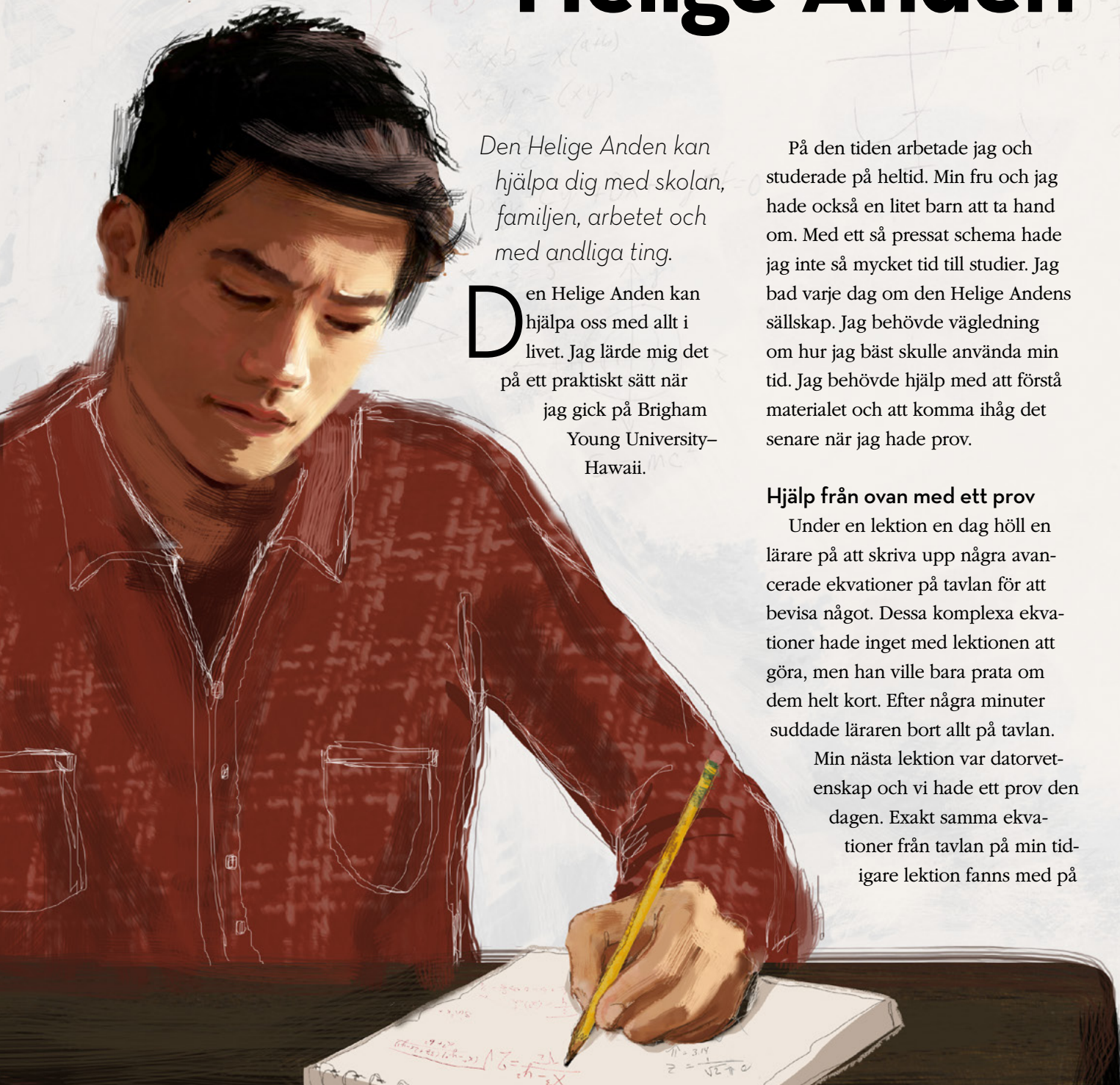
Den Helige Anden kan hjälpa oss med allt i livet. Jag lärde mig det på ett praktiskt sätt när jag gick på Brigham Young University–Hawaii.

På den tiden arbetade jag och studerade på heltid. Min fru och jag hade också en litet barn att ta hand om. Med ett så pressat schema hade jag inte så mycket tid till studier. Jag bad varje dag om den Helige Andens sällskap. Jag behövde vägledning om hur jag bäst skulle använda min tid. Jag behövde hjälp med att förstå materialet och att komma ihåg det senare när jag hade prov.

Hjälp från ovan med ett prov

Under en lektion en dag höll en lärare på att skriva upp några avancerade ekvationer på tavlan för att bevisa något. Dessa komplexa ekvationer hade inget med lektionen att göra, men han ville bara prata om dem helt kort. Efter några minuter suddade läraren bort allt på tavlan.

Min nästa lektion var datorvetenskap och vi hade ett prov den dagen. Exakt samma ekvationer från tavlan på min tidigare lektion fanns med på



TVÅ SÄTT ATT VARA ANDLIGT MOTTAGLIG

För vår himmelske Fader är allt andligt – varje del av vårt liv. Han vet vad som är bäst för oss och vill undervisa oss och leda oss genom livet. Så det är livsviktigt att vi är mottagliga för den Helige Andens vägledning så att vi kan få den vägledningen. Här följer två sätt som jag har upptäckt hjälper mig att vara i samklang med den Helige Anden:

1. Läs Mormons bok varje dag.

När jag var ung lärde kyrkans president Ezra Taft Benson (1899-1994) mig vikten av att läsa Mormons bok dagligen. Jag började göra det och jag har gjort det så länge jag kan minnas. Varje dag hittar jag en tyst stund när jag kan läsa och begrunda. När jag läser lär den Helige Anden mig många gånger något nytt.

2. Undvik att distraheras av världsliga ting.

Ni ungdomar är begåvade på så många sätt. Ni är så skärpta och kan vara så härligt andligt mottagliga. Men världen försöker så gott den kan att distrahera er. Om du är villig att uppmärksamma och utestänga sådant som distraherar kan du ta emot den vägledning du behöver av den helige Anden.

provet! Det som verkligen var märkligt var att vi aldrig hade studerat dem förut i kursen. Jag kunde dra mig till minnes allt från den andra lektionen jag varit på och kunde lösa problemet.

När läraren i datorvetenskap betygssatte provet var han så säker på att ingen löst det problemet korrekt att han automatiskt gav varje elev fel på det. Men när jag fick tillbaka mitt papper visade jag honom att svaret jag skrivit på papperet var korrekt. Det var underbart.

Den helige Anden hjälpte mig att få ut så mycket som möjligt av mina studietillfällen under hela min tid på college. Jag fick höga betyg och kvalificerade mig för stipendier som hjälpte mig att betala för skolan.

Vägledning genom livet

Mot slutet av mina studier planerade många av mina vänner att fortsätta sin utbildning och ta en magisterexamen. Jag älskade att studera och ville också göra det, men Anden sa tydligt till mig att mitt uppdrag i Hawaii var slutfört. Det var dags för mig att återvända hem till Hongkong.

Min fru och jag följde den maningen. Jag förstod inte då varför jag leddes bort från att fortsätta min

utbildning. Men ibland följer vi Anden utan att känna till alla detaljer. Även om min fru och jag inte visste vad vi skulle förvänta oss när vi sökte jobb och lägenhet, blev vi välsignade och lyckades snart.

När jag nu ser tillbaka förstår jag varför Anden så starkt uppmanade oss att återvända till Hongkong. Det betydde mycket för min familj och för mig att bli stärkta i kyrkan bland medlemmarna där. Jag verkade som biskop, som rådgivare i stavspresidentskapet och som stavspresident

innan jag kallades som områdes-sjuttio. Efter att ha lämnat mitt yrke kunde jag ta magisterexamen. Alla dessa erfarenheter förberedde mig för min nuvarande kallelse.

Jag vittnar för dig om att det alltid är bäst att söka efter och följa den Helige Andens vägledning när man planerar och lever sitt liv. Du har redan fått den Helige Andens gåva när du konfirmerades som medlem i kyrkan och om du använder den gåvan kommer den att vara till enorm hjälp i allt du gör. ■

”Några av mina vänner tycker att det är slöseri med tid att gå till kyrkan. Hur kan jag hjälpa dem inse att det kan vara en stor välsignelse?”

En jämförelse kanske kan hjälpa dina vänner. Du kan förklara att precis som kroppen behöver äta, dricka och sova och sinnet behöver lära sig saker, behöver även anden få näring. När man går i kyrkan får anden näring.

Det sker genom att du lär dig om evangeliet och tar sakramentet för att förnya de heliga löften du gett till din himmelske Fader. Den här stunden av eftertanke och förnyad beslutsamhet hjälper dig att ta emot den utlovade välsignelsen att du ”alltid kan ha hans Ande hos [dig]” (L&F 20:77). När du har hans ande hos dig stärks din tro och det blir lättare att vara mer kristuslik.

Du kan också tala med dina vänner om andra välsignelser du får. Du kanske kan berätta för dem om friden du känner i kyrkan, om något du lärt dig i kyrkan som är till hjälp för dig, om ett tillfälle du hade att tjäna eller vittna om att närvaro i kyrkan hjälper dig att njuta av sabbaten (se Jes. 58:13–14).

Kanske det bästa sättet att hjälpa dina vänner är att inbjuda dem att själva komma och se. När de följer med dig till sakramentsmötet och andra möten kan de känna den Helige Andens kraft, lära sig om evangeliet och se dess välsignelser i medlemmarnas liv.



Låt Anden vägleda

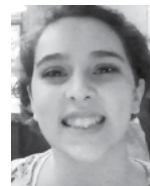
Du kan bära ditt vittnesbörd om att gå till kyrkan. Du kan förklara hur bra den får dig att må och hur det du lär dig där är speciellt. När du bär ditt vittnesbörd hjälper Anden dig att veta vad du ska säga och dina vänner kommer att veta att det du säger är sant. Ju mer de vet, desto mer intresserade kanske de blir. Du kan ju inbjuda dem att följa med dig till kyrkan.

Mikelle M., 13 år, Utah, USA

Bjud med dem till kyrkan

Det är svårt att ha vänner som tror att det är slöseri med tid att gå till kyrkan, men vi kan känna oss glada för deras skull när vi hjälper dem att få veta vad vår Fader i himlen har förberett för dem var och en. Vi kan hjälpa dem genom att inbjuda dem till kyrkan så att de kan känna glädjen i att vara i ett invigt möteshus och genom att ha tro på att de kan känna kärlek till vår himmelske Fader och bli medvetna om välsignelserna vi får när vi går till kyrkan.

Oscar Y., 19 år, Monagas, Venezuela



Fokusera på sakramentet

Att komma till kyrkan är viktigt eftersom den är den plats där vi kan förnya vårt dopförbund och alla våra förbund genom sakramentet. Herren

lovat att hans ande alltid är hos oss om vi värdigt tar del av sakramentet och uppfyller vår del av förbundet. Det beskydd, den vägledning och den tröst som vi får av Anden är nödvändiga i våra dagliga liv. De här unika välsignelserna kan inte tas emot på något annat sätt än genom att komma till kyrkan och ta del av sakramentet.

Diana R., 16 år, Oregon, USA



Var modig

Du kan hjälpa dem förstå genom att helt enkelt prata med dem, bjuda in dem, ge dem skrifter eller till och med bjuda hem missionärerna till dem. Var inte blyg. Var glad, för de kanske blir medlemmar i kyrkan.

David H., 12 år, New Mexico, USA

Gör din del

Att gå till kyrkan är inte slöseri med tid om man aktivt deltar och försöker lära sig och förstå det som sägs och undervisas. Man kan känna Anden och ibland kan man träffa nya människor.

Ethan H., 15 år, Utah, USA



Låt ditt ljus lysa

Som medlemmar i kyrkan lyser vi med det vi lärt oss i Jesu Kristi evangelium. Att vara ett föredöme och visa dina vänner att välsignelserna du fått genom att gå

till kyrkan gör dig glad kan kanske lära dem att det är värt det att gå till kyrkan.

Johanna R., 20 år, Surigao del Sur, Filippinerna

Ha ett evigt perspektiv

Med vetskap om att kyrkan är Guds rike på jorden kommer vi till kyrkan varje söndag för att ta ett steg mot fullkomning och mot det celestialet riket. När vi går i kyrkan varje söndag kommer vi närmare vår himmelske Fader genom att förnya våra förbund (ta sakramentet) och genom att utvärdera oss själva för att se hur det står till med oss andligt.

Esther M., 17 år, Kasai-Occidental-provinsen, Demokratiska republiken Kongo



EN GLÄDJENS DAG

"Kyrkans församlingar och grenar har sammankomster varje vecka som ger andrum och förnyelse, en tid och plats där man kan lämna världen bakom sig - sabbaten. Det är en dag när du kan 'fröjda dig i Herren' [Jes. 58:14], uppleva det helande som kommer genom sakramentet och få ett förnyat löfte om att hans ande ska vara med dig."

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum, "Varför kyrkan?" Liahona, nov. 2015, s. 109.

NÄSTA FRÅGA

"Hur kan jag ta mig tid för ungdomarnas veckoaktiviteter, hemafton och skriftstudier för mig själv och med familjen när skola och läxor tar upp så mycket av min tid?"

Skicka ditt svar och, om du så önskar, ett fotografi med hög upplösning, före den 1 mars 2016 till liahona.lds.org, via e-post till liahona@ldschurch.org, eller via vanlig post (se adressen på sidan 3).

Följande information och tillstånd måste finnas med i ditt e-postmeddelande eller brev: 1) Fullständigt namn, 2) födelsedatum, 3) församling eller gren, 4) stav eller distrikt, 5) ditt skriftliga tillstånd och, om du är under 18 år, dina föräldrars skriftliga tillstånd (e-postmeddelande går bra) att trycka ditt svar och fotografi.

Svaren kan komma att förkortas eller förtydligas.



Äldste Dallin H. Oaks

i de tolv apostlarnas
kvorum

HUR MAN FINNER GLÄDJE

Bröder och systrar, gamla och unga, jag väddar till var och en av er att minnas att ogudaktighet aldrig är lycksalighet och att synd leder till förtvivlan. Ni ungdomar, sök inte glädje i världens glittrande men ihåliga ting. Vi kan inte uppnå bestående lycka genom att ägna oss åt det som är fel. Någon sa en gång: "Man kan aldrig få nog av det man inte behöver, för det man inte behöver tillfredsställer en inte."

Unga och gamla, vänd bort blicken och hjärtat från massmedians bedrägliga budskap. Det finns ingen lycka i alkohol eller narkotika, bara slaveri. Det finns ingen lycka i våld, bara smärta och sorg. Det finns ingen lycka i sexuella förhållanden och kroppslig intimitet utanför äktenskapets band, bara förnedring och ökad fart på vägen mot andlig död.

Det finns ingen bestående lycka i ägodelar. Glädje och lycka kommer av vad en människa är, inte av vad hon äger eller tycks vara. Ungdomar, håll fast vid era normer. Studera och använd den livsviktiga broschyren *Vägledning för de unga*.

Rättfärdighet föder rättfärdighet. Följderna av rättfärdiga exempel förs vidare till kommande generationer. Goda föräldrar får ungdomar som blir goda föräldrar. Precis som många av oss har fått styrka av våra pionjärfäders ädla exempel i många länder, så kan vår tids rättfärdiga beslut och uppoffringar bli till välsignelse för våra familjer och vänner och till våra länder under alla kommande år.

Jag vittnar för er om den bestående lycka och slutgiltiga glädje som de som utövar tro på Gud och håller hans bud får uppleva. Jag uppmanar var och en av er att söka den glädje som kommer av att hålla Guds befallningar och utöva ett rättfärdigt inflytande till välsignelse för dem vi älskar. ■

Från ett tal under generalkonferensen i oktober 1991.



HUR HAR DU TILLÄMPAT DET HÄR?

I skolan förra året bestämde jag mig för att försöka umgås mer med några av mina vänner. Men jag inser nu att jag faktiskt började bli mer världslig och isolerade mig från min familj och mina riktiga vänner. Det ledde till en hel del onödiga ledsamheter som kunde ha undvikits. I år har jag fokuserat mycket mer på kyrkan. Jag har funnit sann lycka och glädje eftersom jag har försökt utveckla kristuslika egenskaper. Jag vet att den här välsignelsen är tillgänglig för alla som flitigt söker efter den.

**Ephream James O., 17 år,
Australien**

MISSIONSUPPLEVELSEN

jag nästan gick miste om

Som en mål i Personlig tillväxt började jag be om att få en missionsupplevelse. Jag försökte komma på vilka av mina vänner som skulle vara mest villiga att bli medlemmar i kyrkan.

Flera månader gick och jag trodde inte att jag skulle få den upplevelse jag ville ha – förrän jag träffade Brenda. Det var hennes första år på vår skola.

Under det året blev vi goda klasskamrater men jag kom inte på tanken att bjuda in henne till kyrkan förrän en av våra vänner bjöd in henne till sin kyrka. Jag tänkte: "Det är inte sant! Jag borde ju ha gjort det."

Nästa vecka sa Brenda att hon tyckte om att besöka vår väns kyrka och ville gå dit igen. Jag tänkte: "Jag förlorade." Inte för att det var en tävling, utan för att jag ville ge evangeliet till min himmelske Faders barn.

Vid den tidpunkten höll vårt möteshus på att renoveras och skulle återinvigas några månader senare. Biskopen delade ut inbjudningar till ett öppet hus och till invigningen. Jag bjöd in alla mina vänner som bodde i närheten av möteshuset. Den enda som tackade ja var Brenda. Jag blev jätteglad.

Några dagar före öppet hus sa Brenda att hon kanske inte kunde komma eftersom hennes mamma inte ville det. Jag blev besviken men förstod

och sa till henne att hon skulle få fler tillfällen att få veta mer om kyrkan.

Men på kyrkans öppet hus blev jag överraskad när jag såg Brenda där. Hon hade pratat med sin mamma som till slut lät henne gå. Jag presenterade henne för missionärerna. Vi gick till vart och ett av rummen i möteshuset och fick höra en kort beskrivning av varje organisation i kyrkan. Till sist gick vi till kulturhallen och tog broschyrer om återställelsen, släktforskning, evigt äktenskap och andra evangelieämnen. Brenda sa: "Jag tror på det här!"

På söndagen kom hon till kyrkan. På måndagen var hon med på ett tjänandeprojekt med Mormon Helping Hands.

Fröet som hade planterats i Brendas hjärta växte för var dag. Hon började ändra sina vanor så att de stämde överens med buden och hon döptes inom kort.

Nu, några år senare, berättar hon fortfarande för mig hur glad hon är att hon funnit det sanna evangeliet och hur tacksam hon är för att jag hjälpte henne hitta det.

Många gånger är det svårt att prata med människor om evangeliet, men om vi ber, studerar skrifterna, lyssnar till den Helige Anden och är villiga att prata med någon, hjälper Herren oss. ■

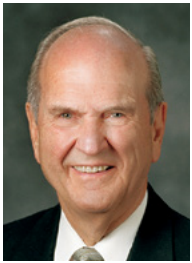
Författaren bor i Sergipe, Brasilien.



Anne Laleska

Jag ville dela med mig av evangeliet, men vilka av mina vänner kunde vara intresserade?





**President
Russell M. Nelson**
President för de tolv
apostlarnas kворum

Hur kan jag göra SÖNDAGEN till en speciell dag?

Gud gav oss den här
speciella dagen till att
vila från arbete och
komma närmare honom.

Vi kan känna större glädje
om vi kommer till kyrkan
och tar sakramentet
på söndagen.

Söndagen är en
bra dag att umgås
med din familj.

Gör söndagen till en
glädje genom att tjäna
andra, speciellt de som
är sjuka eller ensamma.

Du visar din kärlek
till Herren genom
det du väljer att
göra på hans dag.

*Från "Sabbaten är en lust och
en glädje", Liahona, maj 2015,
s. 129–132.*

Om jag lyssnar med mitt hjärta

(Förenklad)

Stilla ♩ = 88-104

Text och musik: Sally DeFord

G C D G Em D

1. Jag öns - kar jag var ett li - tet barn när Je - sus gick på jord. Då
Je - sus ta - lar än i - dag i - ge - nom Guds pro - fet. Pro -
kän - ner An - dens ma - ning om Guds vil - ja, rätt och sann; han

G C D G Em Am B

ha - de jag med ho - nom gått och lyss - nat till hans ord. Men
fe - tens ord är Her - rens ord, i hjär - tat jag det vet. De
hjäl - per och han le - der mig, om Je - sus vitt - nar han. Han

Em B7 G Cm G Em

när jag lä - ser skrif - ter - na så får jag hjälp och tröst.
lär mighur jag le - va bör och skän - ka frid och tröst. Och om jag lyss - nar
ta - lar stil - la till min själ och ger mig råd och tröst.

Am D7 | 1, 2. G Am D G Am7 D

med mitt hjär - ta hör jag Her - rens röst. 2. Och
3. Jag

3. G Am D C Cm G

hör jag Her - rens röst.

Berättar om normer

Hilary Watkins Lemon



Jag bor i Genève i Schweiz. När jag blir stor vill jag bli paleontolog eller veterinär. Jag älskar att springa och att leka med min hund Happy.



Min bror och syster och jag är de enda medlemmarna i kyrkan i vår skola. Vi har massor av trevliga vänner, men några av dem har inte samma normer. Jag har bestämt mig för att alltid stå för det jag tror på, även när det inte är så populärt.

Hej! Jag heter Isaac.



"NEJ" TILL TE.

Iste är mycket populärt i Schweiz. På mitt födelsedagskalas bad en av mina vänner mig om ett glas iste. Jag sa till honom att vi inte hade något iste. Han frågade varför. Jag förklarade vänligt att min familj inte dricker te.

TJÄNAR MIN SYSTER

Min syster Mayla har cerebral pares. Hon använder rullstol och behöver ibland hjälp med att sätta sig upp eller ta sig fram hemma. Jag tycker om att hjälpa henne. Efter skolan tar min bror Samuel och jag ut henne från skolan för att gå hem med vår pappa.

**EN MODIG MISSIONÄR**

Min syster är inte rädd för att prata om det hon tror på. Mayla planerar redan sitt dop och vill bjuda in sina vänner!

**BRA ORD**

Jag ber mina vänner att inte använda fula ord när jag är med, men vissa gör det ändå. En pojke försökte få mig att säga ett fult ord. Jag sa: "Jag tänker inte säga det." Han blev förvånad men han försöker inte få mig att göra det längre.

EN SNÄLL VÄN

Min bror Samuel är ett gott föredöme. En gång började en ny pojke som hette Max i skolan. Han pratade koreanska och engelska men inte franska. Samuel hjälpte Max att känna sig välkommen och att lära sig franska. Nu leker de med varandra efter skolan och en gång följde Max med till en aktivitet i kyrkan.

**ISAACS FÖRSLAG
PÅ HUR MAN STÅR
FÖR SIN TRO**

Lyd dina föräldrar och Frälsaren.

Var med på aktiviteter i kyrkan.

Kom till kyrkan på söndagarna och ta sakramentet.

Respektera andra ■

En skatt av vittnesbörd

Leonardo Rodrigues

Baserad på en sann berättelse

*”Och nu vet jag själv ... ty Herren Gud har uppenbarat det för mig genom sin Helige Ande”
(Alma 5:46).*

Sabrina såg på när mamma följde gästerna till dörren. ”Tack för boken”, sa pappan. Han höll i en Mormons bok.

”Mamma, varför pratar du om kyrkan med alla?” frågade Sabrina senare när de diskade tillsammans.

”Det är för att mitt vittnesbörd om kyrkan är som en skatt”, sa mamma. ”Det gör mig glad. Och jag vill dela med mig av det till andra så att de också kan bli glada!”

Sabrina föreställde sig mammas glänsande halsband i smyckeskrinet.

”Vad menar du med att det är som en skatt?”

”Jo, ett vittnesbörd är ju väldigt jättemycket”, sa mamma. ”Det är en gåva från vår himmelske Fader som hjälper oss veta vad som är sant.”

”Hur fick du det?” ville Sabrina veta.

Mamma räckte Sabrina en skinnande ren tallrik att torka. ”Jag fick det lite i taget. När jag ber eller läser skrifterna känner jag frid och värme inombords. Det är som om jag fyller på min vittnesbördsskatt.”

Sabrina nickade sakta. Kunde hon få en vittnesbördsskatt?

Vilken sorts skatt växer när man delar med sig av den?



"Tiden är inne, och i dag är det dags att vi själva tar reda på om evangeliet är sant."

Se äldste Craig C. Christensen i de sjuttios presidentskap, "Jag vet själv att det är sant", *Liahona*, nov. 2014, s. 52.



På söndagen berättade Sabrinas primärlärare en berättelse om Jesus Kristus. Sabrina lyssnade noga. Syster Lopez sa att Jesus bad alla de små barnen att komma till honom. Han välsignade dem och undervisade dem. När Sabrina tänkte på Jesus började hon känna sig varm i hjärtat.

Sabrina skyndade sig att hitta mamma efter Primär. "Mamma, vet du vad?" Hon berättade för mamma om den varma känslan.

"Det är ju underbart", sa mamma. "Den känslan är den Helige Anden som rör vid vårt hjärta och låter oss veta att evangeliet är sant."

Sabrina tittade leende upp på mamma. "Det var det som hände! Det gjorde mig glad inombords." Den Helige Anden hade varit så tyst att Sabrina visste att hon inte skulle ha lagt märke till honom om hon inte hade varit vördnadsfull.

Mamma kramade henne hårt. "Nu håller du på att få en egen vittnesbördsskatt." Sabrina kramade mamma tillbaka. Hon ville berätta om sin skatt för alla – precis som mamma gjorde! Men hur kunde hon göra det?

Den kvällen hittade Sabrina ett utdelningskort med en bild av Jesus på framsidan. Hon stoppade den i ryggsäcken.

Nästa dag när det var dags för rast, kom Sabrina ihåg kortet. Hon

tog upp det och gick för att hitta sin vän Carla. "Varsågod, det här är till dig", sa Sabrina.

Carla höll kortet intill sig. "Tack! Jag älskar bilder av Jesus."

Sabrina visade Carla webbplatsen på baksidan. "Du kan lära dig mer om Jesus kyrka här."

"Vad är det för kyrka?" frågade Carla.

"Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga", svarade Sabrina. "Att gå i kyrkan och lära mig om Jesus gör mig glad."

Carla stoppade kortet i fickan. "Jag ska visa kortet för min mamma."

Några veckor senare sprang Carla fram till Sabrina före lektionen. "Jag ska berätta något för dig!" sa hon. Hon log brett.

Sabrina blev ivrig. Vad kunde det vara? Carla log. "Min familj gick till din kyrka! Och det var som du sa – jag kände mig glad där."

"Jag visste att du skulle känna den Helige Anden!" sa Sabrina.

"Och jag tror att vi ska döpas snart!"

Sabrina hoppade upp och kramade Carla. Nu kunde de dela med sig av sina vittnesbördsskatter tillsammans! ■

Författaren bor i Amazonas i Brasilien.



Skrifter från den gamla och nya världen

När Nephi och hans familj färdades från Jerusalem (den "gamla världen") till det utlovade landet (den "nya världen"), tog de med sig skrifter. De kallades för mässingsplåtar. I den gamla världen blev de här skrifterna en del av Bibeln.

I det utlovade landet skrev Nephi ner det som hans far lärde dem, det som hände med hans familj, vad han lärde sig av sin himmelske Fader och vad han lärde sig av mässingsplåtarna. Det som Nephi skrev blev en del av Mormons bok. ■





Mose



PROFETER I OLIKA LÄNDER

Läs de här skriftställena och para ihop dem med profeterna på kartan.

1. 1 Moseboken 19:20
2. 2 Kungaboken 20:14
3. 1 Nephi 2:1–2
4. 1 Nephi 18:22
5. Mosiah 18:7
6. Mormons ord 1:9
7. Mormon 8:1, 4

Nephi



GAMLA VÄRLDEN

Lehi



Jesaja



Svar: 1. Mose; 2. Jesaja; 3. Lehi;
4. Nephi; 5. Alma; 6. Mormon;
7. Mormon

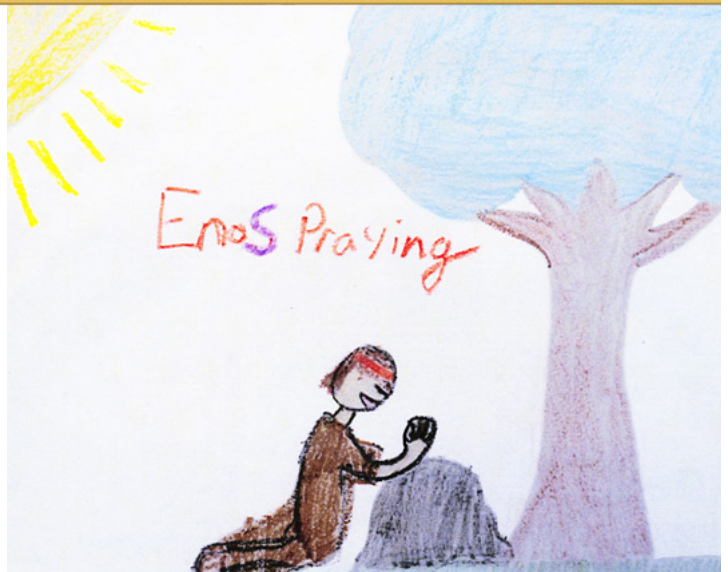
Enos BAD

Enos bad om det som oroade honom. Han bad för andra också. Han bad till och med för sina fiender!
Hur kan du vara som Enos den här månaden?



När vi var på familjesemester kom vi bort från vår pappa och lillebror. Det höll på att bli mörkt. Resten av familjen visste inte vad de skulle göra. Jag sa att vi borde be. Vi bad en bön och sedan började vi gå till några andra affärer. Vi såg uppför gatan och fick syn på min pappa och min lillebror! Jag blev så glad. Jag visste att Gud älskade oss och hjälpte oss att hitta vår pappa.

Oliver P., 8 år, São Paulo, Brasilien



"Enos ber", av Amanda F., 11 år, Arizona, USA

ILLUSTRATION JARED BECKSTRAND

Klipp ut, vik och spara det här kortet!



ENOS

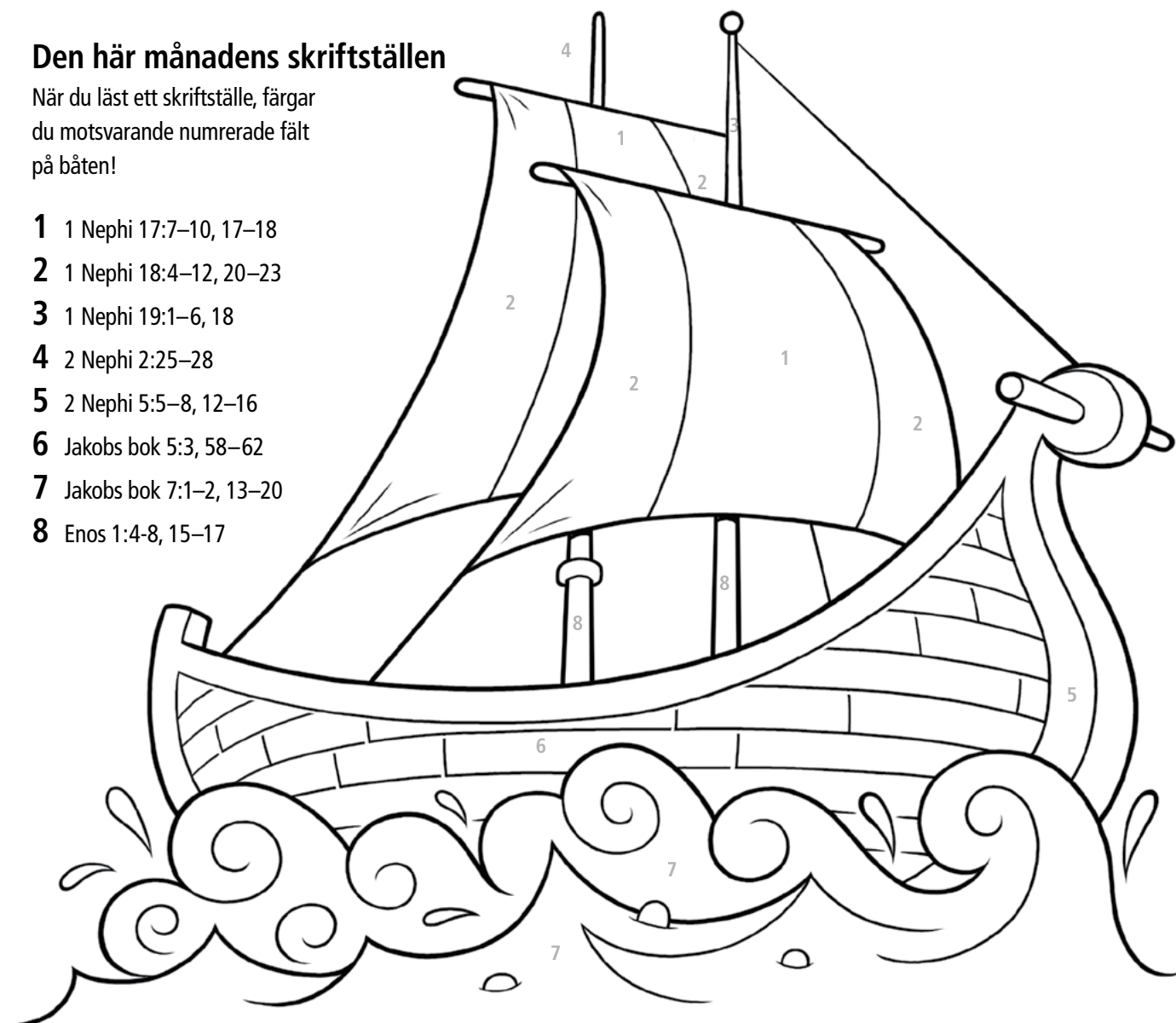
Jag kan be!

- Lär dig Enos 1:4 utantill.
- Skriv i din dagbok om ett tillfälle då din himmelske Fader besvarade dina böner.
- Se kapitel 11 av Mormons bok-videorna på scripturestories.lds.org.
- Den här månaden ska jag ...

Den här månadens skriftställen

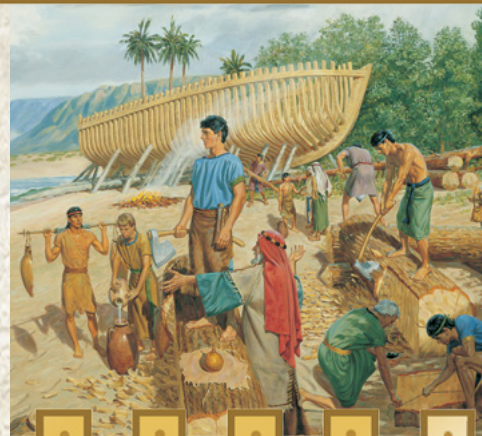
När du läst ett skriftställe, färgar du motsvarande nummerade fält på båten!

- 1 1 Nephi 17:7–10, 17–18
- 2 1 Nephi 18:4–12, 20–23
- 3 1 Nephi 19:1–6, 18
- 4 2 Nephi 2:25–28
- 5 2 Nephi 5:5–8, 12–16
- 6 Jakobs bok 5:3, 58–62
- 7 Jakobs bok 7:1–2, 13–20
- 8 Enos 1:4–8, 15–17



Seglade till löftets land

Nephi byggde ett fartyg så att hans familj kunde färdas till det utlovade landet. Läs om deras färd på sidorna 76–78. I det utlovade landet kallades de rättfärdiga nephiter. De orättfärdiga kallades lamaniter. I de här kapitlen får vi undervisning av Nephis bror Jakob och Jakobs son Enos. Titta efter ännu en läsutmaning i nästa nummer. ■



Nephis familj seglar över havet



Nephis familj färdades i vildmarken i åtta år. Till slut kom de till en vacker plats. Den låg nära havet och det fanns massor av frukt och honung att äta där. Alla blev så glada!



Men deras resa var inte slut. Vår himmelske Fader sa till Nephi att bygga ett fartyg. Han visade Nephi hur det skulle se ut. Han lovade att fartyget skulle ta dem till ett underbart nytt land.

Först tillverkade Nephi verktyg.
Sedan började han bygga. Nephis
bröder Laman och Lemuel klagade.
De trodde inte att
han kunde bygga
ett fartyg.

Nephi visste
att deras familj
kunde lita på vår
himmelske Fader.

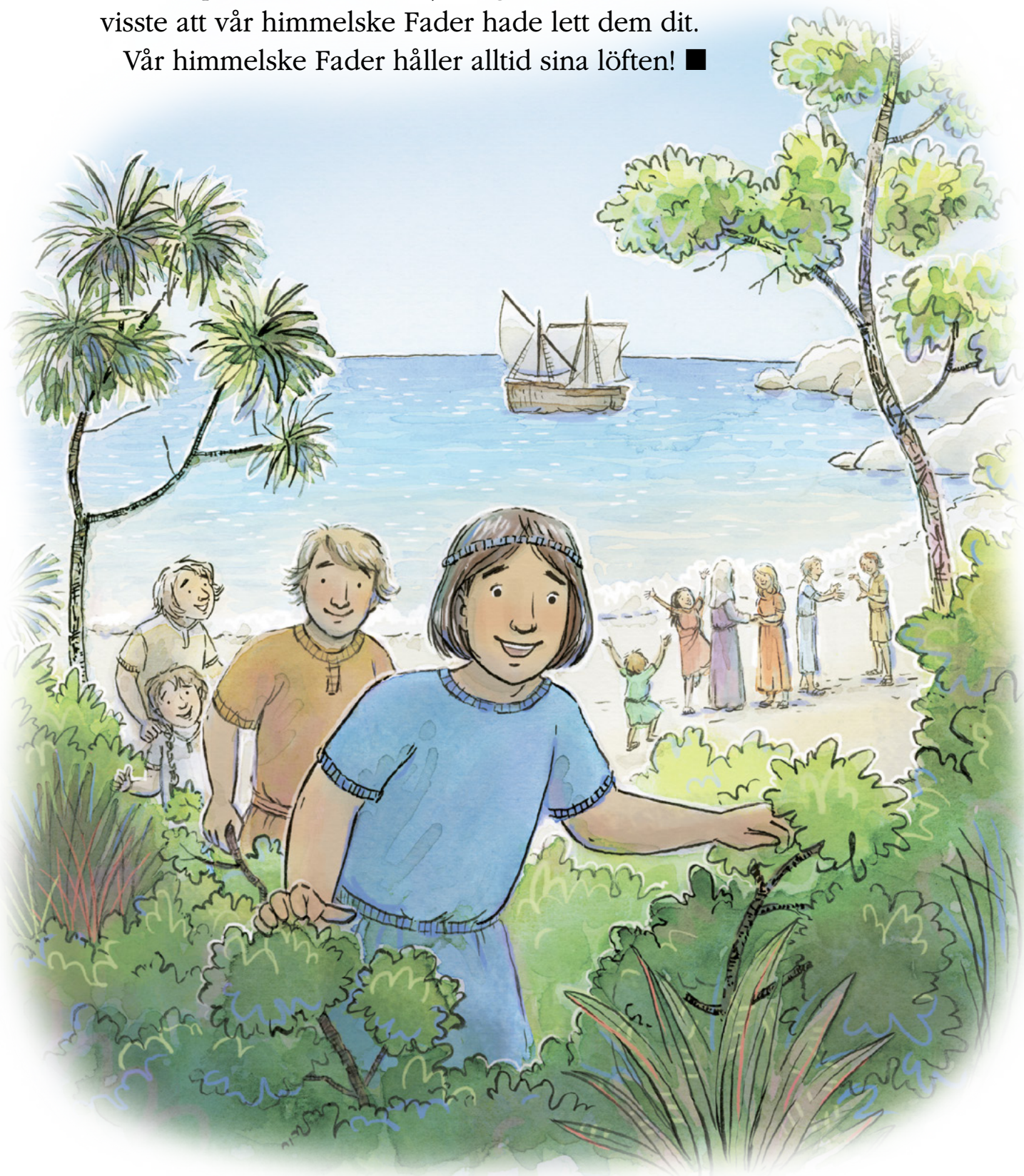


När fartyget var färdigt påbörjade Nephis familj sin
resa över havet. En dag blev Laman och Lemuel
arga på Nephi och band fast honom. En
stor storm kom och blåste fartyget
bakåt. Bröderna omvände sig och
Nephi styrde fartyget säkert
på sin färd.

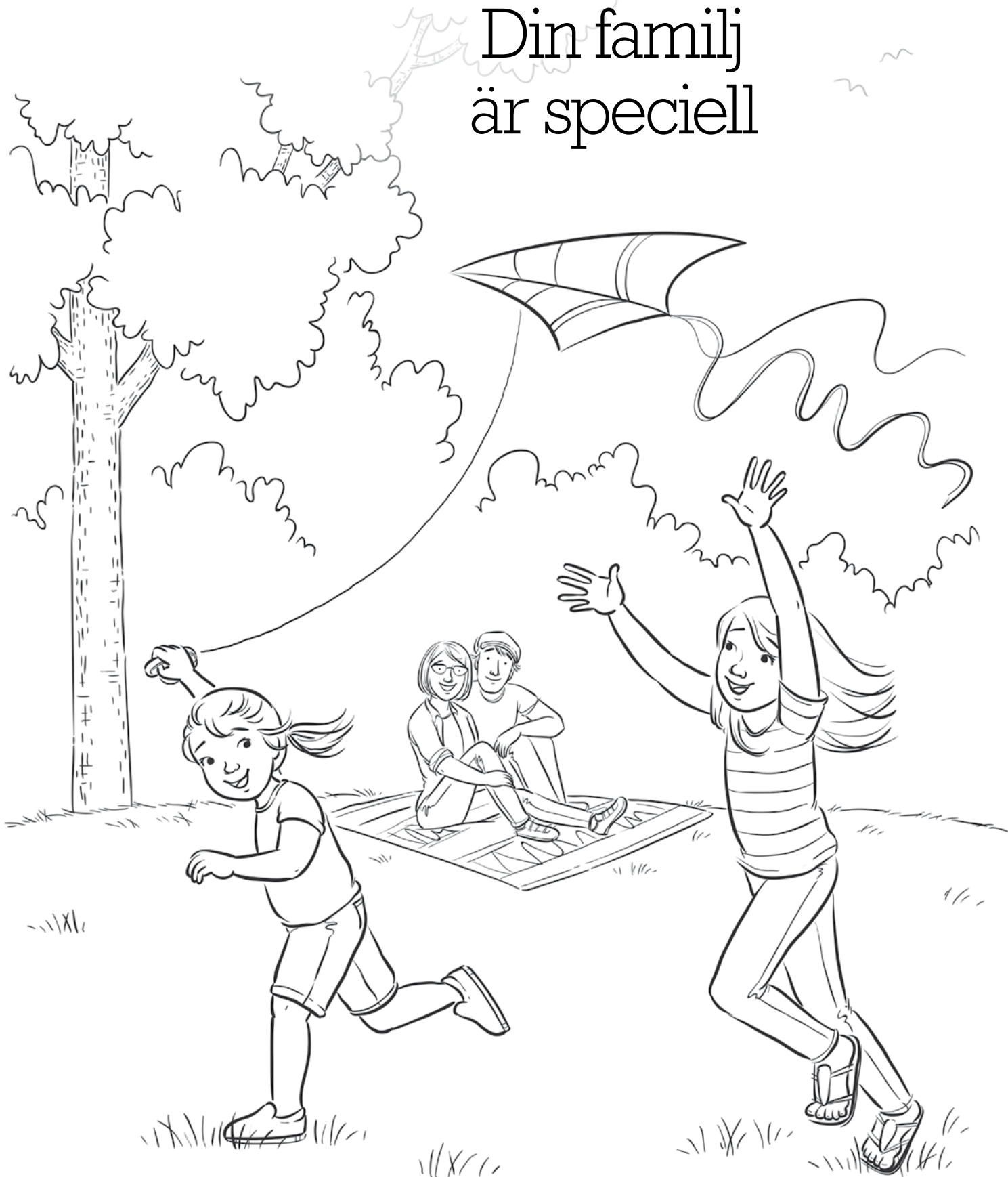


Till slut kom Nephis familj fram till det nya landets kust. Nephi och hans familj var glada eftersom de visste att vår himmelske Fader hade lett dem dit.

Vår himmelske Fader håller alltid sina löften! ■



Din familj är speciell





**President
Howard W. Hunter
(1907-1995)**

Kyrkans fjortonde
president

SANN STORHET

Vi behöver förvisso inte söka länge för att se det dagliga livets obemärkta och glömda hjältar.

Eftersom vi ständigt utsätts för världens definition av framgång och storhet, är det förståeligt om vi jämför vad vi är med vad andra är – eller tycks vara – och även jämför det vi har med det som andra har. ... Vi tillåter ofta orättvisa och olämpliga jämförelser att förstöra vår lycka då de får oss att känna oss oförverkligade, otillräckliga eller misslyckade. Dessa känslor leder oss ibland fel och får oss att älta våra misslyckanden och bortse från de aspekter av vårt liv som kan inrymma sann storhet. ...

De innefattar säkerligen det som måste göras för att vi ska kunna vara goda fäder eller goda mödrar, men i allmänhet innefattar de också de tusentals små goda gärningar, tjänster och uppoffringar genom vilka vi ger eller mister vårt liv för andra och för Herren. De innefattar att vi skaffar oss kunskap om vår Fader i himlen och om evangeliet. De innefattar att vi för andra till tro och gemenskap i hans rike. Inget av detta får vanligtvis världens



uppmärksamhet eller beundran. ...

Vi behöver förvisso inte leta länge efter vardagens obemärkta och bortglömda hjältar. Jag talar om dem av er som alltid lugnt och stilla gör det ni bör göra. Jag talar om dem som alltid finns till hands och alltid är villiga. Jag talar om den ovanliga tapperheten hos den mor som timme efter timme, dag och natt, stannar hos och tar hand om ett sjukt barn, eller den funktionshindrade som kämpar på och lider utan att klaga. Jag talar också om dem som alltid ställer upp som blodgivare. ... Jag tänker på dem som kanske inte är mödrar som inte desto mindre agerar mödrar till världens barn. Jag talar om dem som alltid finns där för att ge kärlek och omsorg.

Jag talar också om lärare, sjuksköterskor, bönder och andra som utför det goda arbetet i världen, som undervisar, serverar mat och klär på, men som dessutom utför Herrens verk – de som lyfter och ger kärlek. Jag talar om dem som är ärliga, vänliga och flitiga i sina dagliga sysslor, men som också är Mästarens tjänare och herdar för hans får. ...

Till de som utför de vardagliga sysslorna i världen men som undrar över värdet av det de uträttar, till de som är denna kyrkas arbetshästar, som befrämjar Herrens verk på så många tysta men betydelsefulla sätt, till de som är jordens salt och världens styrka och varje nations ryggrad – till er alla vill vi helt enkelt uttrycka vår beundran. Om ni håller ut till änden, och om ni är tappra i vittnesbördet om Jesus, kommer ni att uppnå sann storhet och ni kommer en dag att få leva i vår himmelske Faders närhet. ■

Från "Vad är verklig storhet?" Nordstjärnan, feb. 1988, s. 22-24.

INSIKTER



Hur ser vi på vår äkta häft?

"Ingen av oss gifter sig med *fullkomlighet*, vi gifter oss med *potential*. Ett rätt äktenskap handlar inte bara om vad jag vill. Det handlar också om vad hon – som kommer att vara min livskamrat – vill och behöver att jag är."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum: "Att möta utmaningarna i dagens värld", *Liahona*, nov. 2015, s. 46.

Också i det här numret

FÖR UNGA VUXNA

Vad kan Mormons bok lära oss om

lycka?

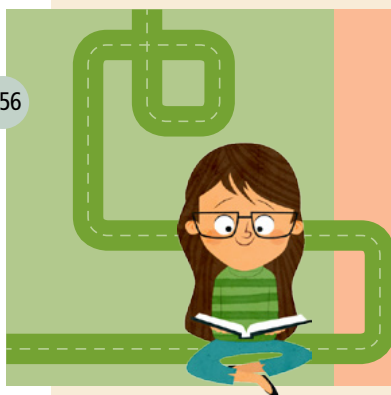
Alla vill vi vara lyckliga. De här sju principerna från Mormons bok visar oss hur vi kan bli det.



s.44

FÖR UNGDOMAR

s.56



DIN FRAMTID *fantastisk, som planerat*

Berättelser från verkliga livet som visar hur du kan göra din framtid så underbar som du vill att den ska vara genom att arbeta på den idag.

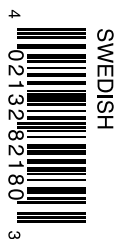
FÖR BARN



En skatt av vittnesbörd

s.70

Sabrinas mamma sa att hennes vittnesbörd var som en skatt. Skulle Sabrina också kunna hitta den här skatten?



SWEDISH

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA

BUDSKAP FRÅN OMRÅDESLEDARNA

Kom, se och känn

Äldste Wolfgang Pilz, Tyskland

Områdessjuttio

1960-talet utmärktes av betydande förändringar och ny tillväxt i kyrkan i Europa. Äldste Ezra Taft Benson i de tolv apostlarnas kvorum, senare kyrkans president, kallades till Europa och kom till Frankfurt för att presidera över Europamissionen. Under hans ledning inleddes initiativ att föra kyrkan ut ur dunklet i centrala Europa, och särskilt i Tyskland, som drabbats mycket hårt av andra världskrigets ödeläggelse. Många enheter i Tyskland hade förlorat sina byggnader och träffades nu i lägenheter eller skjul.

I min hemstad träffades vi i en kontorsbyggnad i stadskärnan, där det fanns en skoaffär, tandläkarmottagning och, på översta våningen, byggnadsägarens lägenhet.

En framträdande upplevelse från min barndom har etsat sig fast i mitt minne än i dag. En liten primärpojke hade kämpat med låset till

huvudingången och det hade tydligen fastnat. När församlingens medlemmar deltog i sakramentsmötet kom byggnadens ägare plötsligt instormande i mötesfriden och öste ur sig arga svordomar och hot. Efter det kändes ingenting som förr. Känslan av trygghet och säkerhet var borta.

En kort tid senare besökte president Benson församlingen i Darmstadt och sa att en byggnad skulle uppföras för oss.

Den stora utmaningen för tio unga familjer och några få äldre trofasta änkor var att få fram en del av den nödvändiga finansieringen från egna medel och mer eller mindre bygga den för egen hand.

Under tre år arbetade de hårt tillsammans för att bygga ett rymligt möteshus för församlingen i utkanten av staden.

I en tid då många av de inblandade familjerna annars kanske skulle

ha byggt ett hem åt sig själva med sina grannars hjälp, lade vi all kraft och varje timme vi kunde undvara på möteshuset. Byggnadsplatsen, källarrummen och ventilationstrummorna blev en äventyrsfylld lekplats för oss barn, eftersom familjerna träffades där varje helg för att arbeta tillsammans. Än i dag kan jag se framför mig hur min mor tog husets största gryta, tillagade en utsökt stuvning och tog med sig den till byggplatsen.

I ett unikt initiativ mellan 1961 och 1967 kallades över 120 unga bröder att tjäna som byggnadsmisionärer. De bodde med medlemsfamiljer, arbetade från morgon till kväll på byggplatsen och var under en tid del av församlingsfamiljen. De var ett utmärkt exempel för oss barn. Vi minns än i dag deras namn. Det hade inte varit möjligt att bygga församlingens möteshus utan det



Äldste
Wolfgang Pilz,
Tyskland

President Ezra Taft Benson i Herne, Tyskland: Hans mission efter kriget 1946 i Europa för att träffa medlemmarna, leda distributionen av förnödenheter och styra upp missionsarbetet på nytt.



arbete de utförde tillsammans med några få experter.

Från Flensburg i norra Tyskland till Graz i södra Österrike uppfördes nästan 60 byggnader på detta sätt.

Precis som templet och våra egna hem är möteshusen heliga platser i vilka vi dyrkar Gud, ber till honom, får undervisning och tar emot andlig vägledning.

Möteshuset har en särskild roll, eftersom det är en plats där vem som helst som uppför sig på lämpligt sätt får komma in utan andra förutsättningar.

Tidigare har vi ofta tagit med oss vänner till församlingens möteshus när det varit kulturella aktiviteter, sportevenemang eller festivaler. De imponerades alla av församlingslivet, men fick sällan en djupare andlig inblick.

Vi förstod senare att våra vänner bara rördes av Anden och kände igen Kristi lärdomar om vi tog med dem till sakramentsmötet, där vi själva kunde få "olja till våra lampor" genom att regelbundet ta del av sakramentet.

Våra kapell må vara enkla och utan utsmyckningar, och sakramentsbordet endast ett altare under denna heliga förrättning, men budskapet att vi dyrkar Kristus som vår Frälsare och Återlösare och att vi kan göra anspråk på hans sällskap och vägledning genom att värdigt ta del av sakramentet, kan genomborra människors hjärtan under detta heliga möte.

Det finns ingen bättre plats att gå till när vi vill dela denna sanning med en vän. ■

Vägen till oberoende

Birgitta Wennerlund, Malmö stav

Den 22 augusti 2015 var det dags för ytterligare en Adam och Evadag i Malmö stav. Inbjudna gäster var *Günter Borcharding* som arbetar med kyrkans "Oberoendeservice" i Tyskland. Han kom nu för att presentera programmet. *Marina Andersson Hedberg* och *Alexandra Tittus* kom från Göteborgs stav för att undervisa oss om psykisk ohälsa och om hur vi kan stärka våra viktigaste relationer. *Biskop och syster Helmstad* från Helsingborgs församling deltog och samtalade om hur vi bättre kan stötta våra nära och kära som gjort annorlunda val. Stavens hjälpföreningspresident-skap bidrog med underbara sallader och bröd samt med frukt och mingel som avslutning. Det var med andra ord en dag som hjälpte dem som kom att bli mer oberoende och lättare kunna hantera svåra situationer.

Broder Borcharding inledde med att berätta om när han och hans hustru hade bestämt sig för att gå på bio en kväll. De hade förberett allting väldigt noga, trodde de, och äldsta barnet Miriam, 9 år, skulle passa sina småsyskon. Grannarna visste om att barnen var ensamma och telefonnumren till dem hade de lagt bredvid telefonen. Till och med biografvakten visste var de satt, om Miriam skulle ringa dit. När de kom hem efter filmen var allting tyst och lugnt i huset.

Men Miriam berättade senare att hon hade varit rädd. Småsyskonen hade inte lytt henne och hade härjat runt och ville inte lägga sig. Då hade hon gått till sitt rum och knäfallit i bön och talat med sin himmelske Fader. "Plötsligt blev allt lugnt", berättade hon, "och mina syskon började samarbeta med mig."

Broder Borcharding bad oss sedan att slå upp Matteus 14:e kapitel och läsa om hur Johannes Döparen döddes. Jesus var sorgsen, Johannes skulle förbereda vägen för honom. "Många har säkert upplevt något liknande när en nära anhörig har dött", sa broder Borcharding. "Då är det lätt att vilja dra sig undan och inte träffa några andra människor. Man vill ofta vara ensam och söka tröst." Så var det även för Jesus, men innan han skickade hem de 5 000 som samlats för att lyssna på honom, såg han till att de fick mat. Han själv gick till andra sidan sjön för att få vara för sig själv och be.

Broder Borcharding sa att när lärjungarna fick se Jesus gå på vattnet, blev de förskräckta. De hade aldrig sett någon gå på vattnet förut och de skrek, så rädda var de. Petrus, denne impulsiva och ivrige lärjunge, ville också gå på vattnet. Det gick bra så länge han hade blicken fäst på Kristus, men när han såg hur det blåste tappade han fokus och började sjunka. "Så länge som vi kan ha våra blickar fästa



Till vänster: Alexandra Tittus, Marina Andersson Hedberg och Günter Borchering talade på Malmö stavs Adam och Eva-dag.

på Kristus, kommer vi att kunna vara oberoende”, sa broder Borchering. ”Det är när vi tappar fokus som vi blir beroende av andras hjälp.” Han förlorade ögonkontakten, och Jesus frågade: ”Varför tvivlade du?”

Jag har använt den här berättelsen”, sa broder Borchering, ”för den lär oss om *oberoende*. Om vi tappar fokus på Kristus finns det risk att den naturliga människan tar över. Om vi inte studerar skrifterna dagligen, om vi inte ber regelbundet och om vi inte regelbundet besöker templet, är det lätt att vi tappar vårt fokus. Vi behöver göra något under veckorna! Det räcker inte med att veta att föräldrarna vet. Vi måste ha ett eget vittnesbörd!”

I handbok nr 2 beskrivs oberoende så här: ”Oberoende, att lita till sig själv, är förmågan, åtagandet och arbetet med att sörja för sitt eget och familjens andliga och timliga behov. När medlemmar klarar sig själva har

de också bättre förmåga att tjäna andra” (6.1.1).

”My foundation”, som programmet heter på engelska, innebär att en mindre grupp, kanske 6 personer, träffas vid 12 tillfällen och med hjälp av varsitt häfte som de går igenom med syftet att förändra sitt beteende. Det är inte någon söndagsskolklass, utan en liten grupp som sitter ner och talar med varandra. Alla får en uppgift att bidra med, och efteråt rapporterar de. ”Något händer i medlemmarnas liv!” säger broder Borchering bestämt.

Alexandra Tittus, som arbetar som relationscoach, tog sedan över tiden. Hon koncentrerade sig på tre viktiga områden där vi kan stärka våra relationer: genom kommunikation, välvilja och kreativitet. Det finns många beteendemönster som vi ofta upprepar. Men ibland kan ett kärleksmönster bli ett kärleksmonster. Vi måste vara uppmärksamma på obehågade monster i vårt liv.

Det finns tre sorters kommunikation, sa syster Tittus: 1) Den ytliga och informativa som är helt ofarlig, 2) den förtroliga, personliga, som man har med nära vänner och 3) den bekräftande, den helande som kan finnas mellan två själar.

Frälsaren visade alltid medkänsla, kärlek och omsorg. ”Och vi måste visa att vi tror på den andra personen, visa tillit och tro på att allt blir bra till slut.” ”Om det inte blir bra, så är det inte slut än”, betonade Alexandra. ”Vi får aldrig vara dömande utan låta den andra personen känna att vi VILL förstå.

”Skriv ner något som du vill förbättra under tre veckor”, uppmanade Alexandra och sätt lappen där du ser den! Justera och utveckla, så att du når ditt mål! Man kan till exempel säga ’jag älskar dig på flera sätt’: jag förlåter dig, jag offrar mig för dig, jag stöder och beskyddar dig. Men våra relationer hör inte hemma på Facebook!”

Efter en utsökt lunch var det dags för Marina Andersson Hedberg att ta över. Syster Andersson Hedberg är psykiater och talade om psykisk ohälsa. Hennes tema var: ”Hur bemöter vi psykisk ohälsa som medmänniskor och som ledare?”

”Hur ska vi då reagera som medmänniskor?”, frågade hon, och svaren lät inte vänta på sig: ”Skapa ett förtroende!”,

”reagera vid första varningssignalerna”, ”men om barn far illa måste vi reagera”, ”bry oss om”, ”leva efter den gyllene regeln (Matt 7:12)”, ”uppmuntra att uppsöka läkare”, ”det finns många mediciner som kan hjälpa”.

Syster Andersson Hedberg gick igenom de olika psykiska sjukdomarna och deras symptom och fick ungefär samma svar från de församlade om hur vi kan vara till hjälp för en medmänniska.

Slutligen lämnades tiden över till biskop Glenn Helmstad och hustrun Cecilia. De hade förberett sig för ett samtal om hur vi kan stärka och hjälpa medlemmar som är ”mindre aktiva” i vår familj.

”Hur kan vi älska varandra bättre?” frågade de och hänvisade till äldste Hollands tal: ”How do I love you?” (New Era 2003)

Vi har alla tillkortakommanden som vi vill att våra närmaste ska ha överseende med.

Vi behöver lyssna, acceptera känslor, peka på det goda de gör och vara vän till hela familjen. Sann kärlek blommar ut när vi ägnar oss mer åt andra än oss själva.

Som avslutning tog stavspresident Tony Clark ordet och menade att det är bra att ha sådana här Adam och Eva-dagar för att kunna diskutera både sociala och mentala svårigheter. Vi vill ofta hjälpa men vet inte hur eller vad vi kan göra. ”Det finns program i kyrkan som vi kan få hjälp av. Tala med din biskop eller grenspresident”, uppmanade president Clark. ■

Färgglad missionärsaktivitet mitt i Stockholm

Gunilla Olsson, Stockholm stav

24 Augusti 2015 – En måndagseftermiddag mitt i rusningstiden i sensommar-Stockholm samlades ett 30-tal ungdomar från Täbys och Stockholms församlingar för att tillsammans med missionärerna utföra ett konstprojekt mitt på Sergels Torg i centrala Stockholm.

Under ledning av syster Sorensen, en heltidsmissionär i Täby församling, skapade de en kanske

30 kvadratmeter stor 3D-målning på marken rakt under fötterna på stockholmarna som nyfiket stannade för att se vad som pågick.

Kladdiga med färg från topp till tå kröp ungdomarna på marken och fyllde i fälten mellan de uppdragna linjerna i enlighet med syster Sorensens direktiv, och på så vis framträdde ett mönster och effekten av ett djup.

Syster Sorensen skaffar sig en överblick över bilden som växer fram. ➔

Ett tydligt budskap till alla förbipasserande som nyfiket undrade vem det var som utsmyckade deras stad. ⬇



På plats fanns även unga mäns och unga kvinnors presidentskap från respektive enheter som servade den arbetande gruppen med mackor och dryck för att hålla energin uppe, och emellanåt själva la sig på knä och färglade.

Motivet som långsamt växte fram var det av en grop och aktiviteten avslutades när ungdomarna tillsammans med ledarna ställde sig kring gropen och gemensamt påminde sig om lamaniterna som i förbund med Gud kastade och begravnade sina vapen. Symboliskt kastade ungdomarna spjut och pilbågar av pinnar och folie.

”Vi valde ett motiv som kändes aktuellt med tanke på de oroliga tider som pågår”, sa Veronica Stenkrona, Unga kvinnors president i Täby församling och en av initiativtagarna till aktiviteten.

För syster Sorensen var det inte första gången hon pyntade Sergels Torg med sin konst. Ihop med en större grupp missionärer och ibland även unga vuxna har hon gjort sju tidigare målningar med motiv som Livets träd, Kristus besök hos nephiterna, Meningen med livet och det nephitiska templet.

Det är alltid många som stannar och ser på, fotar och pratar när de arbetar. Samtidigt som några målar, ägnar sig andra missionärer åt att dela ut Mormons böcker och samspråka med nyfikna förbipasserande.

Även den här gången hade man med sig en låda Mormons böcker och ett flertal missionärspar passade på att komma förbi och hjälpa till under de timmar som ungdomarna var där.

På Sergeltrappan hade några av ungdomarna i färgglada bokstäver skrivit citatet ”I know it, I live it, I love it,” och hänvisat till Mormon. org. Budskapet både lästes och

uppfattades säkert av alla som råkade passera den dagen. ■

Täby och Stockholms församlingar hade nödvändiga tillstånd för att få genomföra denna aktivitet på Sergels torg. Vanliga s.k. gatkeritor som regnar bort användes. (Red. anm.)

Årlig hajk för primärbarn och deras föräldrar

Gunilla Olsson, Stockholms stav

På Järvafältet och i Översjöns scoutstuga samlades i augusti 2015 Stockholms stavs primärbarn i åldern 8–12 år tillsammans med sina föräldrar, först för en far och son-hajk och helgen därpå för en mor och dotter-hajk.

Det var ungefär 25 barn med föräldrar som dök upp respektive helg och nyfiket lärde känna sina jämnåriga i staven.

I fantastiskt sensommarväder kunde man både grilla och bada. Pojkarna passade på att njuta av utelivet och

Glada primärflickor och deras lika glada mammor från Stockholms stav deltog i en mor- och dotter hajk.



FOTO MARIA HAGMAN

man kunde höra prasslet i skogen då de i små grupper vågade sig lite längre bort från både föräldrar och ledare, för att på egen hand upptäcka området och hitta lämpliga pinnar att tälja.

Flickorna höll sig mer samlade och passade på att hitta nya vänner i gruppen.

Runt lägerbålet hördes uppsluppet prat, skratt och fnitter när nya och gamla vänner umgicks och kvällen övergick i natt.

”Lägerbålet var helt klart höjdpunkten med hajken”, säger Maria Hagman, andra rådgivare i Primärs presidentskap i Stockholms stav.

Temat för hajkerna var primärfärgerna Röd, Gul och Blå och dess symbolik; Styrka, Tjänande och Renhet. Dessa illustrerades med hjälp av rollspel om kända berättelser ur skrifterna. Den barmhärtige samariten som tjänade, Davids styrka mot Goliat och Ester som höll sig ren genom att stå för vad som är rätt.

På lördagen fortsatte man med temat och de röda, gula och blå grupperna fick ta sig runt mellan sju olika stationer, där de genom samarbete fick lösa uppgifterna och utveckla både styrka, tjänande och renhet som en grupp. Det var ingen lätt uppgift när de konfronterades med saker som ormnästen (vattenballonger), förlamningsflugor (spikar) och rövare (förklädd stavs-president). Men det var väl värt riskerna för i slutet av äventyret väntade en skatt på dem.

Det var trötta men nöjda grupper som sedan grillade korv och städade upp i stugan inför hemfärd. ■

Talangafton i Vendelsö församling

Sara Petersson, Stockholm södra stav

Mörkret hade lagt sig över södra Stockholm. Men i kapellet i Västerhaninge var det något spännande på gång kvällen den 17 oktober 2015. Röda mattan var utrullad och popcorndoften spred sig i området. Primär i Vendelsö församling ordnade en talangafton för församlingen. Alla var välkomna att bidra med ett framträdande. Vi fick se allt från dans och sång till teater och halsbrytande trick. Det var främst barnen som bidrog med underhållande framträdanden, men en och annan förälder var också med. De yngsta deltagarna var endast tre år gamla. Missionärerna i församlingen bidrog med ett underhållande nummer om hur en missionärsdag kan se

ut. Det var väldigt uppskattat. Hela showen avslutades med ett fantastiskt nummer där primärs presidentskap dansade och sjöng för oss alla. Eller var det primärs presidentskap? De såg i alla fall inte ut som vanligt!

Det var fantastiskt att se hur modiga och talangfulla alla barnen var. Tack för all fantastisk underhållning! Det var sannerligen en glädjefull kväll. Helt i enlighet med Guds syfte för oss, att ”människorna är till för att de skall kunna ha glädje” (2 Ne. 2:25). ■

Glada barn och entusiastiska primärledare visade sig vara en perfekt kombination för en lyckad församlingsaktivitet i Vendelsö församling.



FOTO SARA PETERSSON

SISTA DAGARS HELIGA I SVERIGE BERÄTTAR

Hur man håller ett äktenskap levande i 50 år

Anna Bengtsson, Umeå

Maj-Lis och Ingvar Karlsson i Umeå firade sin 50-åriga bröllopsdag den 7 augusti 2015.

De var bara tjugo år när de träffades i Stockholm, han var från Jokkmokk och hon från Haparanda.

Maj-Lis jobbade på kontor men tog ett extrajobb på konditori. Bara tre dagar efter att hon börjat där flyttade Ingvar till Stockholm för att gå på polishögskolan.

Då var det inte kvällsöppet överallt som nu, så han gick till det enda kvällsöppna stället i närheten för att få något ätbart och i kassan stod hon.

”Maj-Lis är född i kräftans stjärntecken, och det en kräfta fått tag på, det släpper den inte”, skojar Ingvar.

Ungefär ett år efter den första dejten gifte de sig i Vuollerims kyrka som var fullsatt för alla var så nyfikna på Ingvars brud.

Maj-Lis kände sig blyg och efter vigseln viskade hon till sin nyblivne make: ”Jag går inte ut när alla tittar på oss.”

Han sa lugnt och tryggt: ”Jodå, håll i mig så går vi.”

Och det har de levt efter sedan dess. I femtio år har de hållit ihop genom glädje och sorg.

Två söner och nio barnbarn har de fått genom åren.

På frågan om hur man håller ett äktenskap varmt och levande så länge svarar Maj-Lis att det är viktigt att tänka på hur jag vill ha det och så behandla den andra på det sättet.

Man får ge och ta, men mest ge. Om den andre gör något fel ska man inte göra så stort väsen av det. Man ska uppvakta varandra och inte ta varandra för givet. Alla har vi fel och brister men man behöver inte se det. Det viktiga är att tänka på varför jag gifte mig med den här mannen, att se till att ta fram de känslorna ofta.

1998 döptes de och blev medlemmar i kyrkan.

De tycker inte att det är så stor skillnad på deras liv före och efter att kyrkan kom in i deras liv. Vi levde redan ett sådant liv att det inte var så

mycket att ändra på, men ena sonen tycker att vi är lite lugnare och tryggare nu, säger Ingvar.

De har gått igenom flera prövningar, bland annat när ett av barnbarnen dog. Maj-Lis har haft cancer och Ingvar har haft en hjärtinfarkt.

”Jag var hjälpföreningspresident då och själv skulle jag inte ha haft styrkan, men jag fick den kraft jag behöver av vår himmelske Fader”, säger Maj-Lis.

Deras mål är att gå på mission som äldre par, kanske till templet eller inom Sverige. ■



Maj-Lis och Ingvar Karlsson från Umeå.

FOTO CLAES BENGTSSON

FAVORITSKRIFTSTÄLLE

Aronska prästadömet hjälper mig i mina förberedelser för en mission

Promise Udeji, Vendelsö församling

"Allt vad ni har gjort för en av dessa mina minsta bröder, det har ni gjort mot mig" (Matt. 25:40)

Genom att utföra prästadömet's plikter blir jag välsignad och mer erfaren i livet.

Hur kan det aronska prästadömet hjälpa mig i mina förberedelser för att tjäna en heltidsmission? Jag förbereds för en heltidsmission genom prästadömet på olika sätt, till exempel genom att vara en hemlärare. Då får jag erfarenheter och rustas för att besöka och följa upp medlemmar. Talen jag får dela med mig av då

och då förbereder mig för att prata inför många människor och genom att hålla lektioner under Unga mäns möte utvecklas jag i att undervisa om evangeliet, precis som missionärer gör. Slutligen, genom att umgås med missionärer, lär jag mig mycket om hur det är att vara en missionär.

Hur kan jag som prästadömsbärare påverka andras liv? Vi får genom prästadömet möjlighet att delta i tjänandeprojekt där vi får hjälpa andra

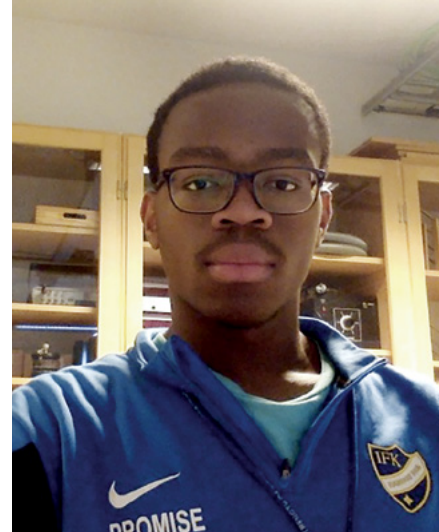


FOTO: PROMISE UDEJI

Promise Udeji

med olika saker. Självt har jag märkt att tack vare prästadömet är jag alltid mer uppmärksam på andras behov. Det leder till att jag alltid är redo att erbjuda min hjälp till andra när det behövs. Genom att erbjuda vår hjälp till våra medmänniskor når vi ut till andra människor, både de som delar vår tro men framförallt de som inte är troende. Det bidrar till att de som inte är troende dras närmre evangeliet. ■

Artiklar till Lokala sidorna

Välkommen att skicka in bidrag till Lokala sidorna under följande rubriker:

Lokala Nyheter, Hur jag vet, Sista dagars heliga i Sverige berättar, Favoritskriftställe (för ungdomar), Försöker likna Jesus (för barn) och Läsarkommentar.

Alla artiklar redigeras och publiceras i mån av plats, kvalitet och lämplighet. De skickas även vidare till den nya svenska hemsidan. Nyhetsartiklar bör skickas in senast 2 veckor efter händelsen.

För att få artiklar och foton publicerade behövs tillstånd från

artikelförfattare, fotograf och personer på fotot. (Undantag: Om det är en nyhetsartikel behövs inte tillstånd från personer på fotot.) För barn och ungdomar under 18 år behövs alltid tillstånd från föräldrar!

Speciella blanketter finns nu för dessa tillstånd som kan hämtas från kyrkans svenska hemsida, jesukristkyrka.se. Under meny "Kontakta oss" nere till höger klickar man på "Hur man skickar in artiklar". Blanketterna måste fyllas i och undertecknas, och skickas eller mejlas tillbaka till redaktionen.

Kontakta redaktionen för mer information.

Eivor Hagman, redaktör

eivorhagman@hotmail.com

Medusagatan 2 A, 553 38 Jönköping

Tel. 036-719663

Gunilla Olsson, stavsreporter Stockholms stav

gunilla.m.olsson@gmail.com

Pelargatan 13, 121 47 Johanneshov

0737-193528

Sara Petersson, stavsreporter Stockholms södra stav

sara.petersson@gmail.com

Ragnebergsvägen 35, 136 67 Vendelsö

Elisabet Aase, stavsreporter Malmö stav

elisabetaase@gmail.com

Lagmansgatan 4C, 214 66 Malmö

0708-350151 ■