

Så travlt, som jeg har, nyder jeg søndagen i fulde drag¹

Ældste Matthieu Bennasar, Frankrig

Områdehalvfjerdsår

Efter gymnasiet begyndte jeg på et meget konkurrenceprægede år for at forberede mig til de franske Grandes Ecoles. Ved slutningen af disse to intense år tager de studerende en meget konkurrencepræget optagelsesprøve i håb om at komme ind på de mest prestigefyldte skoler. Ligesom alle de andre studerende i min klasse arbejdede jeg meget hårdt. De studerende arbejder bogstaveligt hele dagen og til sent hver aften. Det gik hurtigt op for mig, at det ville udgøre en stor numerisk ulempe for mig ikke at arbejde om søndagen i to år. Jeg ville gå glip af det, der svarede til fjorten ugers studie sammenlignet med mine medstuderende. Da min far så, at jeg kæmpede en indre kamp mellem fornuft og tro, talte han til mig på en Jetro-lignende måde: »Matthieu, det, du overvejer, er forkert. Du bør ikke arbejde om søndagen.« Til at starte med gjorde mit hjerte oprør mod dette råd. Min far forstod trods alt ikke, hvordan det var. Men da stormen havde lagt sig, valgte jeg at følge hans råd. Jeg har aldrig fortrudt det. »Ikke at gøre, som [jeg] plejer«² på sabbatten viste sig at være uvurderligt. Ikke alene kom jeg med en fornyet energi mandag morgen, hvor alle mine klassekammerater virkede udmattede

fra en weekend med konstant studie. Men disse år blev afgørende for min åndelige udvikling. Alt det, som jeg oplevede ved at fordybe mig i skrifterne om søndagen, styrkede mine åndelige rødder i de kommende år.

Ved slutningen af disse to intense år tog jeg eksamenen som planlagt og selvom jeg langt fra var blandt de klogeste studerende, klarede jeg mig godt nok til at komme ind på en af de skoler, som jeg havde drømt om, men som jeg aldrig havde troet, jeg kunne



Jeg takker Herren for sabbatten

komme ind på, en af de allerbedste. Dette føjede til mit vidnesbyrd, at »alt virker sammen til gode for dem, der elsker Gud.«³ Gennem denne oplevelse lærte jeg, at sabbatten var en meget nødvendig kilde til sjælens fornyelse, hvilket mine klassekammerater ikke havde adgang til. Ligesom israelitterne spiste manna i ørkenen og ikke samlede manna om søndagen, lærte jeg, at det at stole på Gud ved ikke at arbejde om søndagen gav mig en fordel og ikke en ulempe. Han forbereder en vej gennem befalingerne.

Esajas vidste godt, at sabbatten langt fra at være en byrde kan være en glæde. »Hvis du tager dig i vare på sabbatten og ikke driver handel på min hellige dag, hvis du kalder sabbatten frydefuld og Herrens hellige dag ærværdig, hvis du ærer den ved ikke at gøre, som du plejer, drive handel og træffe aftaler, så skal du glæde dig over lykken hos Herren. Jeg vil føre dig frem over landets høje og lade dig nyde godt af din fader Jakobs ejendom. Herren selv har talt.«⁴

Sabbatten er et enestående pusterum fra bekymringer i vores kaotiske verden og hvile fra vores mediebombarderede liv. Det er en tid til at sætte farten ned og træde ind i en verden af fordybelse. Sabbatten er en hellig tid,

Ældste
Matthieu
Bennasar



ligesom templet er et helligt sted. Det er en dag til at fokusere på familie, glæde sig, knytte bånd og tilbede sammen. Det er en dag til åndelig udvikling, en dag til at bære vidnesbyrd, en dag til at styrke matte knæ. Indtil vi konstant lever i en celestial herlighed, kan sabbatten være vores bedste ugentlige forberedelse til at leve som celestiale væsner. I sidste ende handler sabbatten om den vidunderlige

deltagelse i nadveren, hvorved vores ånd taler med Herren, vores pagter fornyes, og vi får helbredelse til vores sjæl. Vi finder Herren i sabbatten.

Jeg takker Herren for sabbatten. Den er virkelig en glæde. ■

NOTER

1. Ældste Jeffrey R. Holland, verdensomspændende oplæringsmøde for ledere, rundbordssamtale, 9. feb. 2008.
2. Esajas 58:13.
3. Romerne 8:28.
4. Esajas 58:13-14.

Hun blev efterfulgt af biskop Lars Paulsen fra Gladsaxe 1. Menighed, der fortalte om glæden ved Mormons Bog. Når vi studerer den, findes der ikke de prøvelser, vi ikke kan overvinde. Den giver ro og fred.

Temples betydning og sabbatsdagen

Præsident Svensson, 2. rådgiver i tempelpræsidentskabet, fortalte om nogle forfædre, og hvorledes han stolede fuldt og fast på tempellets betydning. Han bar vidnesbyrd om templet, hvor han elskede at tjene.

Præsident Jesper Paulsen, 2. rådgiver i stavspræsidentskabet, talte om sabbatsdagen, der er en gave til os. Den giver os mulighed for at fjerne os fra det verdslige og nærme os det åndelige. Den er frydefuld.

Ældste Adonay Obando

Ældste Obando holdt en »anderledes« tale, som på forskellig vis involverede de fremmødte. Han bad således en ung søster fremsige Unge Pigers tema, hvilket skete sammen med stort antal af de fremmødte søstre.

Ældste Obando talte om prioriteter og sagde, at hvis Guds rige ikke er vores første prioritet, er vi galt på den. Herren holder sine løfter, når vi yder vores. Frelserens forsoning er et mirakel. ■

NYHEDER

Stavskonference i Københavns Stav

Finn Lykkegaard, Redaktør

En god begyndelse

I weekenden den 22. og 23. april 2017 afholdtes forårskonferencen i Københavns Stav under præsidium af ældste Adonay S. Obando, områdehalvfjerdser, fra Spanien. Konferencen indledtes med et præstedømmelederskabsmøde, hvor bl.a. ældste Obando underviste de fremmødte ledere.

Som noget nyt – og meget velkomment – bød staven på en let middag, inden mødet lørdag aften gik i gang.

Redaktionen var desværre forhindret i at deltage, men havde bedt søster Gitte Røder om at referere fra mødet. ■

Lørdag aften mødet

Søster Gitte Røder, Frederiksberg Menighed

En musikalsk indledning

Mødet indledtes med en dobbeltkvartet af UV'er, der sang et meget anderledes og meget smukt arrangement af Joseph Smiths første bøn, hvorefter vi lyttede til inspirerende talere.

Herren og Mormons Bog

Søster Louise Teague, der er fra Frederiksberg Menighed, fortalte ud fra egne erfaringer om, hvor vigtigt det er at gå helt og fuldt ind for evangeliet og stole på Herren i alt. Kun på den måde kan vi finde den største glæde og fred i livet.

Konferencens hovedmøde søndag

Finn Lykkegaard, redaktør

Også en musikalsk indledning

Som vanlig blev søndagen indledt med en minikoncert ved et til lejligheden oprettet stavskor under ledelse af søster Lis Løwe Andersen med søster O'Bryant ved orglet. Afvekslende med solister leverede koret en dejlig indledning til den åndelige fest.

Præsident Erik Bernskov

Stavspræsident Erik Bernskov bød derefter velkommen og herunder også til medlemmerne i Rønne Gren, der var med via en oprettet forbindelse. Han var derefter mødets første taler efter de obligatoriske afløsninger/ opretholdelser. Præsidenten indledte

**Ældste
Adonay
Obando,
Spanien, områ-
dehalvfjerdser**



med at takke alle de søskende, der besøger templet og opfordrede alle til at planlægge besøg. Med henvisning til en oplevelse som udvekslingsstudent opfordrede han til, at man havde et forbillede og gerne, at det er Kristus. Vi skal ønske at følge ham dagligt og ikke gøre forskel på vores væremåder på søndage og hverdage.

Nogle unge talere

Stavspræsidenten blev efterfulgt af søster Emma Østergaard fra Roskilde Menighed, der kort forinden var vendt hjem fra en mission til Ukraine. Hun fortalte om sit personlige forhold til Frelseren, som hun havde fået på sin mission og opfordrede os til at huske, at det at elske er at kende Gud.

Efter hende talte bror Gabriel Møller, ligeledes fra Roskilde Menighed, der talte om at være et lys for verden. Vi skal ikke kun være »søndagsmormoner«, men lade vores lys være tændt til stadighed.

Præsident Michael Olsen

Vi hørte dernæst fra 1. rådgiver i stavspræsidentskabet, præsident Michael Olsen, der fortalte om de udfordringer, han havde haft i tiden efter, han havde påbegyndt egen virksomhed for mere end 30 år siden, hvor mange lange dage kombineret med stiftelse af familie og ansvar i Kirken påførte ham stress med hovedpine, søvnløshed, tab af kontrol og en depressionslignende tilstand. Det tvang ham til at sadle om og lærte ham at sætte Herren først og stole 100 procent på ham og blev indledningen til en »omvendelsesfase« (se Alma 36:20).

”Kirken og evangeliet var ikke årsagen til mine udfordringer, men det blev løsningen”, sluttede han.



Kirkebygningen på Maglegårds Alle

Præsident og søster O'Bryant

Vi hørte dernæst fra søster og præsident O'Bryant, vores missionspræsidentpar. De fortalte om deres glæde ved at være i Danmark og kærlighed til de danske medlemmer.

Ældste Adonay Obando

Ældste Obando understregede, at medlemmer velsignes gennem stavspræsidentens ledelse og opfordrede til at følge lederne som de ville følge Herren. Han forklarede med et eksempel, at modstanderens koncept i mange år har været at holde os i

uvidenhed, hvilket ikke længere er så nemt. Så nu prøver han med falske nyheder at få os til at miste fokus.

Han mindede os om, at prioriteter ændrer sig gennem årene, så vi skal ikke stresse ved at fremskynde ting. Ting sker, når vi sætter Herren først, for med hans styrke kan vi gøre ting, vi ellers ikke ville kunne gøre.

Han mindede os afsluttende om områdepræsidentskabets plan. Den er enkel, men bringer år af glæde, når vi fokuserer på Kristus.

Endnu en åndelig fest. Vi glæder os allerede til den næste. ■

for, at det ikke nytter noget, hvis vi ikke har fokus på Frelseren. Det handler ikke om at være Martha eller Maria, men om at finde balancen. Det er nemmest hvis vi fokuserer på Kristus.

Kirsten Bokhonko begyndte at komme i Hjælpeforeningen som en lille pige, da hendes mor var en del af præsidentskabet. Hun følte den kærlighed søstrene havde, og hun følte sig godt tilpas. Søster Bokhonko har siden haft mange gode og udviklende oplevelser både som lærer, besøglærer og andre kaldelser i Hjælpeforeningen.

Hun talte om, hvordan vi træffer valg hver eneste dag. Vi kan vælge at være taknemmelige og lykkelige. Vi har mange unge søstre i Hjælpeforeningen. Det kan være svært at være de yngste, måske føler de, at det er nogle gamle søstre, der er der, men vi behøver hinanden. Kvinder behøver andre kvinder. Vi skal tjene og gøre alt, hvad vi kan for vore søstre. Er der barrierer, har vi selv skabt dem. At være søster indebærer

Kvindekongressen i Århus Stav 6. maj 2017

Marlene Olsen, redaktør

Opskriften

Dejlige taler, spændende workshops og fantastisk mad; det var opskriften som Århus Stavs hjælpeforeningspræsidentskab havde valgt at bruge til årets kvindekongress, og vellykket var det.

En yngre og en ældre

To søstre i hver sin ende af alderskalaen var blevet spurgt om, hvad Hjælpeforeningen betyder for dem hver især. Søster Laura Rosenkilde er nylig hjemvendt missionær og ny hjælpeforeningspræsident i Århus Menighed fortalte, hvordan hendes

følelser for Hjælpeforeningen havde ændret sig op gennem hendes liv. Fra at synes at det måtte være et kedeligt sted fyldt med ældre søstre, er hun i dag fyldt med taknemmelighed over for de mange søstre, der har undervist hende uden at have en kaldelse og vist deres vidnesbyrd om Jesus Kristus. Hun fortalte om, hvordan hun havde følt sig som Martha og rendt rundt og sørget for, at alting var perfekt. Stille og roligt er hun kommet til en forståelse



En del af de herlige søstre ved konferencen

også, at vi trøster hinanden, er der for hinanden. Vi skal ikke kun elske hinanden mere, men også elske hinanden bedre, afsluttede søster Bokhonko.

Herefter fulgte 3. spændende workshops

Hjernedansen

Vi fik rystet lemmerne med Brain Dance ved Cecilie Nørrung. Brain dance er en nøje instrueret dans, hvor man i bestemt rækkefølge stimulerer hjernens centre for en bedre indlæring, balance og hukommelse. Der er mange fordele ved dagligt at få bevæget kroppen på denne måde.

Mars og Venus

Michael Sprehn havde et fint oplæg ud fra bogen »Mænd er fra Mars og kvinder fra Venus« af John Grey. Han definerede de væsentligste forskelle mellem den kvindelige og mandlige natur. Herefter blev givet mange fiduser til at forstå det modsatte køn,

mange situationer flere søstre kunne nikke genkendende og smilende til.

Følg din drøm

Den sidste workshop omhandlede det at turde springe ud som selvstændig erhvervsdrivende. Susanne Ring Andersen, Malene Højme og Anne Marie Ilskov fortalte om deres erfaringer med egne virksomheder. Her blev givet masser af tip både af åndelig og praktisk karakter, samt en snak om fordelene ved selv at kunne bestemme sin arbejdstid og at være sin egen chef.

Hjælp til flygtningebørn

Stavens Hjælpeforening havde på forhånd bedt søstrene om at donere skoletasker, penalhus, blyanter, linealer, passere, viskelæder osv. til flygtningebørn. Man var blevet opmærksom på, at det er en stor mangelvare hos børnene, og mange søstre havde valgt at donere rundhåndet. Et bord var blevet sat i kirken til de done-rede ting, og det blev hurtigt fyldt op.

Frokost og farvel

Konferencen sluttede af med en dejlig frokost, som Frederikshavn Gren under kyndig ledelse af Jeanett Ørtegren stod for. Maria Køster Jensen havde kreeret den smukkeste og lækreste lagkage med Hjælpeforeningens logo i anledningen af 175-året for oprettelsen af Hjælpeforeningen. Tak til talentfulde søstre og inspirerede ledere. En rigtig dejlig dag for søstrene i Århus Stav. ■

NAVNETYT

Inspirerende far og datter-tradition i over 15 år

Preben Klitgaard, Aalborg Menighed

Enhver, der har sin gang i Aalborg Menighed, eller har besøgt den, vil uden tvivl skrive under på, at det er en af de smukkeste og mest velholdte SDH-bygninger i Danmark.

Velholdt kirkebygning

At bygningen og udenomsarealet er så velholdt skyldes i høj grad bror Leif Klitgaard og hans familie. Sammen med sin hustru Jette fungerede de som menighedens pedeller i ca. 25 år, indtil den ordning ophørte. Derefter skulle medlemmerne, som bekendt, selv overtage pasningen af både bygningen og det store areal rundt om kirken.

Leif frygtede, at det ville blive svært for medlemmerne at klare begge dele, hvis standarden skulle holdes, og kirken ansigt ud ad til bevares. Leif tilbød, at han ville passe det udendørs de første 3 år, indtil det nye system var kørt ind. De 3 år er gået for længst, men Leif er stadig på pletten, og mange af kirken naboer udtrykker ofte deres påskønnelse for den usædvanlig smukke fremtoning kirken er på Riishøjsvej.

Lørdagstradition

Sammen med sin yngste datter Lizett har Leif skabt en far-og-datter-tradition, der nu har rundet 15 år.



Den fantastiske lagkage



Bror Leif Klitgaard foran bygningen

Hver lørdag morgen mødes Lizett sammen med sine forældre, hvor de hygger med rundstykker og et lille stykke kage, og derefter trækker far og datter i arbejdstøjet. Så bliver græsset klippet og bedene luget og hele området rundt om kirken shinet op til søndagens møder. Kun et par gange om året indkaldes præstedømmet til at give en hjælpende hånd med at klippe træer, buske og hæk. Om vinteren er der også udpeget snevagter, men ellers er det udelukkende Lizett og Leif Klitgaard, der trofast af egen fri vilje vedligeholder og forskønner hele området omkring kirkebygningen.

Engageret i en god sag

Leif læner sig op ad L&P afsnit 58:27: »Sandelig siger jeg: Menneskene bør være ivrigt engageret i en god sag og gøre meget af egen fri vilje.«

Og selv om Leif for et par år siden rundede de 70 og i nu over 30 år har passet, plejet og kælet for hvert græsstrå rundt om kirken mange, mange timer om ugen, fortsætter han

ufortrødent og sætter stadig en ære i, at kirken fremstår så smuk og pæn som overhovedet muligt.

På lånt tid

Det er dog på lånt tid, da kirkens nye retningslinjer for vedligeholdelse af udenomsarealerne betyder, at medlemmerne ikke længere må varetage denne opgave. Når man trofast har passet en opgave igennem så mange år, er det derfor både vemodigt og ikke uden bekymring, at duoen må overgive ansvaret til andre. »Min største frygt er, at den samme standard ikke vil blive holdt, og i så fald bliver det virkelig svært at stå på sidelinjen og se til. For Guds hus er et orden-shus, og hvis ikke man er over det, ser det skrækkeligt ud bare efter 2 uger.«

Aalborg Menighed er dybt taknemmelig for de store ofre, der frivilligt bliver ydet af Lizett & Leif, så menighedens bygning og udenomsareal stadig hører til blandt de smukkeste og mest velholdte SDH-bygninger i Danmark. ■

At opdrage børn med særlige behov i kirken

Marlene Olsen, redaktør, og Lone og Vandy Frost, Aalborg Menighed

Kender vi dem?

Vi kender dem godt, de børn, der ikke altid sidder pænt i kirken om søndagen. Måske finder man dem under bænken i gang med en højlydt leg, eller måske hænger de i gardinerne, og en træt primarylærer forsøger at fange deres opmærksomhed. Flere familier i Kirken opdrager børn med forskellige diagnoser, hvor børnenes handicap gør, at de ikke altid passer ind i de velstrøgne normer, der er for god opførsel.

Søster og bror Frost fra Aalborg Menighed har indvilliget sammen med deres drenge i at fortælle, hvordan det er at opdrage 2 børn i Kirken med henholdsvis ADHD og infantil autisme.

Hvordan opdagede I, at 2 af jeres 5 børn ikke udviklede sig som de andre?

Vi har altid troet at Emil »bare« var en aktiv dreng, men omkring 2. klasse fik vi ham undersøgt, og han fik diagnosen ADHD. Elias har ADD og fik sidste år stillet diagnosen infantil autisme. Men allerede som baby vidste vi, at han var senere til det hele. I børnehaven fik vi hurtigt hjælp.

Har I oplevet, at søskende i Kirken så skævt til jer eller kom med bemærkninger til drengenes opførsel?

Der har kun været en søster i menigheden, der har kommenteret noget, men hun tilbød sig efterfølgende som hjælp til os om søndagen. Søskende har været overbærende og tålmodige med drengene, og vi har altid følt os trygge i kirken. Hvis de skulle have en tæt relation til nogen, skulle de have fuldstændig ens interesser, og det er jo svært lige at matche. Elias føler sig ok tilpas i kirken, men han har et vidnesbyrd om evangeliet, og det hjælper jo en del.

Har I vejledt lærerne i Kirken omkring jeres drenges behov?

Det har været vigtigt for os at være åbne om det. Vi har fortalt lærerne om drengenes behov, men vi har også været meget villige til selv at deltage ved stævner, spejderlejre, fester osv. Det har vores drenge følt som en tryghed, og det har været en kæmpfordel for lederne. Nu deltager Elias alene, og er tryk ved det.

Hvordan er jeres hverdag anderledes?

Alt skal være forudsigeligt. Tingene skal foregå på samme måde hver dag med morgenrutine, mad, aktiviteter osv. Hvis ikke tingene kører i samme rækkefølge, så ramler tingene. Der er en stram struktur med specielt Elias. Emil har en alder hvor det er naturligt at flytte hjemmefra,

men han er ikke klar til det endnu. Han skal modnes lidt mere. Vi er bekymret for, hvordan det skal gå, og specielt om han vil blive udnyttet af andre. Løsnin-gen bliver måske, at han flytter på et værelse meget tæt på os, og så måske kommer hjem og spiser. Så overgangen bliver blid og trukket over en lang periode. Tryghed er vigtigt for ham.

Har I nogle gode råd til forældre i Kirken, som står i samme situation?

Vagtskifte!

Der skal være nogle klare aftaler om, hvem der gør hvad, og man skal som par være god til at samarbejde. Det er også vigtigt at nære sit vidnesbyrd. Ofte når vi er i kirken, så er vi der for vores børn. Vi får ikke altid så meget med hjem selv. Det er også vigtigt at huske de andre børn, og ikke forlange mere af dem, end de kan klare. Bøn er også vigtigt for os. Vi har haft Herren med

på råd mange gange. Vi har også brugt vores netværk som aflastning. Husk at der er ok at tage på ferie uden børn. Efter 14 år var vi på bryllupsrejse. Det var SÅ godt for vores forhold, og børnene kunne mærke det på os.

Har I et godt råd til Kirkens ledere?

Det har været meget svært for os med Kirkens målsætningsprogrammer. Alle børn passer ikke ind i de »kasser«. Måske kunne man lave nogle individuelle ordninger, så børn med særlige behov også kan opleve at opnå mål, og modtage belønning på samme måde som andre.

Har I lært noget som I ikke ville have lært, hvis I ikke havde haft de her udfordringer i familien?

Ydmyghed. Vi har ikke kunne gøre det her selv. Vi har været afhængige

Familien Frost



WANDY FROST

af Herren og har lært ham bedre at kende. Vi har stolet blindt på, at hvis vi holdt os tæt til Herren, så ville han hjælpe os. Vi har også lært at fokusere på, at de er glade og lykkelige.

En stor tak til søster/bror Frost og i særdeleshed Emil og Elias Frost for dele de her ting med os.

Lone og Vandy Frost har lavet en lukket facebookgruppe til SDH-familier der ønsker at dele erfaringer. Gruppen hedder SDH familier med børn og unge med særlige behov. ■

FOR DE YNGRE: MIT YNDLINGSSKRIFTSTED

Mit yndlingskriftsted

Tinus L., 14 år, Slagelse Menighed

Den fjerde trosartikel: Vi tror, at evangeliets første principper og ordinancer er: 1) tro på Herren Jesus Kristus, 2) omvendelse, 3) dåb ved nedsænkning i vandet til syndernes forladelse, 4) håndspålgelse for Helligåndsgaven

Dette er et af mine yndlingssteder i skrifterne, fordi det angiver nogle klare retningslinjer for den vej, der er nødvendig for alle at følge, for at gå gennem porten til Guds rige. Og det er godt og vigtigt at vide. ■



FINN LYKKEGAARD, REDAKTØR

Tinus L., Slagelse Menighed

FORRÅDSTIP

Forrådstips og husgeråd

Eika Olsen, Gladsaxe 1. Menighed

Man skal se sig for

Mange synes, at man kun skal købe de fødevarer, man skal bruge lige her og nu. Vi, som bør have et forråd, må have vores øjne med os og købe, hvis der er tilbud på de varer, vi bruger til dagligt.

Gode forslag til opbevaring

Derfor må vi vide, hvordan vi skal opbevare det, vi køber. Her er et par forslag, som jeg har været glad for:

- Citroner kan pakkes ind i sølvpapir, så holder de op til 3 måneder.
- Tomater pakkes i avispapir eller køkkenrul, så holder de meget længere

VERNER OLSEN, GLADSAXE 1. MENIGHED



Søster Eika Olsen, Gladsaxe 1. Menighed

- Brød lægges i papirposer og så plastic uden om, og ikke i køleskab.
- Husk at spise op engang i mellem fra fryseren. Jeg tager en skuffe til det som skal spises først. Og så skynder jeg mig med at fylde resten af fryseren op med nye frysevarer. ■

KONTAKT OS

Skriv til lokalsiderne

Artikler til lokalsiderne »Rundt om Danmark« er altid velkomne.

Skriv venligst tydelig afsender, samt hvilket af lokalsidernes områder du skriver til.

Nyhedsartikler bør indsendes senest 2 uger efter hændelsen, da der går ca. 3 mdr., før artiklen trykkes. Indsend venligst mellem ca. 75-700 ord.

Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og afkorte artiklerne. Offentliggørelsen af tekster og fotografier afhænger af deres relevans, kvalitet og den tilgængelige plads.

Redaktør Finn Lykkegaard

E-mail: LiahonaDK@gmail.com ■