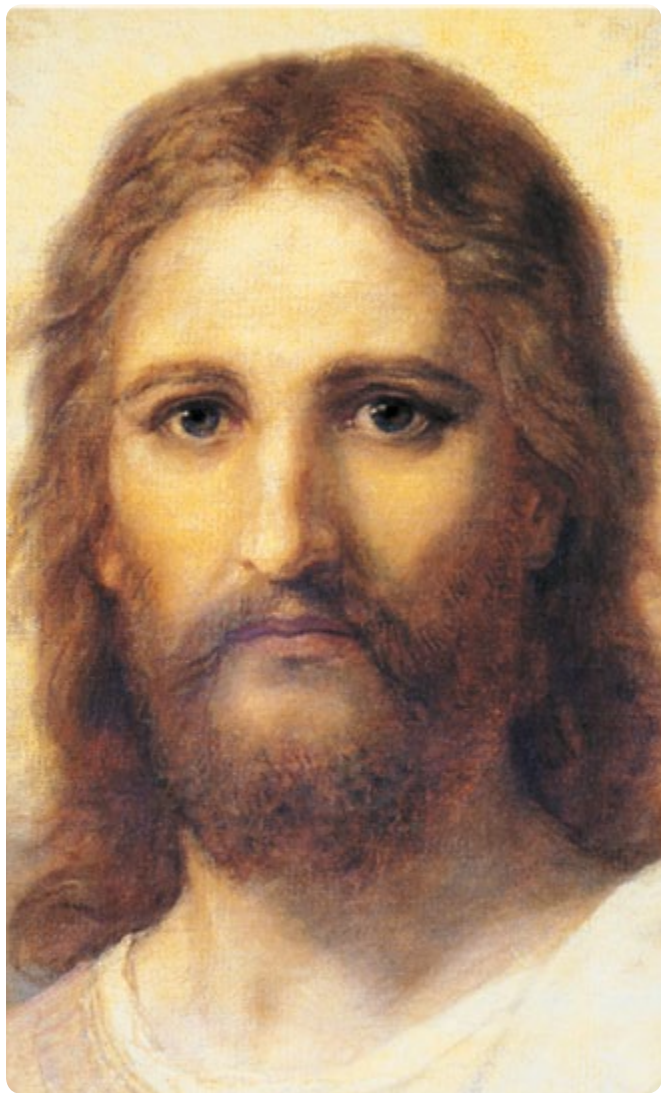


Für eine
starke
Jugend





Geleitwort an die Jugendlichen von der Ersten Präsidentschaft

LIEBE JUNGE MÄNNER, LIEBE JUNGE DAMEN, wir setzen großes Vertrauen in euch. Ihr seid Söhne und Töchter Gottes. Er liebt euch und er achtet auf euch. Ihr seid in einer Zeit auf die Erde gekommen, in der es großartige Möglichkeiten gibt, aber auch große Herausforderungen. Die Grundsätze in dieser Broschüre werden euch eine Richtschnur sein bei den wichtigen Entscheidungen, die ihr jetzt und künftig trefft. Wir verheißen euch: Wenn ihr die Bündnisse haltet, die ihr eingegangen seid, und diese Grundsätze befolgt, wird der Heilige Geist bei euch sein, euer Glaube und euer Zeugnis werden stärker und ihr werdet immer glücklicher werden.

Behaltet bei allem, was ihr tut, stets den Tempel im Blick. Im Tempel empfangt ihr die größten Segnungen des Herrn; dazu zählt auch die Ehe für Zeit und alle Ewigkeit. Wenn ihr euch an die Grundsätze in dieser Broschüre haltet, hilft euch das, für den Tempel würdig zu sein, wo ihr jetzt schon heilige Handlungen für eure Vorfahren erledigen könnt und künftig unverzichtbare Bündnisse für euch selbst eingehen werdet.

Der Vater im Himmel setzt großes Vertrauen in euch. Er hat euch ein Werk aufgetragen. Betet um Führung und bittet eure Eltern und Führungsbeamten um Rat. Die Entscheidungen, die ihr jetzt trefft, haben große Auswirkung darauf, wie euer Leben hier und in der Ewigkeit verlaufen wird.

Wir bezeugen, dass Gott lebt. Wir beten inständig darum, dass ihr euer Leben lang standhaft und tapfer bleibt und auf den Erlöser und seine Verheißungen baut. Auf diese Weise übt ihr einen guten Einfluss aus und tragt dazu bei, das Gottesreich zu errichten und die Welt auf das Zweite Kommen des Erretters vorzubereiten.

Die Erste Präsidentschaft

Türknöpfe am Salt-Lake-Tempel



Herausgeber:
Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage
Salt Lake City, Utah, USA

© 2001, 2011 Intellectual Reserve, Inc.
Alle Rechte vorbehalten
Printed in the United States of America

Genehmigung: Englisch 9/11,
Übersetzung 9/11
Das Original trägt den Titel: *For the Strength of Youth*
German
09403 150

Inhalt

Entscheidungsfreiheit und Rechenschaftspflicht	2
Miteinander ausgehen	4
Kleidung und äußere Erscheinung	6
Bildung	9
Unterhaltung und Medien	11
Familie	14
Freunde	16
Dankbarkeit	18
Ehrlichkeit und Redlichkeit	19
Ausdrucksweise	20
Musik und Tanz	22
Körperliche und seelische Gesundheit	25
Umkehr	28
Verhalten am Sonntag.	30
Dienst am Nächsten	32
Sexuelle Reinheit	35
Zehnter und Opfergaben	38
Arbeiten und selbständiges Handeln	40
Im Glauben vorangehen.	42
Anhang	44

Entscheidungsfreiheit und Rechenschaftspflicht

Darum sind die Menschen ... frei, um Freiheit und ewiges Leben durch den großen Mittler für alle Menschen oder um Gefangenschaft und Tod zu wählen. 2 Nephi 2:27

Der Vater im Himmel hat euch die Entscheidungsfreiheit gegeben – die Fähigkeit, zwischen richtig und falsch zu unterscheiden und selbständig zu handeln. Neben dem Leben selbst ist das Recht, euer Leben selbst zu gestalten, eines von Gottes größten Geschenken an euch. Auf der Erde werdet ihr geprüft, damit sich erweisen kann, ob ihr eure Entscheidungsfreiheit dazu gebraucht, Gott eure Liebe zu beweisen und seine Gebote zu halten. Der Heilige Geist kann euch dabei führen, gute Entscheidungen zu treffen.

Für eure Entscheidungen seid ihr verantwortlich. Gott achtet auf euch und hilft euch, gute Entscheidungen zu treffen, selbst wenn eure Familie und eure Freunde ihre Entscheidungsfreiheit dazu nutzen, sich für das Falsche zu entscheiden. Habt den sittlichen Mut, standhaft Gottes Willen zu tun, selbst wenn ihr alleine da steht. Dadurch gebt ihr euren Mitmenschen ein Beispiel.

Ihr könnt zwar eure Entscheidungen selbst treffen, doch die Konsequenzen eurer Taten könnt ihr nicht wählen. Konsequenzen sind eine natürliche Folge eurer Entscheidungen – seien sie nun positiv oder negativ. Manch sündhaftes Verhalten bringt vielleicht vorübergehend weltliches Vergnügen mit sich, doch solche Entscheidungen verlangsamten euren Fortschritt und führen zu



Kummer und Leid. Rechtschaffene Entscheidungen machen auf Dauer glücklich und führen zum ewigen Leben. Denkt daran: Wahre Freiheit erlangt man, wenn man sich entscheidet, gehorsam zu sein; wer sich aber entschließt, ungehorsam zu sein, büßt Freiheit ein.

Es liegt an euch, die Fähigkeiten und Talente zu entfalten, die der Vater im Himmel euch gegeben hat. Ihr müsst ihm irgendwann Rechenschaft darüber ablegen, was ihr mit euren Talenten angefangen und wie ihr eure Zeit verbracht habt. Nehmt euch vor, viel Gutes aus freien Stücken zu tun.

Matthäus 25:14-29; Moroni 7:15-19; Lehre und Bündnisse 58:27,28

Machen mich meine Entscheidungen auf Dauer glücklich?

Miteinander ausgehen

*Tugend liebt Tugend; Licht hält fest
an Licht. Lehre und Bündnisse 88:40*



Wenn ein Junge und ein Mädchen miteinander ausgehen, heißt das, sie verabreden sich, um einander besser kennenzulernen. In einem Kulturkreis, wo es üblich ist, dass junge Menschen miteinander ausgehen, könnt ihr dabei zwischenmenschliche Fertigkeiten erwerben und entfalten, Freundschaften schließen, Spaß haben und letztlich einen Partner für die Ewigkeit finden.

Geht frühestens mit jemandem aus, wenn ihr 16 Jahre alt seid. Geht bei den ersten Verabredungen mit einem weiteren oder mehreren Pärchen aus. Geht nicht immer wieder mit dem- oder derselben aus. Wenn ihr zu früh eine feste Beziehung eingeht, kann dies euren Freundeskreis begrenzen und unter Umständen zu Unsittlichkeit führen. Stellt die Jungen oder Mädchen, mit denen ihr ausgeht, euren Eltern vor.

Geht nur mit jemandem aus, der hohe sittliche Grundsätze hat und in dessen Gesellschaft ihr euch an eure Grundsätze halten könnt. Denkt daran: Wenn ein Junge und ein Mädchen miteinander ausgehen, haben sie die Pflicht, die Würde und Tugend des anderen zu schützen.

Plant etwas Ungefährliches, Schönes und Preisgünstiges, wobei ihr einander kennenlernen könnt. Haltet euch nur an Orten auf, wo ihr eure Grundsätze wahren und dem Geist nahebleiben könnt.

Üblicherweise ergreift der Junge die Initiative. Er bittet das Mädchen, mit ihm auszugehen, und plant etwas für die gemeinsame Zeit. Wenn ihr jemanden bittet, mit euch auszugehen, oder eine



Einladung annimmt oder ablehnt, seid freundlich und respektvoll. Seid während der Verabredung höflich und zuvorkommend, wenn ihr einander zuhört und euch unterhaltet.

Wenn ihr erwachsen werdet, macht es zu einem eurer wichtigsten Ziele, einen Partner zu finden und zu heiraten. Sucht einen Partner, der tempelwürdig ist und an den ihr für Zeit und alle Ewigkeit gesiegelt werden könnt. Die Eheschließung im Tempel und die Gründung einer ewigen Familie sind in Gottes Plan des Glücklichen von entscheidender Bedeutung.

1 Korinther 11:11; Lehre und Bündnisse 46:33

Wie kann ich die Jungen oder Mädchen, mit denen ich ausgehe, zum Guten beeinflussen?

Kleidung und äußere Erscheinung

Wisst ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt? ... Gottes Tempel ist heilig, und der seid ihr. 1 Korinther 3:16,17



Der Körper ist heilig. Achtet ihn und verunreinigt ihn auf keinerlei Weise. Durch eure Kleidung und euer Erscheinungsbild könnt ihr zeigen, dass euch bewusst ist, wie kostbar euer Körper ist. Ihr könnt zeigen, dass ihr Jünger Jesu Christi seid und ihn liebt.

Die Propheten haben Gottes Kindern immer schon geraten, sich anständig zu kleiden. Wenn eure äußere Erscheinung ordentlich ist und ihr euch anständig kleidet, kann der Geist bei euch sein und ihr könnt

auf eure Mitmenschen einen positiven Einfluss ausüben. Eure Kleidung und euer Erscheinungsbild haben Einfluss auf euer Verhalten und das anderer Menschen.

Senkt niemals eure Maßstäbe bezüglich der Kleidung. Nehmt keinen auch noch so besonderen Anlass als Ausrede, euch unanständig zu kleiden. Wer sich unanständig kleidet, vermittelt dadurch etwas, was mit seinem wahren Wesen als Sohn oder Tochter Gottes unvereinbar ist. Ihr sagt damit auch über euch aus, dass ihr euren Körper dazu benutzt, Aufmerksamkeit zu erregen und Anerkennung zu bekommen.



Zu unanständiger Kleidung gehören eng anliegende, durchsichtige und sonstige freizügige Kleidungsstücke. Mädchen sollen weder sehr kurze Hosen oder Miniröcke tragen noch bauchfreie Oberteile, schulterfreie oder rückenfreie Kleidung oder Kleidung mit tiefem Ausschnitt. Auch die Jungen sollen ein anständiges Erscheinungsbild wahren. Jungen und Mädchen sollen ordentlich und sauber sein und, was Kleidung, Frisur und Verhalten angeht, Extreme und übertriebene Lässigkeit meiden. Beim Sport sollen sie anständige, zweckdienliche Kleidung tragen. Die weltlichen Modetrends ändern sich, doch die Maßstäbe des Herrn bleiben unverändert.

Entstellt euch nicht mit Tätowierungen oder Piercings. Wenn Mädchen Ohringe tragen möchten, sollen sie es auf ein Paar beschränken.

Erweist dem Herrn und euch selbst Achtung, indem ihr euch für die Versammlungen und sonstigen Veranstaltungen der Kirche angemessen kleidet. Das ist besonders wichtig, wenn ihr den Abendmahlsgottesdienst besucht. Die Jungen Männer sollen würdevoll gekleidet sein, wenn sie beim Abendmahl amtieren, denn dieses ist eine heilige Handlung.

Wenn ihr euch nicht sicher seid, ob ein Kleidungsstück angemessen ist, befasst euch mit den Aussagen der Propheten, betet um Führung und bittet eure Eltern oder Führungsbeamten um Hilfe. Wie ihr euch heute kleidet und zurechtmacht, bereitet euch auf den Tag vor, da ihr in den Tempel gehen und heilige Bündnisse mit Gott schließen werdet. Stellt euch die Frage: „Würde ich mich so in der Gegenwart des Herrn wohlfühlen?“

Genesis 1:27; Alma 1:27

Inwieweit wirkt sich mein Zeugnis vom Evangelium auf die Wahl meiner Kleidung aus?

Bildung

Jeglicher Grundzug der Intelligenz, den wir uns in diesem Leben zu eigen machen, wird mit uns in der Auferstehung hervorkommen. Lehre und Bündnisse 130:18



Der Bildung kommt im Plan des Vaters im Himmel große Bedeutung zu. Sie soll euch helfen, ihm ähnlicher zu werden. Er möchte, dass ihr euren Verstand schult und eure Fähigkeiten und Talente entfaltet, damit ihr euren Aufgaben gut nachkommt und immer mehr Freude am Leben habt. Das Wissen, das ihr euch hier aneignet, wird euch im Erdenleben, aber auch im künftigen Leben von Nutzen sein.

Bildung bereitet euch darauf vor, in der Welt und in der Kirche einen größeren Beitrag zu leisten. Ihr könnt so auch besser für euren Lebensunterhalt aufkommen und für eure Familie und für die Bedürftigen sorgen. Ihr könnt dadurch auch eurem künftigen Ehepartner besser zur Seite stehen und ihm guten Rat geben und auch die Kinder, die ihr haben werdet, an eurem Wissensschatz teilhaben lassen.

Bildung ist eine Investition, die sich auszahlt und euch Gelegenheiten verschafft, die euch andernfalls vielleicht verschlossen blieben. Nehmt euch heute vor, euch Wissen und Bildung anzueignen. Seid bereit, fleißig zu arbeiten, und, falls erforderlich, auch Opfer für eure Bildung zu bringen. Berichtet eurer Familie, euren Freunden und den Führungsbeamten, die euch betreuen,

Bildung

welche Ziele ihr euch im Bereich Bildung gesetzt habt, damit sie euch unterstützen und euch Zuspruch geben können.

Bewahrt euch euer Leben lang den Lerneifer. Habt Freude daran, euch weiterzubilden und euren Horizont zu erweitern. Nehmt euch vor, aktiv die Gelegenheiten zum Lernen zu nutzen, die sich euch bieten.

Teil eurer Bildung muss sein, dass ihr euch Wissen in geistigen Belangen aneignet. Studiert die heiligen Schriften und die Worte der neuzeitlichen Propheten. Nehmt an Seminar und Institut teil. Befasst euch euer Leben lang mit dem Plan des himmlischen Vaters. Dieses Lernen im geistigen Bereich hilft euch, Lösungen für die Schwierigkeiten des Lebens zu finden, und der Heilige Geist kann bei euch sein.

Alma 37:35; Lehre und Bündnisse 88:77-80

Wozu dient mir und meiner künftigen Familie eine gute Bildung?



Unterhaltung und Medien

Wenn es etwas Tugendhaftes oder Liebenswertes gibt, wenn etwas guten Klang hat oder lobenswert ist, so trachten wir danach. 13. Glaubensartikel

Ihr lebt in einem Zeitalter erstaunlicher technischer Errungenschaften und habt leichten Zugang zu vielen Medien, darunter das Internet, Mobiltelefone, Videospiele, Fernsehen, Filme, Musik, Bücher und Zeitschriften. Die Informationen und die Unterhaltung, die euch durch diese Medien offenstehen, können dazu beitragen, dass ihr euer Wissen vergrößert, besser miteinander kommuniziert und eine Stütze des Guten in der Welt werdet. Es gibt jedoch auch Informationen und Unterhaltung, die euch davon abbringen können, rechtschaffen zu leben. Seid daher klug bei der Auswahl der Medien, die ihr nutzt, denn alles, was ihr lest, anhört oder anschaut, hat eine Wirkung auf euch. Befasst euch nur mit Medien, die euch erbauen.

Der Satan verwendet Medien, um euch zu täuschen. Er stellt das, was falsch und böse ist, als normal, witzig oder aufregend hin. Er will euch in die Irre führen und euch glauben machen, es sei in Ordnung, Gottes Gebote zu brechen, und dies habe keinerlei negative Folgen für euch oder andere. Wenn etwas in irgendeiner Weise vulgär, unsittlich, gewalttätig oder pornografisch ist: Geht nicht hin, schaut es nicht an, beteiligt euch nicht daran! Nehmt an nichts teil, was Unsittlichkeit oder Gewalt als annehmbar hinstellt. Habt den Mut, das Kino zu verlassen, andere Musik zu hören oder den Computer, den Fernseher oder das Mobiltelefon auszuschalten, wenn das, was ihr hört oder seht, den Geist vertreibt.

Pornografie in jeglicher Form ist besonders gefährlich und kann leicht zur Sucht werden. Vielleicht seht ihr etwas unabsichtlich oder seid nur neugierig, doch es kann zu einer zerstörerischen Gewohnheit werden. Pornografie ist eine schwerwiegende Sünde und kann zu weiteren sexuellen Übertretungen führen. Meidet Pornografie um jeden Preis. Sie ist ein Gift, das eure Selbstbeherrschung schwächt, eure Selbstachtung zerstört und die Art und Weise verändert, wie ihr eure Mitmenschen seht. Sie beraubt euch der Führung des Geistes und kann eure Fähigkeit beeinträchtigen, eine normale Beziehung zu euren Mitmenschen, insbesondere zu eurem künftigen Ehepartner, zu haben. Sie schränkt eure Fähigkeit ein, wahre Liebe zu empfinden. Wenn ihr auf Pornografie stoßt, wendet euch sofort davon ab.

Wenn ihr euch auf Pornografie eingelassen habt, hört jetzt damit auf. Sucht euch die notwendige Hilfe. Eure Eltern und der Bischof können euch helfen, die Schritte zu unternehmen, die erforderlich sind, damit ihr umkehren und euch von dieser zerstörerischen Gewohnheit befreien könnt.

Achtet darauf, dass euer Medienkonsum nicht eure Empfänglichkeit für den Geist schmälert oder die Beziehungen zu euren



Mitmenschen beeinträchtigt. Viel Zeit im Internet, am Mobiltelefon, mit Videospiele, beim Fernsehen oder mit anderen Medien kann euch kostbare Zeit mit anderen Menschen nehmen. Achtet darauf, dass die Zeit in sozialen Netzwerken nicht die Zeit ablöst, die ihr mit der Familie und mit euren Freunden verbringt.

Achtet gut auf eure Sicherheit und die anderer. Passt gut darauf auf, was ihr an persönlichen Angaben und Bildern über diese technischen Mittel verbreitet. Gebt auch über Internet oder SMS nichts weiter, was unpassend wäre, wenn ihr es von Angesicht zu Angesicht mitteilen würdet. Haltet euch an die Gesetze für die Weitergabe von Liedern, Filmen und weiteren urheberrechtlich geschützten Daten.

Wenn ihr euch nicht sicher seid, ob ihr etwas ansehen oder anhören sollt, sprecht mit euren Eltern und anderen Erwachsenen, die euch führen. Der Heilige Geist wird euch die Kraft geben, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Moroni 10:30; Lehre und Bündnisse 121:45

Wie wirkt sich mein Medienkonsum auf mein Denken und Handeln aus?



Familie

Die Familie ist von Gott eingerichtet. Die Ehe zwischen Mann und Frau ist wesentlich für seinen ewigen Plan. ... Ein glückliches Familienleben kann am ehesten erreicht werden, wenn die Lehren des Herrn Jesus Christus seine Grundlage sind. „Die Familie – eine Proklamation an die Welt“

Es ist ein großer Segen, zu einer Familie zu gehören. In eurer Familie könnt ihr Gesellschaft finden und glücklich sein. Ihr könnt dort wahre Grundsätze in einer liebevollen Umgebung lernen, und sie kann euch helfen, euch für das ewige Leben bereitzumachen.

Eine starke Familie kostet Mühe. Eure Familie profitiert davon, wenn ihr euren Teil tut, um sie zu stärken. Seid fröhlich, hilfsbereit und rücksichtsvoll. Viele familiäre Probleme rühren daher, dass man in der Familie egoistisch oder unfreundlich spricht und handelt. Bemüht euch, ein Friedensstifter zu sein, statt andere zu ärgern, mit ihnen zu zanken oder zu streiten. Zeigt euren Angehörigen jeden Tag, dass ihr sie lieb habt. Gebt eurer Familie durch Wort und Tat Zeugnis. Euer Beispiel für Rechtschaffenheit kann viel bewirken und eure Familie stärken.

Ehrt eure Eltern – zeigt ihnen, dass ihr sie lieb habt und achtet. Gehorcht ihnen, wenn sie euch in Rechtschaffenheit den Weg weisen. Helft daheim bereitwillig mit. Beteiligt euch an Unternehmungen und Traditionen der Familie. Macht mit beim Familiengebet, beim gemeinsamen Schriftstudium und beim Familienabend. Die Familie wird stärker und einiger, wenn man diese Gebote hält.

Falls in eurer Familie nicht gemeinsam gebetet und in den heiligen Schriften gelesen wird, dann macht es für euch allein. Vielleicht bewegt euer gutes Beispiel die anderen ja dazu, mitzumachen.

Festigt die Beziehung zu euren Geschwistern. Sie können eure besten Freunde werden. Unterstützt sie in ihren Interessen und helft ihnen bei Problemen, vor denen sie vielleicht stehen.

Gott hat den Wunsch, dass jedes seine Kinder in eine ewige Familie hineingeboren wird, wo Vater und Mutter einander und ihre Kinder lieben und umsorgen. Falls das bei euch nicht der Fall ist: Habt Geduld und lebt weiterhin rechtschaffen. Haltet Ausschau nach würdigen Vorbildern. Bereitet euch schon jetzt darauf vor, eure gottgegebene Rolle als Ehemann oder Ehefrau und als Vater oder Mutter zu erfüllen. Nehmt euch fest vor, im Tempel zu heiraten und eine ewige Familie zu gründen.

Epheser 6:1-3; Mosia 4:14,15

Wie sehr achte ich auf die Bedürfnisse und Wünsche meiner Angehörigen?



Freunde

Was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan. Matthäus 25:40



Jeder Mensch braucht gute, wahre Freunde. Sie geben uns viel Kraft und sind uns ein großer Segen. Eure Freunde haben Einfluss darauf, wie ihr denkt und handelt. Sie beeinflussen sogar, was für eine Persönlichkeit ihr entwickelt. Gute Freunde helfen euch, ein besserer Mensch zu werden. Sie machen es euch leichter, das Evangelium Jesu Christi zu leben. Sucht euch Freunde, die die gleichen Wertvorstellungen haben wie ihr, damit ihr einander stärken und ermutigen könnt, nach hohen Grundsätzen zu leben.

Wer gute Freunde haben will, muss selbst ein guter Freund sein. Zeigt aufrichtig Interesse an anderen, lächelt und lasst sie wissen, dass sie euch am Herzen liegen. Behandelt jedermann freundlich und respektvoll und verurteilt und kritisiert eure Mitmenschen nicht. Beteiligt euch an keiner Form von Mobbing. Freundet euch insbesondere auch mit jemandem an, der schüchtern oder einsam ist, vielleicht eine Behinderung hat oder sich ausgeschlossen fühlt.

Senkt eure Grundsätze nicht, um euch mit jemandem anzufreunden. Falls eure Freunde euch drängen, etwas Falsches zu tun, solltet ihr diejenigen sein, die für das Rechte eintreten, selbst wenn ihr damit alleine dasteht. Vielleicht müsst ihr euch andere Freunde suchen – Freunde, die euch dabei unterstützen, die Gebote zu halten. Bemüht euch bei solchen Entscheidungen um Führung durch den Heiligen Geist.



Wenn ihr bemüht seid, das Evangelium zu leben, ermuntert ihr dadurch eure Freunde, es euch gleichzutun. Seid ein Vorbild: Haltet die Gebote, nehmt am Kirchenleben teil, macht euch bereit, dem Herrn euer Leben lang zu dienen, und bleibt tempelwürdig.

Ladet Freunde, die nicht der Kirche angehören, zu Versammlungen und Aktivitäten ein. Gebt ihnen das Gefühl, dass sie willkommen sind und dazugehören. Viele Menschen schließen sich der Kirche an, weil ihre Freunde ihnen ein gutes Beispiel geben und sie einbeziehen. Kümmert euch vor allem auch um Neubekehrte und Mitglieder, die weniger aktiv sind.

1 Timotheus 4:12; Alma 17:1,2

Was für ein Freund bin ich?

Dankbarkeit

Und wer alles mit Dankbarkeit empfängt, der wird herrlich gemacht werden. Lehre und Bündnisse 78:19



Der Herr möchte, dass ihr bei allem, was ihr tut und sagt, dankbar seid. Mit einem dankbaren Herzen lebt es sich glücklicher und zufriedener. Dankbarkeit bewirkt, dass ihr euer Herz dem Herrn zuwendet und seinen Einfluss und seine Segnungen besser erkennen könnt. Selbst in äußerst schwierigen Zeiten könnt ihr vieles entdecken, wofür ihr dankbar sein könnt. Wenn ihr das tut, werdet ihr gestärkt und gesegnet.

Dankt dem Vater im Himmel beim Beten von Herzen für die Segnungen, die er euch gewährt. Dankt ihm konkret für seine Güte, für eure Familie, für Freunde, Führungskräfte und Lehrer, für das Evangelium und für seinen Sohn Jesus Christus.

Ihr könnt dem Herrn auch durch eure Lebensweise eure Dankbarkeit zeigen. Wenn ihr seine Gebote haltet und euren Mitmenschen dient, zeigt ihr, dass ihr ihn liebt und ihm dankbar seid. Bedankt euch auch bei denjenigen, die auf so vielfältige Weise euer Leben bereichern.

Lukas 17:12-19; Alma 34:38

Wie kann ich aufrichtig Dank für meine Segnungen zum Ausdruck bringen?

Ehrlichkeit und Redlichkeit

Du sollst nicht stehlen. Du sollst nicht falsch ... aussagen. Exodus 20:15,16

Seid euch selbst, euren Mitmenschen und Gott gegenüber stets ehrlich. Ehrlich sein bedeutet, dass man nicht lügt, nicht stiehlt, nicht betrügt oder auf eine andere Weise täuscht. Wenn ihr ehrlich seid, entwickelt ihr eine Charakterstärke, durch die ihr Gott dienen und eurem Nächsten viel Gutes tun könnt. Ihr werdet mit innerem Frieden und Selbstachtung gesegnet. Der Herr kann euch vertrauen und ihr seid würdig, seinen heiligen Tempel zu betreten.

Unehrllichkeit schadet euch selbst und auch anderen Menschen. Wenn ihr lügt, in Geschäften oder anderswo stiehlt oder jemanden betrügt, schadet ihr eurem Geist und eurer Beziehung zu anderen. Wenn ihr ehrlich seid, erweitern sich eure Möglichkeiten in der Zukunft, und ihr lernt besser, vom Heiligen Geist geführt zu werden. Seid in der Schule ehrlich; mogelt auf keinerlei Weise. Seid ehrlich am Arbeitsplatz und erbringt für euren Lohn die volle Leistung. Selbst wenn andere meinen, es sei ja nicht so schlimm: Redet euch nicht ein, Unehrllichkeit sei in Ordnung.

Ehrlichkeit hängt auch sehr eng mit Redlichkeit zusammen. Redlich zu sein bedeutet, dass man jederzeit und ungeachtet der Folgen das denkt und tut, was recht ist. Ein redlicher Mensch ist willens, auch dann nach seinen Grundsätzen und Glaubensansichten zu leben, wenn er unbeobachtet ist. Nehmt euch vor, so zu leben, dass eure Gedanken und euer Verhalten stets mit dem Evangelium in Einklang stehen.

Alma 27:27; 53:20

Bin ich ehrlich in allem, was ich sage und tue?

Ausdrucksweise

Über eure Lippen komme kein böses Wort, sondern nur ein gutes. Epheser 4:29



Wie ihr mit anderen kommuniziert, sollte widerspiegeln, wer ihr seid: ein Sohn oder eine Tochter Gottes. Eine saubere und intelligente Ausdrucksweise zeugt von einem gesunden, wachen Verstand. Wenn ihr gute Wörter verwendet, erbaut, erhebt und erfreut das andere, und der Geist kann bei euch sein. Unsere Worte sollen – wie unsere Taten – voller Glauben, Hoffnung und Nächstenliebe sein.

Sucht euch Freunde, die sich anständig ausdrücken. Seid ein Vorbild und helft dadurch anderen, sich eine bessere Ausdrucksweise anzueignen. Wenn jemand anfängt, schlechte Wörter zu verwenden: Seid bereit wegzugehen oder wechselt höflich das Thema.

Sprecht freundlich und gut über andere. Beleidigt niemanden, würdigt niemanden herab, auch nicht im Scherz. Meidet allen Tratsch und Klatsch und redet nicht im Zorn. Wenn euch ein schroffe, kränkende Bemerkung auf der Zunge liegt: Sprecht sie nicht aus!

Verwendet den Namen Gottes und den Namen Jesu Christi immer mit Ehrfurcht und Respekt. Es ist eine Sünde, diese Namen zu missbrauchen. Wendet euch beim Beten ehrfurchtsvoll und respektvoll an den Vater im Himmel. Der Heiland selbst hat sich beim Vater unser sehr respektvoll ausgedrückt (siehe *Matthäus 6:9-12*).

Flucht nicht, verwendet keine vulgären oder derben Ausdrücke oder Gesten und erzählt keine Witze oder Geschichten über unsittliches Verhalten. So etwas beleidigt Gott und eure Mitmenschen.



Denkt daran, dass diese Grundsätze zur Ausdrucksweise für jegliche Kommunikation gelten – auch für das Schreiben von SMS oder Mitteilungen über das Internet.

Wenn ihr euch eine Ausdrucksweise angewöhnt habt, die nicht diesen Grundsätzen entspricht – etwa Fluchen, Spott, Tratsch oder Wutbekundungen – könnt ihr euch das auch wieder abgewöhnen. Betet um Hilfe. Bittet eure Familie und eure Freunde, dass sie euch in dem Wunsch unterstützen, euch eine gute Ausdrucksweise anzueignen.

Exodus 20: 7; Jakobus 3:2-13; Mosia 4:30

Was sagen die Worte aus meinem Mund über mich aus?

Musik und Tanz

Preise den Herrn mit Gesang, mit Musik, mit Tanz. Lehre und Bündnisse 136:28



Musik kann euer Leben bereichern. Sie kann euch erbauen und inspirieren und dem Vater im Himmel näherbringen. Musik hat auf Verstand, Geist und Verhalten eine tiefgreifende Wirkung.

Wählt die Musik, die ihr euch anhört, sorgfältig aus. Achtet darauf, was ihr beim Zuhören empfindet. Manche Musik sendet Botschaften aus, die böse und zerstörerisch sind. Hört euch keine Lieder an, die durch Text, Rhythmus oder Heftigkeit zu

Unsittlichkeit anregen oder Gewalt verherrlichen. Hört euch keine Musik an, in der anstößige oder entwürdigende Ausdrücke gebraucht werden oder die zu schlechtem Verhalten ermuntert. Solche Musik kann euer geistiges Feingefühl abstumpfen.

Lernt und singt die Lieder der Kirche. Sie können euch erbauen, zu rechtschaffenem Handeln anregen und euch helfen, den Versuchungen des Widersachers standzuhalten.

Nehmt auch auf eure Mitmenschen Rücksicht, wenn ihr Musik hört. Stellt die Lautstärke auf einen vernünftigen Pegel ein und nehmt die Kopfhörer ab, wenn andere mit euch sprechen und euch einbeziehen wollen. Vergesst nicht: Der Geist spricht mit sanfter, leiser Stimme. Wenn ihr ständig Musik hört, habt ihr möglicherweise nicht die Zeit und Ruhe, um nachzudenken, Gefühle wahrzunehmen und geistige Führung zu empfangen.



Tanzen kann Spaß machen und man kann dadurch neue Leute kennenlernen. Doch auch dabei gibt es Formen, die fehl am Platz sind. Tanzt nicht zu eng mit eurem Partner. Vermeidet Tanzfiguren und Bewegungen, die eine sexuelle Bedeutung haben oder gewalttätiges Verhalten andeuten oder sonst wie unehöflich sind.

Nehmt nur an Tanzveranstaltungen teil, wo Kleidung, äußere Erscheinung, Beleuchtung, Texte, Musik und Unterhaltung zu einer angenehmen Atmosphäre beitragen, wo der Geist zugegen sein kann.

Lehre und Bündnisse 25:12

Lädt die Musik, die ich mir anhöre, den Geist ein?



Körperliche und seelische Gesundheit

Und alle Heiligen, die sich dieser Worte erinnern und sie befolgen und tun ..., werden Gesundheit empfangen in ihrem Nabel und Mark für ihre Knochen und werden Weisheit und große Schätze der Erkenntnis finden. Lehre und Bündnisse 89:18,19

Euer Körper ist ein Tempel – ein Geschenk Gottes. Wenn ihr gut auf euren Körper achtet, werdet ihr Segnungen empfangen. Nehm euch fest vor, das Wort der Weisheit zu befolgen (siehe *LuB* 89). Wenn ihr dieses Gesetz haltet, bleibt ihr frei von schädlichen Abhängigkeiten und habt euer Leben im Griff. Ihr werdet mit einem gesunden Körper, einem wachen Verstand und Führung durch den Heiligen Geist gesegnet. Ihr werdet bereit sein, dem Herrn zu dienen. Lasst niemals zu, dass der Satan oder jemand anders euch täuscht und euch einredet, dass ihr glücklicher, beliebter oder attraktiver seid, wenn ihr das Wort der Weisheit brecht.

Achtet gut auf euren Körper, indem ihr euch gesund ernährt, regelmäßig Sport treibt und genug schlaft. Bemüht euch bei allem, was eure körperliche Verfassung betrifft, um Ausgewogenheit und Maß. Meidet auch bei der Ernährung Extreme, die zu Essstörungen führen könnten. Fügt eurem Körper nicht absichtlich Schaden zu. Meidet gefährliche Unternehmungen mit hoher Verletzungsgefahr.

Trinkt weder Kaffee noch Tee. Konsumiert niemals Tabakwaren oder jegliche Form von Alkohol. Diese Substanzen sind suchterregend und schaden Körper und Geist. Unter Alkoholeinfluss

sind euer Urteilsvermögen und eure Selbstbeherrschung geschwächt. Alkoholkonsum kann zu Abhängigkeit führen. Dadurch werden einzelne Menschen und ganze Familien zugrunde gerichtet.

Vermeidet alle Getränke, Drogen, Chemikalien oder gefährlichen Verhaltensweisen, durch die ein Hochgefühl erzeugt wird, sowie alle sonstigen künstlich herbeigeführten Wirkungen, die Körper oder Geist schaden können. Dazu gehören Marihuana, harte Drogen, Missbrauch von verschreibungspflichtigen oder apothekenpflichtigen Medikamenten, aber auch Reinigungsmittel, Klebstoff, Sprays und so weiter. Der Gebrauch dieser Substanzen kann süchtig machen und Geist und Körper zerstören.



Eine Abhängigkeit schadet eurem körperlichen, mentalen, seelischen und geistigen Wohlbefinden. Sie beeinträchtigt die Beziehung zur Familie und zu Freunden und verringert eure Selbstachtung. Sie schränkt eure Fähigkeit ein, Entscheidungen über euer Leben zu treffen. Falls ihr mit irgendeinem Suchtverhalten ringt, holt euch unverzüglich Hilfe bei euren Eltern und dem Bischof.

Eure seelische Verfassung ist ebenfalls wichtig und kann sich auf euer geistiges und körperliches Wohlbefinden auswirken. Enttäuschungen und zeitweilige Niedergeschlagenheit gehören zum Erdenleben. Wenn ihr jedoch unter anhaltender Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit, Angst oder Depressionen leidet, wendet euch an eure Eltern und an den Bischof und bittet um Hilfe.

Bemüht euch in allen Lebensbereichen um ungefährliche Problemlösungen. Tut alles, was euch möglich ist, um eure körperliche und seelische Gesundheit zu schützen, damit ihr euer Potenzial als Sohn oder Tochter Gottes verwirklichen könnt.

Daniel 1:3-20; Alma 53:20

Was tue ich jeden Tag, um gut auf meinen Körper achtzugeben?



Umkehr

Ob jemand von seinen Sünden umkehrt, könnt ihr daran erkennen: Siehe, er wird sie bekennen und von ihnen lassen. Lehre und Bündnisse 58:43



Der Erretter hat für unsere Sünden gelitten und sein Leben für uns gegeben. Dieses große Opfer bezeichnet man als das Sühnopfer. Durch das Sühnopfer könnt ihr Vergebung erlangen und von euren Sünden rein gewaschen werden, wenn ihr Umkehr übt.

Zur Umkehr gehört mehr als nur zuzugeben, dass man etwas falsch gemacht hat. Umkehr ist eine Herzens- und Sinneswandlung. Dazu gehört, dass man sich von Sünde abwendet und Gott um Vergebung

bittet. Die Liebe zu Gott und der aufrichtige Wunsch, seine Gebote zu halten, bewegen uns zur Umkehr.

Der Satan möchte euch einreden, ihr könntet nicht Umkehr üben. Aber das stimmt nicht. Der Erlöser hat verheißen, dass er uns vergibt, wenn wir demütig sind und die Mühe auf uns nehmen, die die Umkehr erfordert. Falls ihr gesündigt habt: Je eher ihr umkehrt, desto eher macht ihr euch auf den Rückweg und findet den Frieden und die Freude, die mit der Vergebung einhergehen. Wenn ihr die Umkehr aufschiebt, verwirkt ihr möglicherweise Segnungen, Chancen und geistige Führung. Ihr könnt euch auch noch tiefer in sündhaftes Verhalten verstricken, sodass der Rückweg für euch schwerer zu finden ist.

Einige verstoßen absichtlich gegen Gottes Gebote und meinen, sie könnten ja später Umkehr üben, etwa bevor sie in den



Tempel oder auf Mission gehen. Mit solch einer bewusst begangenen Sünde wird das Sühnopfer des Erlösers verhöhnt.

Zur Umkehr gehört, dass ihr eure Sünden dem Herrn bekennt. Bittet danach diejenigen um Verzeihung, denen ihr Unrecht getan habt, und bringt, soweit es möglich ist, das in Ordnung, was durch euer Handeln an Schaden entstanden ist. Sucht, wenn ihr umkehrt, Hilfe und Rat bei euren Eltern. Schwerwiegende Sünden wie sexuelle Übertretungen oder der Konsum von Pornografie müssen dem Bischof bekannt werden. Seid ihm gegenüber ganz ehrlich. Er wird euch bei der Umkehr helfen. Wenn ihr euch nicht sicher seid, was mit dem Bischof besprochen werden sollte, wendet euch an eure Eltern oder an ihn.

Wenn ihr alles Erforderliche tut, um umzukehren und Vergebung zu erlangen, werdet ihr selbst erkennen, welche Macht das Sühnopfer hat und wie sehr Gott euch liebt. Ihr werdet den Frieden des Herrn Jesus Christus verspüren. Dieser Friede verleiht euch große Kraft und ihr werdet Christus ähnlicher.

Alma 36:6-24; Lehre und Bündnisse 58:42; 88:86

Wie kann ich die Macht des Sühnopfers in meinem Leben wirksam werden lassen?

Verhalten am Sonntag

Gedenke des Sabbats: Halte ihn heilig! Exodus 20:8



Der Herr hat den Sabbat zu unserem Nutzen eingeführt und uns geboten, ihn heiligzuhalten.

Zur Sabbatheiligung gehört, dass ihr alle Versammlungen der Kirche besucht. Geht zur Abendmahlsversammlung, um Gott zu verehren und würdig vom Abendmahl zu nehmen. Seid andächtig und aufnahmebereit. Unterlasst alles, was euch oder andere während dieser heiligen Versammlung ablenken könnte. Kommt pünktlich zu den

Versammlungen. All das trägt dazu bei, dass der Geist des Herrn bei euch sein kann.

Bereitet euch unter der Woche so vor, dass ihr den Sonntag für die vielen erbaulichen Aktivitäten freihalten könnt, die dem Sabbat angemessen sind. Dazu zählt beispielsweise, dass ihr in Ruhe Zeit mit der Familie verbringt, das Evangelium studiert, euren Berufungen und Aufgaben in der Kirche nachkommt, euren Mitmenschen dient, Briefe oder Tagebuch schreibt oder Genealogie betreibt. Euer Verhalten und eure Kleidung am Sonntag sollen die Achtung widerspiegeln, die ihr vor dem Herrn und seinem heiligen Tag habt.

Der Sonntag ist kein Tag zum Einkaufen oder für Freizeit- und Sportveranstaltungen. An diesem Tag sollt ihr keinen Vergnügungen nachgehen und auch keine Anschaffungen machen. Lasst



andere an euren Grundsätzen teilhaben, damit sie euch unterstützen können. Wenn ihr euch eine Arbeit sucht, sagt eurem künftigen Arbeitgeber, dass ihr sonntags die Versammlungen besuchen und den Sabbat heilighalten wollt. Sucht euch nach Möglichkeit eine Arbeitsstelle, bei der ihr sonntags nicht arbeiten müsst.

Wenn ihr den Sabbat heilighaltet, bringt euch das dem Herrn und eurer Familie näher. Ihr richtet euren Blick auf die Ewigkeit aus und empfangt geistig Kraft.

Jesaja 58: 13, 14; Lehre und Bündnisse 59: 9-13

Wie kann ich den Sabbat noch besser heilighalten?

Dienst am Nächsten

Wenn ihr im Dienste eurer Mitmenschen seid, [seid] ihr nur im Dienste eures Gottes. Mosia 2:17



Der Dienst am Nächsten ist ein wichtiges Merkmal eines Jüngers Jesu Christi. Ein Jünger ist bereit, die Last seiner Mitmenschen zu tragen und diejenigen zu trösten, die Trost brauchen. Der Vater im Himmel erfüllt die Bedürfnisse anderer Menschen oft durch euch.

Es gibt viele Möglichkeiten, anderen zu dienen. Einige der wichtigsten davon bieten sich oft daheim in der Familie. Ihr könnt auch in eurer Berufung in der Kirche dienen sowie in der Schule und in eurer Umgebung. Ihr könnt dienen, indem ihr Tempelarbeit verrichtet und Genealogie betreibt. Ihr könnt dienen, indem ihr jetzt schon mit anderen über das Evangelium sprecht und später eine Vollzeitmission erfüllt. Oft besteht der bedeutsamste Dienst am Nächsten in einfachen, alltäglichen guten Taten. Bemüht euch jeden Tag um Führung durch den Heiligen Geist, damit ihr erkennt, wem ihr wie dienen könnt. Eifert beim Dienen dem Beispiel des Heilands nach.

Wenn ihr euch dem Dienst an euren Mitmenschen widmet, kommt ihr dem Vater im Himmel näher. Euer Herz wird mit Liebe erfüllt. Ihr werdet erkennen, dass man durch Dienen und Opferbereitschaft seinen Egoismus überwindet. Ihr werdet eine



Freude verspüren, die man nur empfindet, wenn man Gott und seinen Mitmenschen dient. Eure Fähigkeiten nehmen zu und ihr werdet ein Werkzeug in den Händen Gottes und bereichert so das Leben seiner Kinder.

Lukas 10:25-37; Mosia 18:8,9

Welche Gelegenheiten habe ich, meinem Nächsten zu dienen?



Sexuelle Reinheit

Die heilige Fortpflanzungskraft [darf] nur zwischen einem Mann und einer Frau angewandt werden ..., die rechtmäßig miteinander verheiratet sind.

„Die Familie – eine Proklamation an die Welt“

Die körperliche Beziehung zwischen Ehepartnern ist schön und heilig. Sie ist von Gott dazu bestimmt, Kinder zu zeugen und Ausdruck der Liebe zwischen Mann und Frau zu sein. Der Herr hat geboten, dass es sexuelle Intimität nur in der Ehe geben darf.

Wenn ihr sexuell rein seid, macht ihr euch bereit, heilige Bündnisse im Tempel zu schließen und zu halten. Ihr bereitet euch darauf vor, eine starke Ehe aufzubauen, Kinder in die Welt zu setzen und sie in einer ewigen, liebevollen Familie großzuziehen. Ihr schützt euch vor dem geistigen und seelischen Schaden, der entsteht, wenn man eine sexuelle Beziehung außerhalb der Ehe hat. Ihr schützt euch auch vor gefährlichen Krankheiten. Wer sexuell rein bleibt, ist selbstsicher und wahrhaft glücklich und besser imstande, jetzt und künftig gute Entscheidungen zu treffen.

Der Maßstab des Herrn in Bezug auf sexuelle Reinheit ist unmissverständlich und unveränderlich. Habt vor der Ehe keinerlei sexuelle Beziehungen und seid dann später eurem Ehepartner absolut treu. Lasst euch nicht von den Medien, von euren Freunden oder von sonst jemandem einreden, sexuelle Intimität vor der Ehe sei in Ordnung. Das stimmt nämlich nicht. In Gottes Augen sind sexuelle Sünden sehr schwerwiegend. Die heilige Schöpfungskraft, die Gott uns verliehen hat, wird dadurch beschmutzt. Der Prophet Alma hat erklärt, dass sexuelle Sünden schwerwiegender sind als alle anderen Sünden, ausgenommen Mord und das Verleugnen des Heiligen Geistes (siehe *Alma 39:5*).

Tut niemals etwas, was zu einer sexuellen Übertretung führen könnte. Behandelt andere mit Achtung und betrachtet sie nicht als Objekt lüsternen, selbstsüchtigen Verlangens. Küsst einander vor der Ehe nicht leidenschaftlich, legt euch nicht auf andere Menschen und berührt nicht die intimen, heiligen Körperteile eines anderen – unabhängig davon, ob ihr angezogen seid oder nicht. Tut auch sonst nichts, was sexuelle Gefühle weckt. Erregt diese Empfindungen auch nicht in eurem eigenen Körper. Achtet auf die Eingebungen des Geistes, damit ihr rein und tugendhaft sein könnt. Der Geist des Herrn zieht sich von demjenigen zurück, der sich in sexueller Übertretung befindet.

Meidet Situationen, in denen die Versuchung stark werden könnte – etwa Aktivitäten spät am Abend, Übernachtungen außerhalb des Elternhauses oder Aktivitäten ohne genügend Beaufsichtigung durch Erwachsene. Beteiligt euch nicht an Gesprächen oder am Konsum von Medien jedweder Art, die sexuelle Gefühle wecken. Beteiligt euch an keiner Form von Pornografie. Der Geist kann euch eingeben, wann ihr in Gefahr seid, und euch die Kraft verleihen, euch in Sicherheit zu bringen. Glaubt dem rechtschaffenen Rat eurer Eltern und Führungsbeamten und beherzigt ihn.

Homosexuelles Verhalten ist eine schwerwiegende Sünde. Wenn ihr euch zum eigenen Geschlecht hingezogen fühlt oder von anderen zu ungehörigem Verhalten gedrängt werdet, bitte eure Eltern und euren Bischof um Rat. Sie werden euch helfen.

Ein Opfer sexuellen Missbrauchs hat sich keiner Sünde schuldig gemacht und braucht nicht umzukehren. Wenn ihr einem Missbrauch zum Opfer gefallen seid, dürft ihr sicher sein, dass ihr unschuldig seid und dass Gott euch liebt. Sprecht mit euren Eltern oder einem anderen Erwachsenen eures Vertrauens und wendet euch sofort an den Bischof. Sie können euch geistig unterstützen und euch beistehen, damit ihr den Schutz und die Hilfe erhaltet, die ihr braucht. Die Heilung nimmt unter Umständen etwas Zeit in Anspruch. Vertraut dem Erlöser. Er wird euch heilen und euch Frieden geben.



Wenn ihr versucht seid, irgendeine sexuelle Übertretung zu begehen, holt euch Hilfe bei euren Eltern und eurem Bischof. Betet zum Vater im Himmel. Er wird euch helfen, der Versuchung zu widerstehen und unangemessene Gedanken und Gefühle zu überwinden. Wenn ihr eine sexuelle Übertretung begangen habt, sprecht jetzt gleich mit dem Bischof und beginnt mit der Umkehr, damit ihr inneren Frieden finden und den Heiligen Geist ohne Abstriche bei euch haben könnt.

Fasst den festen Vorsatz, sexuell rein zu bleiben. Fordert andere durch Wort und Tat auf, es euch gleichzutun.

Genesis 39:1-12; Lehre und Bündnisse 38:42

Begreife ich, warum sexuelle Reinheit so entscheidend dafür ist, dass man wahrhaftig glücklich sein kann?


Zehnter und Opfergaben

*Bringt den ganzen Zehnten ins Vorrats-
haus, ... ja, stellt mich auf die Probe
damit, spricht der Herr der Heere, und
wartet, ob ich euch dann nicht die Schleu-
sen des Himmels öffne und Segen ...
auf euch herabschütte. Maleachi 3:10*

Wenn ihr euch an das Gesetz des Zehnten haltet, wird das euer Leben lang ein großer Segen für euch sein. Der Zehnte ist ein Zehntel eures Einkommens. Wenn man in den Tempel gehen will, muss man den vollen Zehnten zahlen.

Den Zehnten zu zahlen ist ein heiliges Recht. Wenn ihr den Zehnten zahlt, zeigt ihr dadurch, dass ihr dankbar seid für alles, was Gott euch gibt, und ihm einen Teil dessen, was ihr bekommen habt, zurückgebt. Die Zehntengelder werden für den Bau von Tempeln und Gemeindehäusern verwendet, für die Übersetzung und den Druck der heiligen Schriften sowie für Missionsarbeit, Genealogie und vieles andere, was zum Aufbau des Gottesreiches auf Erden beiträgt.

Beim Zahlen des Zehnten ist eure Einstellung wichtig. Zahlt ihn, weil ihr den Herrn liebt und Glauben an ihn habt. Zahlt ihn bereitwillig mit dankbarem Herzen. Zahlt stets den Zehnten zuerst – selbst wenn ihr meint, ihr habt dann nicht mehr genug Geld für das, was ihr sonst noch braucht. So könnt ihr größeren Glauben entwickeln, euren Egoismus überwinden und empfänglicher für den Geist werden.



Vereinbart jedes Jahr mit dem Bischof einen Termin für die Zehntenerklärung. Bei dieser Besprechung geht ihr eure Spenden durch und erklärt, ob ihr den vollen Zehnten gezahlt habt.

Befolgt das Gesetz des Fastens, indem ihr, wenn es euer Gesundheitszustand zulässt, einmal im Monat fastet. Fastsonntag ist üblicherweise der erste Sonntag im Monat. Zum Fasttag gehört, dass man zwei aufeinanderfolgende Mahlzeiten auslässt und in der Zeit auch nichts trinkt und dann ein großzügiges Fastopfer spendet, um den Bedürftigen zu helfen. Fastet für ein bestimmtes Anliegen. Beginnt und beendet das Fasten mit einem Gebet, in dem ihr eure Dankbarkeit zum Ausdruck bringt und um Hilfe bei besonderen Anliegen bittet, die ihr habt oder die jemand anderer hat. Das Fasten verleiht euch mehr Selbstdisziplin, wappnet euch gegen Versuchungen und bringt euch Gottes Segen.

Wenn ihr das Gesetz des Zehnten und das Gesetz des Fastens befolgt, segnet euch der Herr sowohl geistig als auch zeitlich.

Jakob 2:17-19; Lehre und Bündnisse 119:3,4

Ist mir bewusst, dass alles, was ich habe, vom Herrn kommt?

Arbeiten und selbständiges Handeln

Du sollst deine Zeit nicht müßig vertun, auch sollst du dein Talent nicht vergraben. Lehre und Bündnisse 60:13

Arbeiten ist ehrenhaft. Wer arbeiten gelernt hat, kann in der Welt, in der wir leben, einen Beitrag leisten. Er entwickelt mehr Selbstwertgefühl. Es ist ein Segen für euch und eure Familie, sowohl eure jetzige als auch eure künftige.

Was arbeiten heißt, lernen wir zuerst in der Familie. Helft daheim mit und beteiligt euch bereitwillig an der anfallenden Hausarbeit. Lernt schon früh, mit eurem Geld klug umzugehen und nicht über eure Verhältnisse zu leben. Haltet euch an das, was die Propheten sagen: Zahlt den Zehnten, meidet Schulden und spart für die Zukunft.

Steckt euch hohe Ziele und seid bereit, hart zu arbeiten, um sie zu erreichen. Entwickelt Selbstdisziplin und seid zuverlässig. Gebt euer Bestes – in eurer Berufung in der Kirche, in der Schule, auf der Arbeit und bei allen anderen lohnenden Betätigungen. Die jungen Männer sollen bereit sein, alles Nötige zu tun, um sich auf eine Vollzeitmission vorzubereiten. Der Vater im Himmel hat euch Gaben und Talente gegeben, und er weiß, was in euch steckt. Lasst euch bei der Verwirklichung eurer Ziele von ihm helfen und führen.

Der Herr hat uns geboten, nicht müßig zu sein. Müßiggang kann zu schlechten Verhaltensweisen führen, Beziehungen beeinträchtigen und Sünde nach sich ziehen. Eine Form des Müßiggangs besteht darin, dass man übermäßig viel Zeit mit Beschäftigungen verbringt, die einen von produktiver Arbeit abhalten, etwa Surfen im Internet, Videospiele oder Fernsehen.



Vergeudet eure Zeit und euer Geld nicht mit Glücksspielen. Glücksspiele sind schlecht und kein passender Zeitvertreib. Sie machen süchtig und können dazu führen, dass man Gelegenheiten verpasst, Menschen ruiniert werden und die Familie zerbricht. Die Annahme, man könne etwas für nichts bekommen, ist ein Irrtum.

Ein Segen, den die Arbeit mit sich bringt, besteht darin, dass man lernt, auf eigenen Füßen zu stehen. Das bedeutet, dass man seine gottgegebenen Segnungen und Fähigkeiten einsetzt, um für sich selbst und seine Familie zu sorgen und Lösungen für seine Probleme zu finden. Das heißt nicht, dass man alles selbst machen und können muss. Wer wirklich auf eigenen Füßen stehen will, muss lernen, mit anderen zusammenzuarbeiten und sich an den Herrn zu wenden, damit dieser ihm hilft und Kraft gibt.

Denkt daran: Gott hat euch ein großes Werk aufgetragen! Er segnet euch in eurem Bemühen, dieses Werk zu verwirklichen.

2 Nephi 5:17; Lehre und Bündnisse 58:26,27

Bin ich zuverlässig? Bin ich bereit, Zusagen einzuhalten?

Im Glauben vorangehen

Durch Kleines und Einfaches wird Großes zustande gebracht. Alma 37:6



Die in dieser Broschüre dargelegten Grundsätze sind eine Richtschnur, die euch helfen soll, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Lest diese Grundsätze immer wieder durch und frage euch: „Lebe ich so, wie der Herr es möchte?“ und „Auf welche Weise bin ich schon gesegnet worden, weil ich diese Grundsätze lebe?“

Damit aus euch all das werden kann, was der Herr in euch sieht, geht bitte jeden Morgen und jeden Abend auf die Knie und betet zum Vater im Himmel. Sagt ihm, wofür ihr dankbar seid, und tragt ihm eure Herzenswünsche vor. Er ist die Quelle aller Weisheit. Er wird eure Gebete hören und erhören.

Lest täglich in den heiligen Schriften und setzt das, was ihr lest, in die Tat um. Die heiligen Schriften sind eine bedeutende Quelle persönlicher Offenbarung und Weisung und stärken beständig euer Zeugnis.

Bemüht euch jeden Tag, gehorsam zu sein. Haltet euch an die Grundsätze in dieser Broschüre und fordert auch andere auf, diese Grundsätze zu leben. Denkt an die Bündnisse, die ihr geschlossen habt und die ihr jede Woche beim Abendmahl erneuern könnt. Bemüht euch, diese Bündnisse zu halten. Wenn ihr

einen Fehler macht, ist nicht alles verloren. Der Vater im Himmel liebt euch und möchte, dass ihr euch um seine Hilfe bemüht und nicht aufgibt.

Geht in den Tempel, wenn ihr die Möglichkeit dazu habt, und verspürt die Freude und den inneren Frieden, die sich einstellen, wenn wir im Haus des Herrn dienen. Bereitet euch auf die Tempelbündnisse vor, die ihr eines Tages schließen werdet.

Ihr jungen Männer, die ihr das Aaronische Priestertum tragt: Nehmt euch fest vor, eine Vollzeitmission zu erfüllen. Dies ist eine Priestertumspflicht. Haltet euch rein und würdig und bereitet euch eifrig darauf vor, als Missionar den Herrn zu vertreten.

Befolgt in jeder Lebenslage das, was die Propheten, die weiteren Autoritäten der Kirche und eure Führungsbeamten vor Ort sagen. Sie führen euch auf dem Weg zum Glück.

Seid demütig und bereit, auf den Heiligen Geist zu hören und seinen Eingebungen Folge zu leisten. Stellt die Weisheit des Herrn über eure eigene Weisheit.

Wenn ihr das tut, macht der Herr viel mehr aus eurem Leben, als ihr selbst könntet. Er verschafft euch mehr Möglichkeiten, erweitert euren Blickwinkel und gibt euch Kraft. Er gibt euch die Hilfe, die ihr braucht, um euch euren Schwierigkeiten und Herausforderungen zu stellen. Ihr bekommt ein stärkeres Zeugnis und findet wahre Freude in dem Maß, wie ihr euren Vater im Himmel und seinen Sohn, Jesus Christus, kennenlernt, und die Liebe verspürt, die sie für euch empfinden.

2 Nephi 31:16-21

Die Gebote

Die zwei großen Gebote

1. Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit all deinen Gedanken. Das ist das wichtigste und erste Gebot.
2. Ebenso wichtig ist das zweite: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. An diesen beiden Geboten hängt das ganze Gesetz samt den Propheten.

Matthäus 22:37-40

Die Zehn Gebote

1. Du sollst neben mir keine anderen Götter haben.
2. Du sollst dir kein Gottesbild machen. ...
3. Du sollst den Namen des Herrn, deines Gottes, nicht missbrauchen. ...
4. Gedenke des Sabbats: Halte ihn heilig! ...
5. Ehre deinen Vater und deine Mutter. ...
6. Du sollst nicht morden.
7. Du sollst nicht die Ehe brechen.
8. Du sollst nicht stehlen.
9. Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen.
10. Du sollst nicht nach dem ... verlangen, ... was deinem Nächsten gehört.

Exodus 20:3,4,7,8,12-17

Wahrlich, ich sage euch
allen: Erhebt euch und
lasst euer Licht leuchten,
damit es den Nationen
ein Banner sei.

Lehre und Bündnisse 115:5

KIRCHE
JESU CHRISTI
DER HEILIGEN
DER LETZTEN TAGE

