



# Mormons bok – Seminarielärarens handledning

# Mormons bok –

## Seminarielärarens handledning

Utgiven av  
Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga  
Salt Lake City, Utah, USA

Kommentarer och rättelser uppskattas. Var god sänd dem, inklusive fel, till:

Seminaries and Institutes of Religion Curriculum Services

50 E. North Temple St., Floor 8

Salt Lake City, Utah 84150-0008,

USA

E-post: [ces-manuals@ldschurch.org](mailto:ces-manuals@ldschurch.org)

Vänligen ange fullständigt namn, adress, församling och stav.

Glöm inte att också ange boktiteln! Skriv sedan dina kommentarer.

© 2012 Intellectual Reserve, Inc.

Med ensamrätt

Printed in the United States of America

Engelskt original godkänt: 10/09

Godkänt för översättning: 10/09

Översättning av *Book of Mormon Teacher Manual*

Swedish

09411 180

# Innehåll

Inledning till <i>Mormons bok – Seminarielärarens handledning</i> . . . . .	VI	Lektion 30	2 Nephi 9:27–54 och 2 Nephi 10 . . . . .	100
Vår målsättning . . . . .	VI	<i>Hemstudielektion</i>	<i>2 Nephi 4–10 (Studieavsnitt 6)</i> . . . . .	103
Lektionsförberedelse . . . . .	VI	Lektion 31	2 Nephi 11 och 16 . . . . .	105
Hur man använder lärarhandledningen för dagligt seminarium . . . . .	VII	Lektion 32	2 Nephi 12–15 . . . . .	108
Dagligt seminarium (tidigt morgon-, håltimmeseminarium) . . . . .	IX	Lektion 33	2 Nephi 17–20 . . . . .	111
Hur man använder hemstudielektionerna . . . . .	XI	Lektion 34	2 Nephi 21–24 . . . . .	114
Hemstudieseminarium . . . . .	XII	Lektion 35	2 Nephi 25 . . . . .	117
Andra resurser . . . . .	XIII	<i>Hemstudielektion</i>	<i>2 Nephi 11–25 (Studieavsnitt 7)</i> . . . . .	120
Lektioner för dagligt seminarium/hemstudieseminarium		Lektion 36	2 Nephi 26 . . . . .	122
Lektion 1	Elevers roll . . . . .	Lektion 37	2 Nephi 27 . . . . .	125
Lektion 2	Att studera skrifterna . . . . .	Lektion 38	2 Nephi 28 . . . . .	128
Lektion 3	Frälsningsplanen . . . . .	Lektion 39	2 Nephi 29–30 . . . . .	131
Lektion 4	Titelblad, inledning och vittnens vittnesbörd . . . . .	Lektion 40	2 Nephi 31 . . . . .	134
Lektion 5	Överblick av <i>Mormons bok</i> . . . . .	<i>Hemstudielektion</i>	<i>2 Nephi 26–31 (Studieavsnitt 8)</i> . . . . .	137
<i>Hemstudielektion</i>	<i>Att studera skrifterna – Överblick av Mormons bok (Studieavsnitt 1)</i> . . . . .	Lektion 41	2 Nephi 32 . . . . .	139
		Lektion 42	2 Nephi 33 . . . . .	142
		Inledning till Jakobs bok . . . . .		145
		Lektion 43	Jakob 1–2:11 . . . . .	146
		Lektion 44	Jakob 2:12–35 . . . . .	149
		Lektion 45	Jakob 3–4 . . . . .	152
		<i>Hemstudielektion</i>	<i>2 Nephi 32–Jakob 4 (Studieavsnitt 9)</i> . . . . .	155
		Lektion 46	Jakob 5:1–51 . . . . .	157
		Lektion 47	Jakob 5:52–77; Jakob 6 . . . . .	160
		Lektion 48	Jakob 7 . . . . .	163
		Inledning till Enos bok . . . . .		166
		Lektion 49	Enos . . . . .	167
		Inledning till Jaroms bok . . . . .		170
		Inledning till Omnis bok . . . . .		171
		Lektion 50	Jarom och Omni . . . . .	172
		<i>Hemstudielektion</i>	<i>Jakob 5–Omni (Studieavsnitt 10)</i> . . . . .	175
		Inledning till <i>Mormons ord</i> . . . . .		177
		Inledning till <i>Mosiahs bok</i> . . . . .		178
		Lektion 51	<i>Mormons ord–Mosiah 1</i> . . . . .	179
		Lektion 52	Mosiah 2 . . . . .	182
		Lektion 53	Mosiah 3 . . . . .	185
		Lektion 54	Mosiah 4 . . . . .	188
		Lektion 55	Mosiah 5–6 . . . . .	191
		<i>Hemstudielektion</i>	<i>Mormons ord–Mosiah 6 (Studieavsnitt 11)</i> . . . . .	194
		Lektion 56	Mosiah 7–8 . . . . .	196
		Lektion 57	Mosiah 9–10 . . . . .	199
		Lektion 58	Mosiah 11–12:17 . . . . .	202
		Lektion 59	Mosiah 12:18–14:12 . . . . .	205
		Lektion 60	Mosiah 15–17 . . . . .	208
		<i>Hemstudielektion</i>	<i>Mosiah 7–17 (Studieavsnitt 12)</i> . . . . .	211
		Lektion 61	Mosiah 18 . . . . .	213
		Lektion 62	Mosiah 19–20 . . . . .	216
Lektion 6	1 Nephi 1 . . . . .			
Lektion 7	1 Nephi 2 . . . . .			
Lektion 8	1 Nephi 3–4 . . . . .			
Lektion 9	1 Nephi 5 . . . . .			
Lektion 10	1 Nephi 6 och 9 . . . . .			
<i>Hemstudielektion</i>	<i>1 Nephi 1–6; 9 (Studieavsnitt 2)</i> . . . . .			34
Lektion 11	1 Nephi 7 . . . . .			36
Lektion 12	1 Nephi 8 . . . . .			39
Lektion 13	1 Nephi 10–11 . . . . .			42
Lektion 14	1 Nephi 12–13 . . . . .			45
Lektion 15	1 Nephi 14 . . . . .			48
<i>Hemstudielektion</i>	<i>1 Nephi 7–14 (Studieavsnitt 3)</i> . . . . .			51
Lektion 16	1 Nephi 15 . . . . .			53
Lektion 17	1 Nephi 16 . . . . .			56
Lektion 18	1 Nephi 17 . . . . .			59
Lektion 19	1 Nephi 18 . . . . .			62
Lektion 20	1 Nephi 19 . . . . .			65
<i>Hemstudielektion</i>	<i>1 Nephi 15–19 (Studieavsnitt 4)</i> . . . . .			68
Lektion 21	1 Nephi 20–22 . . . . .			70
Inledning till <i>Nephis andra bok</i> . . . . .				73
Lektion 22	2 Nephi 1 . . . . .			74
Lektion 23	2 Nephi 2 (Del 1) . . . . .			77
Lektion 24	2 Nephi 2 (Del 2) . . . . .			80
Lektion 25	2 Nephi 3 . . . . .			83
<i>Hemstudielektion</i>	<i>1 Nephi 20–2 Nephi 3 (Studieavsnitt 5)</i> . . . . .			86
Lektion 26	2 Nephi 4 . . . . .			88
Lektion 27	2 Nephi 5 . . . . .			91
Lektion 28	2 Nephi 6–8 . . . . .			94
Lektion 29	2 Nephi 9:1–26 . . . . .			97

Lektion 63	Mosiah 21–22	219	Lektion 105	Alma 59–63	362
Lektion 64	Mosiah 23–24	222	<i>Hemstudielektion Alma 45–63 (Studieavsnitt 21)</i>	365	
Lektion 65	Mosiah 25	225	Inledning till Helamans bok	367	
<i>Hemstudielektion Mosiah 18–25 (Studieavsnitt 13)</i>	228	Lektion 106	Helaman 1–2	368	
Lektion 66	Mosiah 26	230	Lektion 107	Helaman 3–4	371
Lektion 67	Mosiah 27	233	Lektion 108	Helaman 5	374
Lektion 68	Mosiah 28–29	236	Lektion 109	Helaman 6–7	377
Inledning till Almas bok	239	Lektion 110	Helaman 8–9	380	
Lektion 69	Alma 1–2	240	<i>Hemstudielektion Helaman 1–9 (Studieavsnitt 22)</i>	383	
Lektion 70	Alma 3–4	243	Lektion 111	Helaman 10	385
<i>Hemstudielektion Mosiah 26–Alma 4</i>		Lektion 112	Helaman 11–12	388	
<i>(Studieavsnitt 14)</i>	246	Lektion 113	Helaman 13	391	
Lektion 71	Alma 5:1–36	248	Lektion 114	Helaman 14	394
Lektion 72	Alma 5:37–62	251	Lektion 115	Helaman 15–16	397
Lektion 73	Alma 6–7	254	<i>Hemstudielektion Helaman 10–16 (Studieavsnitt 23)</i>	400	
Lektion 74	Alma 8	257	Inledning till Tredje Nephi: Nephis bok	402	
Lektion 75	Alma 9–10	260	Lektion 116	3 Nephi 1	403
<i>Hemstudielektion Alma 5–10 (Studieavsnitt 15)</i>	263	Lektion 117	3 Nephi 2–5	406	
Lektion 76	Alma 11	265	Lektion 118	3 Nephi 6–7	409
Lektion 77	Alma 12	268	Lektion 119	3 Nephi 8–10	412
Lektion 78	Alma 13	271	Lektion 120	3 Nephi 11:1–17	415
Lektion 79	Alma 14	274	<i>Hemstudielektion 3 Nephi 1–11:17 (Studieavsnitt 24)</i>	418	
Lektion 80	Almas bok 15–16	277	Lektion 121	3 Nephi 11:18–41	420
<i>Hemstudielektion Alma 11–16 (Studieavsnitt 16)</i>	280	Lektion 122	3 Nephi 12	423	
Lektion 81	Alma 17	282	Lektion 123	3 Nephi 13	426
Lektion 82	Alma 18	285	Lektion 124	3 Nephi 14	429
Lektion 83	Alma 19–20	288	Lektion 125	3 Nephi 15–16	432
Lektion 84	Alma 21–22	291	<i>Hemstudielektion 3 Nephi 11:18–16:20</i>		
Lektion 85	Alma 23–24	294	<i>(Studieavsnitt 25)</i>	435	
<i>Hemstudielektion Alma 17–24 (Studieavsnitt 17)</i>	297	Lektion 126	3 Nephi 17	437	
Lektion 86	Alma 25–26	299	Lektion 127	3 Nephi 18	440
Lektion 87	Alma 27–29	302	Lektion 128	3 Nephi 19	443
Lektion 88	Alma 30	305	Lektion 129	3 Nephi 20	446
Lektion 89	Alma 31	308	Lektion 130	3 Nephi 21–22	449
Lektion 90	Alma 32	311	<i>Hemstudielektion 3 Nephi 17–22 (Studieavsnitt 26)</i>	452	
<i>Hemstudielektion Alma 25–32 (Studieavsnitt 18)</i>	314	Lektion 131	3 Nephi 23	454	
Lektion 91	Alma 33	316	Lektion 132	3 Nephi 24–26	457
Lektion 92	Alma 34–35	319	Lektion 133	3 Nephi 27	460
Lektion 93	Alma 36	322	Lektion 134	3 Nephi 28	463
Lektion 94	Alma 37	325	Lektion 135	3 Nephi 29–30	466
Lektion 95	Alma 38	328	<i>Hemstudielektion 3 Nephi 23–30 (Studieavsnitt 27)</i>	469	
<i>Hemstudielektion Alma 33–38 (Studieavsnitt 19)</i>	331	Inledning till Fjärde Nephi: Nephis bok	471		
Lektion 96	Alma 39	333	Lektion 136	4 Nephi	472
Lektion 97	Alma 40	336	Inledning till Mormons bok	475	
Lektion 98	Alma 41	339	Lektion 137	Mormon 1–2	476
Lektion 99	Alma 42	342	Lektion 138	Mormon 3–4	479
Lektion 100	Alma 43–44	345	Lektion 139	Mormon 5–6	482
<i>Hemstudielektion Alma 39–44 (Studieavsnitt 20)</i>	348	Lektion 140	Mormon 7–8:11	485	
Lektion 101	Alma 45–48	350	<i>Hemstudielektion 4 Nephi 1–Mormon 8:11</i>		
Lektion 102	Alma 49–51	353	<i>(Studieavsnitt 28)</i>	488	
Lektion 103	Alma 52–55	356	Lektion 141	Mormon 8:12–41	490
Lektion 104	Alma 56–58	359	Lektion 142	Mormon 9	493

Inledning till Ethers bok . . . . .	496
Lektion 143 Ether 1 . . . . .	497
Lektion 144 Ether 2 . . . . .	500
Lektion 145 Ether 3 . . . . .	503
<i>Hemstudielektion Mormon 8:12–Ether 3</i> ( <i>Studieavsnitt 29</i> ) . . . . .	506
Lektion 146 Ether 4–5 . . . . .	508
Lektion 147 Ether 6 . . . . .	511
Lektion 148 Ether 7–11 . . . . .	514
Lektion 149 Ether 12:1–22 . . . . .	517
Lektion 150 Ether 12:23–41 . . . . .	520
<i>Hemstudielektion Ether 4–12 (Studieavsnitt 30)</i> . . . . .	523
Lektion 151 Ether 13–15 . . . . .	525
Inledning till Moronis bok . . . . .	528
Lektion 152 Moroni 1–3 . . . . .	529
Lektion 153 Moroni 4–5 . . . . .	532
Lektion 154 Moroni 6 . . . . .	535
Lektion 155 Moroni 7:1–19 . . . . .	538
<i>Hemstudielektion Ether 13–Moroni 7:19</i> ( <i>Studieavsnitt 31</i> ) . . . . .	541
Lektion 156 Moroni 7:20–48 . . . . .	543
Lektion 157 Moroni 8 . . . . .	546
Lektion 158 Moroni 9 . . . . .	549
Lektion 159 Moroni 10:1–7, 27–29 . . . . .	552
Lektion 160 Moroni 10:8–26, 30–34 . . . . .	555
<i>Hemstudielektion Moroni 7:20–10:34</i> ( <i>Studieavsnitt 32</i> ) . . . . .	558
Tillägg . . . . .	560
Lässcheman för skrifterna . . . . .	560
Kurstakt för dagligt seminarium . . . . .	561
Hur man använder flexibla dagar . . . . .	563
Kurstakt för hemstudieseminarium . . . . .	564
Introduktion till nyckelskriftställen . . . . .	565
Aktiviteter i samband med nyckelskriftställen . . . . .	566
100 nyckelskriftställen . . . . .	570
Introduktion till grundsatser . . . . .	571
Grundsatser . . . . .	572
Plåtarna i relation till den tryckta Mormons bok . . . . .	577
Översikt över vandringar i Mosiah 7–24 . . . . .	578
Möjligt läge för olika platser i Mormons bok (i förhållande till varandra) . . . . .	579

# Inledning till *Mormons bok* – *Seminarielärarens handledning*

## Vår målsättning

Målsättningen för kyrkans seminarier och institut lyder:

”Vårt mål är att hjälpa ungdomar och unga vuxna att förstå och förlita sig på Jesu Kristi lära och försoning, kvalificera sig för templets välsignelser och förbereda sig själva, sina familjer och andra för evigt liv tillsammans med sin Fader i himlen.”

För att uppnå vårt mål undervisar vi eleverna om evangeliets lärdomar och principer så som de anges i skrifterna och i profeternas ord. De här lärdomarna och principerna undervisas om på ett sådant sätt att eleverna förstår dem och blir uppbyggda. Vi hjälper eleverna göra sin del i inlärningsprocessen och förbereder dem att undervisa andra om evangeliet.

För att kunna uppnå de här målen uppmantras du och dina elever att handla efter följande ”Grundprinciper för att studera och undervisa om evangeliet” när ni studerar skrifterna tillsammans:

- Undervisa och lära genom Anden.
- Främja en inlärningsmiljö av kärlek, respekt och målmedvetenhet.
- Studera skrifterna dagligen och läsa kursens text. (Lässcheman finns i tillägget i slutet av den här handledningen.)
- Förstå sammanhang och innehåll i skrifterna och i profeternas ord.
- Upptäcka, förstå, känna sanningen och dess betydelse och tillämpa evangeliets lärosatser och principer.
- Förklara, berätta och vittna om lärosatser och principer i evangeliet.
- Behärska nyckelskriftställen och grundsatser.

Den här lärarhandledningen är avsedd att hjälpa dig att uppnå de här målen.

## Lektionsförberedelse

Herren har befallt dem som undervisar om hans evangelium att ”undervisa om mitt evangeliums principer, vilka finns i Bibeln och Mormons bok, vari evangeliets fullhet finns” (L&F 42:12). Han gav anvisningen att dessa sanningar ska undervisas ”som Anden leder” och sade att ”Anden ... ges ... genom trons bön” (L&F 42:13–14). Sök Andens vägledning under bön när du förbereder lektionerna så att du får hjälp att förstå skrifterna och läran och principerna de innehåller. Följ Andens maningar när du planerar hur du ska hjälpa dina elever att förstå skrifterna, bli undervisade av Anden och få en önskan att använda det de lär sig.

Mormons bok är grundtexten för den här kursen när du förbereder dig och undervisar. Ha en bön i hjärtat när du studerar kapitlen eller verserna du ska undervisa om. Försök att förstå sammanhanget och innehållet i skriftställeblocket: handlingen, personer, platser och händelser. När du har bekantat dig med sammanhanget och innehållet i varje skriftställeblock, försök då att urskilja lärosatser och principer i blocket. Bestäm vilka av dem som det är viktigast att dina elever förstår och använder. När du kommit fram till vad du ska fokusera på, kan du avgöra vilka metoder, tillvägagångssätt och aktiviteter

som bäst hjälper dina elever att lära och använda de heliga sanningar som finns i skrifterna.

Den här handledningen är avsedd att hjälpa dig med det här. Gå noggrant igenom lektionsmaterialet som hör till skriftställeblocket du ska undervisa om. Du kan välja att använda alla eller några av förslagen som ges för ett visst skriftställeblock eller också anpassa dem efter dina elevers behov och omständigheter. När du beslutar hur du ska anpassa lektionsmaterialet, följ då det här rådet från äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:

”Jag har ofta hört president Packer säga att vi först ska ta till oss och sedan anpassa. Om vi är väl förtrogna med den föreskrivna lektionen så kan vi följa Anden och anpassa den” (se ”En paneldiskussion med äldste Dallin H. Oaks” [”Satellitutskickning i regi av Kyrkans seminarier och institut”, 7 aug. 2012], s. 6, si.lds.org).

När du förbereder dig för att undervisa, tänk då på elever som har särskilda behov. Anpassa aktiviteter och förväntningar för att hjälpa de här eleverna att lyckas. Tala med föräldrar och ledare. Det hjälper dig att bli medveten om elevernas behov och hjälper dig att göra varje lektion eller aktivitet till en meningsfull och uppbygglig upplevelse för dem.



## Hur man använder lärarhandledningen för dagligt seminarium

### INLEDNING TILL

## Nephis första bok

#### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar 1 Nephi upptäcker de att "Herrens ömma barmhärtighet är över alla dem som han har utvalt på deras tro, så att han gör dem... (1 Nephi 1:20). De till...

#### För vem skrevs den här boken och varför?

Nephi hade tre grupper i åtanke när han skrev boken: sin fars efterkommande, folk i de sista dagarna... (1 Nephi 1:20). De till...

mellan djävulens makter och Guds Lammis kyrka (se 1 Nephi 8; 11–14).

- Nephi blir visad hur han ska bygga ett fartyg som ska föra hans folk till det... (1 Nephi 18:1).

### Inledning till boken

Inledningen ger en översikt över varje bok i Mormons bok. Den informerar bland annat om vem som skrev den, författarens avsikt och ger också en sammanfattning av innehållet.

### Inledning till skriftställeblock

Inledningen till skriftställeblocket ger en kort översikt över sammanhanget och innehållet i blocket.

### Versgrupper och sammanfattning av kontext

Skriftställeblock uppdelas ofta i mindre versgrupper vid nytt ämne eller ny handling. Skriftställe hänvisningen för varje versgrupp följs av en kort sammanfattning av händelserna eller undervisningen i den versgruppen.

### Undervisningstips

Undervisningstipsen förklarar principer och metoder för undervisning om evangeliet. De hjälper dig att förbättra dig som lärare.

### Lektionens huvuddel

Lektionens huvuddel ger dig vägledning när du studerar och undervisar. Den innehåller undervisningsförslag, däribland frågor, aktiviteter, citat, schematiska teckningar och uppställningar.

### Lärosatser och principer

Lärosatser och principer – som följer på ett naturligt sätt av sammanhanget i texten som eleverna studerar – är tryckta med halvfet stil i handledningen så att du hittar dem lätt och kan betona dem i undervisningen.

### Bilder

Bilder av kyrkans ledare och av händelser i skrifterna är visuella hjälpmedel som du kan använda i undervisningen om tillgängliga.

### LEKTION 144

## Ether 2

### Inledning

Efter att ha lämnat Babels torn leddes Jared och hans bror och deras familjer och vänner av Herren genom vildmarken. Herren sade till Jareds bror att bygga åtta

båtar för överfarten till ett löftets land. När Jareds bror och hans folk lydde Herren i tro, fick de den vägledning de behövde för att deras färd skulle bli lyckosam.

### Lektionsförslag

#### Ether 2:1–12

#### Jarediterna påbörjar sin färd till det utlovade landet

Gör följande aktivitet för att hjälpa eleverna förstå att om vi följer den undervisning Gud ger oss, förbereder det oss för att få ytterligare vägledning av honom:

Cöm någonting i klassrummet före lektionen som föreställer en skatt. Förbered tre eller fyra ledtrådar som för eleverna till skatten. Ge eleverna den första ledtråden. Den ledtråden för till nästa osv. tills eleverna hittar skatten. När de har hittat skatten, frågar du:

- Vad hade hänt om ni inte hade följt den första ledtråden? (De skulle inte ha hittat nästa ledtråd.)

Be eleverna läsa igenom Ether 1:41–42 tyst för sig själva och leta efter de första anvisningarna som Herren gav Jarediterna för att leda dem till det utlovade landet.

För att hjälpa eleverna se hur Jarediterna tog emot de här anvisningarna, ber du en av dem högt läsa Ether 2:1–3.

- Hur tog Jarediterna emot Herrens första undervisning?

Be en elev högläsa Ether 2:4–6. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vilka välsignelser Jarediterna fick när de följde de första anvisningarna.

- Vad hände när Jarediterna följde Herrens första anvisningar? (Herren gav dem ytterligare undervisning genom Jareds bror.)

- Vad lär vi oss i den här skildringen om hur vi kan få vägledning av Herren? (Eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, men svaren bör få fram följande princip: **När vi i tro följer den vägledning som Herren har gett oss, kan vi få ytterligare vägledning av honom.** Du kan föreslå att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Ether 2:6.)

För att hjälpa eleverna förstå den här principen bättre och handla efter den, ber du dem att tänka på en maning eller ingivelse som de har fått nyligen från Herren. Läs därefter följande ord av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum om hur uppenbarelser ofta ges:



"Det kommer en del i taget, så att du växer i din förmåga. När varje del åtlids i tro, så leds du till andra delar, tills du har fått hela svaret. Det här mönstret kräver att du utövar tro på vår Faders förmåga att svara. Även om det ibland är mycket svårt leder det till betydande personlig tillväxt" ("Använd dig av bönsens himmelska kraft", *Liahona*, maj 2007, s. 9).

Be eleverna att avsluta följande mening i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker: Du kan skriva frågorna på tavlan eller läsa dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.

- När har du följt en andlig maning och sedan fått ytterligare vägledning av Gud?
- Varför tror du att vi ibland först måste följa en andlig maning innan vi kan få ytterligare uppenbarelser?

Sammanfatta Ether 2:8–12 genom att berätta att Herren sade till Jareds bror att när Jarediterna kom till det utlovade land så skulle de "tjäna honom, den sanna och ende Guden"



## Nyckelskriftställen

De 25 nyckelskriftställen i Mormons bok framhävs i sammanhanget i lektioner där de förekommer. Var och en av de här lektionerna innehåller också ett undervisningsförslag för varje nyckelskriftställe. Aktiviteterna i samband med repetition av nyckelskriftställen hjälper dig att ägna kontinuerlig uppmärksamhet i din undervisning åt dessa skriftställen boken igenom. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra förslag till undervisning om nyckelskriftställen.

## Marginalen

Du kan använda marginalen när du förbereder lektionen och göra anteckningar, skriva principer, upplevelser eller tankar alltefter Andens ingivelser.

## Kommentar och bakgrundsinformation

Ytterligare citat och förklaringar ges i slutet av en del lektioner för att du och dina elever ska få djupare insikt om vissa begrepp eller skriftställen. Använd den här informationen som hjälp för dig att besvara frågor eller fördjupa din undervisning.

## Ytterligare undervisningsförslag

Ytterligare undervisningsförslag ges i slutet av en del lektioner. Det här är förslag på hur du undervisar om lärosatser och principer som kanske inte klart anges eller betonas i lektionens huvuddel. Det är också förslag på undervisning med hjälp av visuella medier, som till exempel dvd-presentationer.

MORMON 7–8:11

### Repetition av nyckelskriftställen

Skriv ordet *uppmåna* på tavlan. Förklara vid behov att ordet *uppmåna* betyder att med kraft försöka övertala andra att handla på ett visst sätt. Tala om att Mormons avslutande ord i Mormon 7 är ett bra exempel på en uppmaning. Dela ut papper till eleverna och tala om att de ska skriva en uppmaning som bygger på ett av deras favoritnyckelskriftställen i Mormons bok. Be dem att skriva följande överst på papperet: "Jag skall tala något till ungdomarna i de sista dagarna." Be varje elev att välja ett favoritnyckelskriftställe och sedan skriva en uppmaning till ungdomarna i de sista dagarna som bygger på skriftstället som de har valt. Uppmaningen skulle kunna innehålla en sammanfattning av de viktigaste sanningarna i nyckelskriftstället, en förklaring om varför de här sanningarna är viktiga för ungdomar i vår tid och en uppmaning att handla efter de här sanningarna. Den skulle kunna avslutas med ett liknande löfte som det i Mormon 7:7 eller Mormon 7:10. Fundera på att be några elever läsa upp sina uppmaningar för klassen. Du skulle kunna samla in uppmaningarna för framtida aktiviteter i samband med nyckelskriftställen eller sätta upp dem i klassrummet.

Obs: Ni kan göra den här aktiviteten när som helst under lektionen. Ni skulle till exempel kunna göra den i slutet av lektionen eller efter att ha samtalat om Mormon 7.

### Kommentar och bakgrundsinformation

#### Mormon 7. Mormons sista vädjan om att tro på Kristus

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum har skrivit om Mormons sista vädjan om att tro på Kristus, en vädjan som han riktade till människor i vår tid efter att ha bevittnat sitt folks undergång:

"I en monolog över döden vände sig Mormon tvärs igenom tid och rum till alla människor, särskilt till den "återstod av Israels hus" som en dag skulle läsa hans storslagna uppteckning. De som levde i en annan tid och på en annan plats måste lära sig vad de som låg där framför honom hade glömt bort: att alla måste 'tro på Jesus Kristus, att han är Guds Son', att han efter sin

korsfästelse i Jerusalem 'genom Faderns makt har återuppstått, varigenom han har vunnit seger över graven. Och likaså att genom honom är dödens udd uppslukad.

Och han åstadkommer de dödas uppståndelse ... och världens återlösning.' De som har blivit återlösta kan då tack vare Kristus åtnjuta 'ett tillstånd av lycka som inte har något slut' [Mormon 7:1, 5–7] ...

Att 'tro på Kristus', särskilt när det vägs emot sådana tragiska följder – som alla hade kunnat undvika! – var Mormons sista vädjan och hans enda hopp. Det är den främsta avsikten med hela den bok som skulle komma till människorna i de sista dagarna och bära hans namn" (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 321–322).

### Ytterligare undervisningsförslag

#### Mormon 7:8–9. Bibeln och Mormons bok

Håll upp en Mormons bok med etiketten "denna". Håll därefter upp en bibel med etiketten "den". Be eleverna läsa Mormon 7:8–9 tyst för sig själva och ta reda på vad

Mormon sade om förhållandet mellan "denna" (Mormons bok) och "den" (Bibeln).

- Hur har ert studium av Mormons bok stärkt ert vittnesbörd om sanningarna i Bibeln? Hur har ert studium av Bibeln stärkt ert vittnesbörd om Mormons bok?

## Dagligt seminarium (tidigt morgon-, håltimsseminarium)

Den här handledning innehåller följande grundläggande delar för lärare i dagligt seminarium: 160 lärarledda lektioner, undervisningstips och resursmaterial för undervisning om nyckelskriftställen och grundsatser.

### Dagliga lärarledda lektioner

#### Lektionsupplägg

Varje lektion i den här handledningen fokuserar ett skriftställeblock snarare än ett visst begrepp, en viss lära eller princip. Det här upplägget hjälper dig och dina elever att studera skrifterna i ordningsföljd och behandla lärosatser och principer allteftersom de följer på ett naturligt sätt av sammanhanget i texten. När eleverna får kunskap om sammanhanget där en lära eller princip förekommer, kan de få djupare insikt om den sanningen. Dessutom ser de då och förstår bättre den fulla omfattningen av budskapen som de inspirerade författarna till skrifterna ville överbringa. Genom att undervisa om skrifterna på det här sättet hjälper du också eleverna att lära sig hur de kan upptäcka och tillämpa eviga sanningar i sina personliga skriftstudier.

Inte alla avsnitt i skriftställeblocket betonas i lektionen. En del avsnitt ägnas mindre uppmärksamhet eftersom de inte är lika viktiga för den inspirerade författarens helhetsbudskap eller är mindre tillämpliga på ungdomars liv. Du har ansvaret att anpassa materialet efter dina elevers behov och intressen. Du kan anpassa lektionsförslag i den här handledningen genom att välja att betona en viss lära eller princip starkare än vad som görs i lektionsmaterialet eller genom att välja att inte ägna lika stor uppmärksamhet åt ett avsnitt i skrifterna som behandlas utförligt i handledningen. Sök att få den Helige Andens hjälp med att göra de här anpassningarna när du förbereder dig och när du undervisar.

#### Lärosatser och principer

I lektionens huvuddel finns det flera väsentliga lärosatser och principer som är tryckta i halvfet stil. Dessa lärosatser och principer markeras på det här sättet

därför att 1) de uttrycker ett centralt budskap i skriftställeblocket, 2) de är särskilt tillämpliga på elevernas behov och omständigheter eller 3) de är väsentliga sanningar som kan hjälpa eleverna att fördjupa sina relationer till Herren. Observera att Mormons bok lär ut många sanningar utöver dem som tas upp i studiematerialet. President Boyd K. Packer sade att skrifterna innehåller "oändligt många kombinationer av sanningar som svarar mot varje persons behov i varje situation" ("The Great Plan of Happiness" [CES Symposium on the Doctrine and Covenants/Church History, 10 aug. 1993], s. 2, si.lds.org).

Tänk på att hela tiden ge eleverna tillfälle att upptäcka lärosatser och principer i skrifterna när du undervisar. När eleverna berättar om sanningar de upptäcker, använder de kanske andra ord än de som står i handledningen för en viss lära eller princip. De upptäcker kanske också sanningar som inte nämns i lektionsplanen. Var noga med att inte antyda att eleverna svarat fel bara för att deras formuleringar skiljer sig från dem i handledningen eller därför att de nämner en sanning som inte nämns i studiematerialet. Men om en elevs svar strider mot evangeliets lära, är det din skyldighet att vänligt – i en anda av kärlek och tillit – hjälpa honom eller henne att rätta sitt svar. Det kan bli en viktig lärupplevelse för eleverna i din klass.

#### Kurstakt

Den här handledningen innehåller 160 dagliga seminarielktioner, vilket torde tillåta avbrott för skolaktiviteter eller andra viktiga aktiviteter och ge tid över till repetition av innehåll i skrifterna eller arbete på nyckelskriftställen. Du kan anpassa lektionerna och kurstakten inom ramen för den tilldelade tiden för den här kursen. (I tillägget i slutet av den här handledningen finns ett exempel på kurstakt.)

#### Ta igen undervisning

*Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseinarium* kan användas i dagligt seminarium för att ge elever som har varit frånvarande möjlighet att ta igen undervisning. Lektionerna i studievägledningen för hemstudieelever löper parallellt med lektionerna i den här handledningen. Elever med hög frånvaro kan få i uppgift att göra de uppgifter i studievägledningen

som motsvarar innehållet som de missat på lektionerna. Uppgifterna kan skrivas ut från S&I:s webbplats, så du behöver inte ge de här eleverna hela studievägledningen. Information om *Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseinarium* ges i avsnittet "Hemstudieseinarium".

### Undervisningstips

Undervisningstips finns i marginalerna i den här handledningen. Undervisningstipsen förklarar och visar hur du och dina elever kan använda "Grundprinciperna för att studera och undervisa om evangeliet" i ert studium av Mormons bok. De ger också förslag om hur du effektivt använder olika undervisningsmetoder, färdigheter och tillvägagångssätt. Var alltid uppmärksam på möjligheter att tillämpa principerna som du lär dig i undervisningstipsen i din undervisning.

### Nyckelskriftställen och grundsatser

För att hjälpa eleverna samla eviga sanningar och få större tilltro till sin förmåga att lära sig och undervisa ur skrifterna, har kyrkans seminarier och institut (S&I) valt ut ett antal skriftställen för varje studiekurs som eleverna ska behärska. I den här handledningen finns det också en lista med grundsatser som har tagits med för att framhäva väsentliga lärosatser som eleverna bör förstå, tro på och leva efter under de fyra åren i seminariet och sedan livet ut. Handledningen för varje kurs är uppbyggd på ett sådant sätt att den framhäver grundsatserna i den ordning som eleverna träffar på dem i sitt studium av skrifterna i ordningsföljd. Många av nyckelskriftställen är valda med tanke på grundsatserna, så när du undervisar om nyckelskriftställen, undervisar du också om grundsatser.

När eleverna samlar ett förråd av eviga sanningar i sitt sinne och hjärta, påminner den Helige Anden dem om dessa sanningar när det behövs och ger dem mod att handla i tro (se Joh. 14:26). President Howard W. Hunter sade:

"Jag uppmanar er på det bestämdaste att använda skrifterna i er undervisning och göra allt ni kan för att hjälpa eleverna att använda dem och känna sig hemmastadda i dem. Jag skulle vilja att våra ungdomar har tilltro till skrifterna ...

Vi vill att eleverna ska lita på kraften och sanningarna i skrifterna, lita på att vår himmelske Fader talar till dem genom skrifterna och att de kan vända sig till skrifterna och finna svaren på sina problem och sina böner ...

Det är vår förhoppning att inga av era elever ska lämna klassrummet ängsliga eller generade eller skamsna över att inte kunna finna den hjälp de behöver därför att de inte är tillräckligt väl bevandrade i skrifterna för att finna de rätta ställena” (“Eternal Investments” [tal till KUV-lärare, 10 feb. 1989], s. 2, si.lds.org).

Se tillägget i slutet av den här handledningen för mer information om nyckelskriftställen och grundsatser.

## Hur man använder hemstudielektionerna

### Hemstudielektion

#### Mormons ord–Mosiah 6 (Studieavsnitt 11)

##### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

###### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de grundlärar och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mormons ord–Mosiah 6 (studieavsnitt 11) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa grundlärar och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

##### Dag 1 (Mormons ord–Mosiah 2)

Genom att studera de erfarenheter Mormon gjorde när han följde Andens maningar och tog med Nephis mindre plåtar i sin uppteckning fick eleverna lära sig att Herren vet allt. Kung Benjamin undervisade och sade att om nephiterna inte hade haft skrifterna skulle de ha nedsjunkit i otro och att vi genom att utforska skrifterna kan känna till och hålla buden. Han undervisade sitt folk om viktiga principer som: När vi tjänar andra, tjänar vi Gud. När vi inser att vi står i skuld till Gud, då vill vi tjäna andra och känner större tacksamhet. Om vi håller buden blir vi välsignade i både materiellt och andligt avseende.

##### Dag 2 (Mosiah 3)

Kung Benjamin citerade en ängels ord vilken kom med "glada [budskap] om stor glädje" om att Herren skulle födas till världen. Eleverna lärde sig att det över hundra år innan det hände blev profeterat att Jesus Kristus skulle lida så att vi kunde bli frälsta från våra synder. Vi kan bli frälsta från våra synder när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss. Om vi ger efter för den Helige Andens maningar kan vi övervinna den naturliga människan genom Jesu Kristi försoning.

##### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna förstå det som kung Benjamin undervisade sin son och sitt folk om tre år innan han dog. Kung Benjamin undervisade sitt folk om hur de genom att utöva tro på Jesus Kristus kunde få och behålla sina synders förlåtelse.

##### Lektionsförslag

###### Mormons ord

###### Nephi och Mormon ger uttryck åt sin förtröstan på Gud

Be en elev läsa 1 Nephi 9:2–3 för att påminna eleverna om att Nephi fick befällning att göra två slags plåtar. Hjälp dem förstå att orden "dessa plåtar" i det här skriftstället syftar på Nephis mindre plåtar, som innehöll en uppteckning om huvudsakligen heliga ting. Be en elev läsa 1 Nephi 9:4 högt. Be klassen vara uppmärksam på syftet med de större plåtarna (att redogöra för kungarnas regering och folkets krig).

Påminn eleverna om att när Mormon förkortade Nephis större plåtar så upptäckte han de mindre plåtarna bland de andra uppteckningarna. Han inspirerades av den Helige Anden att lägga det han hittade på de mindre plåtarna till sitt sammandrag, även om han inte visste varför han skulle göra det (se Mormons ord 1:7).

Be hälften av klassen utforska 1 Nephi 9:5–6 och leta efter varför Nephi fick befällning att göra de mindre plåtarna. Be den andra hälften utforska Mormons ord 1:6–7 och leta efter varför Mormon beslöt sig för att lägga de mindre plåtarna till sitt sammandrag. Efter att eleverna kommit med sina svar frågar du dem vad de här skriftstälлена lär dem om Herren. (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt är det viktigt att de förstår att **Herren vet allt.**)

- Vad var det för framtida profeter som nämnde Nephi och Mormon nämnde i dessa skrifter?

##### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Den här sammanfattningen gör dig bekant med sammanhanget och lärosatserna och principerna som eleverna studerade under veckan i elevens studievägledning.

##### Inledning till lektionen

Inledningen till lektionen hjälper dig veta vilka delar av skriftställeblocket som betonas i lektionen.

##### Lektionens huvuddel

Lektionens huvuddel ger dig vägledning när du studerar och undervisar. Den innehåller undervisningsförslag, däribland frågor, aktiviteter, citat och uppställningar.

##### Versgrupper och sammanfattning av kontext

Skriftställeblocket uppdelas ofta i mindre versgrupper vid nytt ämne eller ny handling. Skriftställe hänvisningen för varje versgrupp följs av en kort sammanfattning av händelserna eller undervisningen i den versgruppen.

##### Lärosatser och principer

Lärosatser och principer – som följer på ett naturligt sätt av sammanhanget i texten som eleverna studerar – är tryckta med halvfet stil så att du hittar dem lätt och kan betona dem i undervisningen.

##### Förhandsinformation om nästa studieavsnitt

Sista stycket i varje lektion ger kort information om nästa studieavsnitt. Använd den här informationen i slutet av varje lektion för att hjälpa eleverna se fram emot att studera skriftställen kommande vecka.

##### Mosiah 4)

Mot slutet av sin levnad kallade kung Benjamin sin son Mosiah att kalla samman folket. Be eleverna läsa Mosiah 1:10–11 och leta efter skälen till att kung Benjamin ville tala till folket. (Här vill du tillkännage att Mosiah skulle efterträda honom som kung och också ge folket ett namn.)

##### Mosiah 2–6

###### Kung Benjamin undervisar sitt folk om Frälsarens försoning

Visa bilden Kung Benjamin talar till sitt folk (62298 180; *Evangeliabilder* [2009], nr 74). Läs Mosiah 2:12–19 för klassen. Be eleverna räkna upp handen när de hör ord eller uttryck som visar kung Benjamins karaktär. När de räcker upp handen slutar du läsa och ber dem berätta vad de upptäckt och hur det visar kung Benjamins karaktär.

Fråga gärna eleverna vad de lärde sig om tjänande i Mosiah 2:17. (Elevernas svar bör visa att de förstår att **när vi tjänar andra, tjänar vi Gud.**) Du skulle också kunna be klassen att läsa upp nyckelskriftstället Mosiah 2:17 ur minnet. Fundera på att be eleverna berätta hur de tjänat Gud nyligen genom att tjäna andra.

Skriv följande skriftställen på tavlan eller på ett pappersark. Ta inte med svaren inom parentes. Ge varje elev i uppgift att utforska ett av skriftstälлена. Påminn dem om att kung Benjamins predikan inriktades på det här temat: "Inget annat namn kommer att ges, och inte heller något annat sätt eller medel varigenom frälsning kan komma till människobarnen, än i och genom Kristi namn, han som är Herren den Allsmäktige" (Mosiah 3:17). Vart och ett av skriftstälлена lär oss något om det namnet.

1. Mosiah 2:20–25, 34. (När vi inser att vi står i skuld till Gud, då känner vi större tacksamhet.)
2. Mosiah 3:7–11, 17–18. (Jesus Kristus led så att vi kan bli frälsta från våra synder. Om vi utövar tro på Jesus Kristus genom omvändelse, kan vi bli frälsta från våra synder.)

21. (Om vi ger efter för Andens maningar, kan vi genom Jesu Kristi försoning övervinna den naturliga människan och bli en helig.)

4. Mosiah 4:5–8, 19–21, 26. (Om vi ödmjukar oss inför Gud och strävar efter att utveckla kristliga egenskaper, kan vi behålla våra synders förlåtelse.)

Efter att eleverna haft tillräcklig tid ber du dem berätta för klassen eller i mindre grupper vad de lärt sig. Be därefter flera elever välja en av principerna och förklara hur de kan tillämpa den i det dagliga livet.

Be en elev läsa Mosiah 4:1–3 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur folket reagerade på kung Benjamins ord. Be därefter en annan elev läsa Mosiah 5:1–2, 5–8 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur vi kan ta på oss Herrens namn. Förvissa dig om att eleverna förstår följande princip: **Vi tar på oss Jesu Kristi namn när vi sluter och håller heliga förbund.** Påminn gärna eleverna om att ett av skälen till att kung Benjamin kallade samman folket var att undervisa dem om principen att ingå förbund. Han invigde också sin son Mosiah till att vara kung över folket (se Mosiah 6:3).

Avsluta med att fråga eleverna om någon av dem skulle vilja berätta hur det känns för dem att ha tagit på sig Jesu Kristi namn vid dopet. Be dem begrunda följande frågor:

- Hur kan du tillämpa principerna i kung Benjamins predikan personligen?
- Vad innebär det för dig att ta på dig Jesu Kristi namn?

Du skulle också kunna vitna om den glädje som kommer av att tro på Jesus Kristus och förtrösta på hans försoning.

##### Nästa studieavsnitt (Mosiah 7–17)

Fråga eleverna: Skulle ni stå för er tro på Jesus Kristus även om det innebar att ni skulle bli avrättade? Berätta för eleverna att de nästa vecka ska studera profeten Abinadis ord. Uppmuntra dem att leta efter det budskap som Abinadi var villig att överlämna till nephiterna trots att han visste att han skulle bli avrättad.

## Hemstudieseminarium

Hemstudieseminarium ger elever möjlighet att tillgodoräkna sig studier hemma i seminariet genom att på egen hand slutföra lektioner i stället för att gå på lektioner. De här lektionerna finns i en separat lektionsbok som heter *Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseminarium*. Alla hemmastuderande samlas en gång i veckan tillsammans med en lärare för att lämna in uppgifter och delta i en lektion. Elevens studievägledning och den lärarledda lektionen en gång i veckan i ett klassrum beskrivs närmare nedan.

### Elevers studievägledning, hemstudieseminarium

*Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseminarium* har tagits fram för att hjälpa hemmastuderande elever att få en liknade upplevelse som eleverna som går på seminariets lektioner under veckan. Därför löper elevers studievägledning parallellt med den här handledningen både vad beträffar kurstakt och betoning av lärosatser och principer. Elevers studievägledning innehåller också anvisningar om nyckelskriftställen. Nyckelskriftställen tas upp alltefter sammanhanget i texten i skrifterna. Ytterligare aktiviteter i samband med nyckelskriftställen finns i slutet av lektionerna där de behandlas.

Elever i hemstudieseminariet ska varje vecka slutföra fyra lektioner i elevers studievägledning samt delta i en lektion som hålls av seminarieläraren. Eleverna gör de nummerade uppgifterna i studievägledningen i sina studiedagböcker. De bör ha två studiedagböcker så att de kan ge läraren en av dem och fortsätta att

göra uppgifter i den andra. När eleverna träffar läraren varje vecka lämnar de in den ena av studiedagböckerna och får tillbaka den andra så att de kan göra uppgifterna i nästa veckas lektion. (Så till exempel gör eleven under en vecka uppgifter i dagbok 1. Eleven tar sedan med sig studiedagboken till lektionen och ger den till läraren. Veckan därpå gör eleven uppgifter i dagbok 2. När eleven lämnar in dagbok 2 får han eller hon tillbaka dagbok 1 av läraren. Eleven använder sedan dagbok 1 för att göra nästa veckas uppgifter.)

Även om alla seminariel elever uppmuntras att studera skrifterna dagligen, bör hemstudieeleverna förstå att de förväntas ägna ytterligare 30 till 40 minuter åt var och en av de fyra hemstudielektionerna i varje studieavsnitt och delta i den lärarledda hemstudielektionen varje vecka.

### Lärarledda lektioner en gång i veckan för hemmastuderande

Varje studieavsnitt i *Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseminarium* motsvarar fem lektioner i lärarens handledning för dagligt seminarium. I slutet av den femte lektionen finns veckans lärarledda lektion för elever i hemstudieseminariet. De här lektionerna hjälper eleverna att repetera, fördjupa sin insikt i och tillämpa lärosatser och principer som de fick kunskap om när de slutförde lektionerna i elevers studievägledning under veckan. Lektionerna kan också behandla sanningar som inte tas upp i elevers studievägledning. (Se exemplet i tillägget i slutet av den här handledningen på kurs-takt för hemstudieseminarium.)

Som lärare i hemstudieseminariet bör du vara väl insatt i vad eleverna studerar

hemma varje vecka så att du kan besvara frågor och få i gång meningsfulla diskussioner när ni träffas. Be eleverna att ta med sig skrifterna, studiedagböcker och studievägledningen till lektionen varje vecka så att de kan använda dem under lektionen. Anpassa lektionerna efter elevernas behov och den Helige Andens ledning. Du kan även använda lektionerna för dagligt seminarium i den här handledningen när du förbereder dig och undervisar. Läs undervisningstipsen och metoderna i handledningen, det berikar din undervisning i hemstudieseminariet varje vecka. Var lyhörd för särskilda behov hos eleverna som du undervisar. Om till exempel en elev har svårt att skriva, tillåt då honom eller henne att använda en diktafon eller liknande eller att få hjälp av någon i familjen eller av en kamrat att skriva.

I slutet av lektionen varje vecka samlar du in elevernas studiedagböcker och ger uppmuntran inför deras studier kommande vecka. Ge varje elev en studiedagbok för nästa veckas uppgifter. Eftersom ni bara träffas en gång i veckan och er tid är begränsad, behöver du inte ytterligare betona nyckelskriftställen i din undervisning. När du läser igenom uppgifterna som eleverna har gjort i sina studiedagböcker, skriv då regelbundet en liten kommentar eller kommentera dem nästa gång ni träffas. Du kan också försöka hitta andra möjligheter att stödja dem och komma med meningsfull och positiv kritik. Då förstår eleverna att du bryr dig om deras arbete och motiveras att svara omsorgsfullt.

## Andra resurser

Läraren kan gå till webbplatsen för kyrkans seminarier och institut (si.lds.org) för att få hjälp att förbereda lektioner eller för att få ytterligare undervisningsförslag. Följande resurser finns på nätet, genom din studieledare, på kyrkans lokala distributionscenter och på kyrkans nätbutik (store.lds.org):



Seminarie-dvd:er



*Evangeliebilder*



Studiedagböcker



Seminariets bokmärken (med kronologi och skriftställe hänvisningar samt nyckelord)



Nyckelskriftställekort



*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet*



*Vägledning för de unga*



Kronologiaffischer



## LEKTION 1

# Elevens roll

### Inledning

Syftet med den här lektionen är att hjälpa eleverna fullgöra sin egen roll i evangelielärandet. Ibland tror elever att ansvaret för deras lärande vilar enbart hos läraren. President Henry B. Eyring i första presidentskapet talade om att det är nödvändigt för både eleven och läraren att söka den Helige Andens vägledning:

”Problemen och frestelserna som våra elever ställdes inför för bara fem år sedan [förbleknar] jämfört med det som vi ser nu. Och ännu svårare tider ligger framför oss. Det vi har utträttat och utträttar nu kommer inte att räcka till. Vi behöver större kraft för att införliva evangeliet i våra elevers hjärtan och liv ...

Ni måste ha Anden hos er som er ständiga följeslagare för att kunna undervisa med kraft. Och era elever kommer inte att kunna överleva andligen om de inte har Anden som sitt sällskap” (“Vi måste ha Anden hos oss som vår ständiga följeslagare”, En kväll med en generalauktoritet, 7 feb. 2003, [tal till KUV-lärare]; eller “The Spirit Must Be Our Constant Companion”, s. 1, si.lds.org).

När du undervisar genom den Helige Andens kraft och hjälper eleverna att lära genom samma kraft, hjälper du dem att verkligen bli omvända till Jesu Kristi återställda evangelium. Du kan behöva gå igenom principerna i den här lektionen regelbundet för att påminna eleverna om deras ansvar på lektionerna.

## Lektionsförslag

### Personligt ansvar att lära genom studier och genom tro

Be en elev att komma fram till dig. Förklara att du vill hjälpa den eleven att få en starkare kropp. Be därefter ytterligare en elev att komma fram och göra fem armhävningar.

Efter att eleven gjort armhävningarna frågar du den första eleven:

- Blev du starkare av de där armhävningarna?

Fråga klassen:

- Vad har det här exemplet på kroppsövning att göra med ert ansvar att lära er evangeliet? Vems ansvar är det att ni lär er evangeliet?

Be en elev läsa Läran och förbunden 88:118 högt.

- Vad tror ni menas med att ”söka[a] lärdom ... genom studier och även genom tro”? (Du kan behöva framhålla att **lärande genom studier och tro kräver personliga ansträngningar.**)



Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum talade om vad som menas med att lära genom tro. Uppmuntra eleverna att skriva ner det här uttalandet (kanske i sina skriftdagböcker – studiedagböcker – eller anteckningsböcker) så att de kan läsa det ofta under seminarieåret:

”Att lära sig genom tro kräver andlig, mental och fysisk ansträngning och inte bara ett passivt mottagande ... Eleven [måste] själv utöva tro och handla för att få kunskapen” (“Sök efter kunskap genom tro”, 2006 KUV – En kväll med en generalauktoritet, [tal till KUV-lärare 3 feb. 2006]; eller “Seek Learning by Faith”, s. 3, si.lds.org).

### Dagliga personliga skriftstudier

Förklara att dagliga personliga skriftstudier är en viktig del av att söka lärdom genom studier och tro.

Be en elev läsa Helaman 3:29–30 högt.

- Vad tror ni är skillnaden mellan att läsa skrifterna flyktigt och att ”hålla fast vid Guds ord”?
- Vilka välsignelser får vi om vi håller fast vid Guds ord, enligt verserna vi just läste?
- Vilka andra välsignelser får vi genom att studera skrifterna dagligen?

### Skriftdagböcker – studiedagböcker – eller anteckningsböcker

En skriftdagbok eller anteckningsbok kan vara en inbunden dagbok, en vanlig anteckningsbok eller löslblad i en pärm. I studiedagböckerna kan eleverna göra anteckningar och skriva ner ingivelser de får under lektioner, vid personliga skriftstudier och på kyrkans möten. När de skriver ner och ordnar sina tankar och ingivelser blir de redo att delta i lektionen, få djupare insikt i evangeliet och ta emot personlig uppenbarelse.



**Dagliga skriftstudier**

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum sade:  
 "Skriftstudier gör oss lyhörda för Herrens ande ... Eftersom vi tror att skriftstudier kan hjälpa oss att ta emot uppenbarelser, uppmuntras vi att läsa skrifterna om och om igen. På detta sätt skaffar vi oss tillgång till det som vår himmelske Fader vill att vi ska veta och göra i vårt eget liv i dag. Detta är en anledning till att sista dagars heliga tror på *dagliga skriftstudier*" ("Scripture Reading and Revelation", *Ensign*, jan. 1995, s. 8).

- När har ni fått välsignelser genom dagliga personliga skriftstudier?

När eleverna svarar på de här frågorna förvissa dig då om att de förstår att **dagliga skriftstudier stärker våra vittnesbörd, bjuder in den Helige Anden till vårt liv och hjälper oss att lära oss evangeliet.**

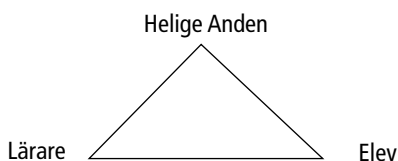
Be eleverna besvara en av följande frågor i sina skriftdagböcker:

- Hur skulle du kunna förbättra ditt studium av Mormons bok i år?
- På vilka sätt har dina känslor för Jesus Kristus påverkats av att du läser Mormons bok?

Be eleverna att sätta som mål att i år studera Mormons bok dagligen. Be dem också att sätta som mål att läsa hela Mormons bok under seminarieåret. Du skulle kunna föreslå att de skriver de här målen i sina skriftdagböcker. Påminn dem om att målen kan hjälpa dem med uppgifter i Plikt mot Gud och Min personliga tillväxt.

**Lära genom Anden**

Gör följande illustration på tavlan. Utelämna orden. Skriv dem under lektionens gång.



Be en elev läsa Läran och förbunden 50:17–18 högt.

- Vad kräver Herren av en evangelielärare enligt de här verserna? (Att undervisa om sanningen genom Andens kraft.)

Skriv *Helige Anden* och *Lärare* vid figuren, enligt ovanstående. Delge dina tankar om att söka den Helige Andens vägledning i din undervisning. Hjälpe eleverna förstå att du i dina förberedelser och i din undervisning ärligt strävar efter att ledas av Anden.

Be eleverna lägga ett bokmärke i Läran och förbunden 50 (eftersom de kommer att återvända till det här kapitlet om ett ögonblick). Be en elev läsa 2 Nephi 33:1 högt.

- Vad gör den Helige Anden för eleven när han eller hon får undervisning om evangeliet?

Förklara att vi för att kunna lära oss evangeliet på Herrens sätt måste ta på oss ansvaret att lära genom den Helige Andens kraft. Be eleverna läsa Läran och förbunden 50:19–21 tyst för sig själva.

- Vad ska vi skriva vid triangelnas högra hörn? (Skriv *Elev*.)
- Vad tror ni menas med att ta emot sanningen genom sanningens Ande?

Undervisa gärna om några principer för hur man känner igen den Helige Andens påverkan. Hjälpe eleverna förstå att Anden vanligtvis talar till oss tyst och stilla genom våra känslor och vårt förstånd (se 1 Nephi 17:45; L&F 8:2–3). Den Helige Anden inger oss kärlek, glädje, frid, tålmod, ödmjukhet, mildhet, tro och hopp (se Gal. 5:22–23; L&F 11:12).

- Vad kan ni göra i seminariet för att förbereda er att lära genom Anden?

Hjälpe eleverna under diskussionens gång att förstå att villighet att berätta om ens vittnesbörd för varandra är ett viktigt sätt att lära genom Anden. Läs följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum:



"När eleverna pratar om sanningar bekräftas dessa inom dem och stärker deras vittnesbörd" ("Förstå och efterleva sanning", KUV – En kväll med en generalauktoritet, 4 februari 2005, [tal till KUV-lärare]; eller "To Understand and Live Truth", s. 3, si.lds.org).

Påminn eleverna om att Plikt mot Gud och Min personliga tillväxt har förslag till hur man berättar för andra om evangeliets sanningar. Uppmuntra dem att berätta om sina upplevelser på seminarielektioner, på kворum eller klassmöten och vid samtal med familjemedlemmar och vänner. Betona att när de gör sitt bästa att förklara, berätta och vittna om evangeliets sanningar då ger Gud dem större förmåga att diskutera evangeliet med andra.

Hänvisa på nytt till figuren på tavlan. Be en elev läsa Läran och förbunden 50:14, 22 högt.

- Hur sammanfattar de här verserna den Helige Andens, lärarens och elevens roller när det gäller evangelielärande? (Du kan behöva förklara att den Helige Anden, som också kallas Anden och Hjälparen i de här skriftställena, undervisar om sanningen. Läraren ska undervisa genom Andens kraft, och eleven ska lära genom samma kraft.)
- Vad händer när en elev lär genom Anden och läraren undervisar genom Anden?

I Mormons bok är Enos och Alma exempel på personer som lärde genom Anden. Be eleverna läsa Enos 1:4–10 och Alma 5:45–47 tyst för sig själva. (Du kan skriva hänvisningarna på tavlan.) Fråga sedan:

- Vad gjorde Enos (eller Alma) för att lära genom Anden?
- Vad gjorde Anden för Enos (eller Alma)?

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Bednar:

”Vi bör alltid komma ihåg att den Helige Anden är läraren som, genom rätt inbjudan, kan träda in i hjärtat hos den som söker efter kunskap” (“Sök efter kunskap genom tro”).

- Hur gäller det vi har studerat hittills för ert eget ansvar som elever i den här klassen? (När eleverna svarar förvissa dig då om att de förstår att **när vi öppnar våra hjärtan och ber till Gud i tro då hjälper den Helige Anden oss att förstå evangeliets sanningar.**)

För att hjälpa eleverna komma på sätt att hjälpa varandra lära genom Anden frågar du:

- Vad kan vi göra som bjuder in Anden till våra lektioner? (Exempel på svar du kan få: sjunga inledningspsalmen, ta med oss skrifterna till lektionen och använda dem dagligen, vara villiga att svara på frågor och berätta om upplevelser, be för varandra, be om den Helige Andens vägledning.)

För att hjälpa eleverna förstå att negativa handlingar kan påverka de andra i klassen frågar du:

- Vilka slags attityder, vilket slags uppförande är stötande för Anden på seminarielektionen?

Be eleverna fundera över värdet av att ha den Helige Anden som lärare.

- När har ni upplevt att Anden verkade i sin lärarroll?

Avsluta med att uppmana eleverna lära genom studier och tro när de studerar Mormons bok i seminariet i år. Fråga gärna eleverna med jämna mellanrum under läsåret hur det går för dem, för att uppmuntra dem att fortsätta att lära på det här sättet.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 33:1. Att öppna våra hjärtan för den Helige Anden

Fundera på att som del av diskussionen om 2 Nephi 33:1 läsa följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:

”Nephi lär oss att ‘när en människa talar genom den Helige Andens kraft överför den Helige Andens kraft [budskapet] till människobarnens hjärtan’ (2 Nephi 33:1). Lägga märke till hur Andens kraft för budskapet *till* men inte nödvändigtvis *in i* hjärtat. En lärare kan förklara, visa, övertyga och vittna, och göra det med

stor andlig kraft och effektivitet. Men till sist är det så att innehållet i ett budskap och den Helige Andens vittnesbörd endast tränger in i hjärtat om mottagaren tillåter det ...

Den som söker efter kunskap och väljer att handla i enlighet med sanna principer öppnar sitt hjärta för den Helige Anden och inbjuder hans undervisning, kraftfulla vittnesbörd och bekräftande vittne” (“Sök efter kunskap genom tro”, 2006 KUV – En kväll med en generalauktoritet, [tal till KUV-lärare, 3 feb. 2006]; eller “Seek Learning by Faith”, s. 3, si.lds.org).

# Att studera skrifterna

### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna att fördjupa sin förståelse av skrifternas syfte. Den hjälper dem också att studera skrifterna på ett mer meningsfullt sätt. Den innehåller inlärningsaktiviteter om att förstå bakgrund och omgivning till skrifterna, att urskilja och förstå läror och principer och att tillämpa dessa lärosatser

och principer i vårt liv. När eleverna blir skickligare på att studera skrifterna får de större kärlek till skrifterna och större insikt i evangeliet. Tänk på möjligheter att gå igenom materialet i den här lektionen med jämna mellanrum under läsårets gång.

### Lektionsförslag

#### Hur bör vi nalkas skriftstudier i seminariet?

Skriv följande uttalande av president Thomas S. Monson på tavlan före lektionen. (Uttalandet återfinns i Conference Report, okt. 1970, s. 107.)

*”Målet med evangelieundervisning ... är inte att proppa eleverna fulla med kunskap ... Syftet är att inspirera den enskilde att tänka på, känna för och sedan göra något åt evangeliets sanningar och principer” (president Thomas S. Monson).*

Be en elev läsa uttalandet högt.

- Vad bör vara mitt mål som er seminarielärare med tanke på det här uttalandet? Vad bör vara ert mål som seminarieelever?

Tala om för eleverna att de i den här lektionen ska undersöka olika sätt att ”tänka på, känna för och sedan göra något åt evangeliets sanningar och principer” som skrifterna undervisar om.

#### Att förstå bakgrund och omgivning till skrifterna

Förklara att något som eleverna kan göra för att förbättra sina skriftstudier är att lära sig om bakgrund och omgivning till skildringarna och uppenbarelserna i skrifterna. Bakgrund och omgivning kallas ofta kontext eller sammanhang.

Be en elev läsa följande råd av president Thomas S. Monson:



”Bekanta er med den undervisning som skrifterna skänker. Lär er bakgrunden och omgivningen till Mästarens liknelser och profeternas maningar. Studera dem som om de talade till just dig, för det gör de” (”Var ditt bästa jag”, *Liahona*, maj 2009, s. 67, 68).

Framhåll att kunskap om bakgrund och omgivning kan hjälpa oss förstå vad skrifterna undervisar om. Det ger oss upplysningar som klargör och fördjupar vår förståelse av skildringarna, lärosatserna och principerna i skrifterna.

Skriv följande frågor på tavlan:

*Vem är det som talar i dessa verser?*

*Till vem talar han eller hon?*

*Vad händer i den här skildringen?*

Förklara att dessa frågor kan hjälpa oss förstå lärans eller skildringens kontext.

Be eleverna berätta vad de gjort för att bättre förstå bakgrund och omgivning till skriftställen. Du kan skriva några av idéerna på tavlan.

Eleverna kanske nämner sådant som att slå upp svåra eller obekanta ord, studera den omgivande texten, läsa kapitelingresser eller leta efter förklaringar och tvärhänvisningar i fotnoterna. Nämn dessa även om eleverna inte nämner dem.

För att visa ett exempel på en metod att förstå skrifternas sammanhang ber du en elev läsa 3 Nephi 17:1–10 högt. Be eleverna följa med i texten och leta efter svar på frågorna som du skrivit på tavlan. Uppmuntra dem gärna att titta på kapitelingressen för att få en snabb överblick av kapitlet.

- Vem är berättaren i skildringen i vers 1, 5–6 och 9–10? (Mormon.)
- Vem talar i skildringen? Vilka är åhörarna?
- Vad ägde rum före händelserna i den här skildringen? (Se kapitelingresserna till 3 Nephi 8–16.) Hur påverkar er kännedom om den här bakgrunden er förståelse av varför folket ville att Frälsaren skulle stanna lite längre? (Se 3 Nephi 17:5–6.) Vilka under ägde rum efter att han hade sagt att han skulle stanna? (Se 3 Nephi 17:7–10.)

## Urskilja och förstå lärosatser och principer

Betona att när elever förstår bakgrund och omgivning till en skildring i skrifterna så är de bättre förberedda att urskilja och förstå lärorna och principerna den innehåller. Be en elev läsa följande beskrivning av evangelieprinciper av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum:

”Principer är koncentrerad sanning, förpackad att kunna tillämpas i en rad olika omständigheter” (”Förvärvandet av andlig kunskap”, *Nordstjärnan*, jan. 1994, s. 86).

Förklara att läror och principer är eviga, oföränderliga sanningar i Jesu Kristi evangelium som ger oss ett rättesnöre i livet. De är det som forntida profeter ville att vi skulle lära oss av händelser, skildringar och predikningar som de tog med i skrifterna. Framhåll att några författare i skrifterna använder uttryck som ”sålunda ser vi” (se Helaman 3:27–29) eller ord som *därför* (se Alma 32:16) för att gå direkt in på lärosatser och principer. Men många lärosatser och principer nämns inte lika tydligt i skrifterna. Dessa sanningar är underförstådda och åskådliggörs genom personers liv.

För att hjälpa eleverna urskilja läror och principer som är underförstådda föreslår du att när de läser de då ställer sig följande eller liknande frågor: Vad är budskapet i den här skildringen? Vad ville författaren att vi skulle lära oss av skildringen? Vilka sanningar lärs ut i det här skriftstället? Skriv gärna upp frågorna på tavlan.

För att hjälpa eleverna öva på att urskilja läror och principer ber du dem att gå tillbaka till 3 Nephi 17:1–10. Fråga dem:

- Vad lär vi oss av Frälsarens undervisning i 3 Nephi 17:2–3 om att förstå hans ord?
- Vilka sanningar lär vi oss om Frälsaren i 3 Nephi 17:5–7?
- På grund av folkets stora tro erbjöd sig Frälsaren att bota dem. Vilka principer hittar ni i 3 Nephi 17:8–9 om att sträva efter att få välsignelser av Herren? (En princip som eleverna kanske urskiljer är att Herren besvarar en uppriktig önskan att komma närmare honom.)

Om det finns tid att låta eleverna öva ytterligare på att urskilja läror och principer ber du dem att hitta sina favoritberättelser i skrifterna. Be dem urskilja principer som de har lärt sig av dessa berättelser. Be dem därefter berätta sina berättelser och vilka principer de lärt sig.

## Att tillämpa lärosatser och principer

President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum sade:

”Sann lära, som blir förstådd, förändrar attityder och beteende. Att studera evangeliets läror kommer att snabbare förbättra beteendet än att studera själva beteendet ... Det är därför som vi så kraftfullt betonar vikten av att studera evangeliets lärosatser” (se ”Små barn”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 13).

Förklara att när vi förstår en lära eller princip så vet vi mer än hur ord definieras. Vi vet vad läran eller principen betyder i vårt liv. När vi urskiljer en lära eller princip och förstår den så kan vi tillämpa den i vårt liv. Förklara att tillämpning är att göra någonting åt principerna vi lärt oss. Elever som handlar efter principerna de lär sig har större möjlighet att få känna att den Helige Anden bekräftar att dessa principer är sanna (se 2 Nephi 32:5; Moroni 10:5). Det här är det verkliga värdet av den kunskap man förvärvar genom skriftstudier. Hjälpt eleverna förstå att närhelst de studerar skrifterna – vare sig de är hemma, i kyrkan,

i seminariet, arbetar på Plikt mot Gud eller Min personliga tillväxt, eller i något annat sammanhang – bör ett av de främsta målen vara att bli bättre på att leva efter evangeliet och att komma närmare Gud.

För att hjälpa eleverna förstå och tillämpa principer de finner i skrifterna uppmuntrar du dem att be om den Helige Andens hjälp i sina personliga studier. Uppmuntra dem också att ställa följande eller liknande frågor när de studerar: Vad vill Herren att jag ska göra med den här kunskapen? Vilken skillnad kan det göra för mig i livet? Vad kan jag börja eller sluta göra nu för att leva ett bättre liv? Hur blir mitt liv bättre av att göra det? (Du kan skriva alla eller några av frågorna på tavlan. Du kan också föreslå att eleverna skriver frågorna i sina skriftdagböcker så att de kan läsa dem ofta.)

Avslutningsvis delar du upp eleverna i par. Be dem berätta för varandra vilka principer de lärde sig i dag i 3 Nephi 17:1–10. Uppmuntra dem att samtala om vad de gjort för att bättre förstå de här principerna och hur de kommer tillämpa det som de lärt sig och känt. Be dem samtala om hur tillämpningen av de här principerna kan göra skillnad för dem i livet.

## Ytterligare undervisningsförslag

### Skriftstudietekniker och -metoder

Följande tekniker hjälper eleverna i deras skriftstudium. De återkommer som påminnelser boken ut.

**Ordförklaringar:** Det finns ord som profeterna använde som vi inte är bekanta med. Handledningen för skriftstudier, fotnoter i skrifterna och en vanlig ordbok kan hjälpa oss med ordförklaringar och att känna igen synonymer till de orden. Exempel: ordet *Messias* i 1 Nephi 10:4–17.

**Namnbyte:** För att hjälpa dig själv att tillämpa skrifterna i ditt liv byter du ut ett namn i skrifterna mot ditt eget namn. Exempel: 1 Nephi 1:1.

**Tvårhänvisning:** Länka ihop skriftställen för att klargöra betydelse och finna nyckeln till förståelse. Exempel: I marginalen bredvid 3 Nephi 12:28 skulle du kunna göra en anmärkning och hänvisa till Läran och förbunden 42:23.

**Orsak och verkan:** Leta efter samband av typen om-då och på grund av-därför. Exempel: 2 Nephi 1:9.

**Nyckelord:** Ord och uttryck som *se, därför, dock* eller *sålunda ser vi* är uppmaningar att stanna till och söka efter särskilda budskap. Exempel: Helaman 6:35–36.

**Listor i skrifterna:** Profeter gav ofta listor med varningar och svårigheter. När du finner listor fundera då på att numrera varje del av den. Exempel: Alma 26:22.

**Inramning:** Fastställ vem det är som talar i skrifterna, vem eller vilka han eller hon talar till, vad han eller hon talar om och när och var händelsen äger rum. Exempel: Inramningen till Alma 32:21–43 återfinns i Alma 31:1, 6–11 och 32:1–6.

**Kontraster:** Profeternas skrifter visar ofta kontraster i fråga om tankar, händelser och människor. Dessa kontraster betonar principer i evangeliet. Leta efter kontraster i enskilda verser och kapitel, i en följd av kapitel och i böcker. Exempel: 2 Nephi 2:27; Alma 48:1–17.

**Visualisering:** Leta efter åskådliga detaljer som kan hjälpa dig att se händelserna framför dig. Föreställ dig att du är där. Exempel: Enos 1:1–8.

**Symbolik:** Ord eller uttryck som *som* eller *liknas vid* hjälper dig att uppfatta symboler. Se bortom symbolen genom att undersöka och begrunda dess egenskaper. Fotnoter och Handledning för skriftstudier kan hjälpa dig att tyda en del symboler. Exempel: Helaman 8:14–15 samt fotnoterna till de verserna.

**Begrundan:** Begrundan inbegriper att tänka, ställa frågor och utvärdera det du vet och det du har lärt dig. Begrundan hjälper oss ofta att förstå det vi behöver göra för att tillämpa evangeliets principer.

## LEKTION 3

# Frälsningsplanen

### Inledning

President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum instruerade seminarielärare att ge en kort överblick av frälsningsplanen i början av varje läsår:

”En kort överblick av ’lycksalighetsplanen’ ... om den ges alldeles i början och upprepas då och då, blir av oändligt stort värde för era elever ...

Ungdomar undrar ofta ’varför?’ Varför har vi fått befallning att *göra* vissa saker samtidigt som vi fått befallning att *inte* göra andra saker? Kunskap om lycksalighetsplanen, även i överblicksform, kan ge det unga sinnet ett ’varför’ ...

Ge dem en grundläggande uppfattning om hela planen, med bara några få detaljer ... Låt dem få veta vad det hela handlar om så får de ett ’varför’ ...

Om ni försöker ge dem ett ’varför’, följ då [det här] mönstret: ’Gud [gav] dem bud, *efter* att ha tillkännagivit återlösningsplanen för dem’ [Alma 12:32, kursivering tillagd].” (“The Great Plan of Happiness” [KUV-symposium om Läran och förbunden/kyrkans historia, 10 aug. 1993], s. 2–3, si.lds.org.)

Den här lektionen ger en kort överblick av frälsningsplanen, enligt president Packers råd, och bygger på den undervisning som ges i skrifterna. Lektionen fokuserar på Jesu Kristi försoning, som är ”det centrala budskapet, den avgörande grunden och den viktigaste trossatsen i den stora och eviga frälsningsplanen” (Jeffrey R. Holland, ”Missionsarbete och försoningen”, *Liahona*, okt. 2001, s. 26). När eleverna förstår frälsningsplanen får de större tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus. De blir alltmer beslutna att hålla buden, ta emot frälsningens alla förrättningar och hålla sina förbund.

## Lektionsförslag

### Frälsningsplanen i Mormons bok

Förklara att vi i den förjordiska andevärlden fick kunskap om vår himmelske Faders plan för vår frälsning (se Mose 4:1–2; Abraham 3:22–28). Genom den här planen skulle vi kunna bli lika honom och leva i hans närhet för evigt.

Skriv på tavlan *Frälsningsplanen innefattar ...*

Be eleverna att avsluta den här meningen i sina skriftdagböcker eller anteckningsböcker.

Efter att de har haft tid att skriva ger du följande definition av frälsningsplanen. Skriv den gärna på tavlan eller på ett stort papper före lektionen.

Frälsningsplanen är ”fullheten av Jesu Kristi evangelium, ägnat att åstadkomma odödlighet och evigt liv för människan. Den innefattar skapelsen, fallet och försoningen tillsammans med alla gudagivna lagar, förrättningar och lärosatser. Denna plan gör det möjligt för alla människor att bli upphöjda och i evighet leva hos Gud” (Handledning för skriftstudier, ”Återlösningsplanen”, scriptures.lds.org).

Be eleverna räkna upp handen om orden de skrev stämmer överens med den här definitionen i något avseende. Ställ därefter följande fråga till några av eleverna som räckte upp handen:

- Vad hade din definition gemensamt med den här? Varför tog du med den här punkten i din definition?

Dela upp eleverna i par. Be en elev i varje par att läsa Alma 22:12–14 och den andra eleven att läsa 2 Nephi 2:25–28. (Du kan skriva hänvisningarna på tavlan.) Be eleverna söka efter delar av frälsningsplanen som nämns i de skriftställen som de tilldelats. Efter att eleverna haft tid att läsa ber du eleverna i varje par att turas om att berätta vad de funnit.

Skriv följande skriftställehänvisningar på tavlan: 2 Nephi 9:6; 2 Nephi 11:5; Alma 12:25; Alma 24:14; Alma 42:8; Alma 42:15. (Du kan skriva dem på tavlan före lektionen.)

Förklara att profeterna i Mormons bok använder olika namn när de talar om vår himmelske Faders plan. Be eleverna slå upp 2 Nephi 9:6 och be en elev läsa dessa verser högt.

### Kort överblick

När president Packer rådde lärare att hålla en lektion om frälsningsplanen gav han dem också i uppgift ”att förbereda en kort sammanfattning eller överblick av lycksalighetsplanen” som del av deras skriftstudier. Han sade: ”Utforma den som en ram inom vilken eleverna kan ordna de sanningar som du kommer att berätta för dem” (“The Great Plan of Happiness” [KUV-symposium om Läran och förbunden/kyrkans historia, 10 aug. 1993], s. 3, si.lds.org). Låt dig vägledas av det rådet när du förbereder den här lektionen. Försök inte undervisa om varje sanning i evangeliet även om planen inbegriper all sanning.

- Vilket uttryck i den här versen hänvisar till Guds plan? ("Den store Skaparens barmhärtiga plan." Skriv uttrycket på tavlan bredvid 2 Nephi 9:6.)

Be eleverna läsa de andra skriftställena som står på tavlan och söka efter uttryck som hänvisar till vår himmelske Faders plan. När en elev hittar ett uttryck som hänvisar till vår himmelske Faders plan ber du honom eller henne att skriva det uttrycket bredvid skriftställe hänvisningen där det står. Den fullständiga listan bör se ut ungefär så här:

*2 Nephi 9:6 – Den store Skaparens barmhärtiga plan*

*2 Nephi 11:5 – Den stora och eviga planen för befrielse från döden*

*Alma 12:25 – Återlösningsplanen*

*Alma 24:14 – Frälsningsplanen*

*Alma 42:8 – Den stora lycksalighetsplanen*

*Alma 42:15 – Barmhärtighetens plan*

(För att hjälpa eleverna att känna större uppskattning för lärdomarna i Mormons bok kan du framhålla att uttryck som "frälsningsplanen", "lycksalighetsplanen" och "återlösningsplanen" används flera gånger i Mormons bok men inte i Bibeln.)

- Vad betonar de här namnen i fråga om vår himmelske Faders plan? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **vår himmelske Faders plan är avsedd att åstadkomma hans barns eviga frälsning och lycka.**)

Vittna om att utan gudomlig hjälp kan vi inte återvända till Guds närhet och få evig frälsning. Be eleverna läsa Mosiah 3:17 tyst för sig själva och söka efter centralgestalten i frälsningsplanen. Efter att de har berättat vad de hittat ber du en elev läsa 2 Nephi 2:8 högt. Betona att **Jesus Kristus är centralgestalten i frälsningsplanen och det är hans försoning som får planen att fungera för alla Guds barn.** Be en elev läsa följande uttalande av profeten Joseph Smith:



"De fundamentala principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himmelen. Allt annat som tillhör vår religion är endast tillägg till detta" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith [2007], s. 49*).

Du kan förklara att det engelska ordet *appendage*, som i citatet översatts med tillägg, i engelskan också har den konkreta betydelsen vidhängande eller utskjutande del eller parti av något som är viktigare, som till exempel en gren på ett träd. Ett träd kan leva utan en gren, men en gren kan inte leva om den avskilts från ett trads rötter och stam. President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum sade att läran om Jesu Kristi försoning "är själva roten i den kristna läran. Du må vara väl insatt i den kristna lärans förgreningar därifrån, men om du endast känner till dess grenar, och dessa grenar inte är förbundna med den roten, om de har avskilts från den sanningen, finns det varken liv, innehåll eller återlösning i dem" ("*The Mediator*", *Ensign*, maj 1977, s. 56).

Förklara att vår himmelske Faders plan ofta kallas för frälsningsplanen eftersom syftet med den är vår frälsning. Jesus Kristus var den som möjliggjorde vår frälsning genom försoningen och kallas ofta Frälsaren.

Skriv på tavlan *Vi behöver bli frälsta från ...*

Be en elev läsa 2 Nephi 9:6–10 högt, och be därefter en annan elev att läsa 3 Nephi 9:21–22 högt. Be de övriga eleverna att följa med i texten och söka efter möjligheter att avsluta meningen på tavlan. Föreslå gärna att de markerar det de finner i sina skrifter.

Be eleverna berätta vad de funnit. Skriv deras svar på tavlan. Förvissa dig om att de förstår att genom Jesu Kristi försoning blir alla frälsta från kroppslig död. Betona att genom försoningen kan vi bli frälsta från våra synder, som annars hade gjort det omöjligt för oss att leva i Guds närhet.

Läs följande ord av profeten Jakob: "O, hur stor är inte vår Guds godhet" (2 Nephi 9:10). "O, hur storslagen är inte vår Guds plan!" (2 Nephi 9:13.)

- Hur hjälper er Jakobs ord i 2 Nephi 9:6–10 att förstå varför han utropade så här?

- Vad skulle hända enligt 2 Nephi 9:7, 9 om det inte fanns någon försoning? (Våra kroppar skulle dö och inte uppstå igen och våra andar skulle underkastas djävulen.)

Hänvisa till den sista meningen i den definition av frälsningsplanen som du gav tidigare under lektionen. "Denna plan gör det möjligt för alla människor att bli upphöjda och i evighet leva hos Gud."

- Varför är det viktigt att förstå att den här planen gör det *möjligt* för oss att bli upphöjda men att detta inte av sig självt *säkert* kommer att ske. (När eleverna besvarar den här frågan förvissa dig då om att de förstår att vi har handlingsfrihet: förmågan att välja och handla av oss själva. Vår upphöjelse beror till en del på hur och om vi tar emot de välsignelser som Gud har erbjudit oss.)

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *2 Nephi 2:25–28; 2 Nephi 31:17–20; Alma 34:15–16*. Be eleverna studera de här skriftställena tyst för sig själva och i sina skriftdagböcker lista vad skriftställena säger att vi måste göra för att få allt som Gud erbjuder oss genom sin frälsningsplan.

När eleverna haft tillräckligt med tid på sig att utföra uppgiften ber du dem berätta om sina svar för varandra. När de gör det, framhåll då exempel på lydnad mot de "gudagivna lagar, förrättningar och lärosatser" som du nämnde tidigare. (Exempel i dessa skriftställen är bland annat att utöva tro till omvändelse, att bli döpt och ta emot den Helige Anden.) Efter att eleverna är färdiga, fundera då på att ställa följande frågor:

- Hur påverkar våra handlingar vår förmåga att ta emot försoningens välsignelser? (När eleverna svarar var då uppmärksam på möjligheter att vittna om att **när vi väljer att leva efter Jesus Kristi evangelium och följa Guds plan, då förbereder vi oss för att få evigt liv genom Frälsarens försoning.**)
- Om vi förstår frälsningsplanen, hur hjälper det oss att hålla buden?

Be en elev läsa 2 Nephi 2:25 högt.

- På vilka sätt har det att ni följer frälsningsplanen skänkt er glädje i livet?

Avsluta lektionen med att förklara att när eleverna studerar Mormons bok så lär de sig många andra lärosatser som har att göra med frälsningsplanen och att den här lektionen bara har gett en kort överblick. Uppmuntra eleverna att i sitt studium av Mormons bok vara uppmärksamma på allt som Gud har gjort för dem som del av frälsningsplanen och att vara uppmärksamma på allt som de själva behöver göra för att i fullt mått kunna få de välsignelser som Gud har planerat att de ska få. Bär ditt vittnesbörd om sanningarna som ni har diskuterat under den här lektionen.



## LEKTION 4

# Titelblad, inledning och vittnens vittnesbörd

### Inledning

När du undervisar om Mormons bok hjälper du dina elever att upptäcka sanningar som för dem närmare Gud. Redan i början av boken står det klart att Mormons boks författare avsåg att den skulle vittna om att Jesus är Kristus. Boken bekräftar också på nytt Guds förbund med Israels hus och visar på att alla Guds barn måste

ingå och hålla heliga förbund. När eleverna studerar Mormons bok under bön får de ett större vittnesbörd om Jesu Kristi evangelium och hans kyrkas återställelse i de sista dagarna. De lär sig också att utöva större tro på Jesus Kristus och på hans försoning.

### Lektionsförslag

Det kan ta längre tid än du har till ditt förfogande att använda alla lektionsförslag nedan. Fundera under bön på vilka avsnitt din klass behöver allra mest.

#### Titelblad

Be eleverna slå upp titelbladet i Mormons bok. Den här sidan börjar med orden "Mormons bok, en berättelse skriven av Mormons hand på plåtar tagen från Nephis plåtar". Profeten Joseph Smith förklarade ursprunget till titelbladet:

"Titelbladet till Mormons bok är en bokstavlig översättning av det allra sista bladets vänstra sida av ... boken av plåtar, som innehöll urkunden som blivit översatt ... Nämnda titelblad är på intet vis en nutida sammanställning, vare sig av mig eller av någon annan som har levt eller lever i detta släkte" (i *History of the Church*, 1:71).

Be eleverna läsa titelbladet i Mormons bok tyst för sig själva. Be dem söka efter uttryck som förklarar syftena med Mormons bok. (Du kan ge eleverna ett tips om att de här syftena är det som Mormons bok sägs vara avsedd "att visa" dem som läser den.) Be flera elever att skriva det de finner på tavlan. När de är färdiga ber du eleverna att på nytt läsa andra stycket tyst för sig själva och läsa sina egna namn i stället för "återstoden av Israels hus".

- Vilka av Mormons boks syften har gått i uppfyllelse i ert liv när ni har läst den? Hur gick de i uppfyllelse?
- Hur hjälper det er att ni vet att den som sluter förbund med Herren inte blir "förskjutna för evigt"?

Tala om för eleverna att det kan finnas tider då de känner sig ensamma eller att de blivit "förskjutna".

- Varför är det viktigt i sådana tider att veta att ni inte är "förskjutna för evigt"?
- På vilket sätt är det här löftet ett uttryck för Guds kärlek till er?

För att hjälpa eleverna förstå det främsta syftet med Mormons bok ber du en elev läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson:



"Mormons boks huvudsakliga uppgift är enligt titelbladet att 'övertyga jude och icke-jude om att Jesus är Kristus, den evige Guden, som uppenbarar sig för alla nationer'.

När den ärlige sanningssökaren i bön begrunder de inspirerade orden i Mormons bok kan han erhålla vittnesbördet att Jesus är Kristus.

Över hälften av alla verserna i Mormons bok hänvisar till vår Herre. En del former av Kristi namn nämns oftare per vers i Mormons bok än till och med i Nya testamentet.

#### Namnutbyte

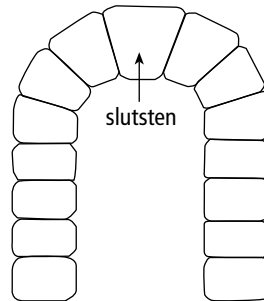
Att be eleverna byta ut ett namn som står i ett skriftställe mot sina egna namn gör undervisningen i skrifterna mer personlig. När eleverna läser sina egna namn i ett skriftställe blir det lättare för dem att se hur en lärosats eller princip gäller för dem själva.

Han ges över 100 olika namn i Mormons bok. Dessa namn har en särskild betydelse när det gäller att beskriva hans gudomliga egenskaper” (se ”Kommen till Kristus”, *Nordstjärnan*, jan. 1988, s. 77).

Bär vittnesbörd om att **Mormons bok är ett vittne om att Jesus är Kristus**.

### Inledning till Mormons bok

Rita en valvbåge på tavlan (se illustration) eller gör en modell av trä eller annat material.



Be en elev högt läsa uttalandet av Joseph Smith i inledningen till Mormons bok (se sjätte stycket). Föreslå gärna att eleverna markerar uttalandet i sina skrifter.

- Vilken uppgift har slutstenen?

Förklara att slutstenen är den mittersta och viktigaste delen i ett valv. När en valvbåge byggs så byggs de två sidorna med stöd som håller upp dem. Utrymmet överst på valvbågen mäts noggrant upp och sedan huggs slutstenen ut för att perfekt passa in där. När slutstenen är på plats står valvbågen utan stöd.

- Vad händer med valvbågen om slutstenen tas bort? (Använder du en modell så visar du det genom att ta bort slutstenen.)
- På vilket sätt fungerar Mormons bok som en slutsten i förhållande till det återställda evangeliet?

Be en elev högt läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson. (Kopiera gärna uttalandet och dela ut det till eleverna så att de kan stoppa in det i sina skrifter. En annan möjlighet är att be dem skriva president Bensons uttalande i sina skrifter högst upp eller längst ner på första sidan av inledningen.)

”Det finns tre sätt på vilka Mormons bok är slutstenen i vår religion. Den är slutstenen i vittnesbördet om Kristus. Den är slutstenen i vår lära. Den är slutstenen i vårt vittnesbörd” (*”Mormons bok – slutstenen i vår religion”, Nordstjärnan, jan. 1987, s. 3*).

För att hjälpa eleverna förstå på vilket sätt Mormons bok är slutstenen i vårt vittnesbörd ber du en elev läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

”Mormons bok [är] slutstenen i vårt vittnesbörd. På samma sätt som valvbågen rasar om slutstenen tas bort, så står och faller hela kyrkan med Mormons boks sanningshalt ... Om Mormons bok är sann ... då måste man godta anspråken på återställelsen och allt som följer med det” (se *”Mormons bok – slutstenen i vår religion”, s. 4*).

- Hur har era vittnesbörd om Mormons bok påverkat era vittnesbörd om evangeliets läror och principer?
- Hur har Mormons bok fört er närmare Gud?

Berätta gärna hur dina studier av Mormons bok har stärkt ditt vittnesbörd och fört dig närmare Gud.

Be elever delta i ett rollspel. Be dem föreställa sig att de ger en Mormons bok till någon som inte är medlem i kyrkan. Hjälプ dem förbereda sig för rollspelet genom att dela upp dem i två grupper. Be den första gruppen läsa styckena 2 till 4 av inledningen till Mormons bok. Be den andra gruppen läsa styckena 5 till 8. Be båda grupperna söka efter upplysningar som de tycker skulle vara viktigt att ge när de undervisar om Mormons bok.

Efter att eleverna haft tid att studera och förbereda sig ber du en elev att ställa sig längst fram i klassrummet för att spela personen som inte är medlem i kyrkan. Be också en elev från vardera grupp att ställa sig längst fram i klassrummet. Förklara att de här två eleverna

#### Rollspel

Rollspel hjälper eleverna öva på att använda evangeliet till att lösa problem i verkliga livet. Rollspel fungerar bäst om du ger deltagarna tillräckligt med information och tid att förbereda sig. När eleverna rollspelar gör de sannolikt misstag. Var lyhörd för deras känslor och åsikter och akta dig för att kritisera deras misstag. Efter rollspelet kan det vara praktiskt att fråga iakttagarna om det finns annat som de skulle ha tagit upp om de hade deltagit.

ska spela ett missionärspår. De ska använda den information som deras grupper upptäckte i inledningen till att undervisa den första eleven om Mormons bok.

När eleverna har avslutat rollspelet kan du fråga de övriga i klassen om det finns annat i inledningen som de skulle ha tagit upp om de hade fått i uppgift att undervisa.

Framhåll gärna att Mormons bok inte påstår sig ge en historik över alla folk som tidigare levde på västra halvklotet. Det är endast en uppteckning om Lehis efterkommande (nephiter och lamaniter) och Jareds folk. Det kan ha funnits andra folk som befolkade kontinenterna på västra halvklotet före, under och efter händelserna som upptecknats i Mormons bok,

Be eleverna läsa Moroni 10:3–5 tyst för sig själva.

- Hur kan vi enligt Moroni veta att Mormons bok är sann?

Be eleverna läsa styckena 8 till 9 av inledningen till Mormons bok. Be dem urskilja ytterligare tre sanningar som de får ett vittnesbörd om när de följer Moronis uppmaning.

Vittna för eleverna om att **när vi läser, begrundar och ber angående Mormons bok, då vittnar den Helige Anden om att den är sann, att Jesus är Kristus, att Joseph Smith var en Guds profet och att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Herrens rike på jorden.**

### Tre vittnens och åtta vittnens vittnesbörd

Be eleverna föreställa sig att de blivit vittne till hur någon stal ett värdeföremål från grannens hus.

- Varför är det så viktigt att ha ett vittne när man ska klara upp ett brott?
- Varför är det bra att ha fler än ett vittne?

Be eleverna läsa "Tre vittnens vittnesbörd" tyst för sig själva. Be dem vara uppmärksamma på uttryck som är särskilt meningsfulla för dem. Föreslå gärna att de markerar dessa uttryck.

- Vilka uttryck markerade ni? Varför är de meningsfulla för er? (Du kan framhålla att Guds röst förkunnade för de tre vittnena att plåtarna hade översatts genom Guds gåva och kraft.)

Be en elev läsa "Åtta vittnens vittnesbörd". Be de övriga eleverna lyssna efter skillnader mellan de tre och de åtta vittnens vittnesbörd.

- Vilka skillnader märkte ni?

Be eleverna skriva sina egna vittnesbörd om eller känslor för Mormons bok. De kan gärna skriva dem i sina skriftdagböcker eller på en tom sida i sina skrifter. Några av eleverna kanske känner att de ännu inte vet att Mormons bok är sann. Uppmuntra dem att sträva efter att få ett vittnesbörd i år.

#### Hjälpa elever få ett vittnesbörd

Ett sätt att hjälpa eleverna få ett vittnesbörd är att uppmuntra dem att berätta om sina känslor för evangeliet för andra vid sidan av lektionen, däribland familjemedlemmar och vänner. President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum sade: "O, om jag kunde lära er denna enda princip. Ett vittnesbörd får man då man *bär* det! ...

Det är en sak att få ett vittnesbörd av det du läst eller av vad någon annan sagt; detta är en nödvändig början. Det är en helt annan sak då Anden bekräftar för dig i ditt bröst att det *du* vittnat om är sant" ("Herrens lykta", *Nordstjärnan*, dec. 1988, s. 36).

## LEKTION 5

# Överblick av Mormons bok

### Inledning

Den här lektionen ger en överblick av Mormons bok. Eleverna kommer att studera Joseph Smiths vittnesbörd om Mormons boks framkomst. De kommer också lära sig hur boken sammanställdes och förkortades under

himmelsk ledning. Författarna till Mormons bok såg de sista dagarna och tog med skildringar och lärdomar som de visste skulle bli till störst nytta för oss.

## Lektionsförslag

### Profeten Joseph Smiths vittnesbörd

Lägg en Mormons bok i en liten kartong och slå in den i presentpapper före lektionen. Lägg presenten på ett bord framför eleverna och tala om för dem att det är en värdefull gåva.

- Kan ni berätta om några av de värdefullaste gåvor ni har fått?
- Vad gör en gåva värdefull?
- Hur känner ni er när ni ger en gåva som ni tycker är värdefull och mottagaren tar emot den med glädje?

Be en elev öppna paketet och visa de andra eleverna vad det innehåller.

- Vem gav oss den här gåvan?
- Varför tycker ni att den här gåvan är värdefull?

Visa bilden "Moroni visar sig för Joseph Smith i hans rum" (62492; *Evangeliebilder* [2009], nr 91).

- Vilken händelse skildras på den här bilden?
- Hur bidrog den här händelsen till att evangeliet blev återställt?

Berätta för eleverna att de nu ska läsa profeten Joseph Smiths egna ord om Mormons boks framkomst. Tala om för dem att profeten Joseph Smiths vittnesbörd i början av Mormons bok har hämtats från Joseph Smith — Historien i Den kostbara pärlan. När eleverna gör följande aktivitet låter du dem läsa i Den kostbara pärlan.

Dela upp eleverna i par. Be en elev i varje par att läsa Joseph Smith — Historien 1:30, 32–35, 42 tyst för sig själv. Be den andra eleven i varje par att läsa Joseph Smith — Historien 1:51–54, 59–60 tyst för sig själv. Förklara att när de läst färdigt ska var och en i varje par undervisa den andra om vad de läst.

När de har haft tillräckligt med tid på sig att läsa och diskutera frågor du:

- Hur tror ni att Joseph Smith kan ha haft nytta av att få vänta i fyra år innan han fick ta med sig guldplåtarna? (Under den här tiden fick han undervisning av Moroni och mönade på många sätt och vis. Se Joseph Smith — Historien 1:54.)
- Vilka belägg finner ni i Joseph Smiths berättelse för att **Herren bevarade Mormons bok för att den skulle komma fram i de sista dagarna?**
- Vilka belägg finner ni i Joseph Smiths berättelse för att **Mormons bok kom fram genom Guds makt?**

### Kortfattad förklaring av Mormons bok

För att hjälpa eleverna förstå hur Mormons bok sammanställdes låter du dem slå upp "Kortfattad förklaring av Mormons bok" i början av Mormons bok. Be fyra elever turas om att läsa punkterna 1–4 högt. När de läser låter du de övriga i klassen lyssna efter varför varje uppsättning plåtar är viktig för Mormons bok. Tillägget i den här handledningen har en illustration med titeln "Plåtarna i relation till den tryckta Mormons bok". Den här illustrationen kan hjälpa eleverna att se plåtarna framför sig så som de beskrivs i "Kortfattad

### Att ge överblickar

President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum sade: "Det ligger stort värde i att ge en kort men noggrant planerad överblick av hela kursen alldeles i början ... [Eleverna] kommer ihåg mycket mer när de vet hur alla delarna passar ihop. Då lyser lärandets ljus klarare. Överblicken bildar en ram och är mer än mödan och tiden värt som man lägger ner på den" ("The Great Plan of Happiness" [KUV-symposium om Läran och förbunden/kyrkans historia, 10 aug. 1993], s. 2, si.lds.org).





förklaring av Mormons bok". (Om du tror att det skulle vara till hjälp i diskussionen gör du eleverna uppmärksamma på det sista stycket i den kortfattade förklaringen: "Om denna upplaga". Förklara att varje upplaga av Mormons bok har innehållit smärre rättelser av stav- och tryckfel.)

Visa bilden "Mormon sammanfattar plåtarna" (62520; *Evangeliebilder*, nr 73). Förklara att många enskilda personer bevarade de uppteckningar som så småningom blev Mormons bok. Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan. Be eleverna studera dem tyst för sig själva och söka efter några av de principer som hjälpte författarna till Mormons bok att veta vad de skulle ta med i sina uppteckningar. Be eleverna berätta om vad de finner. (Du kan skriva deras svar på tavlan.)

1 Nephi 1:20

2 Nephi 29:11–13

1 Nephi 6:4–6

Mormons ord 1:4–8

2 Nephi 4:15

3 Nephi 16:4

2 Nephi 25:23, 26

Moroni 1:4

- Om ni förstår de här grundprinciperna, hur skulle det kunna hjälpa er när ni studerar Mormons bok?

Bär vittnesbörd om att **författarna till Mormons bok såg vår tid och skrev det som skulle bli till störst hjälp för oss**. Be en elev läsa Mormon 8:35–38 högt.

- Vilka problem såg Moroni bland människorna i vår tid?
- Varför är det viktigt att veta att Moroni och andra författare till Mormons bok var medvetna om de problem som vi skulle ställas inför?

Be en elev läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson om hur man studerar Mormons bok:



"Om de såg vår tid och valde det som skulle vara av störst värde för oss, är det inte så vi borde studera Mormons bok? Vi borde ständigt fråga oss: 'Varför valde Herren att inspirera Mormon (eller Moroni eller Alma) att ta med detta i sin uppteckning? Vad kan jag lära mig av detta som hjälper mig att leva i dag och under denna tid?' ("Mormons bok – slutstenen i vår religion", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.)

Tala om för eleverna att de människor som beskrivs i Mormons bok stod inför problem som i mångt och mycket påminner om våra egna. Även om Mormons bok är en forntida uppteckning så är dess lärdomar, historia och berättelser av stort värde i dag.

Be en elev högt läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson. (Du kan ge varje elev en kopia av uttalandet.) Be eleverna lyssna efter välsignelser som president Benson lovade dem som allvarligt börjar studera Mormons bok.

"Det är inte bara det att Mormons bok undervisar oss om sanningen, även om den verkligen gör det. Det är inte bara det att Mormons bok bär vittnesbörd om Kristus, även om den sannerligen också gör det. Men det finns något mer. Det finns en kraft i boken som kommer att börja flöda in i ert liv i det ögonblick som ni allvarligt börjar studera boken. Ni kommer att få större förmåga att motstå frestelser. Ni kommer att få större kraft att undvika att bli bedragna. Ni kommer att finna kraft att förbli på den raka och smala vägen. Skrifterna kallas för 'livets ord' (se L&F 84:85), och ingenstans är detta mer sant än i Mormons bok. När ni börjar hungra och törsta efter dessa ord, kommer ni att finna liv i mer och mer överflöd" ("Mormons bok – slutstenen i vår religion", s. 4).

- När har ni känt att ni har fått välsignelser av att studera Mormons bok?

Bär vittnesbörd om att **Mormons bok ger oss större förmåga att motstå frestelser, undvika att bli bedragna och förbli på den raka och smala vägen**. Berätta för eleverna om något tillfälle när du fick dessa välsignelser på grund av att du studerade Mormons bok.

Före lektionen skriver du följande lista med frågor och skriftställe hänvisningar på tavlan:

*Finns det en Gud? (Se Alma 30:37–44.) Kan jag lära känna Gud? (Se Alma 22:18.) Bryr sig Gud om mig? (Se 3 Nephi 13:26–32.)*

*Hur kan jag motstå frestelser och synd? (Se Helaman 5:12.)*

*Vad är livets mening? (Se Alma 34:32–34.)*

*Finns det ett liv efter döden? (Se Alma 40:11–12, 21–23.)*

### Före lektionen

Förbered om möjligt klassrummet före lektionen. Skriv eller sätt upp skriftställe hänvisningar, frågor och andra aktiviteter på tavlan innan lektionen börjar. Detta hjälper dig att spara viktig undervisningstid och eliminera sådant som kan störa undervisningen och lärandeprocessen.

*Hur kan jag finna frid och glädje och bli lycklig? (Se Mosiah 2:41; 4:2–3; Alma 41:10.)*

*Hur kan min familj bli lyckligare och enigare? (Se Mosiah 4:14–15.)*

*Hur kan jag skilja mellan rätt och orätt? (Se Moroni 7:16–17.)*

*Varför tillåter Gud ondska och lidande? (Se 2 Nephi 2:1–2, 11–16, 22–27; Alma 14:9–11; 60:13.)*

Förklara att Mormons bok inte bara innehåller de välsignelser som redan nämnts – **Mormons bok har svaren på livets viktigaste frågor**. Be eleverna att var och en välja en eller två av frågorna och utforska dithörande skriftställen för att komma fram till svar. Ge dem några minuter att besvara frågorna. Gå gärna omkring i klassrummet och hjälp eleverna vid behov.

- Hur besvarar Mormons bok frågorna ni valde?

Läs följande uttalande av äldste Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum. Han gjorde uttalandet när han talade till seminarie- och institutlärare om skrifternas förmåga att besvara livets viktigaste frågor.

”Om era elever känner till uppenbarelserna, finns det inga frågor – personliga eller sociala eller politiska eller yrkesmässiga – som inte kan besvaras. Skrifterna innehåller det eviga evangeliets fullhet. I dem finner vi sanna principer som kommer att skingra all förvirring och lösa varje problem och varje dilemma som den mänskliga familjen, och varje person inom den, ställs inför” (“Teach the Scriptures” [tal till KUV-lärare, 14 okt. 1977], s. 3–4, si.lds.org).

Berätta om hur Mormons bok varit till välsignelse i ditt liv. Påminn eleverna om deras mål att läsa Mormons bok dagligen och läsa hela Mormons bok minst en gång i år.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Kortfattad förklaring av Mormons bok. ”Om denna upplaga”

Det finns två Mormons bok-manuskript: originalmanuskriptet och tryckarens manuskript. En liten del av sättningen av 1830 års upplaga av Mormons bok baserade på originalmanuskriptet, resten baserade på tryckarens manuskript, som i sin tur baserade på originalmanuskriptet. När Joseph Smith förberedde 1840 års upplaga av Mormons bok använde han originalmanuskriptet för att rätta till oavsiktliga misstag och utelämnningar i 1830 års upplaga. Inför 1981 års upplaga vände man sig på nytt till originalmanuskriptet för att återställa den ursprungliga ordalydelsen på ungefär 20 ställen. Eventuella fel i Mormons bok är människors misstag, och de ändringar som görs är enbart för att återge Mormons bok dess ursprungliga innebörd och avsikt. (Se *Book of Mormon Reference Companion*, redigerad av Dennis Largey [2003], s. 124–125.)

President Joseph Fielding Smith skrev:

”Det var oundvikligt att det skulle uppstå en del tryckfel i den första upplagan [av Mormons bok] och möjligen

att ett eller två ord skulle utelämnas. De som har publicerat böcker under de mest noggranna och gynnsamma omständigheter har till sin bestörtning funnit fel, typografiska och mekaniska, varav en del har påträffats efter det att den slutliga genomläsningen har ägt rum ...

En noggrann kontroll av de ändringar som gjorts ... visar att det inte gjorts en enda ändring eller något tillägg som inte helt harmonierar med den ursprungliga texten. Ändringar har gjorts när det gäller skiljetecken och andra smärre saker som behövde rättas till, men aldrig har någon ändring eller tillägg förändrat en enda ursprunglig tanke. Såsom vi ser det är förändringarna av sådan art att de gör texten tydligare eftersom det framgår att något utelämnats. Jag är säker på att misstag eller utelämnningar i den första upplagan till stor del berodde på fel som sättnings- eller tryckaren gjorde. *Många av de misstag som fanns i den första korrekturen fångades upp av profeten Joseph Smith själv och han korrigerade dem*” (*Answers to Gospel Questions*, sammanst. av Joseph Fielding Smith jr, 5 delar [1957–1966], 2:199–200; kursivering i originalet).

# Hemstudielektion

## Att studera skrifterna – Överblick av Mormons bok (Studieavsnitt 1)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande är en sammanfattning av de händelser, lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de slutförde de fyra hemstudielektionerna i studieavsnitt 1. Kännedom om vad eleverna har studerat hjälper dig att förbereda dig för lektionen. Sammanfattningen är inte del av lektionen och är inte avsedd för eleverna. Eftersom lektionen som täcker studieavsnitt 1 bara tar upp några få av dessa lärosatser och principer kan du ibland känna dig manad att repetera eller diskutera andra alltefter Andens maningar och dina elevers behov.

#### Dag 1 (Att studera skrifterna)

Eleverna lärde sig tekniker som hjälper dem att förstå bakgrund och inramning till skrifterna, hur de studerar och urskiljer evangeliets sanningar och hur de tillämpar evangeliets lärosatser och principer i sitt liv.

#### Dag 2 (Frälsningsplanen)

Den här lektionen var en kort överblick av frälsningsplanen. Mormons bok undervisar om att vår himmelske Faders plan är avsedd att åstadkomma hans barns eviga frälsning och lycka. Jesus Kristus är centralgestalten i frälsningsplanen och det är hans försoning som får planen att fungera för alla Guds barn. När vi väljer att följa Guds plan förbereder vi oss för att få evigt liv.

#### Dag 3 (Titelblad, inledning och vittnens vittnesbörd)

Det inledande materialet i Mormons bok hjälper till att klargöra boken syfte och förklara dess riktighet och gudomliga ursprung. Titelbladet lär oss att Mormons bok är ett vittne om att Jesus är Kristus. När vi läser, begrundar och ber angående Mormons bok, vittnar den Helige Anden om att den är sann, att Jesus är Kristus, att Joseph Smith var en Guds profet och att Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Herrens rike på jorden.

#### Dag 4 (Överblick av Mormons bok)

Profeten Joseph Smiths vittnesbörd hjälpte eleverna att stärka sina vittnesbörd om att Mormons bok kom fram genom Guds gåva och makt. Herren bevarade Mormons bok för att den skulle komma fram i de sista dagarna. Författarna till Mormons bok såg vår tid och skrev det som skulle bli till störst hjälp för oss. Eleverna blev uppmuntrade att tänka på frågor de har och att söka efter svar när de studerar Mormons bok.

### Inledning

Lektionen den här veckan betonar att varje elev har ett eget ansvar att lära sig evangeliet. Den betonar också den centrala roll Mormons bok har i att hjälpa eleverna bygga upp ett vittnesbörd om Jesus Kristus och hans kyrka. När du undervisar, hjälp då eleverna förstå vikten av att flitigt studera denna heliga skrift. Hjälp dem också förstå de välsignelser som fyller deras liv när de gör det.

### Lektionsförslag

#### Att studera skrifterna

Du kan börja med att ställa följande frågor till eleverna:

- Vad är skillnaden mellan någon som läser Mormons bok och får ett vittnesbörd och någon som läser den men inte får ett vittnesbörd? (Några läser bara ord, andra läser med tro, med ärligt uppsåt och med hjärtan som är öppna för den Helige Anden.)
- Hur lär man sig andliga sanningar? (Fundera på att skriva elevernas svar på tavlan. Hänvisa till den här listan efter att ha läst uttalandet av äldste David A. Bednar nedan.)

Skriv följande uttalande på tavlan men utelämnar understruken ord. "Sök lärdom, ja, genom studier och även genom tro."

För att repetera vad eleverna lärde sig under veckan ber du dem att fylla i de ord som saknas. Behöver de hjälp låter du dem läsa Läran och förbunden 88:118. Fråga dem vad som menas med att söka lärdom genom studier och genom tro. När ni diskuterar förvissa dig då om att de förstår att **lärande genom studier och tro kräver personliga ansträngningar**.

För att hjälpa eleverna förstå varför det krävs ansträngningar och arbete för att lära sig evangeliet ber du en elev läsa följande förklaring av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum. Be eleverna lyssna efter vad som händer när vi lägger ner möda på andligt lärande.

"Den som söker efter kunskap och väljer att handla i enlighet med sanna principer öppnar sitt hjärta för den Helige Anden och inbjuder hans undervisning, kraftfulla vittnesbörd och bekräftande vittne. Att lära sig genom tro kräver andlig, mental och fysisk ansträngning och inte bara ett passivt mottagande" ("Sök efter kunskap genom tro", *Liahona*, sep. 2007, s. 20).

Fråga eleverna: Vad sade äldste Bednar skulle hända om man lägger ner möda på andligt lärande?

Be eleverna berätta om upplevelser de haft när de verkligen ansträngt sig andligen och till följd av det mer intensivt känt att de haft den Helige Andens sällskap. Bär vittnesbörd om att **våra bemödanden att studera evangeliet under bön inbjuder den Helige Anden till lärandeprocessen**.

Fråga eleverna: Vad kan ni göra konkret i år för att "sök[a] lärdom ... genom studier och även genom tro"?

## Frälsningsplanen

Repetera de olika namnen på frälsningsplanen genom att be eleverna skriva alla namn på tavlan som de antecknade i sina skriftdagböcker i samband med uppgift 1 i lektionen för dag 2. Behöver de hjälp ber du dem att slå upp motsvarande sida i studievägledningen.

Fråga gärna: Vad lär ni er om syftet med frälsningsplanen av de här namnen? (Vår himmelske Faders plan är avsedd att åstadkomma hans barns eviga frälsning och lycka.)

Tala om att det kommer att finnas många tillfällen under året att lära hur de sanningar vi lär oss i Mormons bok passar in i vår himmelske Faders lycksalighetsplan. Be gärna eleverna att i sina studier i år söka efter och i skrifterna markera principer som har att göra med frälsningsplanen. Fundera på att ge några exempel på vad de kan finna när de studerar. Uppmuntra eleverna att under läsårets gång berätta om sina upptäckter för klassen.

## Titelblad, inledning och vittnens vittnesbörd

Be eleverna delta i ett rollspel genom att föreställa sig att de ger en Mormons bok till någon som inte är medlem i kyrkan.

Dela upp klassen i två grupper och låt varje grupp förbereda sig för rollspelet genom att diskutera frågorna som gruppen fick. Skriv gärna frågorna på tavlan före lektionen eller ge varje elev en kopia av frågorna. Uppmuntra eleverna att söka efter och markera upplysningar som det vore viktigt att berätta om när de undervisar om Mormons bok.

### Frågor till grupp 1:

1. Vad är Mormons bok? (Se inledning, styckena 1–3.)
2. Vad är syftet med Mormons bok? (Se titelbladet, andra stycket.)
3. Vilken välsignelse får man om man lever efter lärosatserna eller principerna i Mormons bok? (Se inledning, sjätte stycket.)

### Frågor till grupp 2:

1. Hur gick det till när Mormons bok kom fram? (Se inledning, styckena 4–5.)

2. Hur kan vi få veta att Mormons bok är sann? (Se inledning, åttonde stycket.)

3. Vad annars kan vi veta genom den Helige Andens kraft? (Se inledning, sista stycket.)

Efter att eleverna haft tid att förbereda sig väljer du ut en elev att spela personen som inte är medlem i kyrkan. Be en frivillig från varje grupp att överlämna en Mormons bok till den här personen. Uppmuntra eleverna att använda svaren på frågorna som gruppen studerade när de undervisar den första eleven om Mormons bok.

När de har avslutat rollspelet funderar du på att fråga de övriga i klassen om det finns andra upplysningar som de skulle ha tagit upp om de hade varit den som överlämnade Mormons bok. Fråga gärna: Vad lärde ni er om Mormons bok under den här aktiviteten eller vad kom ni ihåg om den?

När eleverna svarar, förvissa dig då om att de förstår att **Mormons bok är ett vittne om att Jesus är Kristus**. Betona vikten av att vara uppmärksam på hur Mormons bok vittnar om Jesus Kristus. Förklara dessutom att studier av Mormons bok hjälper dem att förstå Jesu Kristi evangeliums lära och principer och stärker deras vittnesbörd om hans kyrka.

Påminn eleverna om att **författarna till Mormons bok såg vår tid och skrev det som skulle bli till störst hjälp för oss** (se Mormon 8:35).

Fråga eleverna: Vad lärde ni er den här veckan som kommer att påverka hur ni studerar Mormons bok?

Be flera elever berätta om hur de planerar att fullgöra sitt ansvar att studera Mormons bok under läsåret. Avsluta med att delge dina känslor och vittna om Mormons bok och hur studiet av den har påverkat ditt liv.

## Nästa studieavsnitt (1 Nephi 1–6, 9)

Fråga eleverna om det funnits något tillfälle när de visste att någonting var rätt men att det tycktes svårt eller omöjligt att göra det. Berätta att de under den kommande veckan ska upptäcka att Nephi stod inför ett sådant problem, att de kommer att lära sig att han förtröstade på Guds hjälp för att kunna utföra det som tycktes vara omöjligt.



# Nephis första bok

### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar 1 Nephi upptäcker de att "Herrens ömma barmhärtighet är över alla dem som han har utvalt på grund av deras tro, så att han gör dem mäktiga" (1 Nephi 1:20). De lär sig också att Gud vill välsigna sina barn. Lehi och hans folk upplevde Guds barmhärtighet och välsignelser när de lydde hans befallningar. Lehi och Nephi sökte vägledning hos Gud och fick den genom drömmar, syner, Liahona och den Helige Andens ledning. Nephi såg och skrev ner en panoramasyn av jordens historia som visade honom Guds allvetenhet, Jesu Kristi dop, tjänande verksamhet och korsfästelse, nephiternas undergång och de sista dagarna. Gud hjälpte Nephi och hans bröder att få tag i mässingsplåtarna så att de skulle ha tillgång till heliga skrifter. Han räddade också Lehi och hans folk från hungersnöd i vildmarken och från undergång på havet och förde dem till det utlovade landet i säkerhet. När eleverna studerar Nephis och Lehis upplevelser i den här boken kan de lära sig hur man söker och får himlens välsignelser.

### Vem skrev den här boken?

Lehis son Nephi skrev den här boken som svar på Herrens befallning att han skulle föra en uppteckning om sitt folk. Nephi föddes förmodligen i eller i närheten av Jerusalem. Han bodde där under profeten Jeremias verksamhet och under kung Sidskias regering. Nephi sökte ett vittnesbörd om sin fars ord om Jerusalems förstörelse och nödvändigheten av att deras familj gav sig i väg därifrån. När han fortsatte att söka vägledning hos Herren och följa hans råd blev Nephi ett redskap i Guds hand. Han var lydig och återvände två gånger till Jerusalem med sina bröder, den första gången för att hämta mässingsplåtarna och senare för att förmå Ismaels familj att förena sig med Lehis familj i vildmarken. Med Herrens hjälp byggde Nephi fartyget som förde hans familj och andra över havet till det utlovade landet. När Lehi dog utsåg Herren Nephi till ledare över hans folk.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Nephi hade tre grupper i åtanke när han skrev boken: sin fars efterkommande, Herrens förbundsfolk i de sista dagarna och alla människor i världen (se 2 Nephi 33:3, 13). Han skrev för att förmå alla att komma till Jesus Kristus och bli frälsta (se 1 Nephi 6:4).

### När och var skrevs den?

Nephi skrev den skildring som blev 1 Nephi omkring 570 f.Kr. – 30 år efter att han och hans familj hade lämnat Jerusalem (se 2 Nephi 5:30). Han skrev den när han bodde i Nephis land.

### Vad kännetecknar den här boken?

1 Nephi innehåller flera skildringar av himmelska tillkännagivanden i drömmar, syner och direkta uppenbarelser. Dessa tillkännagivanden visar att Gud undervisar, leder och beskyddar dem som söker honom:

- När Lehi ber kommer en pelare av eld och han ser och hör mycket som får honom att bäva och darra (se 1 Nephi 1:6–7).
- Lehi ser Gud i en syn och läser i en bok som profeterar om Jerusalems förstörelse och dess invånares fångenskap (se 1 Nephi 1:8–14).
- Herren befäller Lehi att ge sig i väg med sin familj ut i vildmarken (se 1 Nephi 2:1–2).
- Herren säger åt Lehi att skicka tillbaka sina söner till Jerusalem för att hämta plåtarna av mässing (se 1 Nephi 3:2–4).
- En ängel ingriper när Laman och Lemuel slår Nephi och Sam (se 1 Nephi 3:29).
- Herren befäller att Nephi och hans bröder ska återvända till Jerusalem och hämta Ismael och hans familj (se 1 Nephi 7:1–2).
- Lehi och Nephi ser i syner livets träd, Jesu Kristi födelse, verksamhet och försoning, det utlovade landets historia, evangeliets återställelse och kampen

mellan djävulens makter och Guds Lammis kyrka (se 1 Nephi 8; 11–14).

- Nephi blir visad hur han ska bygga ett fartyg som ska föra hans folk till det utlovade landet (se 1 Nephi 18:1).

1 Nephi innehåller förstahandsskildringen av ett folk som reste till det utlovade landet. Mormons bok berättar senare om ytterligare två grupper som reste till det utlovade landet: mulekiterna (se Omni 1:14–17) och Jarediterna (se Ether 6:4–12).

Nephis första bok beskriver också två anmärkningsvärda föremål: Labans svärd och en kompass eller vägvisare som kallades för Liahona (se 1 Nephi 18:12; Alma 37:38). Genom Liahona förde Herren Lehis familj genom vildmarken och över havet. Labans svärd lämnades i arv från släkte till släkte ända tills den nephitiska civilisationens undergång. Liahona och Labans svärd grävdes ner tillsammans med guldpålatarna, och de visades för Joseph Smith och de tre vittnena (se L&F 17:1–2).

### Översikt

**1 Nephi 1–7** Lehi leder sin familj ut i vildmarken. Hans söner lyder Herrens befallning att återvända till Jerusalem och får tag i mässingsplåtarna och återvänder igen för att förmå Ismael och hans familj att förena sig med dem i vildmarken.

**1 Nephi 8–15** Lehi och Nephi ser var för sig livets träd i en syn. Nephi berättar om sin syn av Frälsarens verksamhet och de historiska händelser som ska föregå evangeliets återställelse i de sista dagarna.

**1 Nephi 16–18** Herren vägleder Lehi och hans familj på deras färd genom vildmarken och över havet till det utlovade landet.

**1 Nephi 19–22** Nephi profeterar om Jesus Kristus och Israels skingring och insamling.

## LEKTION 6

# 1 Nephi 1

### Inledning

Mormons bok inleds med att Lehi trofast verkar i sin roll som profet. Lehi var en av "många profeter som profeterade för folket att de måste omvända sig" (1 Nephi 1:4). När han profeterade om Jerusalems förstörelse och vittnade om återlösningen genom Messias var det många som hånade honom och ville döda

honom. Men Lehi glädde sig innerligt åt Herrens barmhärtighet och kraft till befrielse. När eleverna lär sig om Lehis verksamhet får de större insikt i profeternas roll i dag. När de söker efter bevis för Guds barmhärtighet och intresse för dem, då fördjupas deras förhållande till honom.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 1:1–3

#### *Nephi inleder sin uppteckning*

Be eleverna läsa 1 Nephi 1:1–3 tyst för sig själva. Be dem vara uppmärksamma på varför Nephi gjorde sin uppteckning.

- Vilka skäl angav Nephi till att han gjorde en uppteckning om sina upplevelser?
- Varför tror ni att Nephi tyckte att han "storligen gynnats av Herren" trots att han hade "erfarit många lidanden"?

### 1 Nephi 1:4–20

#### *Lehi ser en syn och varnar folket och säger att Jerusalem ska förstöras*

Be eleverna tänka på något tillfälle när deras föräldrar varnade dem för fara.

- Varför varnade era föräldrar er för faran?
- Hur varnar vår himmelske Fader sina barn?

Tala om att den första berättelsen i Mormons bok börjar vid en tidpunkt då många i Jerusalem var ogudaktiga. Be en elev läsa 1 Nephi 1:4. Be eleverna vara uppmärksamma på hur Herren varnade Jerusalems invånare.

Berätta att Nephis far Lehi slöt sig till de "många profeter" som nämns i den här versen. Han varnade folket och sade att de måste omvända sig. För att hjälpa eleverna upptäcka Lehis varningar och vad han undervisade om, delar du upp eleverna i par och låter varje par läsa 1 Nephi 1:5–13. Be dem leta efter vad Lehi såg i synen, antingen genom att de markerar i sina skrifter eller gör en lista på ett papper. Låt paren få några minuter på sig att diskutera följande fråga. (Du kan skriva frågan på tavlan.)

- Hur skulle du känna dig om du såg i en syn att staden där du bor skulle förstöras?

Efter den här aktiviteten ber du eleverna att tyst för sig själva läsa 1 Nephi 1:15 och vara uppmärksamma på hur Lehi kände sig efter synen.

- Hur reagerade Lehi på det han hade sett?

Be en elev läsa 1 Nephi 1:14–15 högt. Uppmuntra eleverna att leta efter skäl till varför Lehi glädde sig. (Du kan behöva förklara att även om Lehi fick veta att Jerusalem skulle förstöras så såg han också att de som förtröstade på Gud inte skulle förgås.)

- När har ni kunnat prisa Gud, till och med i svåra tider?
- Vilka välsignelser kan vi få genom att uppskatta Herrens "godhet och barmhärtighet" i svåra tider?

Låt en elev läsa följande uttalande högt:

"Liksom de forna profeterna vittnar dagens profeter om Jesus Kristus och undervisar om hans evangelium. De ger till känna Guds vilja och sanna väsen. De talar med djärvhet och skärpa; de fördömer synden och varnar för dess följder. Ibland kan de inspireras att

### Dagliga skriftstudier

Du kan hjälpa eleverna fullgöra sin egen roll i lärandeprocessen genom att uppmuntra dem att studera Mormons bok dagligen. Be och fundera under läsårets gång på hur du kan hjälpa dem att få vanan att studera skrifterna dagligen. Bär gärna vittnesbörd då och då om välsignelsen av att studera Mormons bok dagligen.

### Leta efter nyckeluttryck

Ett sätt att hjälpa eleverna få ut mer av sina dagliga skriftstudier är att lära dem att leta efter nyckeluttryck. Författarna till Mormons bok använde ofta nyckeluttryck för att betona lärdomar de ville förmedla eller för att sammanfatta principer de undervisade om, uttryck som "jag skall visa er", "sålunda ser vi" och "jag talar till er". Uppmuntra eleverna att vara uppmärksamma på de lärdomar som åtföljer sådana uttryck.

profetera om framtida händelser till vår nytta" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 120).

Betona att Lehi är ett exempel på sanningen att **profeter varnar för synd och undervisar om frälsning genom Jesus Kristus**. (Du kan skriva den här sanningen på tavlan.)

Be eleverna läsa 1 Nephi 1:19–20.

- Vad vittnade Lehi om?
- Hur reagerade folket på det som Lehi undervisade om?
- Varför förkastar en del i vår tid budskapen från Herrens profeter?
- När har ni blivit välsignade eller beskyddade tack vare att ni följde profeten?

## 1 Nephi 1:20

### Nephi vittnar om Herrens ömma barmhärtighet

Framhåll att i den tredje meningen i 1 Nephi 1:20 avbryter Nephi sin berättelse med ett budskap till dem som läser hans ord. Låt eleverna läsa 1 Nephi 1:20 tyst för sig själva och leta efter budskapet som Nephi vill att vi ska förstå. Vid behov gör du dem uppmärksamma på hur Nephi inleder budskapet ("jag, Nephi, skall visa er att ...").

- Hur hjälper det er i ert personliga studium av Mormons bok att ni är uppmärksamma på sådana här uttryck?
- Vad ville Nephi visa oss?

Be en elev läsa 1 Nephi 1:20 högt. Be en annan elev läsa Moroni 10:3. Be klassen leta efter tankar som liknar varandra i båda verserna.

- Vilken liknande tanke vill Nephi och Moroni att de som läser Mormons bok ska lägga märke till?

Hjälp eleverna urskilja den här principen: **Herren visar sin ömma barmhärtighet mot dem som utövar tro på honom**. (Du kan skriva principen på tavlan.)

För att hjälpa eleverna förstå vad Herrens ömma barmhärtighet är och hur de känner igen den i sitt eget liv läser du följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:



"Herrens ömma barmhärtighet är mycket personliga och anpassade välsignelser, styrka, beskydd, förvisning, ledning, kärleksfull godhet, tröst, stöd och andliga gåvor som vi får från och tack vare Herren Jesus Kristus ...

Herrens ömma barmhärtighet kommer inte slumpvis eller bara av en tillfällighet. Trofasthet och lydnad gör att vi kan få dessa viktiga gåvor, och ofta hjälper Herrens val av tidpunkt oss att känna igen dem.

Vi bör inte underskatta eller förbise kraften i Herrens ömma barmhärtighet" (se "Herrens innerliga barmhärtighet", *Liahona*, maj 2005, s. 99–100).

- Hur förklarade äldste Bednar uttrycket "Herrens ömma barmhärtighet"?
- Hur har Herren visat sin ömma barmhärtighet mot er eller mot någon ni känner?

Efter att eleverna haft tid på sig att besvara frågorna ber du dem fundera över hur de skulle kunna bli bättre på att känna igen Herrens ömma barmhärtighet i sitt eget liv. Uppmuntra dem att bli mer medvetna om den ömma barmhärtighet som Herren visar dem. Föreslå gärna att de i sina dagböcker skriver ner upplevelser av Herrens ömma barmhärtighet. Fundera på att ge dem tid att skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om ett eller två sätt på vilka Herren nyligen visat sin ömma barmhärtighet mot dem.

Avsluta med att upprepa Nephis vittnesbörd i 1 Nephi 1:20 om Herrens ömma barmhärtighet. Bär vittnesbörd om att Herrens omtanke och välsignelser som anpassas efter individen är realitet. Uppmuntra eleverna att vara uppmärksamma på exempel på Herrens ömma barmhärtighet i sitt eget liv och i Mormons bok.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 1 Nephi 1:2. "Egyptiernas språk"

Nephi sade att han gjorde sin uppteckning på "egyptiernas språk" (1 Nephi 1:2). Omkring 470 år senare lärde kung Benjamin sina söner "egyptiernas språk" (Mosiah 1:1–4). Uttrycket "reformerad egyptiska" används i Mormon 9:32. Moroni skrev att man vid det laget, omkring 1 000 år efter Lehi och Nephi, hade förändrat den egyptiska och hebreiska som Lehi och Nephi använde.

### 1 Nephi 1:4. "Många profeter"

Nephi sade att "många profeter" kom bland folket i Jerusalem. Vi vet att Jeremia, Obadja, Nahum,

Habackuk och Sefanja alla var samtida profeter som vittnade i Juda rike. Jeremia 35:15 har en liknande kommentar om att Herren hade sänt många profeter för att varna folket (se också 2 Krön. 36:15–16).

Jeremia var en mäktig profet på Lehis och Nephis tid och omnämns i 1 Nephi 5:13 och 7:14. Han verkade bland judarna från 626 f.Kr. till 586 f.Kr. Till skillnad från Lehi stannade Jeremia kvar i Jerusalem och fortsatte att kalla folket till omvändelse (se Handledning för skriftstudier, "Jeremia"). Efter att Lehi hade lämnat Jerusalem blev Jeremia satt i fångelse. Där skrev han Klagovisorna vari han sörjer över Jerusalems förstörelse och att folket inte omvände sig.

## Ytterligare undervisningsförslag

### 1 Nephi 1:2–3, 20. Att skriva om Herrens ömma barmhärtighet i vårt liv

- Vad har det för värde att skriva ner upplevelser i en dagbok?

Nephi vittnade om Guds ömma barmhärtighet i sitt liv. Han sade att alla som har tro på Jesus Kristus kan få uppleva sådana välsignelser. President Henry B. Eyring i första presidentskapet skildrade ett tillfälle när han kände sig manad att skriva ner bevis för Guds godhet mot sin familj:

"Jag kom hem sent en kväll från ett uppdrag i kyrkan. Det var mörkt ute. Min svärfar bodde i närheten och han överraskade mig när jag gick mot ytterdörren. Han bar en massa rör på axeln, gick mycket raskt och var klädd i sina arbetskläder. Jag visste att han hade byggt ett rörsystem för att pumpa vatten från en bäck i närheten upp till vår gård.

Han log, talade stilla och skyndade sedan vidare förbi mig in i mörkret för att fortsätta sitt arbete. Jag gick vidare mot huset och tänkte på vad han hjälpte oss med och när jag kom fram till dörren hörde jag följande ord i mitt sinne – och det var inte min röst som talade: 'Du måste dela med dig av dessa erfarenheter som jag ger dig. Skriv ner dem.'

Jag gick in. Jag gick inte och lade mig. Fastän jag var trött tog jag fram anteckningspapper och började

skriva. När jag gjorde det förstod jag budskapet jag hört i mitt sinne. Det var meningen att jag skulle skriva ner detta så att mina barn kunde läsa i framtiden om hur jag sett Guds hand välsigna vår familj ...

Jag skrev några rader varje dag under flera år. Jag hoppade aldrig över en dag hur trött jag än var eller hur tidigt jag skulle stiga upp dagen efter. Innan jag skrev brukade jag begrunda frågan: 'Har jag sett Guds hand röra vid oss, våra barn eller vår familj i dag?' När jag fortsatte så hände något. När jag såg tillbaka på dagen som gått såg jag saker som Gud hade gjort för någon av oss som jag inte hade insett under dagens jäkt" ("O, kommen ihåg, kommen ihåg", *Liahona*, nov. 2007, s. 66–67).

### 1 Nephi 1:4–20. Paralleller mellan Lehi och Joseph Smith

Be eleverna läsa 1 Nephi 1:4–20 och leta efter större händelser under den här perioden i Lehis liv. Be dem därefter gå igenom Joseph Smith — Historien 1:1–35 och leta efter större händelser i profeten Joseph Smiths liv. Be eleverna söka paralleller mellan Lehis liv och Joseph Smiths liv. (I svaren kan ingå: båda vände sig till Gud i uppriktig bön, såg Fadern och Sonen, berättade för andra om sina syner, avvisades av många, blev hotade till livet, tvingades flytta, satte Gud högre än jordiska ägodelar och världens beröm.)

## LEKTION 7

# 1 Nephi 2

### Inledning

Berättelsen i 1 Nephi 2 visar skilda reaktioner på Herrens befallningar. Lehi lydde Herrens befallning att föra sin familj ut i vildmarken. Laman och Lemuel hade svårt att

förstå den här befallningen och gjorde uppror. Nephi däremot sökte bekräftelse genom ett vittnesbörd.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 2:1–7

#### *Gud befäller Lehi att ge sig i väg ut i vildmarken*

Be eleverna föreställa sig att deras föräldrar sagt åt dem att familjen måste lämna sitt hem i morgon och överge nästan allt vad de äger. De ska vandra ut i vildmarken och bara ta med sig vad de behöver för att överleva.

- Hur tror ni att ni skulle ha reagerat?
- Hur skulle ni ha reagerat om ni visste att befallningen att flytta ut i vildmarken hade kommit från Herren?

Be en elev läsa 1 Nephi 2:1–6 högt. Be klassen leta efter skäl till varför Lehi förde sin familj ut i vildmarken.

- Vad hade Herren befallt Lehi att göra? (Se 1 Nephi 2:2.)
- Vad lär ni er av Lehis beslut om vad han skulle ta med sig och vad han skulle lämna kvar?

Be en elev läsa 1 Nephi 2:7 högt.

- Lehi offrade ett tackoffer till Herren kort efter att ha lämnat sitt hem och sina ägodelar. Vad lär vi oss av det?
- Vad kunde Lehi vara tacksam för?

Skriv följande på tavlan: *När vi är trofasta och lydiga hjälper Herren oss i våra prövningar.*

- När har ni känt att Herren hjälpte er i era prövningar? (Uppmuntra eleverna att söka Andens vägledning när de besvarar den här frågan. Hjälプ dem förstå att de inte behöver berätta om upplevelser som är för personliga.)

### 1 Nephi 2:8–15

#### *Laman och Lemuel knotar mot sin far*

Be eleverna att tyst fråga sig själva om de någonsin klagat, öppet eller i sina hjärtan, över en befallning från Herren eller en begäran av en förälder eller ledare i kyrkan. Ge dem tid att fundera över sina upplevelser.

- Varför klagar vi ibland när vi blir tillsagda att göra något?

Skriv *flod* och *dal* på tavlan. Be en elev läsa 1 Nephi 2:8–10 högt.

- På vilket sätt ville Lehi att Laman skulle vara som en flod? På vilket sätt ville han att Lemuel skulle vara som en dal? (Du kan be elever skriva svaren på tavlan bredvid orden *flod* och *dal*.)
- Vad var det Lehi försökte lära Laman och Lemuel?

Be eleverna läsa 1 Nephi 2:11–14 tyst för sig själva.

- Varför knotade Laman och Lemuel mot sin far?
- Med ordet styvnackad menas i 1 Nephi 2:11 högmod eller envishet. Varför får högmod ibland människor att knota?

- Varför tror ni att knot ibland är en följd av att människor inte förstår Guds handlande?

Förklara för eleverna att ett skäl till att Satan vill att vi ska knota är att det hindrar oss från att följa levande profeter eller andra inspirerade ledare och föräldrar. Som del av diskussionen kan du med fördel läsa följande, som bygger på ett uttalande av äldste H. Ross Workman i de sjuttios kvorum:

”Knotet [består] av tre steg, och vart och ett av dem leder till nästa steg nerför olydnadens väg.” Steg ett: människor börjar ifrågasätta. De ifrågasätter ”i sitt eget sinne”, och sedan får de ”andra” att börja ifrågasätta. Steg två: de som knotar kommer med ”bortförklaringar och undanflykter för att de inte [gör] vad de [har] blivit ombedda att göra ... Således [rättfärdigar] de sin olydnad.” Deras undanflykter leder till det tredje steget: ”ovilja att lyda Mästarens befallningar ...

Jag uppmanar er att inrikta er på den befallning från de levande profeterna som stör er mest. Ifrågasätter ni om befallningen kan tillämpas på er? Hittar ni genast en ursäkt för varför ni inte kan lyda den befallningen just nu? Känner ni er frustrerade eller irriterade när någon påminner er om befallningen? Är ni ovilliga att lyda den? Ta er till vara för den ondes list. Akta er för knot” (se ”Akta er för knot”, *Liahona* jan. 2002, s. 98, 100).

Be eleverna besvara följande fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker:

- Vad kan du göra om du märker att du knotar över Herrens profeter och befallningar?

## 1 Nephi 2:16–19

### *Nephi söker insikt hos Herren*

Be eleverna läsa och begrunda 1 Nephi 2:16, 19 tyst för sig själva.

- Hur reagerade Nephi på sin fars budskap?
- När har ni vänt er till Gud och upplevt hur era hjärtan uppmjukades?

Ge eleverna möjlighet att berätta om tillfällena då Herren uppmjukade deras hjärtan (men påminn dem om att de inte ska känna sig tvingade att berätta om upplevelser som är för personliga). Berätta gärna själv om ett tillfälle då Herren uppmjukade ditt hjärta. Försäkra eleverna att **när vi vänder oss till Gud kan han uppmjuka våra hjärtan så att vi tror på hans ord.**

Läs 1 Nephi 2:19 högt. Låt eleverna med egna ord förklara vad som menas med ”flitigt” och med ”ödmjukt hjärta”. Uppmuntra dem att söka Herren som Nephi gjorde.

Be en elev läsa 1 Nephi 2:17–18 högt.

- Vilka principer lär vi oss av Nephis, Sams, Lamans och Lemuels olika sätt att reagera?
- När har något som en familjemedlem eller någon vän sagt stärkt er tro på samma sätt som Nephis ord stärkte Sams tro?

## 1 Nephi 2:20–24

### *De som håller buden får framgång*

Låt eleverna läsa 1 Nephi 2:20–21. Be dem hitta och, om de önskar, markera löftet att ”i den mån som ni håller mina bud skall ni få framgång”. Förklara för dem att när de studerar Mormons bok så ska de finna många exempel på att det här löftet går i uppfyllelse.

Fundera på att läsa följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum:

”Lydnad är himmelens första lag. Allt framåtskridande, all fullkomning, all frälsning, all gudaktighet, allt som är rätt och sant, allt gott kommer dem till del som lever efter hans lagar som är Ewig. Det finns ingenting i hela evigheten som är viktigare än att hålla Guds bud” (*The Promised Messiah: The First Coming of Christ* [1978], s. 126).

Vittna om att **Gud välsignar dem som är lydiga och trofasta**. Precis som Nephi kan eleverna få tillförsikten att Herren ska vägleda dem. Uppmuntra dem att sträva efter att bli lydigare och att följa den vägledning de får av den Helige Anden.

### *Frågor som leder till inspiration*

President Henry B. Eyring i första presidentskapet sade att vissa frågor drar till sig inspiration. Han uppmanade lärare att ställa frågor ”som får den enskilde att söka i minnet efter känslor”. Genom att ställa frågor till eleverna som ger dem tillfälle att fundera över tidigare upplevelser och inte bara får dem att minnas information som de har fått, blir de redo att få undervisning genom Anden. President Eyring sade: ”Du gör klokt i att vänta lite innan du ber någon svara. Också de som inte säger något sitter och tänker på andliga upplevelser. Det inbjuder den Helige Anden” (”The Lord Will Multiply the Harvest” [tal till KUV-lärare, 6 feb. 1998], s. 6, si.lds.org).

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 1 Nephi 2:2–6. Möjlig färdväg för Lehis familj

Lehi kan ha fört sin familj till Röda havet nära Akabaviken, cirka 29 mil från Jerusalem. Det innebar i så fall att de färdades genom ett hett och kargt område som var allmänt känt för att vara hemsökt av rövare som låg på lur för att plundra oförberedda resenärer. Efter att kommit fram till Röda havet färdades familjen i ytterligare tre dagar innan de slog läger i en floddal. Färden från Jerusalem till floddalen kan ha tagit omkring fjorton dagar. Påminn gärna eleverna om de här avstånden och färdtiderna när de läser om Nephi och hans bröders färder tillbaka till Jerusalem.

### 1 Nephi 2:7. Att visa tacksamhet mot Herren

Lehis tacksamhet mot Herren för hans vägledning och beskydd kommer till uttryck i 1 Nephi 2:7: "Han byggde ett altare av stenar och frambar ett offer till Herren och gav tack till Herren vår Gud." Det här är det första av flera fall i Mormons bok när trofasta efterföljare till Kristus frambar offer och brännoffer för att visa sin tacksamhet mot Gud (se till exempel 1 Nephi 7:22; Mosiah 2:3–4). Alla vår himmelske Faders barn måste ge uttryck åt sin uppriktiga tacksamhet mot honom och lyda för att kunna behaga honom (se L&F 59:21).



## Ytterligare undervisningsförslag

### 1 Nephi 2:1–3, 16–19. Mjuka hjärtan och uppenbarelse

Påminn eleverna om att Nephi i 1 Nephi 1 beskriver en uppenbarelse som Lehi fick medan denne var "överväldigad av Anden" (1 Nephi 1:7). I den här synen läste Lehi i en bok med uppenbarelsen och "fylldes av Herrens Ande" (1 Nephi 1:12). Temat uppenbarelse fortsätts i 1 Nephi 2 där Nephi berättar att Herren hade varnat hans far i en dröm (se 1 Nephi 2:1–3). Nephi berättar också om egna erfarenheter av att få uppenbarelse och lyssna till Herrens röst.

Visa två föremål: ett som är mjukt och absorberande (t.ex. ett tygstycke eller en tvättsvamp) och ett som är hårt (t.ex. en sten). Be därefter en elev läsa 1 Nephi 2:16–19 högt.

- På vilka sätt var Lehis, Nephis och Sams hjärtan som det här mjuka föremålet?
- På vilka sätt var Lamans och Lemuels hjärtan som det här hårda föremålet?
- Hur påverkas vår förmåga att ta emot uppenbarelse av det andliga skick våra hjärtan är i?

Hjälp eleverna förstå att **Herren uppenbarar kunskap för oss när vi söker honom flitigt**. Som del av diskussionen kan du dela upp eleverna i par och låta dem läsa uppslagsordet "Uppenbarelse" i Handledning för skriftstudier. Be dem diskutera följande fråga:

- Vad kan vi göra för att bli redo att ta emot uppenbarelse från Herren?

## LEKTION 8

# 1 Nephi 3–4

### Inledning

Herren befalldes Lehi att skicka tillbaka sina söner till Jerusalem för att hämta plåtarna av mässing som var i Labans ägo. Laman och Lemuel såg ingen möjlighet att utföra befallningen, men Nephi trodde att Herren skulle bereda en utväg för dem så att de kunde fullgöra det

som han krävde. Trots att han ställdes inför upprepade svårigheter fortsatte Nephi att göra det som Herren begärde av honom. Därför leddes han av den Helige Anden och lyckades få tag i plåtarna.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 3:1–9, 19–20

#### Lehis söner återvänder till Jerusalem för att hämta mässingsplåtarna

Skriv följande utsagor på tavlan före lektionen. Be eleverna välja den som bäst beskriver hur de tror att Herren hjälper dem när han ber dem att göra någonting svårt.

*När du strävar efter att utföra en befallning eller svår uppgift från Herren, då kommer han att:*

- Ändra befallningen så att det blir enkelt och lätt för dig att utföra den.*
- Välsigna dina ansträngningar genom att bereda en utväg för dig att utföra befallningen, även om det fortfarande kan bli svårt.*
- Ingripa och göra allt arbete åt dig.*
- Kräva att du utför den helt på egen hand och utan hjälp.*

Be några elever berätta vilken utsaga de valde och varför.

Förklara att Herren har många olika sätt att välsigna dem som strävar efter att utföra hans befallningar. När eleverna studerar Nephis skildring i 1 Nephi 3–4 ber du dem söka efter exempel på den här principen. Uppmuntra dem också att lägga märke till hur Nephi och hans bröder reagerade på olika sätt på de svårigheter de ställdes inför.

Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 3:1–9. Be de övriga i klassen att lyssna efter skäl till att Nephi var villig att göra det som hans far bad honom om.

Laman och Lemuel tyckte att befallningen att återvända till Jerusalem för att hämta mässingsplåtarna var "något svårt [Lehi] ha[de] begärt av dem" (1 Nephi 3:5). För att hjälpa eleverna förstå några skäl till att Laman och Lemuel kanske tyckte det, påminner du dem om att de redan hade tillryggalagt en lång sträcka från Jerusalem.


- Varför tror ni att Nephi var villig att göra det som hans far bad honom om utan knot?

Be eleverna formulera om principen som Nephi vittnar om i 1 Nephi 3:7 till en "om-då"-utsaga. Eleverna skulle till exempel kunna säga att **om vi strävar efter att göra det som Herren befäller, då bereder han en utväg för oss att utföra det**. Betona att 1 Nephi 3:7 är ett nyckelskriftställe. Berätta att eleverna kommer att fokusera på 25 nyckelskriftställen under läsåret (se tillägget i slutet av den här handledningen för ytterligare information). De 25 nyckelskriftställena listas på baksidan av seminariebokmärket. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera nyckelskriftställen på ett särskilt sätt så att de lätt hittar dem.

- När har ni känt att Herren "bered[de] en utväg" för er att hålla ett av hans bud?

Be en elev läsa 1 Nephi 3:3, 19–20 högt. Be de övriga i klassen att lyssna efter uttryck som visar varför mässingsplåtarna var så värdefulla för Lehis familj och deras efterkommande. (Du kan föreslå att eleverna markerar de här uttrycken i sina skrifter.) Efter att eleverna har berättat vad de funnit förklarar du att plåtarna av mässing var en forntida skrifsamling som innehöll många av skrifterna och mycket av informationen i Gamla testamentet.

- Varför tror ni att mässingsplåtarnas innehåll var så viktigt att det var nödvändigt att Nephi och hans bröder återvände till Jerusalem för att hämta dem?
- Vad innehåller skrifterna i vår tid som är värdefullt för er? Varför är det värdefullt för er?

 **1 Nephi 3:7** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.



## 1 Nephi 3:10–31

### *Laban stjälar Lehis ägodelar och försöker döda Nephi och hans bröder*

Be hälften av klassen att studera Nephis och hans bröders första försök att få tag i mässingsplåtarna (se 1 Nephi 3:10–18). Be andra hälften att studera det andra försöket (se 1 Nephi 3:21–31). Låt varje elev arbeta enskilt och besvara följande frågor. Be dem gärna att utföra uppgiften i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Visa frågorna på tavlan eller gör ett utdelningsblad med frågorna till varje elev.

1. Vem gick?
2. Vad gjorde de?
3. Hur reagerade de när försöket misslyckades?
4. För dem som studerar det första försöket: Nephi och hans bröder var "djupt bedrövade" efter att ha misslyckats med att få tag i mässingsplåtarna (se 1 Nephi 3:14). Hur skilde sig Nephis reaktion på misslyckandet från sina bröders? (Se 1 Nephi 3:15–16.) För dem som studerar det andra försöket: Laman och Lemuel var arga på Nephi efter att deras andra försök hade misslyckats. De slog honom och talade hårt till honom. Till och med efter att en ängel hade lovat att Herren skulle överlämna Laban i deras händer fortsatte de att knota och ifrågasätta att de skulle kunna lyckas. Hur kan Lamans och Lemuels ilska ha kunnat tänkas påverka deras förmåga att tro på ängelns löfte? Hur hindrar ilska, stridigheter, knot och bristande tro oss från att förstå Guds budskap till oss? (Se 1 Nephi 3:28–31; 3 Nephi 11:29.)
5. Vilka nya insikter fick ni av verserna ni studerade?

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att besvara frågorna ber du några av dem att berätta om sina svar.

## 1 Nephi 4:1–38

### *Nephi hämtar mässingsplåtarna*

Be eleverna finna frågorna som Laman och Lemuel ställer i 1 Nephi 3:31.

Be en elev läsa 1 Nephi 4:1–3 högt. Be de övriga lyssna efter Nephis svar på brödernas frågor.

- Vilka beröringspunkter finns det mellan Lamans och Lemuels frågor och berättelsen om Mose?

Om eleverna behöver hjälp med att besvara den här frågan förklarar du för dem att Mose stod inför liknande svårigheter när han fick befallning att föra israeliterna ut ur Egypten. Trots upprepade försök lyckades Mose inte övertala farao att frige israeliterna. Men Mose fortsatte att göra det som Herren hade befallt honom, och Herren beredde en utväg för honom att befria israeliterna. Nephi tillämpade exemplet med Mose på sin familjs omständigheter. Han litade på att Gud också skulle bereda en utväg för dem.

- Vilken princip lär ni er av Nephis svar till sina bröder?

Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt så bör svaren i korthet gå ut på att **om vi trofast fortsätter att göra det Gud fordrar, trots svårigheter, så bereder han en utväg för oss att utföra det han befäller.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.)

Hänvisa till utsagorna du visade eller skrev på tavlan i början av lektionen.

- Nu när ni har studerat Nephis upplevelse, vilken utsaga tycker ni bäst sammanfattar principen som ni just har urskilt?

När eleverna studerar resten av Nephis skildring uppmuntrar du dem att söka efter hur den här principen styrks av det som senare blev följden av Nephis uthållighet.

Be en elev läsa 1 Nephi 4:4–6 högt. Föreslå gärna att eleverna markerar 1 Nephi 4:6 i sina skrifter.

Hjälpa eleverna förstå att Herren kan inspirera oss att göra något utan att genast uppenbara hur, när eller varför vi ska göra det. Nephi lärde sig hur, när och varför Herren skulle hjälpa honom först *efter* att han gett den Helige Anden tillfälle att hjälpa honom och *efter* att han beslutat att fortsätta i tro.

Berätta för eleverna att president Harold B. Lee gjorde iakttagelsen att vi ofta vill se "vad som ska komma" eller resultatet innan vi följer Herrens anvisningar. Han sade:

"Du måste lära dig att gå till ljusets rand och kanske ta några steg ut i mörkret [det okända] så ska du upptäcka att ljuset kommer och att det flyttar sig framför dig" (i Lucile C. Tate, *Boyd K. Packer: A Watchman on the Tower* [1995], s. 137–138).

Be en elev läsa 1 Nephi 4:7 högt.

- Varför är uttrycket "ändå gick jag framåt" i 1 Nephi 4:7 så viktigt?
- Vad lär oss Nephis upplevelse om sambandet mellan vår villighet att "gå och göra" och vår förmåga att ledas av Herren?

Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 4:8–18.

- Vilka skäl gav Anden Nephi för Herrens befallning att döda Laban?

Sammanfatta resten av Nephis skildring av hur han lyckades få tag i plåtarna (se 1 Nephi 4:19–38) eller be någon elev som känner till resten av berättelsen att göra det. Be eleverna nämna principer som de ser belystas i det här sista försöket att få tag i plåtarna. Efter att de yttrat sig vittnar du om att **när vi utövar tro på Gud och söker göra det som han ber oss om, också när vi inte kan se slutresultatet, så leder han oss genom den Helige Andens påverkan.**

För att hjälpa eleverna fördjupa sina vittnesbörd om den här principen ber du dem att berätta om personliga upplevelser av att handla i tro utan att i förväg ha vetat hur eller när Gud skulle hjälpa dem.

Be eleverna tänka på en situation de befinner sig i där Herrens krav känns svårt för dem. Be dem skriva i sina skriftdagböcker vad de tänker göra för att visa Herren att de är villiga att "gå och göra" det han befallt. När de skrivit färdigt ger du uttryck åt din tillförsikt att då vi visar vår tro så hjälper Herren oss att utföra vad han än ber oss om.

### Nyckelskriftställe – 1 Nephi 3:7

Skriv *lydnad*, *tro* och *tillit* på tavlan. Fråga:

- Vilka bevis ser ni i 1 Nephi 3 på Nephis lydnad, tro och tillit?
- Hur skulle de här egenskaperna kunna hjälpa någon som kallats att verka som missionär?

Be eleverna skriva brev till en missionär och fråga hur han eller hon har sett 1 Nephi 3:7 fungera i praktiken. Uppmuntra dem att låta hela klassen få del av eventuella svar de får.

*Obs:* I slutet av varje lektion som innehåller ett nyckelskriftställe finns det en tilläggsaktivitet avsedd att hjälpa eleverna att lära sig nyckelskriftstället. Du kan använda de här aktiviteterna när som helst (se tillägget i slutet av boken och handboken *Gospel Teaching and Learning* [Evangelieundervisning och -lärande]). Använd gärna den här aktiviteten en annan gång när du har mer tid på dig än under dagens lektion.

### Läsa skrifterna på lektionen

Att läsa skrifterna på lektionen kan hjälpa eleverna att bättre förstå de verser de studerar. Det kan också hjälpa dem att få större tillit till sin förmåga att läsa skrifterna på egen hand. Men läraren ska aldrig göra elever förlägna genom att tvinga dem att läsa högt om det är obehagligt för dem att göra det. Här följer några sätt att läsa skrifterna tillsammans på lektionen:

1. Eleverna turas om att läsa högt.
2. Läraren läser högt medan eleverna följer med i sina skrifter.
3. Flera elever ombes att läsa när flera personer talar i ett skriftställe.
4. Eleverna läser högt för varandra i mindre grupper eller i par.

# 1 Nephi 5

### Inledning

När Lehis hustru Sariah gick och väntade på att söner skulle återvända från Jerusalem var hon orolig för att de hade dött i försöken att få tag i mässingsplåtarna. När de återvände i säkerhet med plåtarna fick hon ett starkare vittnesbörd om att Gud ledde och bevarade

hennes familj. Lehi utforskade mässingsplåtarna och fann att de var av stort värde för dem. När han läste dem fyllde han av den Helige Anden och profeterade att skrifterna de innehöll skulle bevaras åt hans efterkommande.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 5:1–9

#### *Lehi söner återvänder i säkerhet till sin familj i vildmarken*

Be en elev läsa 1 Nephi 5:1–3 högt. Be klassen leta efter skäl till att Sariah började klaga.

- Vad klagade Sariah på? (I svaren kan ingå att Lehi var en man som såg syner, att han hade fört sin familj ut från deras arveland och att han hade fattat beslut som kanske lett till att de förlorat sina söner och som kunde leda till att de själva dog i vildmarken.)

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de kanske klagade över en situation trots att de inte hade all kunskap om situationen i fråga.

Be en elev läsa 1 Nephi 5:4–6 högt. Be eleverna vara uppmärksamma på hur Lehi bemötte Sariahs klagande.

- Vad tycker ni är imponerande i den här skildringen av hur Lehi bemötte Sariahs klagande? (Du kan påpeka att Lehi reagerade med vittnesbörd och tillit snarare än med oro eller tvivel. Han reagerade inte ilsket eller otåligt.)
- Vad lär vi oss av hur Lehi bemötte Sariah?

Be en elev läsa 1 Nephi 5:7–9 högt.

- Vad lärde sig Sariah av den här erfarenheten?

### 1 Nephi 5:10–22

#### *Lehi utforskar plåtarna av mässing*

Be eleverna fundera över om det finns något som de skulle offra livet för att få eller bevara.

Be en elev sammanfatta 1 Nephi 3–4 och berätta om de uppoffringar som Lehis familj gjorde för att få tag i plåtarna av mässing. (Nephi och hans bröder riskerade livet, offrade sina rikedomar och färdades en lång sträcka.)

- Varför tror ni att ett sådant offer var nödvändigt?

Berätta att efter att familjen hade framburit offer och tackat Herren så började Lehi genast utforska plåtarnas innehåll. Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 5:11–16. Be eleverna vara uppmärksamma på vad Lehi upptäckte på plåtarna av mässing. Skriv gärna deras svar kortfattat på tavlan.

Be eleverna läsa 1 Nephi 5:10 tyst för sig själva. Be dem leta efter det ord som beskriver hur Lehi läste skrifterna. (Han "utforskade" dem.) Låt eleverna dela upp sig i par och diskutera följande fråga:

- Vad är skillnaden mellan att utforska skrifterna och att bara läsa dem? (Du kan uppmuntra eleverna att berätta om tillfällena när de utforskat skrifterna.)

Läs följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum:

"När jag säger 'studera', så menar jag något mer än att bara läsa. Det är bra att ibland läsa en av böckerna i skrifterna inom en viss tid för att få en allmän känsla för dess budskap, men för att bli omvänd behöver du bry dig mer om hur mycket tid du lägger ner på

skrifterna än på hur mycket du hinner läsa på den tiden. Jag föreställer mig att du ibland läser några verser, stannar upp och begrundar dem, läser dem noga en gång till, och att du, medan du tänker på vad de innebär, ber om hjälp att förstå, ställer frågor i ditt sinne, väntar på andliga intryck och skriver ner de intryck och insikter som kommer för att kunna minnas och förstå mer. När du studerar på det här sättet kanske du inte läser många kapitler eller verser på en halvtimme, men du ger rum i ditt hjärta för Guds ord, och han talar till dig. Kom ihåg Almas beskrivning av hur det känns: 'Det börjar utvidga min själ. Ja, det börjar upplysa mitt förstånd, ja, det börjar bli välbehagligt för mig' [Alma 32:28]" ("När du har omvänt dig", *Liahona*, maj 2004, s. 11–12).

Ge eleverna tid att fundera över hur de studerar skrifterna. Be dem skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om hur de går till väga när de utforskar skrifterna. När de är färdiga ber du dem fundera på hur de skulle kunna förbättra sina skriftstudier. Be dem välja ett sätt att förbättra sitt utforskande av skrifterna. Uppmuntra dem att skriva det här målet i sina skriftdagböcker. Föreslå gärna att de låter någon annan få del av målet (till exempel dig, en förälder eller en annan elev) som kan påminna dem om det och uppmuntra dem att förverkliga det.

Tala om att Herren välsignade Lehi för att han utforskade skrifterna. För att hjälpa eleverna att upptäcka dessa välsignelser ber du dem läsa 1 Nephi 5:16–20 tyst för sig själva.

- Hur påverkades Lehi av att han utforskade mässingsplåtarna?

Betona att när Lehi utforskade skrifterna så fylldes han av Anden och fick en uppenbarelse om "sina avkomlingar". Försäkra eleverna att **när vi utforskar skrifterna kan vi bli fyllda av den Helige Anden och få uppenbarelse**. Likaså kan vi få styrka att hålla Guds bud om vi offrar vår tid och energi för att utforska skrifterna som Lehi gjorde.

- På vilka sätt har ni blivit välsignade av att ni utforskat skrifterna?
- När har ni känt den Helige Anden då ni studerat skrifterna?

Be en elev läsa följande uttalande i vilket äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum vittnar om välsignelsen av att utforska skrifterna:



"När vi vill tala till Gud så ber vi. Och när vi vill att han ska tala till oss, utforskar vi skrifterna, för hans ord uttalas genom hans profeter. Då undervisar han oss när vi lyssnar till den Helige Andens meningar.

Om du inte har hört honom tala till dig på sistone, återvänd då med nya ögon och nya öron till skrifterna. De är vår andliga livlina" (se "De heliga skrifterna: Guds kraft till vår frälsning", *Liahona*, nov. 2006, s. 26–27).

Läs 1 Nephi 5:21–22 högt och be eleverna följa med i sina skrifter. När du läser betonar du de här orden: "Därför var det enligt Herrens visdom att vi skulle föra med dem medan vi färdades i vildmarken mot löftets land."

- Varför är det vist att föra med oss skrifterna på våra färder?
- På vilka sätt kan vi föra med oss skrifterna?

Framhåll att det krävdes stora offer för att Lehi och hans familj skulle få tag i plåtarna. Utan skrifterna hade Lehi och hans familj inte varit lyckosamma på sin färd. Uppmuntra eleverna att alltid föra med sig skrifterna på sin jordiska färd.

Be eleverna tänka över sina personliga skriftstudier. Fundera på att be en elev som du vet läser skrifterna regelbundet att uppmuntra sina klasskamrater och bära sitt vittnesbörd för dem. Uppmuntra eleverna att ta för vana att utforska skrifterna dagligen.

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske tillfälle att göra aktiviteten i föregående lektion i samband med nyckelskriftstället.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 1 Nephi 5:10–22. Värde av skrifterna

För att undervisa oss om hur vi kan få vägledning genom att studera skrifterna berättade äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum följande om hur Lehi utforskade mässingsplåtarna.

”När Nephi och hans bröder återvände [från Jerusalem med mässingsplåtarna], gladdes de deras fader Lehi. Han började utforska de heliga skrifterna ’från början’ och ’[fann] att de var värdefulla, ja, av stort värde ... eftersom [Lehi och hans efterkommande] kunde bevara Herrens befallningar åt [sina] barn’.

Ja, på mässingsplåtarna fanns en uppteckning över Lehis anfäder, deras språk, släktlinje och viktigast av allt, evangeliet som Guds heliga profeter undervisat om. När Lehi utforskade plåtarna lärde han det som vi alla lär genom att studera skrifterna:

- Vilka vi är.
- Vad vi kan bli.
- Profetior för oss och för våra efterkommande.
- De bud, lagar, förordningar och förbund vi måste efterleva för att få evigt liv.
- Och hur vi måste leva för att kunna hålla ut intill slutet och återvända till vår himmelske Fader med heder.

Så viktiga är dessa sanningar att vår himmelske Fader gav både Lehi och Nephi syner som på ett åskådligt sätt

liknade Guds ord vid en ledstång av järn. Både far och son lärde sig att det *enda* sättet att hålla sig kvar på den trånga och smala stigen som leder till vår Frälsare är att hålla fast vid denna starka, orubbliga och ytterst pålitliga vägledare” (se ”De heliga skrifterna: Guds kraft till vår frälsning”, *Liahona*, nov. 2006, s. 25).

### 1 Nephi 5:18–19. Mässingsplåtarna

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum vittnade om vikten av att Lehis familj fick tag i plåtarna av mässing:

”Mässingsplåtarnas värde för nephiterna kan inte överskattas. Genom dem kunde de bevara språket (1 Ne. 3:19) som det folk talade som de gått ut ifrån och en stor del av folkets civilisation och deras religiösa kunskap. (1 Ne. 22:30.) Som kontrast kan nämnas att mulekiterna, som fördes ut ur Jerusalem omkring elva år efter att Lehi hade lämnat staden och som inte hade någon jämförbar uppteckning, snart nedsjönk i otro och avfall och förlorade sitt språk, sin civilisation och religion. (Omni 14–18.)

Mässingsplåtarna överlämnades från en profet till en annan och från ett släktled till ett annat och bevarades av nephiterna. (Mosiah 1:16; 28:20; 3 Ne. 1:2.) Herren har lovat att de ska komma fram igen utan att ha blivit otydliga med tiden och med bibehållen glans och att de skrifter som upptecknats på dem ska ’sändas ut till varje nation, släkte, tungomål och folk’. (Alma 37:3–5; 1 Nephi 5:18–19.)” (*Mormon Doctrine*, 2:a uppl. [1966], s. 103.)

## Ytterligare undervisningsförslag

### 1 Nephi 5:21. Utforska skrifterna

Sjung eller läs tillsammans orden i ”När jag beder och studerar” (*Psalmer*, nr 161). Be eleverna leta efter uttryck i psalmen som beskriver välsignelserna av att utforska skrifterna. Be eleverna utskilja uttryck som känns viktiga för dem och berätta varför de tycker om de uttrycken.

Läs gärna följande uttalande av president Marion G. Romney i första presidentskapet:

”Jag är övertygad om att om föräldrar i hemmet läser Mormons bok, regelbundet och under bön, både själva

och tillsammans med sina barn, så ska andan i denna underbara bok genomsyra våra hem och alla som bor där. Vördnadens anda ökar liksom den ömsesidiga respekten och hänsynen. Stridslystnaden försvinner. Föräldrar undervisar sina barn med större kärlek och visdom. Barnen blir mer mottagliga för dessa råd och följer dem i större utsträckning. Rättfärdigheten tilltar. Våra hem och vårt liv kommer att överflöda av tro, hopp och kärlek – Kristi rena kärlek – och medföra frid, glädje och lycka” (i Conference Report, apr. 1960, s. 112–113; se även Ezra Taft Benson, ”Att rena oss själva”, *Nordstjärnan*, nr 6, 1986, s. 4–5).

## LEKTION 10

# 1 Nephi 6 och 9

### Inledning

Nephi sade: "Hela min avsikt är att förmå människor att komma till Abrahams Gud och Isaks Gud och Jakobs Gud och bli frälsta" (1 Nephi 6:4). Han förde två slags uppteckningar: Nephis mindre plåtar och Nephis större plåtar. Herren befallde honom att göra ett sammandrag

av Lehis redogörelse på de mindre plåtarna (se 2 Nephi 5:28–31). Senare blev Mormon inspirerad att ta med de mindre plåtarna när han ställde samman Mormons bok (se Mormons ord 1:6–7). Varken Nephi eller Mormon visste varför, men båda följde Herrens anvisningar.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 6

#### *Nephi skriver för att förmå alla att komma till Kristus*

Visa upp flera lämpliga böcker eller filmer som är populära bland ungdomar i dag. Fråga eleverna vilka avsikter de tror att upphovsmännen hade med var och en av böckerna eller filmerna. Håll fram en Mormons bok. Berätta för eleverna att i 1 Nephi 6 förklarar Nephi sin avsikt med att skriva uppteckningen, som så småningom kom att ingå i Mormons bok.

Be eleverna läsa 1 Nephi 6:3–6 och leta efter de ord och uttryck som visar Nephis avsikt med att föra sin uppteckning. (Du kan föreslå att eleverna markerar dessa ord.)

- Varför var det viktigt att Nephi skrev sådant "som behagar Gud" och inte sådant "som behagar världen"?
- Hur skulle ni uttrycka Nephis avsikt med egna ord? (Det kan vara bra att förklara att uttrycket "Abrahams Gud och Isaks Gud och Jakobs Gud" syftar på Jesus Kristus. Du kan uppmuntra eleverna att skriva *Jesus Kristus* i sina skrifter bredvid 1 Nephi 6:4. Du kan också förklara att namnet Jehova syftar på Jesus Kristus. [Se 1 Nephi 19:10; 2 Nephi 11:4, 6–7; se också Handledning för skriftstudier, "Jesus Kristus".])

För att hjälpa eleverna inse att Mormons bok är ännu ett Jesu Kristi testamente ber du dem slå upp Handledning för skriftstudier och ögna igenom alla rubriker under uppslagsordet "Jesus Kristus". Be dem nämna några sätt på vilka Mormons bok undervisar om Frälsarens mission.

Be en elev skriva följande sanning på tavlan: ***En avsikt med Mormons bok är att förmå alla människor att komma till Jesus Kristus.***

- Om ni förstod Nephis avsikt med att skriva uppteckningen, hur skulle det då kunna påverka hur ni planerar att studera Mormons bok i år?

Berätta hur Mormons bok har hjälpt dig att komma vår himmelske Fader och Frälsaren närmare. Be eleverna berätta hur Mormons bok har påverkat deras liv och fört dem närmare vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Uppmuntra dem att inom den närmaste framtiden berätta för en kamrat, vän eller familjemedlem om sina känslor för Mormons bok och att bära vittnesbörd om Jesus Kristus.

### 1 Nephi 9

#### *Nephi för uppteckningar på två slags plåtar*

Visa eleverna en historiebok och tala om för dem vilken tidsperiod den omspannar. Visa därefter en personlig levnadshistoria eller dagbok som omspannar en del av samma tidsperiod. (Om lämpligt kan du läsa för eleverna ur dagboken om en andlig upplevelse.)

- Hur skiljer sig de här två historietexterna åt när det gäller varför de skrevs?
- Är någon av texterna av större värde än den andra? På vilket sätt då? (Var och en av texterna är värdefull av olika skäl.)
- Vad finns det för likhet mellan de här texterna och Mormons bok?

#### **Förklara, berätta eller vittna vid sidan av lektionen**

När eleverna bär vittnesbörd vid sidan av lektionen då fördjupas deras insikt i de sanningar de lär sig på lektionen. Uppmuntra dem att söka tillfällen att undervisa och vittna om evangeliets principer i umgänget med familjemedlemmar, vänner och kamrater.

Tala om att Nephi i 1 Nephi 9:1–5 berättar att han för uppteckningar på två uppsättningar plåtar.

På den ena uppsättningen plåtar, nu bekanta som Nephis större plåtar, skrev han en "berättelse om [sitt] folks historia" (1 Nephi 9:2). Den här historien innehåller "en berättelse om kungarnas regering och [hans] folks krig och stridigheter" (1 Nephi 9:4). Det var den första uppteckning som Nephi gjorde, men den ingår inte i det som nu är Mormons bok.

På den andra uppsättningen plåtar, nu bekanta som Nephis mindre plåtar, skrev han om "[sitt] folks andliga verksamhet" (1 Nephi 9:3). Du kan behöva förklara att uttrycket *andlig verksamhet* syftar på religiös undervisning och religionsutövning. Nephis uppteckning på de mindre plåtarna finns nu i 1 Nephi och 2 Nephi.

För att hjälpa eleverna hålla isär de mindre plåtarna och de större plåtarna när de läser 1 Nephi 9 skriver du följande på tavlan: " *dessa plåtar* " =  *de mindre plåtarna*  och " *de andra plåtarna* " =  *de större plåtarna* . (Du kan föreslå att eleverna skriver de här orden i sina skrifter bredvid verserna i fråga.) I 1 Nephi 9 syftar uttrycket " *dessa plåtar* " alltid på de mindre plåtarna. Uttrycket " *de andra plåtarna* " syftar på de större plåtarna.

Be en elev läsa 1 Nephi 9:3, 5–6 högt.

- Vilka skäl anför Nephi för att göra de mindre plåtarna? Hur visar de här förklaringarna att Nephi hade tro på Herren?

Berätta att nästan tusen år senare skrev profeten Mormon ett sammandrag eller en förkortad version av alla de uppteckningar som hans folk gjort. Det blev det som nu är Mormons bok. När han gjorde det här sammandraget fann han Nephis mindre plåtar och tog med dem i sin uppteckning.

Be en elev läsa Mormons ord 1:3–7 högt. Berätta att Mormon skrev de här orden omkring 385 e.Kr., vid tidpunkten för det sista slaget mellan nephiterna och lamaniterna. När eleverna läser de här verserna ber du dem söka skälen som Mormon gav för att ta med Nephis mindre plåtar i sitt sammandrag.

Läs följande uttalande av äldste Marvin J. Ashton i de tolv apostlarnas kворum:



"Ibland när vi blir ombedda att lyda så vet vi inte varför, annat än att Herren har befallt det ... Nephi följde anvisningar han fick även om han inte till fullo förstod den visa avsikten bakom dem. Hans lydnad blev till välsignelse för människor i hela världen" ("*Who Will Forfeit the Harvest?*", *Ensign*, nov. 1978, s. 51).

Framhåll att Nephis och Mormons exempel lär oss att **vi ska lyda Guds befallningar och följa Andens maningar även då vi inte helt förstår skälet för dem.**

- Varför är det viktigt att lyda Guds befallningar och följa Andens maningar även då vi inte helt förstår skälet för dem?
- När har ni lytt Herren eller följt en särskild ingivelse utan att helt förstå skälen?
- Hur kan vi få större tillförsikt och mod att trofast lyda Guds befallningar?

Vittna om att när vi lyder Guds befallningar och den Helige Andens maningar får vi större insikt om skälen för dem. Då ska Herren välsigna oss för vår trofasthet.

Låt en elev läsa följande förklaring högt. (Du kan ge varje elev en liten kopia så att de kan följa med när eleven läser och sedan stoppa in den i sina skrifter för framtida bruk.)

Åtminstone en del av Herrens "vis[a] avsikt" (1 Nephi 9:5; Mormons ord 1:7) med att Nephi förde två uppteckningar visade sig när Joseph Smith översatte Mormons bok. Joseph översatte ursprungligen Mormons sammandrag av Nephis större plåtar. Martin Harris som hade hjälpt Joseph ville visa översättningen för sin hustru och sin familj. Motvilligt lät profeten honom ta med sig de 116 manuskriptsidor som vid den här tidpunkten hade blivit översatta. De 116 sidorna blev stulna och till följd av detta blev Joseph Smith tillfälligt berövad plåtarna, urim och tummim och gåvan att översätta (se L&F 3:14).

Efter att Joseph Smith hade omvänt sig under en tid (se L&F 3:10) sade Herren åt honom att inte översätta den förlorade delen på nytt (se L&F 10:30). Han befallde honom att i stället översätta Nephis mindre plåtar (se L&F 10:41), som omspannar samma tidsperiod. Han talade om för Joseph att de som stulit de 116 sidorna hade ändrat dem och planerade att använda dem så att människor skulle misstro verket (se L&F 10:10–19). Herren hade

förutsett dessa händelser många hundra år tidigare och hade tillhandahållit den andra uppteckningen för att på så sätt omintetgöra Satans plan. (Se *History of the Church*, 1:20–23; L&F 10:38–46.)

Be eleverna läsa 1 Nephi 9:6 tyst för sig själva. Be dem finna den lärosats som Nephi undervisar om i den här versen. Be en elev skriva följande princip på tavlan: ***Gud vet allt och bereder en utväg att utföra alla sina verk.***

- Varför är det till stor hjälp att veta att "Herren vet allt från begynnelsen"? (1 Nephi 9:6; se också 2 Nephi 9:20; Mormons ord 1:7.)
- Hur kan den här lärosatsen påverka ert levnadssätt? (I samband med att eleverna besvarar frågan kan du berätta hur den här lärosatsen har gett dig större tro, hopp och tillit till Gud.)
- Hur kan den här lärosatsen hjälpa er när ni ställs inför prövningar? (Ett möjligt svar kan vara att vi kan finna tröst i tillförsikten att Gud ser utgången av våra prövningar och svårigheter även om vi inte själva gör det. Och genom den Helige Anden kan han ge oss kraft, tröst och vägledning så att vi övervinner eller uthärdar livets svårigheter.)

Ge uttryck åt din övertygelse att Gud vet allt och därmed vad som är bäst för vart och ett av sina barn. Hjälpe eleverna förstå att de livet igenom kommer att få befallningar och inspiration från Gud som de kanske till en början inte helt begriper, men om de lyder Herrens befallningar och den Helige Andens maningar så blir detta till välsignelse för dem och för andra.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 1 Nephi 6:4. "Abrahams Gud och Isaks Gud och Jakobs Gud"

President Ezra Taft Benson förklarade att när det talas i skrifterna om Abrahams, Isaks och Jakobs Gud så är det Jesus Kristus som åsyftas: "Vi måste komma ihåg vem Jesus var innan han föddes. Han var alltings Skapare, den store Jehova, Lammet som är slaktat från världens grundläggning, Abrahams, Isaks och Jakobs Gud. Han var och är Israels Helige" ("Five Marks of the Divinity of Jesus Christ", *Ensign*, dec. 2001, s. 10).

### 1 Nephi 9:6. Gud vet allt från begynnelsen

Vi kan lita på att Gud vet allt. "Om Gud inte hade kunskap om allt, kunde han inte frälsa någon av sina skapade varelser, men eftersom han vet allt, från begynnelsen till änden, kan han ge sina skapade varelser denna kunskap genom vilken de får del av evigt liv. Om människorna inte hade en inneboende tro på att Gud vet allt vore det omöjligt för dem att utöva tro på honom" (*Lectures on Faith* [1985], s. 51–52).



# Hemstudielektion

## 1 Nephi 1–6; 9 (Studieavsnitt 2)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 1 Nephi 1–6; 9 (Studieavsnitt 2) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (1 Nephi 1)

När eleverna läste om hur Lehi profeterade för folket och varnade dem och sade att de måste omvända sig, lärde de sig att profeter varnar för synd och undervisar om frälsning genom Jesus Kristus. Dessutom lärde de sig att Herren visar sin ömma barmhärtighet mot dem som utövar tro på honom.

#### Dag 2 (1 Nephi 2)

Lehi lydde Herrens befallning att lämna Jerusalem. Han utgjorde exempel på principen att när vi är trofasta och lydiga hjälper Herren oss i våra prövningar. Nephi visade att han ville lyda och lärde sig genom egna erfarenheter att när vi vänder oss till Gud kan han uppmjuka våra hjärtan så att vi tror på hans ord. Eleverna lärde sig att Gud välsignar dem som är lydiga och trofasta.

#### Dag 3 (1 Nephi 3–4)

När Lehi berättade att Herren hade befallt att Nephi och hans bröder skulle återvända till Jerusalem och hämta mässingsplåtarna, blev Nephis reaktion att vittna om att om vi gör det som Herren befäller, då bereder han en utväg för oss att utföra det. Nephi och hans bröder upptäckte att det var förenat med svårigheter att utföra Herrens befallning. Nephis beslutsamhet att återvända till Jerusalem hjälpte eleverna förstå att när vi utövar tro på Gud och söker göra det som han ber oss om, också när vi inte kan se slutresultatet, så leder han oss genom den Helige Anden.

#### Dag 4 (1 Nephi 5–6; 9)

När eleverna läste om hur Lehi utforskade mässingsplåtarna upptäckte de följande princip: När vi utforskar skrifterna kan vi bli fyllda av den Helige Anden och få uppenbarelser. När eleverna fick veta Nephis avsikt med att skriva sin uppteckning fick de också veta att avsikten med Mormons bok är att förmå alla människor att komma till Jesus Kristus.

### Inledning

Den här veckans lektion ger eleverna tillfälle att repetera och diskutera vad de lärde sig när de läste om Lehis familj och deras troshandlingar. När du håller lektionen betonar du att Nephi trofast lydde Herrens befallningar och att han ivrigt sökte få veta att "alla de ord som hade talats av [hans] far" (1 Nephi 2:16) var sanna. När eleverna följer Nephis exempel och lyder får de ett eget vittnesbörd om evangeliet.

När du undervisar följ då det råd som äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum gav:

"Vi [måste] ge ny livskraft åt och på nytt sätta förstklassig undervisning i kyrkan i högsätet – hemma, från talarstolen, under våra administrativa möten och helt visst i klassrummet. Inspirerad undervisning får aldrig bli en förlorad förmåga i kyrkan, och vi måste se till att vår strävan efter den inte blir en förlorad tradition ...

Må vi stärka undervisningen i hemmet och i kyrkan och förbättra alla våra ansträngningar att uppbygga och undervisa" (se "Det är från Gud du har kommit som lärare", *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 24, 26).

### Lektionsförslag

#### 1 Nephi 1

##### *Herren visar sin ömma barmhärtighet mot de trofasta*

Skriv följande princip på tavlan: **Herren visar sin ömma barmhärtighet mot dem som utövar tro på honom.** Be eleverna ögna igenom 1 Nephi 1 och hitta versen som innehåller den här sanningen (vers 20).

Ställ följande fråga för att hjälpa eleverna komma ihåg och sammanfatta vad de lärde sig när de studerade 1 Nephi 1–6; 9 under veckan:

- Hur visade Herren sin ömma barmhärtighet mot Lehi och hans familj enligt vad ni lärde er i de kapitel ni studerade under veckan?
- Vilka exempel på lydnad och tro finner ni hos Lehi och hans familj?
- Hur har Herren visat sin ömma barmhärtighet mot er eller mot någon ni känner?

Berätta gärna om ett tillfälle då Herren visade sin ömma barmhärtighet mot dig och din familj när ni handlade i tro, eller berätta om en upplevelse du hittat i kyrkans publikationer. Uppmuntra eleverna att när de studerar Mormons bok under året att då vara uppmärksamma på exempel i boken på att Herren visar sin ömma barmhärtighet mot de trofasta.

## 1 Nephi 2

### *Herren kan uppmjuka våra hjärtan så att vi tror på hans ord*

Påminn eleverna om att efter att Lehi hade fått befallning att lämna Jerusalem med sin familj, ansträngde sig hans son Nephi att själv få veta att faderns uppenbarelser var sanna. Be en elev läsa 1 Nephi 2:16, 19 högt.

Fråga eleverna: Nephi knotade inte, men vad står det i 1 Nephi 2:16 som tyder på att det kan ha varit svårt för honom att lämna Jerusalem? (Nephi skrev att han bad om att kunna förstå och att Herren uppmjukade hans hjärta. Det här tyder på att det inte var lätt för honom att lämna Jerusalem, så Herren hjälpte honom att acceptera att de skulle göra det.)

Fråga: Vad ser ni för tecken på att även om Lehi och hans familj lydde Herren så var livet inte lätt för dem? (Se 1 Nephi 2:4, 11.)

Be eleverna delge sina tankar om Nephis önskningar och vad han gjorde som fick honom att acceptera befallningarna som Herren hade gett dem genom hans far.

Be några elever berätta vad de skrev i sina skriftdagböcker i samband med dag 2, uppgift 4. Berätta ett exempel på ett tillfälle när du i likhet med Nephi vände dig till din himmelske Fader och upplevde att ditt hjärta uppmjukades genom Anden eller om ett tillfälle när du fick ett vittnesbörd om någonting som Herren sade.

Bär ditt eget vittnesbörd om att **när vi vänder oss till Gud kan han uppmjuka våra hjärtan så att vi tror på hans ord.**

Be eleverna fundera över vad de kan göra för att stärka sina vittnesbörd och få en personlig försäkran liksom Nephi. Ge dem tillfälle att delge sina tankar om de så önskar. Uppmuntra dem att handla efter sina tankar och ingivelser.

## 1 Nephi 3–4

### *Herren bereder en utväg när vi trofast lyder hans befallningar*

Ge varje elev i uppgift att arbeta tillsammans med en partner. Skriv följande skriftställehänvisningar på tavlan: *1 Nephi 3:6–7* och *1 Nephi 4:6–13*. Be eleverna läsa skriftställena och diskutera följande frågor med partnern:

- Varför är Nephis ord "ändå gick jag framåt" så viktiga? (1 Nephi 4:7.)

- Hur gjorde Nephis tro det möjligt för honom att få tag i mässingsplåtarna?

Efter att eleverna har diskuterat frågorna med partnern talar du om att Herren kan komma att be oss göra något utan att genast uppenbara varför, när och hur vi ska göra det. Detta var fallet med Nephi och hans bröder. Nephi lärde sig hur, när och varför Herren skulle hjälpa honom först *efter* att han gett den Helige Anden tillfälle att vägleda honom och *efter* att han beslutat att fortsätta i tro. Vittna om att **när vi utövar tro på Gud och söker göra det som han ber oss om, också när vi inte kan se slutresultatet, så leder han oss genom den Helige Andens påverkan.**

Om tiden medger kan du gärna fråga eleverna om de har några frågor eller vill berätta om insikter de fick när de studerade 1 Nephi 5–6; 9 (dag 4). Du kan till exempel be dem berätta hur de utförde uppgift 4: att skriva om ett tillfälle när de utforskade skrifterna och kände Herrens ande.

Avsluta med att be en elev högt läsa (innan- eller utantill) nyckel-skriftstället 1 Nephi 3:7. Ställ därefter följande frågor:

- Vilken princip lärs ut i 1 Nephi 3:7 i fråga om att lyda Herrens befallningar? (Eleverna bör kunna ge uttryck åt principen att **om vi strävar efter att göra det som Herren befäller, då bereder han en utväg för oss att utföra det.**)
- Vad blev följden av att Lehi och Nephi lydde Herrens befallningar, enligt det ni läste i 1 Nephi 1–6 och 9?
- När har Herren berett en utväg i ert liv för att hjälpa er att lyda en befallning?

Be eleverna tänka på ett område i sitt liv där de kan behöva jobba på att visa att de vill lyda Gud. Avsluta gärna lektionen med att vittna om de välsignelser som du själv har fått i ditt liv genom att sträva efter att lyda Herrens befallningar.

## Nästa studieavsnitt (1 Nephi 7–14)

I nästa studieavsnitt studerar eleverna Lehis och Nephis syner. Lehis och Nephis syner av livets träd kan tillämpas på vårt liv i dag. Nephis berättelse om sin syn innehåller beskrivningar av Jesu Kristi födelse, verksamhet och försoning, Amerikas upptäckt och kolonisering av icke-judarna och förlusten av viktiga sanningar i Bibeln och deras återställelse genom Mormons bok. Nephis berättelse om sin syn avslutas med en beskrivning av evangeliets återställelse.

# 1 Nephi 7

## Inledning

1 Nephi 7 innehåller exempel på Nephis hängivenhet mot Gud. Nephi lydde när Herren befallde honom och hans bröder att återvända för att be Ismael och hans familj att förena sig med dem i vildmarken så att de

kunde gifta sig och skaffa barn. Han förblev trofast och försökte också hjälpa Laman och Lemuel att vara trofasta, till och med när de gjorde uppror och försökte döda honom.

### Använda tillkännagivandet om familjen

Syster Julie B. Beck, en generalpresident för Hjälpföreningen, uppmuntrade seminarie- och institutlärare att undervisa om vikten av familjer och att använda tillkännagivandet om familjen på lektioner: "Kyrkan lägger största vikt vid att undervisa om ... familjprinciperna, de principer som lär [elever] att bilda familj, att undervisa den familjen och att förbereda den familjen för förrättningar och förbund ... När ni undervisar dem kan ni anknyta till nyckelbegrepp och nyckelformuleringar i tillkännagivandet om familjen. Tillkännagivandet är ingen fristående lektion" ("Teaching the Doctrine of the Family" [KUV-utsändning, 4 aug. 2009], s. 5, si.lds.org).

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 7:1–5

*Herren befäller Nephi och hans bröder att återvända till Jerusalem och hämta Ismael och hans familj*

Visa en bild av ett gift par och deras barn. (Du kan använda ett fotografi av din egen familj.)

Be en elev läsa 1 Nephi 7:1–2 högt.

- Vad befallde Herren att Lehis söner skulle göra? Vilken sanning lär vi oss av den här befallningen? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **Herren befäller oss att gifta oss och skaffa och uppfostra barn åt honom.**)

Påminn eleverna om att det tog många dagar och var förenat med stora svårigheter för Nephi och hans bröder att färdas till Jerusalem.

- Varför är äktenskap och familj så viktigt att Nephi och hans bröder återvände till Jerusalem för att träffa Ismael och hans familj?

Innan du fortsätter kan du ge varje elev ett exemplar av "Familjen: Ett tillkännagivande för världen" eller be dem använda kopian av det i sina skriftdagböcker.

Be en elev högt läsa följande från "Familjen: Ett tillkännagivande för världen". Be eleverna lyssna uppmärksamt och urskilja vad profeter i vår tid har sagt om äktenskaps betydelse.

"Vi, första presidentskapet och de tolv apostlarnas råd i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, förkunnar högtidligen 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" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129).

Be några elever berätta vad de lär sig av det här uttalandet. Förvissa dig om att de förstår att familjen har en central roll i Skaparens plan för vår eviga välfärd. Betona att det här var skälet till att Herren befallde Nephi och hans bröder att be Ismaels familj att följa med dem. Förklara också att en av de viktigaste grunderna för äktenskap är att sätta barn till världen.

- Vad tror ni menas med att "uppressa avkomlingar åt Herren"? (1 Nephi 7:1.)

Efter att eleverna svarat på frågan uppmuntrar du dem att lyssna efter ytterligare kunskap när du läser följande uttalande ur tillkännagivandet om familjen. Om de har egna exemplar av tillkännagivandet kan du föreslå att de markerar ord och uttryck som känns viktiga för dem.

"Vi förkunnar att Guds bud till sina barn att föröka sig och uppfylla jorden fortfarande gäller ...

Föräldrar har ett heligt ansvar att uppfostra sina barn i kärlek och rättfärdighet, att sörja för deras fysiska och andliga behov, att lära dem älska och tjäna varandra, att hålla Guds bud och vara laglydiga medborgare var än de bor. Män och hustrur – mödrar och fäder – kommer att stå till svars inför Gud för hur de uppfyller dessa plikter" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", s. 129).

Be en elev läsa 1 Nephi 7:3–5 högt.

- På vilket sätt är skildringen i 1 Nephi 7:3–5 ett exempel på sanningen i 1 Nephi 3:7? (Hjälp eleverna inse att Herren beredde en utväg för Nephi och hans bröder att utföra befallningen att gifta sig och skaffa barn.)
- Hur kan ungdomar förbereda sig nu att ingå äktenskap och uppfostra barn i evangeliet?

### 1 Nephi 7:6–15

#### *När Laman och Lemuel gör uppror mot honom vittnar Nephi om Herrens förmåga att föra dem till löftets land*

Be en elev läsa 1 Nephi 7:6–7 högt.

- Varför gjorde Laman, Lemuel och några av Ismaels barn uppror på färden i vildmarken?

Uppmuntra eleverna att fundera på vad de skulle kunna säga till Laman och Lemuel och Ismaels upproriska söner och döttrar för att övertala dem att fortsätta färden till det utlovade landet. Be sedan eleverna läsa 1 Nephi 7:8–12 tyst för sig själva och hitta frågorna som Nephi ställde till Laman och Lemuel.

- Vilka sanningar gav Nephi uttryck åt när han ställde dessa frågor? (Han påminde sina bröder om de välsignelser som de redan hade fått av Herren och om Herrens förmåga att fortsätta att välsigna dem i enlighet med deras tro.)
- Varför är det viktigt att vi kommer ihåg de här sanningarna?

Be eleverna läsa 1 Nephi 7:13–15 och urskilja vad som hade hänt om Laman och Lemuel och Ismaels upproriska söner och döttrar hade återvänt till Jerusalem.

### 1 Nephi 7:16–22

#### *Nephi befrias av Herren*

Berätta för eleverna att Laman och Lemuel blev arga på Nephi när han påminde dem om den förstörelse som Jerusalems invånare skulle drabbas av.

Be en elev läsa 1 Nephi 7:16 högt. Be eleverna föreställa sig att de är i Nephis situation.

- Hur skulle ni känna er om ni var i Nephis situation? Vad skulle ni göra?

Framhåll att Nephis reaktion i den här situationen var att be om hjälp. Be en elev läsa Nephis bön i 1 Nephi 7:17–18 högt.

- Vad bad Nephi om? Vad tycker ni är påfallande i hans bön?

När eleverna besvarar frågorna, förvissa dig då om att de förstår att Nephi bad om att bli befriad "enligt [sin] tro". Påpeka att när han bad om att bli befriad ur sina bröders våld, bad han också om att Gud skulle ge honom styrka så att han kunde lösa problemet. Förklara att detta att be i tro innebär att vi ber med tillit till Herren och att vi är villiga att handla. Be en elev läsa följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:



"Nephi är ett exempel på någon som kände till och förstod och litade på Frälsarens förmåga att ge oss handlingskraft ... Lägga märke till Nephis bön i vers 17: 'O Herre, vill du enligt min tro på dig befria mig ur mina bröders händer. Ja, ge mig styrka så att jag kan bryta dessa band som jag är bunden med' (betoning tillagd) ...

Jag tycker det är särskilt intressant att Nephi inte bad om ... att hans situation skulle förändras. Han bad snarare om styrka att kunna förändra sin situation. Får jag framkasta tanken att han bad på det här sättet just därför att han visste och förstod och hade upplevt den handlingskraft som Frälsarens försoning ger" ("In the Strength of the Lord" [tal vid Brigham Young-universitetet, 23 okt. 2001], s. 4, speeches.byu.edu).

Bär ditt vittnesbörd om att **Gud besvarar böner i enlighet med vår tro**. Framhåll att i den här situationen besvarade Gud Nephis bön nästan omedelbart. Men böner blir inte alltid besvarade på det sättet. Vår himmelske Fader besvarar böner i sin egen tid, på sitt eget sätt och enligt sin egen vilja. Ge eleverna tillfälle att vittna om bönens makt genom att ställa följande fråga:

- När har ni bett i tro och fått styrka eller hjälp av Herren antingen omedelbart eller efter en tid? (Du kan berätta om en upplevelse som du själv har haft av den här principen.)

Berätta för eleverna att efter att Nephi hade befriats från banden försökte hans bröder angripa honom igen. Be en elev läsa 1 Nephi 7:19–20 högt.

- Vem övertygade Laman och Lemuel om att de skulle sluta att försöka döda Nephi?

Framhåll att ofta är det genom andras trofasta handlande som våra böner blir besvarade och våra behov tillgodosedda. När dina elever studerar resten av verserna i 1 Nephi 7 ber du dem att vara uppmärksamma på hur Nephi reagerade trots allt ont som bröderna hade gjort mot honom. Låt dem fundera över följande fråga men utan att besvara den högt:

- Hur har du reagerat när andra har försökt skada dig?

Be en elev läsa 1 Nephi 7:21 högt. Föreslå gärna att eleverna markerar det som Nephi sade om förlåtelse.

- Vad menas med att uppriktigt förlåta? (Om eleverna är osäkra på svaret förklarar du att ordet *uppriktigt* innebär "av hjärtat".)
- Vad uppmanade Nephi sina bröder att de skulle göra? Varför var det här rådet så viktigt?

Vittna om följande: **att söka få förlåtelse och förlåta andra skapar enighet och skänker frid.** Be eleverna tänka på situationer i sina familjer som krävde förlåtelse.

- Varför är förlåtelse särskilt viktigt i våra familjer?
- Tänk på ett tillfälle när ni förlät någon i familjen eller när någon i familjen förlät er. Hur påverkade det här era relationer och andan i era hem?

Avsluta med att påminna eleverna om att Herren befallde Nephi och hans bröder att gifta sig och bilda familj och att Herren också fordrar det här i dag. Vittna även om att Herren besvarar våra böner och ger oss styrka att övervinna våra svårigheter i enlighet med vår tro på honom. Be dem fundera över hur de skulle kunna använda en av principerna i dagens lektion för att hjälpa sina familjer.

### Repetition av nyckelskriftställen

*Obs:* "Repetition av nyckelskriftställen" är en återkommande rubrik i den här handledningen. Dessa avsnitt innehåller olika metoder du kan använda för att hjälpa eleverna repetera nyckelskriftställen regelbundet.

Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra följande aktivitet i samband med repetition av nyckelskriftställen. Ni kan göra aktiviteten i början av lektionen, som ett avbrott i lektionen mellan två huvudavsnitt eller i slutet av lektionen. Aktiviteten bör vara kort så att ni hinner med hela lektionen. Se tillägget för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

När elever lätt finner nyckelskriftställen och förstår deras innebörd, innehåll och tillämpning får de större självförtroende i sitt studium av skrifterna, större tilltro till sin förmåga att tillämpa och undervisa om evangeliets principer. Fundera över följande uttalande av president Howard W. Hunter: "Det är vår förhoppning att inga av era elever ska lämna klassrummet ängsliga eller generade eller skamsna över att inte kunna finna den hjälp de behöver därför att de inte är tillräckligt väl bevandrade i skrifterna för att finna de rätta ställena" ("Eternal Investments" [tal till KUV-lärare, 10 feb. 1989], s. 2, si.lds.org).

För att hjälpa eleverna lära sig att lätt hitta nyckelskriftställen ber du dem att titta på bokmärket med nyckelskriftställen, hitta de fem första nyckelskriftställena i sina skrifter och läsa dem. Uppmuntra gärna eleverna att markera nyckelskriftställen på ett särskilt sätt så att de lätt hittar dem.

## LEKTION 12

# 1 Nephi 8

### Inledning

I 1 Nephi 8 skildrar Lehi sin syn av livets träd. I synen äter Lehi av trädets frukt som betecknar Guds kärlek och välsignelserna vi kan få genom Jesu Kristi försoning. Lehi blir visad olika grupper av människor. Några går vilse och når inte fram till trädet. Andra skäms

efter att ha smakat på trädets frukt och kommer in på förbjudna stigar och går förlorade. Andra håller fast vid ledstången av järn, äter av frukten och förblir trofasta. En annan grupp väljer att inte ens söka efter vägen som leder till livets träd.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 8:1–18

*Lehi ser en syn i vilken han äter av frukten från livets träd och uppmanar sin familj att också göra det*

Be eleverna tänka på tillfällena när de har känt att vår himmelske Fader älskar dem. Be dem fundera över hur de val de gör i livet påverkar deras närhet till Gud och deras förmåga att känna hans kärlek. När de har haft tid att tänka efter bär du ditt vittnesbörd om att vår himmelske Fader älskar var och en av dem. När klassen studerar 1 Nephi 8 uppmuntrar du eleverna att vara uppmärksamma på vad de kan göra och vad de inte bör göra om de vill komma Gud närmare och känna hans kärlek i rikare mått i sitt liv.

Be en elev läsa 1 Nephi 8:2 högt. Be eleverna vara uppmärksamma på vad Lehi upplevde kort efter att sönerna återvände från Jerusalem med mässingsplåtarna. Låt några elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 8:5–12.

- Vilka saker står i centrum i Lehis syn? (Livets träd och dess frukt.)
- Vilka ord och uttryck använde Lehi för att beskriva frukten? (Se 1 Nephi 8:10–11. Du kan också låta eleverna läsa 1 Nephi 11:8–9 för att se hur Nephi beskrev trädet.)

Förklara att Herren ofta använder välbekanta saker som symboler för att hjälpa oss att förstå eviga sanningar. För att hjälpa eleverna förstå vad trädet och frukten i Lehis dröm symboliserar ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum. Be eleverna att lyssna uppmärksamt och fastställa vad trädet och frukten symboliserar.



”Livets träd ... är Guds kärlek (se 1 Nephi 11:25). Guds kärlek till sina barn framstår klarast genom att han gav Jesus som vår Återlösare: ’Ty så älskade Gud världen att han utgav sin enfödde Son’ (Joh. 3:16) ... Att få del av Guds kärlek är att ta del av Jesu försoning och den befrielse och glädje den kan ge” (se ”Lärdomar av Laman och Lemuel”, *Nordstjärnan*, jan. 2000, s 7).

- Enligt äldste Maxwell symboliserar livets träd Guds kärlek till oss – men genom vilken gåva? (Hjälp eleverna förstå att Jesu Kristi försoning är det främsta uttrycket för Guds kärlek till sina barn. När människorna i Lehis syn åt av frukten från livets träd innebar det att de fick del av försoningens välsignelser.)
- Hur befriar oss Jesu Kristi försoning från fångenskap och ger oss glädje?

För att hjälpa eleverna upptäcka en av de principer som belyses i 1 Nephi 8:10–12 ber du dem att finna de ord i 1 Nephi 8:11 som beskriver vad Lehi gjorde (”jag gick fram och åt av dess frukt”). Låt dem därefter finna följden av hans handlande i 1 Nephi 8:12 (”fyllde ... min själ med mycket stor glädje”). Framhåll gärna för eleverna att Lehi i 1 Nephi 8:10 säger om frukten att ”den gjorde människan lycklig”. (Du kan föreslå att eleverna markerar de här uttrycken i sina skrifter.)

- Vad hade Nephi för känslor efter att ha ätit av frukten?
- Hur kan vi få ”äta av” försoningens frukt? (Genom omvändelse.)
- Varför fylls våra själar med ”mycket stor glädje” när vi får del av försoningen?



### Att markera och göra anteckningar i skrifterna

Eleverna kan ha nytta av att skriva tvärhänvisningar, tydningar av symboler och annan information i marginalen i sina skrifter. De kan också ha nytta av att framhäva tvärhänvisningar i fotnoterna. Sådana anteckningar och markeringar kan hjälpa dem att förstå skrifterna och att i framtiden undervisa ur dem. De här anteckningarna och markeringarna kan visa sig vara mer åtkomliga och varaktiga än information som skrivits i en dagbok eller på ett löst blad. Men du bör alltid respektera elevernas handlingsfrihet och aldrig kräva att de skriver i sina skrifter. Kom med förslag och låt dem sedan själva välja vad som är lämpligast.

Bär ditt vittnesbörd om följande: **att komma till Jesus Kristus och få del av försoningen ger lycka och glädje.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.)

- När har Frälsarens försoning gett er lycka och glädje i livet? (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är personliga.)

### 1 Nephi 8:19–35

*I sin syn ser Lehi olika människogrupper som lyckas eller misslyckas med att nå fram till livets träd*

Visa bilden Lehis dröm (62620 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 69) och visa på symbolerna som klassen redan har diskuterat. Förklara att Herren också använde andra symboler i den här synen för att lära Lehi hur han skulle komma till Kristus och få del av hans försoning. Fråga eleverna vilka andra symboler de ser på bilden. (I svaren kan ingå: floden, ledstången av järn, mörkrets dimma och den stora och rymliga byggnaden.)

Påminn eleverna om att Herren lät Nephi få se samma syn. Nephi skrev senare ner vad de olika symbolerna och sinnebilderna i synen betydde (se 1 Nephi 11, 12 och 15).

Gör följande uppställning antingen på ett utdelningsblad eller skriv eller sätt upp den på tavlan före lektionen. (Den högra kolumnen ska vara tom med undantag av skriftställe-hänvisningarna.) Be eleverna att med hjälp av tvärhänvisningarna finna uttydningen av varje symbol i Lehis syn. Gå igenom den första symbolens tillsammans: trädet med den vita frukten. Låt eleverna få några minuter på sig att var och en ta reda på vad de återstående symbolerna betyder. (Du kan föreslå att de skriver sina svar i skrifterna bredvid motsvarande verser i 1 Nephi 8.)

Symbol i Lehi syn	Nephis uttydning
1 Nephi 8:10–12 – trädet med den vita frukten	1 Nephi 11:21–25 (Guds kärlek, Jesu Kristi försonings välsignelser)
1 Nephi 8:13 – floden med orent vatten	1 Nephi 12:16; 15:26–29 (orenhet, helvetets djup)
1 Nephi 8:19 – ledstången av järn	1 Nephi 11:25 (Guds ord)
1 Nephi 8:23 – mörkrets dimma	1 Nephi 12:17 (djävulens frestelser)
1 Nephi 8:26 – den stora och rymliga byggnaden	1 Nephi 11:35–36; 12:18 (världens högmod och fåfängliga inbillningar)

Be eleverna berätta om uttydningarna de funnit. För att hjälpa dem förstå att 1 Nephi 8 också kan tillämpas på deras liv ber du en elev läsa följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum. Be klassen lyssna efter varför det är så viktigt för dem att studera Lehis syn.

”Du kanske tror att Lehis dröm eller syn inte har någon särskild betydelse för dig, men det har den. Du finns med i den. Vi finns alla med i den ...

Lehis dröm eller syn ... inbegriper allt som en ung sista dagars helig behöver för att förstå livets prövning” (”Hitta dig själv i Lehis dröm”, *Liahona*, aug. 2010, s. 28).

När eleverna studerar resten av synen uppmuntrar du dem att vara uppmärksamma på personer i synen som skulle kunna symbolisera dem själva. Försäkra dem att oavsett var de menar att de befinner sig i synen så har de alla förmågan att välja att bli berättigade till försoningens välsignelser.

Dela upp eleverna i två grupper. Förklara att varje grupp ska leta efter olika saker när klassen läser 1 Nephi 8:21–33 tillsammans.

Be grupp 1 att söka svar på följande frågor. (Skriv dessa frågor före lektionen, antingen på tavlan eller på ett utdelningsblad.)

- Vilka hinder ställdes människorna i Lehis syn inför?
- Vad symboliserar de här hindren?
- Vilka uttryck tar sig de här hindren i dag?

- Vilka principer finner ni i de här verserna?

Be grupp 2 att söka svar på följande frågor. (Skriv dessa frågor före lektionen, antingen på tavlan eller på ett utdelningsblad.)

- Vad hjälpte människor att nå fram till trädet och äta av frukten?
- På vilka sätt är en ledstång av järn som Guds ord?
- Hur hjälper Guds ord oss att övervinna hinder på vägen till evigt liv?
- Vilka principer finner ni i de här verserna?

Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 8:21–33. Be därefter eleverna i grupp 1 att berätta om sina svar på frågorna de fick. Be dem också berätta om principer de finner i de här verserna. Förvissa dig om att eleverna förstår att **höghet, världslighet och att vi ger efter för frestelser kan hindra oss från att få försoningens välsignelser**. Be eleverna begrunda hur dessa hinder kanske hämmar deras andliga utveckling.

Be eleverna i grupp 2 att berätta om sina svar på frågorna de fick. Efter att ni diskuterat vad de kom fram till ber du dem berätta om principer de finner i 1 Nephi 8:21–33. Tänkbara principer skulle kunna vara:

**Om vi håller fast vid Guds ord så hjälper det oss att övervinna frestelser och världslig påverkan.**

**Att hålla fast vid Guds ord hjälper oss att komma Herren närmare och få försoningens välsignelser.**

- Vilka ord i 1 Nephi 8:24 och 30 beskriver människors försök att hålla fast vid ledstången av järn och nå fram till trädet?
- Vad tror ni menas med att "tränga sig fram"?
- Vad tror ni menas med att klamra sig fast och ständigt hålla fast vid Guds ord?
- Varför bör vi studera skrifterna varje dag?

Framhåll gärna efter att ni diskuterat dessa frågor att några i synen, som till exempel Laman och Lemuel, inte ville äta av frukten (se 1 Nephi 8:22–23, 35–38). Det här symboliserade att de vägrade att omvända sig och därmed få del av Jesu Kristi försonings välsignelser. Några avföll till och med efter att ha ätit av frukten (se 1 Nephi 8:25, 28). Det här påminner oss om att vi måste vara flitiga och trofasta efter att vi börjat få försoningens välsignelser och omvända oss från våra synder och sträva efter att hålla våra förbund. Uppmuntra eleverna att följa deras exempel som åt av frukten och blev kvar vid trädet (se 1 Nephi 8:33).

För att hjälpa eleverna inse hur principerna i Lehis syn varit till välsignelse för dem ber du dem besvara en av följande frågor i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

- När har Guds ord väglett dig och hjälpt dig att övervinna frestelser, höghet eller världslighet?
- När har du upplevt Guds kärlek till dig då du läst eller lyssnat på hans ord?

Be några elever berätta vad de skrivit.

Uppmuntra eleverna att handla efter det de lärt sig eller känt när de studerat 1 Nephi 8 genom att sätta som realistiskt mål att börja eller fortsätta att göra dagliga personliga skriftstudier till en vana. Berätta för eleverna om välsignelser som du fått i ditt liv genom regelbundna skriftstudier.

### **Uppmuntra till dagliga skriftstudier**

Få saker blir till större och mer bestående välsignelse än om du hjälper eleverna att göra det till en vana att studera skrifterna dagligen. Uppmuntra eleverna att avsätta tid varje dag för skriftstudier. Ge också eleverna regelbundet tillfälle på lektionen att berätta vad de lär sig och känner när de studerar skrifterna på egen hand.



# 1 Nephi 10–11

### Inledning

Efter att ha hört Lehi berätta om sin syn ville Nephi själv se, höra och veta det hans far hade sett och hört (se 1 Nephi 10:17). Medan han satt och begrundade sin fars ord fördes Nephi bort "av Herrens Ande" (1 Nephi 11:1) och fick se en egen syn. Den här synen beskrivs i

1 Nephi 11–14. I 1 Nephi 11 läser vi om livets träd, ledstången av järn och den stora och rymliga byggnaden och om Frälsarens födelse, dop, tjänande verksamhet och korsfästelse. När Nephi bevittnade allt det här insåg han att Gud älskar sina barn.

### Att berätta anonymt

Be gärna eleverna att skriva och berätta anonymt vad de upplever under sina dagliga personliga skriftstudier. Samla in det och läs några exempel för klassen. Att höra studiekamraters vittnesbörd kan uppmuntra andra elever i deras personliga studium. Några elever tvekar att bära vittnesbörd och berätta offentligt om andliga upplevelser därför att de inte vill verka skrytsamma eller därför att de är rädda för att andra ska döma dem eller ringakta deras upplevelser. Om eleverna ges tillfälle att berätta anonymt om sina andliga upplevelser kan de göra det utan den här rädslan.

### Lektionsförslag

#### 1 Nephi 10:1–16

##### *Lehi profeterar om Messias*

Sammanfatta 1 Nephi 10:1–16 kort genom att berätta för eleverna att efter att ha skildrat sin syn av livets träd kommer Lehi också med en rad profetior. Han gav detaljer om när Jesus Kristus skulle komma till jorden (se 1 Nephi 10:4), om hans dop genom Johannes Döparen (se 1 Nephi 10:7–10), om hans korsfästelse och uppståndelse (se 1 Nephi 10:11) och om Israels förestående skingring och insamling (se 1 Nephi 10:12–14).

Be en elev läsa 1 Nephi 10:4–6 högt. (Du kan förklara att *Messias* är "en form av ett arameiskt och hebreiskt ord som betyder 'den smorde'. I Nya testamentet kallas Jesus för Kristus, vilket är den grekiska motsvarigheten till *Messias*. Det betyder den smorde Profeten, Prästen, Konungen och Befriaren vars ankomst judarna ivrigt väntade på" [Handledning för skriftstudier, "Messias", scriptures.lds.org].)

- När skulle Frälsaren komma enligt Lehis profetia? (Se 1 Nephi 10:4.)
- Vad skulle hända med människosläktet om de inte förlitade sig på Frälsaren? (Se 1 Nephi 10:6.)

#### 1 Nephi 10:17–22; 11:1–6

##### *Nephi önskar få se, höra och veta de sanningar som hans far undervisade om*

Be eleverna fundera över följande exempel: Tre unga män närvarar vid samma möte i kyrkan. Efter att ha kommit hem tycker den förste att det var ett tråkigt möte och bortkastad tid. Den andre tycker att det var ett trevligt möte men är i övrigt opåverkad av det. Den tredje går hem och har blivit uppbyggd av den Helige Anden och får inspiration och vägledning till och med utöver det som sades på mötet.

- Hur är det möjligt att de tre unga männen som var på samma möte upplevde det på så olika sätt?

Förklara för eleverna att det här exemplet kan jämföras med vad Laman, Lemuel och Nephi upplevde när de hörde sin fars profetior och hans skildring av sin syn. Laman och Lemuel förstod inte sin fars ord och tvistade om vad de hade hört (se 1 Nephi 15:2). Nephi å andra sidan vände sig till Herren för att förstå. Han är ett utmärkt exempel på hur man söker och får uppenbarelse.

Tala om för eleverna att när de studerar Nephis upplevelser ska de finna principer som hjälper dem att söka och få uppenbarelse själva. Uppmuntra dem att vara uppmärksamma på sådant som Nephi gjorde som i sin tur gjorde det möjligt för honom att få en uppenbarelse lik den som Lehi fick.

Dela upp klassen i tre grupper. Ge varje grupp en av kategorierna i följande uppställning med dithörande frågor. (Du kan skriva eller sätta upp uppställningen på tavlan före lektionen.) Be eleverna läsa 1 Nephi 10:17 och 11:1–6 tyst för sig själva och ta fram svar på frågorna som gruppen fått.

Önskan	Vad önskade Nephi att få se, höra och veta? Hur påverkas vår förmåga att ta emot uppenbarelse av vår önskan? Vad önskar jag få veta av Herren?
Tro	Vad var det Nephi trodde när han sökte uppenbarelse hos Herren? Hur skulle en sådan tro kunna påverka vår förmåga att ta emot uppenbarelse? Hur kan jag få ett starkare vittnesbörd om Jesus Kristus och större tro på honom?
Begrundan	Vad hände när Nephi satt och begrundade? Varför kan begrundan leda till uppenbarelse? Hur kan jag bli flitigare på att begrunda profeternas ord?

Be några elever från varje grupp att berätta om sina svar på de två första frågorna de fick. (Du kan också be elever att svara på den tredje frågan, men försäkra dem att de inte behöver berätta om svar som är för personliga.)

Be en elev läsa 1 Nephi 10:19 högt.

- Vem kan veta Guds hemligheter?
- Genom vilken kraft uppenbaras Guds hemligheter?
- Vad måste vi göra för att få uppenbarelse genom den Helige Andens kraft?
- Vad tror ni det innebär att söka flitigt?
- Vad gjorde Nephi som visade att han sökte flitigt att få se, höra och veta det som hans far hade berättat om?

Skriv följande på tavlan:

*Gud uppenbarar sanning till ...*

Be eleverna sammanfatta vad de har lärt sig av Nephis upplevelser genom att avsluta påståendet på tavlan. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt så bör svaren i korthet gå ut på att **Gud uppenbarar sanning till alla som flitigt söker honom.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.)

Uppmuntra eleverna att tänka på ett tillfälle när de flitigt sökte Gud och detta ledde till att de kände hans Ande och fick uppenbarelse. (Det kan vara bra att nämna att uppenbarelse kan bestå i att man får vägledning när man fattar ett beslut, att man får större insikt, att man blir tröstad eller försäkrad om att någonting är sant.) Be elever berätta om sina upplevelser för klassen. Du kan också själv vittna om vad du har upplevt när du sökt Herren flitigt.

## 1 Nephi 11:7–36

### *Nephi vittnar om Guds nedlåtelse*

Berätta för eleverna att Nephi fortsatte att begrunda och söka gudomlig vägledning under sin syn. När Nephi bad om att få veta uttydningen av trädet som han och hans far hade sett, visade sig en ängel för honom. Ängeln frågade: "Förstår du vad trädet betyder som din far såg?" (1 Nephi 11:21.) Gå igenom betydelsen av trädet genom att låta några elever läsa högt ur 1 Nephi 11:18–23.

- Vad sade Nephi att trädet betydde? (Efter att eleverna svarat kan du framhålla att Nephi såg Maria med Jesusbarnet i famnen och att ängeln sade att barnet var "den evige Faderns Son". Ängeln frågade därefter Nephi vad trädet betydde, för att hjälpa honom förstå att det symboliserade Jesus Kristus. När Nephi svarade att det symboliserade "Guds kärlek" så syftade han på den Guds kärlek som tog sig uttryck i att Gud gav sin Son som gåva. Vi upplever Guds kärlek genom att få del av Jesu Kristi försonings välsignelser.)
- Hur beskrev Nephi och ängeln Guds kärlek?

Be en elev läsa 1 Nephi 11:16. (Förklara att med ordet *nedlåtelse* menas här att frivilligt stiga ner från en hög ställning eller rang. Föreslå gärna att eleverna skriver den här förklaringen i sina skrifter bredvid 1 Nephi 11:16.)

Hjälp eleverna finna Nephis svar på ängelns fråga genom att läsa 1 Nephi 11:17 högt.

- Vad visste Nephi?



- Vad visste han inte?

Efter att Nephi svarat visade ängeln honom flera exempel på Guds nedlåtelse för att hjälpa honom fördjupa sin insikt om Guds kärlek. Berätta för eleverna att "Guds nedlåtelse" syftar på både Gud Fadern och Jesus Kristus.

Läs följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum som förklarade Gud Faderns nedlåtelse:

"Guds nedlåtelse består i det faktum att han, en upphöjd Varelse, stiger ner från sin eviga tron för att bli Fader till en jordisk Son" (*The Mortal Messiah* [1979], 1:314).

För att hjälpa eleverna förstå att "Guds nedlåtelse" också syftar på Jesus Kristus visar du bilden Jesu födelse (62116 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 30). Be en elev läsa 1 Nephi 11:13–21 högt. Be en annan elev vara uppmärksam på och efter läsningen tala om vad de här verserna har att göra med bilden. Låt en elev läsa följande uttalande av äldste Gerald N. Lund, tidigare medlem av de sjuttios kvorum. Be eleverna vara uppmärksamma på hur Frälsaren visade sin kärlek till oss.

"Här är Jesus – medlem av Gudomen, Faderns Förstfödde, Skaparen, Gamla testamentets Jehova – som nu lämnar sin gudomliga och heliga ställning, som avstår från all denna härlighet och majestät och går in i ett litet spädbarns kropp, hjälplös, helt och hållet beroende av sin mor och jordiske far. Det är förvånansvärt att han inte skulle komma till det ståtligaste av jordiska palats och bli ... överöst med ädelstenar utan skulle komma till ett oansenligt stall. Inte att undra på att ängeln sade till Nephi: 'Betrakta Guds nedlåtelse!'" (*Jesus Christ, Key to the Plan of Salvation* [1991], s. 16.)

- Hur visar Frälsarens födelse hans kärlek till oss?

Förvissa dig om att eleverna förstår att Frälsarens villighet att leva ett jordeliv visar hans kärlek till oss.

Visa bilderna Jesus uppväcker Jairus' dotter (62231 180; *Evangeliebilder*, nr 41) och Kristus botar sjuka vid dammen Betesda (*Evangeliebilder*, nr 42). Be en elev läsa 1 Nephi 11:28 och 31 högt. Uppmuntra klassen att vara uppmärksam på hur bilderna är lika verserna.

- Vem såg Nephi att Frälsaren betjänade och botade?
- Hur visar Frälsarens handlingar hans kärlek?

Be en elev läsa 1 Nephi 11:32–33 högt. Be klassen lyssna efter det främsta exemplet på Frälsarens kärlek.

Efter att eleverna berättat vad de kom fram till visar du bilden Korsfästelsen (62505 180; *Evangeliebilder*, nr 57).

Vittna om att **Jesu Kristi nedlåtelse visar Guds kärlek till oss**. Frälsarens nedlåtelse bestod i att leva ett jordeliv, betjäna och bota sjuka och hemsökta och dö för alla våra synder så att vi kan återvända hem till vår himmelske Faders närhet.

- Hur påverkar vetskapen om Frälsarens nedlåtelse och kärlek era känslor för honom?

Avsluta med att be eleverna berätta om hur Guds kärlek är "det mest begärliga" och "det mest glädjande" för dem (se 1 Nephi 11:22–23). Vittna om att när vi följer Nephis exempel och flitigt söker Gud ska vi känna hans kärlek och uppleva glädjen av att få del av de välsignelser som gjorts tillgängliga genom Kristi försoning.

Uppmana eleverna att följa Nephis exempel när de söker uppenbarelse. Påminn dem om deras roll i seminariet och att den tro och den möda de lägger ner på sina dagliga personliga skriftstudier och på aktiv medverkan på lektionerna påverkar deras förmåga att lära genom Anden.

## LEKTION 14

# 1 Nephi 12–13

### Inledning

Efter att Nephi i sin syn hade sett Frälsarens jordiska verksamhet och försoningsoffer såg han att hans efterkommande, efter att ha varit rättfärdiga under fyra släktled, skulle bli högmodiga och ge efter för djävulens frestelser och förgöras. Han fick också se deras ondska som följer Satan i den stora och avskyvärda kyrkan. Han såg att de skulle ta bort tydliga och dyrbara sanningar från Bibeln, vilket skulle få många att snava andligen. Trots dessa oroande bilder gav Nephis syn honom skäl att hoppas. Han såg att Gud skulle bereda väg för evangeliets återställelse i de sista dagarna. Han såg också att uppteckningen om

hans folk (Mormons bok) skulle komma fram i de sista dagarna och återställa de tydliga och dyrbara sanningar som hade gått förlorade för världen.

*Obs:* Tiden räcker kanske inte till att gå igenom allt material i den här lektionen. När du förbereder dig, sök då den Helige Andens vägledning så att du vet vilka delar av lektionen som är viktigast för dina elever och mest tillämpliga på deras situation. Du kan behöva sammanfatta delar av lektionen för att få tillräcklig tid att undervisa om de viktigaste lärosatserna och principerna.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 12

#### *Nephi ser nephiternas och lamaniternas framtid*

Sammanfatta 1 Nephi 12 genom att förklara att det här kapitlet är en fortsättning på Nephis syn. Ängeln visade Nephi hur symbolerna i synen av livets träd skulle gälla hans efterkommande. Han fick se att några av hans efterkommande skulle ta emot försoningens alla välsignelser. Men han såg också att hans efterkommande till slut skulle förgöras av hans bröders efterkommande (lamaniterna). Be eleverna läsa 1 Nephi 12:16–19 och leta efter orsakerna till att nephiterna skulle förgöras (se 1 Nephi 12:19). Påminn eleverna om att de genom att utöva tro på Jesus Kristus kan övervinna högmod och frestelser.

### 1 Nephi 13:1–9

#### *Nephi ser den stora och avskyvärda kyrkan*

Be eleverna räcka upp handen om de ägnar sig åt någon lagsport. Be några av dem berätta vilken lagsport de utövar. Förklara att lag ofta förbereder sig för matcher genom att studera motståndarnas tidigare matcher och strategi.

- Varför kan det vara till stor hjälp att studera en motståndares strategi innan man spelar mot dem?

Förklara att Nephi i sin syn såg vad de människor eftertraktade som skulle motarbeta Jesu Kristi Kyrka i de sista dagarna och också deras strategi. Uppmuntra eleverna att leta efter deras strategi när de studerar det här kapitlet så att de kan urskilja den och inte vilseleds av den.

Be några elever turas om att högt läsa 1 Nephi 13:1–4, 6. Be en elev urskilja den grupp som Nephi såg uppstå i de sista dagarna bland icke-judarna.

För att hjälpa eleverna förstå innehållet i de här verserna läser du följande förklaring av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum. Be eleverna lyssna uppmärksamt efter en definition av "den stora och avskyvärda kyrkan".

"Benämningarna *djävulens kyrka* och *den stora och avskyvärda kyrkan* används för att identifiera alla ... organisationer oavsett namn eller slag – oavsett om de är politiska, filosofiska, pedagogiska, ekonomiska, sociala, broderliga, medborgerliga eller religiösa – vilka är avsedda att föra in människan på en väg som leder bort från Gud och hans lagar och sålunda från frälsning i Guds rike" (*Mormon Doctrine*, 2:a uppl. [1966], s. 137–138).

### Sammanfatta

Du har inte tid att undervisa om allting i ett skriftställeblock med samma eftertryck. Ibland kan du behöva sammanfatta handlingen eller det som det undervisas om i en del av skriftställeblocket för att få tillräcklig tid att gå igenom viktigare innehåll, lärosatser eller principer i en annan del av blocket. Genom att sammanfatta skriftställeblock i stället för att utelämnar delar av det, hjälper du eleverna att bättre förstå handlingen som helhet och blockets budskap.

Betona att uttrycket "stor och avskyvärd kyrka" inte syftar på en särskild kyrka. Det syftar på alla organisationer som har för avsikt att föra människor bort från Gud och hans lagar. Uppmuntra gärna eleverna att skriva *alla organisationer som har för avsikt att föra människor bort från Gud och hans lagar* i marginalen bredvid 1 Nephi 13:6.

- Varför tror ni att det är viktigt att veta att Satan samlar sina härar för att föra oss bort från Gud och hans lagar?

Berätta att Nephi beskrev den stora och avskyvärda kyrkan. Be en elev läsa 1 Nephi 13:5–9 högt.

- Vad eftertraktar människorna i den stora och avskyvärda kyrkan? (Se 1 Nephi 13:7–8.)
- Vad vill människorna i den stora och avskyvärda kyrkan åstadkomma enligt 1 Nephi 13:5, 9? Varför då? (Du kan skriva följande sanning på tavlan: **Satan och hans anhängare vill förgöra Guds heliga och försätta dem i fångenskap.**)
- Om vi känner till Satans och hans anhängares avsikter, hur hjälper detta oss då att bekämpa dem?

Tala om för eleverna att de senare i det här kapitlet får veta ett av de sätt på vilka den stora och avskyvärda kyrkan har försökt förgöra dem som söker Gud.

### 1 Nephi 13:10–19

#### *Nephi ser Guds hand i grundandet av ett fritt land där evangeliet skulle bli återställt*

Vittna om att Herren har sett till att hans verk ska gå framåt trots den stora och avskyvärda kyrkans bemödanden att få människor att snava andligen. Det gjorde han genom att bereda väg för evangeliets återställelse.

Utsagorna nedan sammanfattar viktiga händelser som Nephi såg i sin syn. Be eleverna läsa 1 Nephi 13:10–19 och para ihop varje skriftställe hänvisning nedan med händelsen den beskriver. (Du kan sätta upp eller skriva dessa skriftställe hänvisningar och utsagor på tavlan före lektionen. Eller också kan du göra ett utdelningsblad med skriftställe hänvisningarna och utsagorna. Nedan är skriftställe hänvisningarna och utsagorna riktigt hopparade. För att aktiviteten ska lyckas måste du ha ändrat utsagornas ordningsföljd på tavlan eller på utdelningsbladet.)

1 Nephi 13:12	<i>Columbus seglar till Amerika</i>
1 Nephi 13:13	<i>Pilgrimsfäderna seglar till Amerika för att få religionsfrihet</i>
1 Nephi 13:14	<i>Indianerna fördrivs från sina länder</i>
1 Nephi 13:15	<i>Icke-judarna har framgång i Amerika</i>
1 Nephi 13:16–19	<i>En underlägsen amerikansk revolutionsarmé är segerrik</i>

När eleverna berättar om sina svar kan du uppmuntra dem att skriva ett nyckelord eller nyckeluttryck i sina skrifter bredvid varje skriftställe. De skulle till exempel kunna skriva *Columbus* bredvid 1 Nephi 13:12.

- Varför seglade Columbus till Amerika enligt 1 Nephi 13:12?
- Varför utvandrade pilgrimsfäderna till Amerika enligt 1 Nephi 13:13?
- Varför hade icke-judarna framgång och blev nationellt oavhängiga "av alla andra [nationer]", enligt 1 Nephi 13:15–19?

Be en elev högt läsa följande uttalande av president Joseph F. Smith:

"Denna stora amerikanska nation uppreste den Allsmäktige genom sin allmakts hand, så att det skulle bli möjligt att grunda Guds rike på jorden i de sista dagarna. Om Herren inte berett vägen genom att lägga vår ärorika nations grundvalar, skulle det under världens monarkiska regeringars tvingande lagar och fanatism varit omöjligt att lägga grunden för hans mäktiga rikets tillkommelse. Herren har gjort detta" (*Evangeliets lära*, s. 342).

Vittna om att **Herren beredde väg för återställelsen** genom att grunda en stat med religionsfrihet där han kunde återställa sin kyrka. Vittna om att Herren har berett väg och ska fortsätta att bereda väg så att hans återställda evangelium kan föras till varje land.

Om du håller den här lektionen i ett annat land än Förenta staterna frågar du:

- Hur beredde Herren väg så att det återställda evangeliet kunde predikas i vårt eget land?

## 1 Nephi 13:20–42

### *Nephi ser framtida icke-judar med Bibeln, Mormons bok och sentida skrifter*

Be en elev läsa 1 Nephi 13:20–24. Be honom eller henne urskilja det föremål som Nephi såg "[spridas] bland" de första amerikanska nybyggarna. Håll fram en bibel och förklara att det var den boken Nephi såg i sin syn. Föreslå gärna att eleverna skriver *Bibeln* i marginalen bredvid 1 Nephi 13:20.

Förklara att ängeln undervisade Nephi om att Bibeln är en bok "av stort värde" (1 Nephi 13:23). När uppenbarelserna i Bibeln skrevs ner innehöll de "Herrens evangeliums fullhet" (1 Nephi 13:24). Be en elev läsa 1 Nephi 13:26–27 högt.

- Vad tog den stora och avskyvärda kyrkan bort från Bibeln? Varför togs det bort?

Be en annan elev läsa 1 Nephi 13:29 högt.

- Vad skedde till följd av att tydliga och dyrbara stycken och många av Herrens förbund togs bort från Bibeln?

Låt fyra elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 13:34–36, 39. Be klassen vara uppmärksam på vad Herren skulle göra för att hjälpa folket övervinna den stora och avskyvärda kyrkans bemödanden.

- Vad ska Herren föra fram på grund av sin barmhärtighet, enligt 1 Nephi 13:34?
- Vad skulle "bli gömda" för att komma fram till icke-judarna, enligt 1 Nephi 13:35–36? (Du kan föreslå att eleverna bredvid 1 Nephi 13:35 skriver att "dessa ting" syftar på Mormons bok.)
- Vad annat skulle Herren föra fram i de sista dagarna jämte Mormons bok, enligt 1 Nephi 13:39? Vilka "andra böcker" har Herren fört fram som del av återställelsen? (Läran och förbunden, Den kostbara pärlan och Joseph Smiths översättning av Bibeln.)

Be eleverna läsa 1 Nephi 13:40–41 tyst för sig själva. Be dem leta efter en beskrivning av vad återställelsens skrifter ska tillkännage för alla folk. Efter att eleverna berättat vad de hittat håller du fram en bibel och bär ditt vittnesbörd om dess sanningsenlighet. Håll fram en Mormons bok och visa den tillsammans med Bibeln. Vittna om att **Mormons bok och sentida skrifter återställer tydliga och dyrbara sanningar som hjälper oss veta att Jesus Kristus är Guds Son och hur vi ska komma till honom.**

Be eleverna leta efter ett uttryck i slutet av 1 Nephi 13:41 som beskriver vad Herren ska göra med judarnas uppteckning (Bibeln) och Nephis efterkommandes uppteckningar (Mormons bok). Vittna om att dessa uppteckningar har "[förenats] till ett" (1 Nephi 13:41) och "[vuxit] samman" (2 Nephi 3:12) för att vi klart ska veta hur vi ska komma till Frälsaren.

För att hjälpa eleverna inse hur återställelsen av tydliga och dyrbara sanningar har påverkat deras liv ber du dem att begrunda följande fråga:

- Hur har Mormons bok påverkat era vittnesbörd om Jesus Kristus och hjälpt er att komma honom närmare?

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att begrunda frågan ber du några av dem berätta om sina svar. Bär gärna ditt eget vittnesbörd om Mormons bok och hur den har stärkt ditt vittnesbörd om Jesus Kristus och hjälpt dig veta hur du ska komma till honom. När du avslutar lektionen uppmanar du eleverna att studera Mormons bok omsorgsfullt under året och vara uppmärksamma på lärdomar och skildringar som stärker deras vittnesbörd om Jesus Kristus och lär dem hur de ska komma till honom.

# 1 Nephi 14

## Inledning

1 Nephi 14 avslutar redogörelsen för Nephis syn. I den här delen av synen berättar ängeln om de välsignelser som utlovas till dem som omvänder sig och hörsammar Herren och de förbannelser som ska drabba de onda

som förhärdar sina hjärtan mot Herren. Nephi visades också att Herren skulle hjälpa och beskydda dem som lever rättfärdigt och håller sina förbund och att han skulle förgöra djävulens stora och avskyvärda kyrka.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 14:1–7

*Nephi ser följden av att framtida släktled lyder eller vägrar att lyda Herren.*

Be eleverna slå upp 1 Nephi 14. Förklara att de i dag ska fortsätta att studera Nephis syn. Be eleverna fundera över hur de skulle avsluta följande meningar:

Om jag följer Herren, då ...

Om jag vägrar att följa Herren, då ...

När eleverna har berättat om sina svar framhåller du att ordet *om* antyder ett val. Beroende på vad vi väljer upplever vi olika resultat eller följder. Förklara att Nephi såg framtida släktled och såg att om de skulle vara rättfärdiga så skulle de bli välsignade, men om de skulle välja ogudaktighet så skulle de förbannas. Be eleverna att under lektionens gång fundera på hur valet att lyda Herren har lett till välsignelser för dem.

Gör följande uppställning på tavlan:

Om → då →

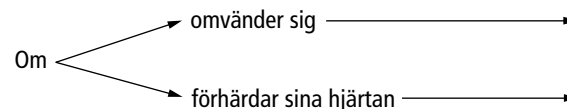
Be en elev läsa 1 Nephi 14:1–2 högt. Be klassen urskilja 1) det val som Nephi sade att icke-judarna kunde göra och 2) de välsignelser som Nephi såg att icke-judarna skulle få om de gjorde det valet. Allteftersom eleverna berättar vad de hittat fyller du i den text som fattas på tavlan så att det ser ut ungefär så här:

Om → de hörsammar Guds Lamm och inte förhärdar sina hjärtan,	då → ska de ... räknas bland Israels hus vara ett välsignat folk för evigt inte försättas i fångenskap
--------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Du kan behöva förklara att uttrycket "stötstenar" (1 Nephi 14:1) i skrifterna ofta syftar på hinder som avhåller människor från att följa Herren. Med uttrycket "räknas bland Israels hus" (1 Nephi 14:2) menas att räknas till Herrens förbundsfolk.

- Varför är det viktigt att tillhöra Herrens förbundsfolk? (För att få Abrahams förbunds välsignelser [se L&F 132:30–31].)
- Vad innebär det att "hörsamma Guds Lamm"?
- Vilken eller vilka av belöningarna för lydnad som står på tavlan tycker ni är viktigast för er? Varför då?
- När har ni hörsammat Herren och fått uppleva hans välsignelser i ert liv? (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är för personliga.)

Skriv följande uppställning på en annan del av tavlan:



### Visuella hjälpmedel

De flesta elever lär sig lättare och kommer ihåg det de lärt sig längre när du använder visuella hjälpmedel för att framföra tankar och begrepp. Det är lätt att skriva eller rita enkla uppställningar eller figurer på tavlan som det som visas i det här undervisningsförslaget. Sådana uppställningar kan hjälpa eleverna fokusera på väsentliga tankar och begrepp i skrifterna.

Be en elev läsa 1 Nephi 14:5–7 högt. Be eleverna vara uppmärksamma på 1) välsignelser som de som omvänder sig får och 2) negativa följder som drabbar dem som förhårdar sina hjärtan. Fyll i uppställningen på samma sätt som i föregående uppgift. (Om människor omvänder sig, då "går det dem väl" [1 Nephi 14:5] och de får "frid och evigt liv" [1 Nephi 14:7]. Om människor förhårdar sina hjärtan, då ska de "förgås" [1 Nephi 14:5] och "försätt[as] i fångenskap" och "undergång" [1 Nephi 14:7].)

Allteftersom eleverna yttrar sig kan du behöva förklara att det "stora[a] och förunderlig[a] verk" som omtalas i 1 Nephi 14:7 syftar på återställelsen av prästadömet, evangeliet och Herrens kyrka i de sista dagarna.

- På vilket sätt är Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga något "stort och förunderligt" för er? Hur skänker kyrkan er frid? Hur skänker kyrkan er hopp om evigt liv?

Fundera på att låta eleverna få tid att tyst begrunda vilken av stigarna på tavlan de följer för tillfället. Vittna om följande princip: **att lyda Herren och omvända oss från våra synder leder till stora välsignelser.** Du skulle också kunna vittna om att om vi förhårdar våra hjärtan mot Herren och hans kyrka så leder detta till andlig fångenskap och fördärv.

## 1 Nephi 14:8–17

### *Nephi ser striden mellan Guds Lammets kyrka och den stora och avskyvärda kyrkan*

Be eleverna föreställa sig att det är krig och att de just blivit inkallade och ska sättas in i strid.

- Hur skulle ni förbereda er för striden?

Förklara att ängeln undervisade Nephi om en stor strid som skulle utkämpas i de sista dagarna.

Be tre elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 14:9–11. Be de övriga i klassen att urskilja de två stridande grupperna. (Du kan påminna eleverna om att den stora och avskyvärda kyrkan betecknar varje person eller grupp som för människor bort från Gud och hans lagar.)

- Vilka ord och uttryck används för att beskriva den "stora och avskyvärda kyrkan"?
- Var kommer "den stora och avskyvärda kyrkan" att finnas i de sista dagarna enligt Nephis syn?

Be ytterligare tre elever turas om att läsa ur 1 Nephi 14:12–14. Be klassen vara uppmärksam på skäl till att vi kan se framtiden an med hopp.

- Vilken kyrka kommer ha flest medlemmar enligt 1 Nephi 14:12?
- Varför kommer Lammets kyrka ha färre medlemmar än den stora och avskyvärda kyrkan?
- Varför kommer den stora och avskyvärda kyrkan samla ihop stora skaror enligt 1 Nephi 14:13?

Vittna om att vi är inbegripna i det krig som Nephi beskriver: kampen i de sista dagarna mot ondska. Som medlemmar i Lammets kyrka är vi underlägsna i antal och behöver hjälp för att kunna segra över djävulens makter.

- Vad läser ni i 1 Nephi 14:14 som inger er hopp?

Betona att löftena som ges i dessa skriftställen i synnerhet gäller dem som sluter och håller förbund med Herren. Påminn eleverna om att de har ingått ett dopförbund med Herren. Gör dem uppmärksamma på uttrycket "beväpnade med rättfärdighet och med Guds kraft" i Nephi 14:14.

- Vad betyder "beväpnade med rättfärdighet och med Guds kraft" för er personligen?
- Att vara "beväpnade med rättfärdighet och med Guds kraft", hur kan det vara som att bära rustning och ha vapen i vår kamp mot ondskan?
- När har ni känt att ni var "beväpnade med rättfärdighet och med Guds kraft"? Hur kändes det?

Fråga eleverna hur de skulle sammanfatta budskapet i 1 Nephi 14:1–14. Förvissa dig om att de förstår att **om vi lever rättfärdigt och håller våra förbund ska Guds kraft hjälpa oss att triumfera över ondskan.**

Uppmana eleverna att utvärdera sitt liv dittills och fundera på vad de skulle kunna göra för att i högre grad vara beväpnade med rättfärdighet. Uppmana dem att handla efter varje



maning de får. Försäkra dem om att om de förblir trofasta så får de möjlighet komma in i templet och sluta ytterligare förbund med Herren. De löften de avger och de förbund de sluter där ger dem stor kraft och skyddar dem i livet.

Be en elev läsa 1 Nephi 14:3–4 högt. Be därefter en annan elev läsa 1 Nephi 14:15–17 högt.

- Vad ska hända med den stora och avskyvärda kyrkan?
- Vad blir den slutliga utgången av striden mellan Lammets kyrka (Guds rike) och djävulens makter?
- Hur hjälper det er att veta hur den här striden ska sluta?

Läs följande uttalande för klassen av äldste Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum:

”Vi [kyrkans medlemmar] [utgör] bara en bråkdel av de miljarder människor som finns på jorden. Men vi är de vi är och vi vet det vi vet, och vi ska gå ut och predika evangeliet.



Mormons bok klargör att vi aldrig kommer att vara dominerande till antalet. Men vi har prästadömets kraft [se 1 Nephi 14:14] ...

Vi kan påverka och så småningom kommer vi förvisso att påverka hela mänskligheten. Alla kommer att veta vilka vi är och varför vi är det. Det kan verka hopplöst, det är enormt svårt, men det är inte bara möjligt utan garanterat att vi kommer att vinna striden mot Satan” (“Prästadömets kraft”,

*Liahona*, maj 2010, s. 7).

Försäkra eleverna att **Guds rike ska segra i de sista dagarna**. Ge uttryck åt din tillförsikt att de kan förtrösta på Gud och att hans kraft ska övervinna all ondska. Uppmuntra dem att vara en makt i det godas tjänst genom att påverka andra.

## 1 Nephi 14:18–27

### *Nephi ser Johannes Uppenbararen*

Skriv följande frågor på tavlan:

*Vem av Frälsarens tolv apostlar var det som Nephi såg i sin syn?*

*Vad skulle den här aposteln skriva om?*

*Varför fick Nephi befallning att inte skriva resten av synen?*

Be eleverna läsa 1 Nephi 14:18–27 tyst för sig själva. Diskutera därefter kort svaren på frågorna på tavlan.

Förklara att de här verserna åtminstone till en del syftar på det Johannes skrev i Uppenbarelsboken. Ett huvudtema i boken är att Gud ska segra över djävulens makter. Liksom Johannes såg Nephi en syn om världens ände men fick befallning att inte uppteckna den eftersom Johannes hade fått i uppdrag att göra det. Om tiden medger skulle du kunna avsluta lektionen med en kort diskussion om hur Bibeln och Mormons bok samverkar och ”fastslå[r] sanningen” om varandra och förenas ”till ett” (1 Nephi 13:40–41).

# Hemstudielektion

## 1 Nephi 7–14 (Studieavsnitt 3)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 1 Nephi 7–14 (Studieavsnitt 3) är inte avsedd att användas som del av din lektionen. Den lektion du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (1 Nephi 7)

När eleverna studerade hur Lehis söner återvände till Jerusalem för att ta med sig Ismaels familj till det utlovade landet lärde de sig att Herren befaller oss att gifta oss och skaffa och uppfostra barn åt honom och att Gud besvarar böner i enlighet med vår tro.

#### Dag 2 (1 Nephi 8)

Eleverna studerade Lehis syn av livets träd. De lärde sig att detta att komma till Jesus Kristus och få del av försoningen ger lycka och glädje. När de läste om de olika människogrupperna i drömmen som lyckas eller misslyckas med att nå fram till trädet och äta av frukten, lärde de sig också följande principer: Högmod, världslighet och att vi ger efter för frestelser kan hindra oss från att få försoningens välsignelser. Om vi håller fast vid Guds ord så hjälper det oss att övervinna frestelser och världslig påverkan. Att hålla fast vid Guds ord hjälper oss att komma Herren närmare och få försoningens välsignelser.

#### Dag 3 (1 Nephi 10–11)

Eleverna lärde sig vad som hände när Nephi själv sökte få "se och höra och veta" (1 Nephi 10:17) det hans far hade sett. Genom Nephis exempel såg de att Gud uppenbarar sanning till alla som flitigt söker honom. Nephi fick se en syn som undervisade honom om Guds kärlek till oss, vilken tog sig uttryck i att Gud gav sin Son i gåva. Eleverna fick tillfälle att skriva om vad det här betyder för dem.

#### Dag 4 (1 Nephi 12–14)

Under resten av synen såg Nephi hur Herren beredde väg för återställelsen. Han fick veta att tydliga och dyrbara stycken skulle bli borttagna från Bibeln men att Mormons bok och sentida skrifter skulle återställa tydliga och dyrbara sanningar som hjälper oss veta att Jesus Kristus är Guds Son och hjälper oss komma till honom. Nephi såg också de sista dagarna. Eleverna begrundade principen att när vi lever rättfärdigt och håller heliga förbund ska Guds kraft hjälpa oss att triumfera över ondskan.

### Inledning

Veckans lektion koncentrerar sig på Lehis syn i 1 Nephi 8. När du håller den här lektionen, betona då den glädje som Jesu Kristi försoning kan skänka oss i livet och hur vi får uppleva försoningens välsignelser genom att leva efter Guds ord. Eleverna kommer att använda sina skrifter, studievägledning och skriftdagböcker lektionen igenom.

### Lektionsförslag

#### 1 Nephi 7

*Herren befaller Lehis söner att återvända till Jerusalem och hämta Ismael och hans familj*

Visa en bild av ett gift par och deras barn – kanske ett fotografi av din egen familj eller en elevs familj, om du bitt någon att ta med sig ett fotografi.

Fråga eleverna: Varför är familjer viktiga i Guds plan för vår frälsning?

Be eleverna gå igenom och sammanfatta 1 Nephi 7:1–5. Fråga dem vilka principer de lärt sig av de här verserna. (Eleverna kan komma att berätta om olika principer. Den princip som betonas i elevens studievägledning var att **Herren befaller oss att gifta oss och skaffa och uppfostra barn åt honom.**)

I lektionen för dag 1 fick eleverna i uppgift att be en förälder, ledare i kyrkan eller lärare föreslå tre sätt på vilka unga människor i dag kan förbereda sig för äktenskap och för att uppfostra barn "åt Herren". Be några elever berätta vad de lärde sig.

#### 1 Nephi 8

*Lehi ser livets träd i en syn*

Påminn eleverna om att efter att Nephi och hans bröder hade tagit med sig Ismael och hans familj till vildmarken så hade Lehi en dröm. Samtidigt som en elev läser 1 Nephi 8:10–13 låter du en annan elev rita på tavlan eller på ett stort papper vad verserna beskriver. Om du tycker att det är lämpligare, kan du visa bilden Lehis dröm (62620 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 69) och låta eleverna urskilja de olika sinnebilder som beskrivs i verserna.

Fråga eleverna: Vad är det i Lehis beskrivning som får er att vilja äta av trädets frukt?

Påminn dem om att frukten symboliserar "den största av alla Guds gåvor" (1 Nephi 15:36): Jesu Kristi försonings välsignelser. Om du lät en elev rita bilden kan det vara bra att ange vad frukten symboliserar i teckningen.

Fråga eleverna: Vad lär vi oss i 1 Nephi 8:10–13 om att ta emot försoningens välsignelser? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt så se till att följande princip är helt klar: **att komma till Jesus Kristus och få del av försoningen ger lycka och glädje.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.)

I lektionen för dag 2 ombads eleverna att besvara frågan: "När har Frälsarens försoning gett dig lycka och glädje i livet?" Be eleverna ta fram sina skriftdagböcker och tyst läsa sina svar.

För att få eleverna att berätta för varandra om viktiga sanningar och bära vittnesbörd uppmuntrar du flera av dem att läsa eller berätta vad de skrivit. Berätta gärna själv om ett tillfälle när försoningen gav dig lycka och glädje i livet.

Förklara att Lehis syn inte bara lär oss att försoningen ger stor glädje utan visar också vad vi måste göra för att få försoningens välsignelser. Be eleverna gå igenom 1 Nephi 8:19–26 och rita de andra symbolerna i Lehis syn eller låta dem urskilja de andra symbolerna på bilden av Lehis dröm. Allteftersom de ritar eller urskiljer symbolerna ber du dem förklara vad symbolerna betyder. (Om de behöver hjälp uppmuntrar du dem att titta på uppställningen i elevens studievägledning som de fyllde i.)

Be en elev läsa 1 Nephi 8:30 högt. Ställ därefter följande frågor:

- Vilken uppgift fyllde ledstängen av järn – Guds ord – i Lehis syn?
- Vad lärde ni er om betydelsen av Guds ord när ni studerade 1 Nephi 8?
- Vilka uttryck i 1 Nephi 8:30 anger vad vi måste göra för att få försoningens välsignelser?
- Vad tror ni menas med att "[sträva] framåt och [ständigt hålla] fast vid ledstängen av järn"?

Skriv upp på tavlan två andra evangelieprinciper de studerade i elevens studievägledning: **Om vi håller fast vid Guds ord så hjälper det oss att övervinna frestelser och världslig påverkan. Att hålla fast vid Guds ord hjälper oss att komma Herren närmare och få försoningens välsignelser.**

Be eleverna föreställa sig att de är missionärer och har möjlighet att vittna om vikten av att studera Guds ord och leva efter dess principer. Låt dem berätta vad de skulle säga utifrån egna erfarenheter de gjort. Fundera på att berätta om erfarenheter du själv har gjort av den kraft som finns i skrifterna och profeternas ord och som hjälper dig att komma Frälsaren närmare.

## 1 Nephi 10–14

*Tack vare sin tro och flit får Nephi en personlig uppenbarelse om det som hans far undervisade om och mycket annat*

Be en elev läsa 1 Nephi 10:17, 19 högt. Låt klassen urskilja välsignelser vi får när vi flitigt söker Herrens vägledning. Be en eller två elever berätta vad de tror menas med att "flitigt sök[a]". (Det ingick i deras lektion för dag 3 att skriva i studievägledningen vad som menas med det här uttrycket.)

Sammanfatta 1 Nephi 11–14 genom att slå fast att Nephi fick en personlig uppenbarelse därför att han flitigt sökte Herren. Han såg Jesu Kristi tjänande verksamhet och försoning (1 Nephi 11), sitt folks framtida undergång på grund av högmod och ondska (1 Nephi 12), icke-judar som koloniserade det utlovade landet, återställelsen av tydliga och dyrbara sanningar (1 Nephi 13) och rättfärdiga människor som kämpade mot den stora och avskyvärda kyrkans verk i de sista dagarna (1 Nephi 14).

*Obs:* När du förbereder följande aktivitet kan det vara bra att gå igenom motsvarande lektioner i handledningen och materialet i elevens studievägledning för dag 4 i detta studieavsnitt.

Be eleverna välja ett av kapitlen i 1 Nephi 11–14 och göra följande. (Du kan låta dem göra det på tavlan eller på ett papper.)

- Skriva en sammanfattning av kapitlet som valdes.
- Skriva en av evangelieprinciperna som tas upp i det kapitlet. (De kan använda en princip som framhävs i studievägledningen eller själva urskilja en princip.)
- Skriva hur den principen gäller för oss i dag.

Efter att eleverna haft tid att förbereda sig ber du dem berätta vad de skrivit. Be en eller två elever bära vittnesbörd om principerna de lärde sig när de under veckan studerade 1 Nephi 7–14.

Kom ihåg att samla in deras skriftdagböcker och fråga om uppgifter de fått.

## Nästa studieavsnitt (1 Nephi 15–19)

I nästa studieavsnitt kommer eleverna läsa mer om Lehis och hans folks provningar när de fortsatte färden i vildmarken och seglade till det utlovade landet. Döm om deras förvåning när de vaknade en morgon och upptäckte ett "klot tillverkat med utsökt konstfärdighet" – Liahona. Hur fungerade Liahona? Hur vägledde Liahona dem? Varför tillrättavisade Nephi sina bröder på fartyget? Hur beskrev Nephi det utlovade landet?

# 1 Nephi 15

## Inledning

Efter att ha fått se en syn som liknande den syn som hans far hade sett återvände Nephi till sin fars tält. Där fann han sina bröder, som tvistade med varandra om vad Lehi hade undervisat om. Nephi tillrättavisade sina bröder för att de var så hårdhärtade och påminde dem om hur de själva kunde få en uppenbarelse. Han

förklarade sedan något av det som Lehi hade undervisat om när det gällde olivträdet naturliga grenar och uttydningen av Lehis syn av livets träd. 1 Nephi 15 jämförs Nephis flitiga strävan att finna sanningen med hans bröders halvhjärtade försök (se 1 Nephi 15:9–11).

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 15:1–11

#### *Nephis bröder klagar över att de inte kan förstå Lehis syn*

Be eleverna skriva upp flera aktiviteter som kräver att vi anstränger oss innan vi kan glädja oss åt resultatet. Lista gärna deras svar på tavlan. (I svaren kan ingå: skolarbete, trädgårdsarbete, lära sig spela ett instrument, utöva en sport, motionera. Be eleverna tänka på sådant som de har personlig erfarenhet av.)

- När det gäller de aktiviteter ni tänker på, vad finns det för samband mellan de ansträngningar ni gör och resultaten som följer?

Efter att eleverna besvarat frågan uppmuntrar du dem att vara uppmärksamma på ett liknande mönster i den här lektionen när de studerar 1 Nephi 15.

Berätta för eleverna att 1 Nephi 15 inleds med att Nephi återvänder till sin fars tält efter att ha fått se en liknande syn som Lehis. Be en elev läsa 1 Nephi 15:1–2, 7 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad som hände när Nephi återvände till sin fars tält.

- Vad märkte Nephi när han kom tillbaka till sin fars tält?
- Vad tvistade Nephis bröder om? Varför tvistade de?

Be en elev läsa 1 Nephi 15:3 högt. Be klassen urskilja skälet till att Nephis bröder hade svårt att förstå det som Lehi hade undervisat dem om.

- Varför hade Nephis bröder svårt att förstå det som Lehi undervisade dem om, enligt 1 Nephi 15:3?
- Vad gjorde Nephi för att lära sig andliga sanningar? (För att hjälpa eleverna besvara den här frågan kan du låta dem läsa 1 Nephi 10:17.)

Be en elev läsa 1 Nephi 15:8 högt.

- Med tanke på att Nephi just hade fått en himmelsk syn som svar på sina frågor (se 1 Nephi 11–14), varför var det då bara naturligt att han frågade sina bröder om de hade frågat Herren?

Be en elev läsa 1 Nephi 15:9 högt. Be en annan elev att skriva följande på tavlan:

*Vi har inte ... ty Herren tillkännager inte något sådant för oss.*

Stryk under orden "Vi har inte" på tavlan.

- Vad hade Nephis bröder inte gjort?

Infoga svaret (*frågat Herren, bett*) i meningen på tavlan så att den nu lyder:

*Vi har inte frågat Herren, ty Herren tillkännager inte något sådant för oss.*

(Med andra ord: "Vi har inte frågat eftersom Herren inte talar till oss.")

- Vad var felet med Lamans och Lemuels tänkesätt?

Förvissa dig om att eleverna urskiljer den svaga punkten i brödernas tänkesätt. Be dem omformulera meningen på tavlan så att den klart och tydligt beskriver varför Herren inte

### Sökfrågor

Bra sökfrågor får elever att utforska skrifterna för att hitta detaljer i handlingen och få en grundläggande förståelse av skriftstället. De här frågorna innehåller ofta ord som *vem, vad, när, hur, var* och *varför*. Eftersom sökfrågor kräver att eleverna letar efter information i skrifterna är det bra att ställa sådana frågor innan man låter eleverna läsa verserna där svaren finns. Det här får eleverna att koncentrera sig på att upptäcka svar i skriftstället medan det läses.

hjälpde Nephis bröder att förstå det som Lehi hade undervisat dem om. Möjliga svar: "Herren tillkännager inte något sådant för oss eftersom vi inte har frågat honom" och "Eftersom vi inte har frågat Herren har han inte tillkännagivit detta för oss".

Be en elev läsa 1 Nephi 15:10–11 högt. Be klassen vara uppmärksam på sanningar som Nephi undervisade sina bröder om för att hjälpa dem att lära sig hur man får svar från Gud.

- Vad rådde Nephi sina bröder för att hjälpa dem förstå deras fars ord och få svar från Gud? (Nephi rådde sina bröder att inte förhärda sina hjärtan, att be med tro, att tro att de skulle få svar och att noggrant lyda befallningarna. Hjälp eleverna förstå att Nephi visste att de här principerna var viktiga eftersom han själv hade följt dem och att detta hade lett till att han fick en uppenbarelse.)

För att hjälpa eleverna urskilja principer i de här verserna skriver du följande på tavlan:

*Om ..., då ...*

- Med tanke på vad vi läste i 1 Nephi 15:10–11, hur skulle vi kunna göra den här utsagan fullständig?

Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt bör de visa att de förstår att **om vi frågar Herren med tro och lyder hans befallningar, då är vi redo att få uppenbarelse och vägledning från honom.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.)

Skriv följande frågor före klassen antingen så att du kan visa dem på tavlan eller dela ut dem till eleverna:

1. Hur skulle du kunna förklara den här principen för att hjälpa någon få klart för sig hur man blir undervisad av Herren och förstår andliga sanningar?
2. Hur har dina personliga ansträngningar påverkat din förmåga att få vägledning av Herren och förstå evangeliet?

Dela upp eleverna i par. Tala om för eleverna att i varje par ska den ena eleven begrunda den första frågan och den andra den andra frågan. Be eleverna i varje par att berätta om svaren sinsemellan. Efter att eleverna haft tillräcklig tid att diskutera svaren ber du några av dem att delge klassen sina tankar. Betona att vår strävan och önskan att söka Andens vägledning kan ha stor inverkan på våra vittnesbörd och på vår närhet till Herren.

## 1 Nephi 15:12–20

### *Nephi förklarar Israels skingring och insamling*

Sammanfatta 1 Nephi 15:12–20 kort. Tala om att Nephi för att hjälpa sina bröder lösa deras tvist berättade för dem vad Lehis profetia om "olivträdet naturliga grenar" och icke-judarna betydde (se 1 Nephi 10:12–14; 15:7). Han förklarade att olivträdet symboliserade Israels hus. Eftersom Lehis familj hade lämnat Jerusalem och var åtskild från resten av Israels hus så kunde den jämföras med en gren som blivit avbruten från olivträdet (se 1 Nephi 15:12). Han förklarade att i de sista dagarna, många år efter att Lehis efterkommande skulle ha "nedsjunkit i otro" (1 Nephi 15:13), skulle icke-judarna få evangeliet i dess fullhet. Icke-judarna skulle därefter föra evangeliet till Lehis efterkommande så att dessa återigen skulle få kunskap om sin Återlösare och sina fäders förbundsvälsignelser. Det här skulle vara som att samla in och ympa tillbaka deras grenar in i olivträdet (se 1 Nephi 15:13–17). Den här återställelsen skulle inte bara äga rum för Lehis efterkommandes del utan också för hela Israels hus (se 1 Nephi 15:18–20; se också 1 Nephi 10:12–14).

Vittna om att Herren håller sina löften och kommer ihåg sina förbund med sina barn. Han vill att alla ska få evangeliets välsignelser.

## 1 Nephi 15:21–36

### *Nephi besvarar sina bröders frågor om Lehis syn*

Förklara att vi i återstoden av 1 Nephi 15 läser om Nephis svar på sina bröders frågor om Lehis syn. Nephi använde det han själv hade lärt sig i sin syn när han undervisade dem.

Visa följande uttalande av president Ezra Taft Benson på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna gissa ordet eller uttrycket som ska infogas i varje mening.

1. "I \_\_\_\_\_ ... kan vi finna kraften att motstå frestelser."

2. "Guds \_\_\_\_\_ ... har kraften att skydda de heliga och bevärna dem med Anden."
3. "Hans \_\_\_\_\_ är en av de mest värdefulla gåvor som han gett oss."

Efter att några elever har berättat om vad de gissar ber du en elev högt läsa 1 Nephi 15:23–24. Be eleverna leta efter ett uttryck i det här skriftstället som hjälper dem att avsluta president Bensons uttalanden. Efter att eleven läst verserna ber du klassen att på nytt gissa ordet eller uttrycket som gör vart och ett av uttalandena fullständigt. Gå igenom de rätta svaren tillsammans med klassen. (Svar: 1 – Guds ord; 2 – ord; 3 – ord. [Se "Ordets makt", *Nordstjärnan*, nr 6 1986, s. 81, 82, 83.])

Låt eleverna utforska 1 Nephi 15:24–25 tyst för sig själva. Be hälften av klassen urskilja några välsignelser i de här verserna av att följa Guds ord. Be den andra hälften lägga märke till ord eller uttryck som föreslår hur vi bör följa Guds ord för att få dessa välsignelser. Låt varje grupp berätta vad de hittar.

- Vad måste vi göra för att "hörsamma", "håll[a] fast vid" och "ge akt på" Guds ord? (I svaren kan ingå: dagliga skriftstudier, lyssna till och ge akt på inspirerade kyrkoledares ord, söka och följa personlig uppenbarelse genom bön.)

Be eleverna att med egna ord ange en princip som sammanfattar vad dessa verser säger om skriftstudier och dithörande välsignelser i vårt liv. Ett möjligt svar: **att studera och följa Guds ord dagligen stärker oss mot Satans frestelser**. För att ge eleverna tillfälle att vittna om den här principen frågar du:

- När har dagliga personliga skriftstudier stärkt er mot frestelser? (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är för personliga.)

Läs följande uttalande av äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum:

"Så viktiga är dessa sanningar att vår himmelske Fader gav både Lehi och Nephi syner som på ett åskådligt sätt liknade Guds ord vid en ledstång av järn. Både far och son lärde sig att det *enda* sättet att hålla sig kvar på den trånga och smala stigen som leder till vår Frälsare är att hålla fast vid denna starka, orubbliga och ytterst pålitliga vägledare" ("De heliga skrifterna: Guds kraft till vår frälsning", *Liahona*, nov. 2006, s. 25).

Påminn eleverna om att de som höll fast vid ledstången av järn tog sig igenom mörkrets dimmor i säkerhet, vilka symboliserade djävulens frestelser (se 1 Nephi 12:17).

Sammanfatta 1 Nephi 15:26–29 kort. Berätta för eleverna att Nephis bröder bad honom förklara vad floden betydde som deras far såg i sin syn. Han förklarade att den symboliserade ett hemskt helvete som blivit berett för de ogudaktiga och som skilde dem från Gud och hans folk.

- Vad lade Nephi märke till i fråga om floden med vatten som hans far inte hade lagt märke till? (Att vattnet var orent.)

Förklara att i 1 Nephi 15:33–36 undervisar Nephi om Guds rättvisa och varför de ogudaktiga ska skiljas från de rättfärdiga. Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 15:33–36.

- Varför ska de ogudaktiga skiljas från de rättfärdiga?
- Hur skulle vetskapen om att ingen oren person kan komma in i Guds rike ha kunnat hjälpa Laman och Lemuel?

Uppmuntra eleverna att fundera över principerna de lärde sig i 1 Nephi 15 genom att begrunda följande frågor tyst för sig själva:

- Hur visar Lehis och Nephis syner att Gud intresserade sig för Laman och Lemuel? Hur visar de att Gud intresserar sig för dig?
- Vad kan du göra för att tillämpa principerna du lärt dig när du studerat det här kapitlet? (Du kan be eleverna skriva svaren på den sista frågan i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.)

Fundera på att avsluta lektionen med att återigen läsa 1 Nephi 15:25 för klassen. Bär ditt vittnesbörd om de välsignelser vi får när vi hörsammar Guds ord och håller hans bud. För-säkra dem att Gud hyser stor kärlek till dem och ska välsigna dem i deras rättfärdiga strävan.

# 1 Nephi 16

## Inledning

Efter att Nephis ord hade träffat Laman och Lemuel i hjärtat och de hade ödmjukat sig inför Herren, fortsatte familjen sin färd i vildmarken. Herren välsignade dem med Liahona, med vilken han vägledde dem på deras färd. Under färdens gång fick de uppleva många strapatser. Bland annat gick Nephis pilbåge sönder,

vilken var den främsta möjligheten att skaffa mat. De flesta i familjen – till och med Lehi – började knota mot Herren. Nephi tillrättavisade sina bröder för att de knotade, tillverkade sedan en ny pilbåge och vände sig till sin far för att få veta var han skulle gå på jakt.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 16:1–6

#### *Nephi reagerar på sina bröder knot*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de blev tillrättavisade för att de gjort något orätt och hur de reagerade. Be därefter en elev läsa 1 Nephi 16:1 högt. Innan han eller hon börjar läsa ber du klassen lyssna efter Lamans och Lemuels reaktion på Nephis undervisning. Påminn eleverna om att Nephi sade att de ogudaktiga skulle skiljas från de rättfärdiga och drivas ut från Guds närhet (se 1 Nephi 15:33–36).

Be eleverna läsa 1 Nephi 16:2 tyst för sig själva. Föreslå gärna att de markerar det uttryck Nephi använde för att beskriva hur somliga reagerar när de får höra sanningen, om de inte lever efter den.

- Vad tror ni menas med att "de skyldiga [finner] sanningen hård"? Vad tror ni menas med uttrycket "den skär dem rakt i hjärtat"?
- Hur kan vi tänkas reagera om vi tycker en sanning är hård?

Be eleverna läsa 1 Nephi 16:3–4 tyst för sig själva. Föreslå gärna att de markerar orden *om* och *då* i vers 3. Uppmuntra dem att leta efter det råd som Nephi gav sina bröder angående hur de borde reagera på de "hårda ord" han hade talat. Be en elev med egna ord berätta vad Nephi sade till bröderna.

- Hur reagerade Nephis bröder på hans råd enligt 1 Nephi 16:5?
- Hur föreslår 1 Nephi 16:5 att vi ska reagera när sanningen "skär [oss] rakt i hjärtat"?

### 1 Nephi 16:7–33

#### *Herren vägleder Lehis familj genom Liahona*

Be en elev läsa 1 Nephi 16:9–10 högt. Visa bilden Liahona (62041 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 68). Peka på illustratörens framställning av Liahona.

- Hur tror ni att en sådan gåva kunde vara till hjälp för Lehi och hans familj i deras situation?

Be några elever turas om att högt läsa ur 1 Nephi 16:16–19.

- På vilket sätt var Liahona till hjälp för Lehis familj?
- Blev deras färd lättare eller svårare efter att de fått Liahona? Vad berättar Nephi i 1 Nephi 16:17–19 som stöder era svar?
- Varför tror ni att rättfärdiga människor som till exempel Lehi och Nephi ibland ställs inför prövningar? (Du kan förklara att många av de prövningar vi ställs inför inte behöver vara följden av felaktiga val. De är snarare möjligheter att lära och utvecklas på vår jordiska färd.)



Be hälften av klassen att utforska 1 Nephi 16:20–22 tyst för sig själva och leta efter hur några i Lehis familj reagerade på prövningen att Nephis pilbåge gick sönder. Be den andra hälften att utforska 1 Nephi 16:23–25, 30–32 och leta efter hur Nephi reagerade på den här prövningen och hur hans reaktion påverkade hans familj. Efter att båda grupperna berättat vad de upptäckte frågar du:

- Vad lär vi oss när vi jämför de här två reaktionerna på en och samma prövning?
- Varför är det betecknande att Nephi vände sig till sin far för att få vägledning, trots att Lehi hade knotat? Vilka principer lär vi oss av det här som vi kan använda i vårt eget liv? (Du kan förklara att genom att vända sig till Lehi för att få vägledning visade Nephi aktning för honom och påminde honom om att vända sig till Herren. Att söka råd hos föräldrar och prästadömsledare, trots deras brister, är ett sätt att hedra dem och att utöva tro på Herren.)
- Vilka ytterligare principer kan vi lära oss av Nephis reaktion på sin familjs motgångar? (Allteftersom eleverna delger sina tankar betonar du att **om vi gör allt vi kan och också söker Herrens vägledning, då hjälper han oss att ta oss igenom våra svårigheter.**)

Be en elev läsa 1 Nephi 16:26–29 högt. Be klassen vara uppmärksam på detaljer om hur Herren använde Liahona till att vägleda Lehis familj. För att hjälpa eleverna förstå och tillämpa det som de här verserna säger om hur man får vägledning av Herren ställer du följande fråga:

- Vad är skillnaden mellan att halvhjärtat följa Herrens anvisningar och att följa Herrens anvisningar med tro och flit?

Be eleverna läsa 1 Nephi 16:29, Alma 37:6–7 och Alma 37:38–41 tyst för sig själva och leta efter en princip som alla tre skriftställen undervisar om.

- Vilken princip undervisas det om i de här tre skriftställena? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **med små medel kan Herren åstadkomma stora ting.** Du kan skriva den här principen på tavlan.)
- Vilka "små medel" har Herren enligt de här verserna tillhandahållit för att vägleda oss?

Skriv följande frågor på tavlan så att det är uppenbart att det fattas ett ord eller uttryck i var och en av dem. (Du kan göra det före lektionen.)

1. På vilka två eller tre sätt är ... som Liahona?
2. Vad finns det som skulle kunna få oss att missa viktiga budskap från ... ?
3. När har ni blivit välsignade genom att följa den vägledning som ... ger?

Dela upp klassen i tre grupper, med en ledare i varje grupp. Ge varje ledare en kopia av en av följande uppgifter i vilken deras grupp ska studera ett av de "små medel" som Herren använder för att vägleda oss. (Om klassen är stor kan du dela upp eleverna i fler än tre grupper för att minska antalet deltagare i varje grupp. Om du gör det innebär det att en eller flera grupper får samma uppgift.)

### Grupp 1: En patriarkalisk välsignelse

Läs följande uttalande av president Thomas S. Monson för gruppen:

"Samme Herre som gav Lehi en Liahona ger dig och mig i dag en sällsynt och värdefull gåva som ger ledning i vårt liv. Den märker ut farliga ställen och visar vägen till säkra passager – inte till ett förlovat land, men till vårt himmelska hem. Den gåva jag talar om kallas den patriarkaliska välsignelsen ...

Din välsignelse ska inte vikas ihop snyggt och stoppas undan. Den ska inte ramas in och hängas upp eller publiceras. Den ska snarare läsas. Den ska älskas. Den ska efterföljas. Din patriarkaliska välsignelse kommer att hjälpa dig genom den mörkaste natt. Den ska leda dig genom livets faror ... Din patriarkaliska välsignelse är för dig en personlig Liahona som märker ut din kurs och leder dig på vägen" ("Din patriarkaliska välsignelse: en Liahona av ljus", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 54–55).

Bearbeta frågorna på tavlan så att de handlar om patriarkaliska välsignelser. Diskutera de här frågorna i gruppen. Ge någon i gruppen i uppgift att berätta för resten av klassen vad er grupp har lärt sig. Be också någon i gruppen att berätta om sina erfarenheter i samband med fråga 3:



**Grupp 2: Skrifterna och sentida profeters ord**

Läs följande uttalande av äldste W. Rolfe Kerr i de sjuttios kворum:

”Kristi ord kan vara som en personlig Liahona för var och en av oss och visa oss vägen. Låt oss inte vara försumliga för att vägen är lätt. Låt oss i tro införliva Kristi ord i vårt sinne och hjärta, som de finns upptecknade i heliga skrifter och som de förkunnas av levande profeter, siare och uppenbarare. Låt oss med tro och flit mätta oss med Kristi ord, ty Kristi ord kommer att bli vår andliga Liahona som visar oss allt som vi ska göra” (“Kristi ord – vår andliga Liahona”, *Liahona*, maj 2004, s. 37).

Bearbeta frågorna på tavlan så att de handlar om skrifterna och sentida profeters ord. Diskutera de här frågorna i gruppen. Ge någon i gruppen i uppgift att berätta för resten av klassen vad er grupp har lärt sig. Be också någon i gruppen att berätta om sina erfarenheter i samband med fråga 3:

**Grupp 3: Den Helige Anden**

Läs följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum för gruppen:

”När vi strävar efter att alla våra attityder och handlingar ska vara rättfärdiga, blir den Helige Anden för oss i dag vad Liahona var för Lehi och hans familj på deras tid. Samma faktorer som gjorde att Liahona fungerade för Lehi inbjuder den Helige Anden till vårt liv. Och samma faktorer som gjorde att Liahona inte fungerade i forna dagar gör att vi drar oss undan från den Helige Anden i dag” (“Att vi alltid må hava hans Ande hos oss”, *Liahona*, maj 2006, s. 30).

Bearbeta frågorna på tavlan så att de handlar om den Helige Anden. Diskutera de här frågorna i gruppen. Ge någon i gruppen i uppgift att berätta för resten av klassen vad er grupp har lärt sig. Be också någon i gruppen att berätta om sina erfarenheter i samband med fråga 3.

*Anmärkning till läraren:* Efter sex till åtta minuter ber du varje grupp att berätta för klassen vad de kommit fram till i gruppen. Be gärna eleverna skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om ett tillfälle när Herren vägledde dem med små medel. Fundera på att berätta om ett tillfälle när du själv fick vägledning av Herren genom små medel.

**Kommentar och bakgrundsinformation****1 Nephi 16:10. En personlig Liahona**

President Spencer W. Kimball liknade våra samveten vid en Liahona:

”Ni måste förstå att ni har någonting som liknar kompassen, som liknar en Liahona, i er egen kropp. Varje barn har fått detta. När han är åtta år gammal kan han skilja mellan gott och ont, om hans föräldrar har undervisat honom väl. Om han inte bryr sig om den Liahona

som han har inom sig kanske han så småningom inte har någon sådan som viskar till honom. Men om vi kommer ihåg att var och en av oss har det som ska leda oss rätt, kommer inte vårt skepp in på fel kurs och vi kommer inte att lida nöd och pilbågarna kommer inte att brytas av och familjerna kommer inte att ropa efter mat – om vi lyssnar till maningarna från vår egen Liahona, som vi kallar samvetet” (se “Vår egen Liahona”, *Nordstjärnan*, apr. 1977, s. 36).

## LEKTION 18

# 1 Nephi 17

### Inledning

Efter att ha färdats i vildmarken i åtta år kom Lehis familj till ett kustområde som de kallade Ymnighet. Efter att de hade slagit sig ner i Ymnighet befallde Herren Nephi att bygga ett fartyg. När hans bröder fick veta vad han försökte göra hånade de honom, och sedan knotade de och vägrade att hjälpa till.

Nephi berättade för sina bröder att trots att Herren hade talat till dem genom Andens stilla och milda röst så hade deras ogudaktighet hindrat dem från att förnimma hans ord. Han tillrättavisade dem för deras ogudaktighet och förmanade dem att omvända sig.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 17:1–51

*Lehis familj färdas till Ymnighet, där Nephi får befallning att bygga ett fartyg*

Skriv följande på tavlan:

Lätt ←————→ Svårt

Be eleverna fundera över om de skulle beskriva sitt liv för tillfället som lätt eller svårt och motivera det. (Du kan uppmuntra eleverna att diskutera sina svar med en klasskamrat. Eller också kan du be flera elever att berätta om sina svar för hela klassen. Påminn dem om att de inte behöver berätta om upplevelser som är för personliga.)

Be en elev läsa 1 Nephi 17:1, 4, 6 högt. Medan han eller hon läser låter du klassen leta efter ord och uttryck som visar om tiden i vildmarken var lätt eller svår för Nephi och hans familj.

- Beskrev Nephi tiden i vildmarken som lätt eller svår? Vilka ord visar att den var svår?

Förklara att Nephi och hans familj också blev rikligen välsignade under den här tiden. Be eleverna ögna igenom 1 Nephi 17:2, 5, 12–13 och leta efter några välsignelser som Nephi och hans familj fick under sin färd. Be några elever berätta vad de hittade.

Tala om för eleverna att Nephi berättade om en princip som förklarar varför hans familj blev välsignad under den här svåra tiden. Be eleverna läsa 1 Nephi 17:3 tyst för sig själva och urskilja den princip som börjar med ordet *om*. Förklara kortfattat att principer i skrifterna ibland anges i "om-då"-form. Ordet *om* åtföljs av en handling, ordet *då* framställer följderna för vår del (positiva eller negativa) av den handlingen.

Även om 1 Nephi 17:3 inte innehåller ordet *då* beskriver det här skriftstället en handling och vilka välsignelser den åtföljs av. Be eleverna tala om vilka "om-då"-delar som ingår i principen de urskiljde. De bör säga följande eller något liknande: **Om vi lyder befällningarna, då stärker Herren oss och förser oss med medel så att vi kan utföra det som han har befallt.** (Du kan skriva den här principen på tavlan.) Be eleverna leta efter belägg för den här principen när de studerar Nephis upplevelser och när de tänker på sitt eget liv.

Ge eleverna ett utdelningsblad med följande frågor (eller skriv frågorna på tavlan före klassen):

1. Vad befallde Herren Nephi att göra? (1 Nephi 17:7–8) Hur reagerade Nephi? (1 Nephi 17:9–11, 15–16) Hur reagerade hans bröder? (1 Nephi 17:17–21)
2. Hur hjälpte Herren Mose att fullgöra den uppgift som han befallt honom att utföra? (1 Nephi 17:23–29)
3. På vilka sätt påminner Nephis bröder om Israels barn? (1 Nephi 17:30, 42)
4. Vad har Herren befallt som kan vara svårt för mig?
5. Vad måste jag göra för att reagera som Nephi och Mose? Hur kan jag undvika att göra samma misstag som Nephis bröder och Israels barn gjorde?

### Hjälp eleverna lära sig hur de urskiljer lärosatser och principer

När du hjälper eleverna lära sig hur de urskiljer lärosatser och principer i skrifterna blir deras självstudier av skrifterna effektivare. Undervisa eleverna om att leta efter uttryck som "sålunda ser vi", "därför", "se" eller "om ... , då ... " vilka ofta åtföljs av principer eller en framställning av läran.

Inled ovanstående frågor med att förklara att de kommer att hjälpa eleverna förstå att Nephi fortsatte att leva efter principen i 1 Nephi 17:3 efter att ha kommit fram till Ymnighet. De här frågorna ska också hjälpa eleverna att tillämpa principen på sig själva. Be en elev läsa 1 Nephi 17:7–8 högt. Be resten av klassen urskilja vad Nephi blev befalld att göra. Låt eleverna skriva svaret under fråga 1 på utdelningsbladet eller i sina skriftdagböcker.

- På vilka sätt kunde den här befallningen ha varit svår för Nephi att utföra?

Be en elev läsa 1 Nephi 17:9–11 högt och en annan elev 1 Nephi 17:15–16. Innan de börjar läsa ber du klassen lyssna efter Nephis reaktion på befallningen att bygga ett fartyg.

- Vad tycker ni är påfallande i Nephis reaktion?

Låt eleverna skriva en sammanfattning av Nephis reaktion under fråga 1 på utdelningsbladet eller i sina skriftdagböcker.

Be flera elever turas om att läsa högt ur 1 Nephi 17:17–21. Be klassen leta efter ord och uttryck som visar Lamans och Lemuels inställning. Låt eleverna skriva en sammanfattning av Lamans och Lemuels reaktion på befallningen att bygga ett fartyg. Be en eller två elever berätta vad de skrivit i sina sammanfattningar.

Förklara att Nephis reaktion på sina bröders knot var att påminna dem om att Herren hade hjälpt Mose att fullgöra den svåra uppgiften att befria Israels barn ur träldomen. Nephi jämförde sina bröders hårdhjärtade inställning med Israels barns inställning. Be eleverna studera skriftstället och skriva sina svar på fråga 2 och 3. Beroende på dina elevers behov kan du låta dem göra det här individuellt eller i par.

Efter att eleverna besvarat fråga 2 och 3 frågar du:

- Hur hjälpte Herren Mose att fullgöra den uppgift som han befallt honom att utföra?
- Hur tror ni Moses exempel kan ha hjälpt Nephi?
- På vilka sätt påminner Nephis bröder om Israels barn?

Framhåll att när Herren ger oss svåra uppgifter och befallningar kan vi välja att reagera som Nephi gjorde, eller också kan vi reagera som Laman och Lemuel. Förklara att även om Gud inte har bitt oss utföra uppgifter som att bygga ett fartyg eller dela Röda havet så har han gett oss bud och befallningar och bitt oss utföra sådant som många tycker är svårt. Han har till exempel befallt oss att våra tankar ska vara dygdiga och att vi ska helga sabbatsdagen. Han förväntar sig att vi fullgör kallelser i kyrkan (som till exempel kvorum- eller klasspresident) och tjänar andra. Han förväntar sig också att vi håller våra förbund och förblir aktiva i kyrkan, trots svårigheter. Låt eleverna få tid att skriva svaren på fråga 4 och 5. Uppmuntra dem att besvara fråga 4 genom att skriva om någonting som Herren befallt som kan tyckas svårt för dem.

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att skriva, läser du Nephis trosstarka ord i 1 Nephi 17:50 högt. Be sedan eleverna läsa 1 Nephi 17:51 tyst för sig själva och fundera över hur de orden gäller för deras liv. Uppmuntra dem att lägga till sina namn efter ordet *mig* och ersätta uttrycket *bygga ett fartyg* med en uppgift eller befallning som de tycker är svår. Fundera på att fråga klassen om det finns någon eller några som gärna vill läsa upp 1 Nephi 17:51 med ändringarna de gjort. Gör eleverna återigen uppmärksamma på principen som står på tavlan.

- Vad hade Nephi redan för erfarenhet av den här principen som fick honom att lita på att Herren skulle hjälpa honom att utföra varje befallning?
- Vad har ni upplevt som får er att lita på att Gud ska hjälpa er utföra vad det än är han ber er om?

Bär ditt vittnesbörd om att när vi lyder befallningarna då stärker Herren oss och förser oss med medel så att vi kan utföra det som han har befallt.

### Ha dina elevers behov i åtanke när du undervisar

Det är klokt att anpassa undervisningsmetoderna och hjälpa eleverna att lyckas i sin roll. Om elever till exempel verkar trötta, fundera då på att låta dem arbeta i par för att hjälpa dem att vara uppmärksamma och ta ansvar för sitt lärande. Om elever har överskottsenergi skulle du kunna be dem att utföra uppgifter på egen hand för att hjälpa dem att koncentrera sig på uppgifterna.

## 1 Nephi 17:45–55

### *Nephi tillrättavisar Laman och Lemuel för deras ogudaktighet*

Visa bilden Nephi kuvar sina upproriska bröder (62044 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 70). Be eleverna sammanfatta det som händer på bilden. Om de inte kan det, ber du dem leta efter svaret i 1 Nephi 17:48, 53–54.

- Varför skakade Herren om Nephis bröder enligt 1 Nephi 17:53?

Förklara att detta att Herren skakade om Laman och Lemuel bara var ett av många sätt som han hade kommunicerat med dem på. Be eleverna läsa 1 Nephi 17:45 och leta efter hur Herren hade kommunicerat med Laman och Lemuel tidigare.

- Hur hade Herren kommunicerat med Laman och Lemuel? Vilket av de här sätten tycks vara det sätt som Herren vanligtvis kommunicerar med oss på?

Föreslå gärna att eleverna markera följande ord i 1 Nephi 17:45: "Han har talat till er med mild och stilla röst." Be en elev läsa följande uttalande av äldste Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum:

"Den Helige Anden talar med en röst som du *känner* snarare än *hör*. Den beskrivs som den 'milda, stilla rösten' [L&F 85:6]. Vi talar om att 'lyssna till' Andens viskningar, men oftast beskriver man en andlig maning genom att säga 'jag fick en *känsla* ...'" (se "Personlig uppenbarelse: gåvan, provet och löftet", *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 59).

Föreslå gärna att eleverna skriver följande sanning i sina skrifter bredvid 1 Nephi 17:45:

**Den Helige Anden talar med en mild, stilla röst som man känner snarare än hör.** (För att betona den här principen kan du be eleverna läsa Läran och förbunden 8:2–3.)

- När har ni känt den Helige Andens milda, stilla röst tala till er?
- Vad gör ni som hjälper er att känna och känna igen den Helige Andens stilla, milda röst?

Uppmuntra gärna eleverna efter att de besvarat frågan att markera följande ord i 1 Nephi 17:45: "Men ni var så känslolösa att ni inte kunde förnimma hans ord." Låt eleverna läsa den första meningen i 1 Nephi 17:45 och ta reda på varför Laman och Lemuel hade blivit "så känslolösa". Be dem berätta vad de kom fram till.

- Det faktum att Laman och Lemuel var "snara att göra ont", varför tror ni att det gjorde dem "så känslolösa"?
- Hur skulle våra synder kunna påverka vår förmåga att känna den Helige Andens påverkan?

Efter att eleverna svarat läser du följande uttalande av president James E. Faust, som var medlem av första presidentskapet:

"Vi [använder] ofta mobiltelefoner för att tala med varandra. Men här och där finns döda punkter dit signalen till mobiltelefonen inte når fram. Det kan ske när mobilanvändaren befinner sig i en tunnel eller i en dalgång, eller där det finns andra hinder.

Så är det med gudomlig kommunikation ... Ofta försätter vi oss på andligt döda platser – platser och situationer som blockerar gudomliga budskap. Några av dessa döda punkter är vrede, pornografi, överträdelse, själviskhet och andra situationer som sårar Anden" ("Fick du rätt budskap?" *Liahona*, maj 2004, s. 67).

Avsluta med att be eleverna tänka på budskap som Herren försökt meddela dem den sista tiden. Uppmuntra dem att begrunda om det finns några "andligt döda platser" som kanske hindrar dem från att ta emot sådana meddelanden. (Du kan låta eleverna skriva om det här i sina skriftdagböcker.) Vittna om att den Helige Anden talar med en mild, stilla röst som vi känner snarare än hör. Vittna också om att vi kan uppleva den här kommunikationen om vi strävar efter att vara värdiga dessa vänliga maningar.



# 1 Nephi 18

## Inledning

Nephi och de andra följde Herrens anvisningar och byggde färdigt fartyget och gav sig i väg mot det utlovade landet. Under resans gång gjorde Laman och Lemuel och Ismaels söner och deras hustrur uppror mot Herren. När Nephi tillrättavisade dem band Laman och Lemuel honom med rep. Följden blev att Liahona

upphörde att fungera och de visste därför inte vart de skulle styra fartyget. När en svår storm hotade deras liv omvände de sig och frigav Nephi. Nephi bad att stormen skulle bedarra, och Herren förde dem på nytt mot det utlovade landet.



## Lektionsförslag

### 1 Nephi 18:1–8

#### *Lehis familj gör sig redo att segla till det utlovade landet*

Skriv *Herrens makt* och *mina ansträngningar* på tavlan. Be eleverna tänka på en svårighet de upplever för tillfället. Be dem välja vilket som vore det bästa sättet att lösa problemet, (*Herrens makt* eller *mina ansträngningar*). Be dem ge skäl för sina svar. Efter en kort diskussion ber du eleverna leta efter olika sätt på vilka Nephis exempel i 1 Nephi 18 kan hjälpa dem att klara av de svårigheter de står inför.

Visa bilden Lehi och hans folk anländer till det utlovade landet (62045 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 71).

Be eleverna läsa 1 Nephi 18:1–8 tyst för sig själva. Be dem vara uppmärksamma på 1) hur Nephi och hans familj förberedde sig för resan till det utlovade landet och 2) hur Herren hjälpte dem.

- Varför är det betydelsefullt att Nephi fick uppenbarelser "tid efter annan"?
- Vilket samband ser ni i 1 Nephi 18:2–3 mellan Nephis handlingar och den hjälp han fick av Herren?
- Varför fordrades både Herrens vägledning och Nephis egna ansträngningar för att de skulle kunna bygga färdigt fartyget och företa resan till det utlovade landet?

Be eleverna sammanfatta några principer vi kan lära oss av Nephis exempel. När eleverna haft tillfälle att nämna sanningar de lärt sig skriver du följande princip på tavlan: **För att kunna utföra det som Herren befäller måste vi söka hjälp hos honom och själva anstränga oss.**

- När blev ni vägleda av Herren samtidigt som ni också själva fick anstränga er för att kunna utföra en av hans befallningar?

Be eleverna skriva varandras svar på ovanstående fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.

Framhåll att vi alla behöver Guds hjälp att lyda hans befallningar och följa evangelienormerna som beskrivs i *Vägledning för de unga*. (Skaffa gärna ett exemplar av *Vägledning för de unga* och gå igenom det före lektionen.) Uppmuntra eleverna att tänka på en befallning eller en evangelienorm som de särskilt behöver Guds hjälp att lyda. Ge dem tid att skriva i sina skriftdagböcker 1) vad de kan göra för att söka Herrens hjälp att lyda den och 2) vilka personliga ansträngningar de behöver göra för att lyda den.

## 1 Nephi 18:9–25

### *Laman och Lemuel anför ett uppror som hejdar resan till det utlovade landet*

Ställ följande fråga:

- Varför tror ni att vi får pröva på svårigheter?

Efter att ni diskuterat frågan ber du en elev läsa följande uttalande av äldste L. Whitney Clayton i de sjuttios kворum. Be klassen lyssna efter de tre orsaker som äldste Clayton anger till våra svårigheter:

”I allmänhet kommer våra bördor från tre olika källor. [1] En del bördor är den naturliga följderna av den omgivning vi lever i. Sjukdom, handikapp, orkaner och jordbävningar kommer då och då utan att vi råår för det ...

[2] Andra bördor läggs på oss genom andras dåliga uppförande. Övergrepp och missbruk kan göra hemmet till allt annat än en himmel på jorden för oskyldiga familjemedlemmar. Synd, felaktiga traditioner, förtryck och kriminalitet sprider tyngda offer längs livets stigar ...

[3] Våra egna misstag och brister orsakar många av våra problem och kan lägga tunga bördor på våra axlar. Den tyngsta bördan vi ger oss själva är syndens bördor” (“Så att era bördor må lättas”, *Liahona*, nov. 2009, s. 12–13).

Skriv på tavlan 1) *vår omgivning*, 2) *andras dåliga uppförande* och 3) *våra egna misstag och brister*.

Berätta att efter att Lehis familj hade gett sig ut på havet gjorde Laman, Lemuel och andra dåliga val som slutade med att alla på fartyget råkade i svårigheter. Be en elev läsa 1 Nephi 18:9 högt. Be eleverna räcka upp handen när de hör ett exempel på någon som gör fel val.

- Vad valde Laman och Lemuel och Ismaels söner och deras hustrur att göra som var fel? Varför var det fel?

Hjälp eleverna förstå att det inte är fel att dansa, lyssna på musik eller ha roligt, men de här verserna visar att Laman och Lemuel och de andra gjorde det här ”med stor råhet” (1 Nephi 18:9). Förklara att ordet *råhet* syftar på att de hade ett vulgärt sätt och var fräcka i mun. Den onde kan använda sig av dans och musik och vårt språk för att fördärva våra hjärtan och sinnen och beröva oss den Helige Andens sällskap.

Be en elev läsa 1 Nephi 18:10 högt.

- Vad befarade Nephi skulle hända om de som gjorde uppror inte omvände sig enligt 1 Nephi 18:10?
- Vad gjorde Nephi för att försöka hjälpa dem?

Be eleverna fundera på hur de skulle reagera om någon i familjen eller en ledare i kyrkan bad dem att inte lyssna på ett visst slags musik, att inte dansa eller prata på ett visst sätt. Be dem tänka efter om de skulle vara villiga att lyssna och följa det.

Be en elev läsa 1 Nephi 18:11 högt.

- Hur reagerade Laman och Lemuel på Nephis uppmaning enligt 1 Nephi 18:10–11?
- Varför tillät Herren att Laman och Lemuel band Nephi?

Be flera elever turas om att högt läsa ur 1 Nephi 18:12–14, 17–19. Be eleverna vara uppmärksamma på ord och uttryck som visar vad Lamans och Lemuels beteende ledde till. Be dem berätta vilka evangelieprinciper de lär sig av den här skildringen. Ett av svaren skulle kunna vara att **synd leder till lidande för oss själva och ibland också för andra**. För att hjälpa eleverna tillämpa den här principen skulle du kunna ställa följande eller liknande frågor:

- Hur påverkades gruppen som helhet av ett litet fåtals upproriska handlingar?
- Hur kan oförståndiga eller upproriska val tänkas störa vår förmåga att ta emot uppenbarelse?

Fundera på att läsa följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum som del av diskussionen:

”Vi har iakttagit utvecklingen i fråga om vördnad respektive vanvördnad i kyrkan. Många förtjänar beröm, men som helhet är vi på väg bort. Vi har skäl att vara djupt oroade.

Världen blir allt mer högljudd. Klädseln, utseendet och uppförandet är slappare och slarvigare och mer ovårdat. Förstärkare ... slungar ut skrällig musik med obscena texter ... Variationer av detta accepteras i vida kretsar och påverkar våra ungdomar ...

Den här utvecklingen mot mer buller, mer spänning, mer strid, mindre självbehärskning, mindre värdighet, att man håller mindre på formerna, är ingen slump, inget oskyldigt, inget ofarligt.

Den första order som utfärdas av en befälhavare som inleder en militär invasion är att störa eller slå ut kommunikationen för dem han har för avsikt att besegra.

Vanvördnad passar motståndarens syften genom att det sätter de känsliga kanalerna för uppenbarelse till både sinnet och anden ur funktion" (se "Vördnad öppnar uppenbarelsens kanaler", *Nordstjärnan*, jan. 1992, s. 25).

- Om ni blev upproriska och olydiga, hur skulle det kunna påverka era familjer? Hur skulle det kunna påverka era vänner? Hur skulle det kunna påverka klassen eller kvorumet?

Peka på de tre källorna till svårigheter som står på tavlan. Förklara att resten av kapitlet lär oss hur vi bör reagera när vi drabbas av svårigheter, vare sig de är en följd av våra egna val eller andras. Be eleverna läsa 1 Nephi 18:15–16, 20–23 tyst för sig själva. Be dem vara uppmärksamma på sanningar som kan gälla i båda fallen. Låt dem berätta med egna ord vad de lär sig. I svaren kan ingå:

### **Vi kan lita på Gud när vi har prövningar och förbli trofasta.**

#### **Bön kan hjälpa oss att finna frid när vi har prövningar.**

I samband med att eleverna delger sina tankar framhåller du Nephis rättfärdiga föredöme mitt uppe i prövningar. Be en elev läsa följande vittnesbörd av äldste L. Whitney Clayton. Be klassen lyssna efter vad äldste Clayton rådde oss att göra när vi står inför prövningar:

"Vilka bördor vi än möter i livet till följd av naturliga omständigheter, andras handlingar eller våra egna misstag och tillkortakommanden är vi alla barn till en kärleksfull himmelsk Fader, som sände oss till jorden som del av sin eviga plan för vår tillväxt och utveckling. Våra unika personliga erfarenheter kan hjälpa oss att förbereda oss för att återvända till honom ... Vi måste göra allt vi kan för att bära våra bördor 'väl' [se L&F 121:7–8] ...

Jag vet att när vi håller Guds bud och våra förbund hjälper han oss med våra bördor. Han stärker oss. När vi omvänder oss förlåter han oss våra synder och välsignar oss med samvetsfrid och glädje" ("Så att era bördor må lättas", s. 13–14).

Be eleverna tänka på en sanning de lärt sig i den här lektionen.

- När har ni upplevt den här sanningen i ert liv eller i någon bekants liv?

Lämna ditt vittnesbörd om att Gud kan hjälpa oss att ta oss igenom våra prövningar om vi är trofasta och om vi omvänder oss och återvänder till honom.

Avsluta med att påminna eleverna om att trots alla svårigheter som Nephi och hans familj ställdes inför, kom de slutligen fram till det utlovade landet. Vittna om att när vi söker Herrens vägledning och är flitiga att följa den så kan även vi framgångsrikt fullborda den färd som Herren har sänt oss till jorden för att uppleva.

## LEKTION 20

# 1 Nephi 19

### Inledning

I det här kapitlet förklarade Nephi att somliga människor inte skulle hysa aktning för Israels Gud, Jesus Kristus. De skulle bildligt talat trampa Jesus Kristus under fötterna genom att ringakta honom och vägra att hörsamma hans råd. Nephi berättade också vad forntida profeter hade undervisat om som hade förutsagt att de som bar ansvaret för att Frälsaren blev gisslad och korsfäst skulle bli skingrade och hemsökta

ända tills de vände sina hjärtan till Herren. Då skulle Herren "komma ihåg de förbund som han slöt med deras fäder" (se 1 Nephi 19:15). Nephi förklarade att han skrev det här för att förmå sitt folk att komma ihåg Herren och tro på honom. Han undervisade också sitt folk om att tillämpa skrifterna på sig själva, eftersom det skulle hjälpa dem att tro på Herren.

## Lektionsförslag

### 1 Nephi 19:1–19

#### *Nephi skriver ner profetior om Jesus Kristus för att hjälpa folket att komma ihåg sin Återlösare*

Håll fram en Mormons bok. Sammanfatta 1 Nephi 19:1–4 genom att förklara att Nephi blev befalld att göra två slags plåtar och att han på de ena av plåtarna skulle föra en religiös historia och på de andra sitt folks världsliga historia. Be en elev läsa 1 Nephi 19:3, 5–6 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Nephi sade om det som är "heligt".

- Vilket skäl gav Nephi för att föra en uppteckning om det som är heligt?

Be en elev läsa 1 Nephi 19:7 högt. Innan han eller hon börjar läsa förklarar du att uttrycket "Israels Gud" i den här versen syftar på Jesus Kristus. Förklara också vid behov att ordet *ringakta* i versen betyder: betrakta eller behandla en person som om han eller hon är värdelös.

- Efter att ha sagt att han bara skulle skriva det som var heligt, vad började Nephi sedan skriva om?
- På vilket sätt trampar somliga Frälsaren under fötterna eller "ringaktar" honom, enligt 1 Nephi 19:7?
- Hur är detta att vägra att hörsamma Herrens råd som att ringakta honom eller trampa honom under fötterna?

Be en elev läsa 1 Nephi 19:8–10 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur människor skulle ringakta Frälsaren under hans jordiska verksamhet. (Du kan föreslå för eleverna att de markerar ord och uttryck de hittar.)

- Hur skulle människor ringakta Frälsaren under hans jordiska verksamhet?
- Vilka detaljer i de här verserna visar att Frälsaren inte "ringaktar" oss? (Eleverna bör förstå att Frälsaren genomled allt det han gjorde "på grund av sin kärleksfulla godhet och sitt tålamod med människobarnen".)
- Vilka känslor har ni för Frälsaren när ni tänker på de här verserna?

Be en elev läsa 1 Nephi 19:13–14 och låt klassen leta efter det som profeten Zenos sade skulle vara skälen till att de som korsfäste Frälsaren (och även deras efterkommande) skulle "bli gisslade av alla folk".

- Vilka skäl gav Zenos för att de som korsfäste Frälsaren (och även deras efterkommande) skulle "bli gisslade av alla folk"?

Skriv följande på tavlan: *De vänder bort sina hjärtan.*

- Vad tror ni menas med att vända bort sitt hjärta från Herren?

Efter att eleverna besvarat frågan berättar du för klassen att du vill att flera elever ska hjälpa dig belysa hur den här principen skulle kunna gälla också för oss. Be flera elever komma



fram till tavlan. Be var och en av dem skriva ett exempel på en handling som tyder på att en person vänt bort sitt hjärta från Herren. Be dem därefter berätta om några tänkbara följder av att vända bort hjärtat på det sättet. (Någon elev kanske skriver *sluta att studera skrifterna* och berättar att en av följdena av att göra det är att ens förmåga att ta emot uppenbarelse försämras.)

Efter att flera elever berättat om sina exempel talar du om för klassen att oavsett varför vi kan ha vänt bort våra hjärtan från Herren så kan vi välja att på nytt vända dem till honom. Be eleverna läsa 1 Nephi 19:14–17 tyst för sig själva och leta efter Herrens löften till dem som vänder sina hjärtan till honom.

- När skingrar Herren Israel? (När de vänder bort sina hjärtan från honom.)
- När samlar Herren in Israel? (När de vänder sina hjärtan till honom.)
- Vad sade Herren att han skulle göra för dem som inte längre vänder bort sina hjärtan från honom?
- Vad tror ni menas med att Herren ska komma ihåg dessa folk och de förbund som han slöt med deras fäder?

Hjälp eleverna förstå att Herren inte glömde dessa folk. De hade levt på ett sådant sätt att han inte kunde ge dem alla evangeliets välsignelser. Men när deras efterkommande vänder sina hjärtan till honom lovar Herren att komma ihåg dem och samla dem i sin kyrka och ge dem alla välsignelser i evangeliet.

- Vad tror ni löftena i verserna 15–17 innebär för vår del? (Det bör framgå av diskussionen att **när vi vänder våra hjärtan till Herren så fullgör han de förbund vi slutit med honom.**)

Be eleverna begrunda följande frågor och besvara dem i sina skriftdagböcker eller studie-anteckningsböcker. (Du kan skriva frågorna på tavlan.)

- Vilket slags handlingar visar att du och din familj har vänt era hjärtan till Herren?
- När har sådana handlingar hjälpt dig och din familj att få Herrens välsignelser?

Fundera på att be några elever berätta för klassen vad de skrivit. Påminn dem om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alldeles för personliga.

Förklara kort att med sin uppteckning vände sig Nephi till hela Israels hus – alltså även till oss. Be en elev läsa 1 Nephi 19:18–19. Be klassen urskilja vad Nephi ville förmå oss att göra. Vittna om att när vi kommer ihåg Herren och vänder våra hjärtan till honom, då ger han oss sitt evangeliums välsignelser.

## 1 Nephi 19:20–24

### *Nephi förklarar varför han undervisade sitt folk med hjälp av forntida skrifter*

Läs följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet (en omarbetning av ett tal hållet till lärare i Kyrkans utbildningsverksamhet):

”Jag ska ge er följande löfte om ni läser Mormons bok: Ni kommer att dras till den när ni förstår att Herren har ett budskap åt er. Nephi, Mormon och Moroni visste det och de som sammanställde den lade in budskap åt er. Jag hoppas att ni litar på att boken skrevs åt era elever. Det finns enkla, direkta budskap till dem som talar om för dem hur de ska ändra sig. Det är det som boken handlar om. Boken är ett vittnesbörd om Herren Jesus Kristus och försoningen och hur den kan verka i deras liv. Det här året kommer ni att känna förändringen som kommer genom försoningens kraft därför att ni studerar den här boken” (”Mormons bok förändrar ditt liv”, *Liahona*, feb. 2004, s. 15).

- Är det till hjälp för er när ni studerar Mormons bok att veta att Nephi, Mormon och Moroni lade in budskap till er?

Läs följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

”Mormons bok skrevs för oss i dag. Gud är författare till boken. Det är en uppteckning om ett fallet folk, sammanställd av inspirerade män till välsignelse för oss. Dessa människor hade aldrig boken – den var avsedd för oss. Mormon, den forntide profet efter vilken boken uppkallats, gjorde ett sammandrag av uppteckningar som förts under många århundraden. Gud som vet änden från början talade om för honom vad han skulle ta med i sitt sammandrag som vi skulle behöva i vår tid” (”Mormons bok är Guds ord”, *Nordstjärnan*, aug. 1975, s. 43).

”Om de såg vår tid och valde det som skulle vara av störst värde för oss, är det inte så vi borde studera Mormons bok? Vi borde ständigt fråga oss: 'Varför valde Herren att inspirera Mormon (eller Moroni eller Alma) att ta med detta i sin uppteckning? Vad kan jag lära mig av detta som hjälper mig att leva i dag och under denna tid?' ” (”Mormons bok – slutstenen i vår religion”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.)

Låt eleverna läsa 1 Nephi 19:22–23 tyst för sig själva och leta efter Nephis beskrivning av hur han hjälpte sina bröder att finna budskap till dem i skrifterna.

- Vad ville Nephi åstadkomma genom att tillämpa skrifterna på sig själv och på sitt folk?
- Vad menas med ordet *nytta*? (Något som har fördelaktig, kvarstående verkan.)

Gör ett utdelningsblad med följande uppställning eller visa den på tavlan och låt eleverna skriva av den i sina skriftdagböcker.

Att tillämpa skrifterna på oss själva		Att tillämpa sanningar ur skrifterna	
Vilken situation eller vilka omständigheter beskrivs i skriftstället?	Hur påminner det här om en situation i mitt eget liv eller i min omgivning?	Vilken sanning eller vilket budskap lärs ut i det här skriftstället?	Hur kan jag tillämpa den här sanningen eller det här budskapet på min egen situation?

Inled diskussionen om uppställningen genom att förklara att *tillämpa* innebär att använda för praktiska syften. Att tillämpa skrifterna på oss själva innebär att vi jämför omständigheter i skrifterna med en situation i vårt eget liv eller i vår omgivning. Genom att upptäcka likheter mellan omständigheter i skrifterna och situationer i vårt eget liv blir vi redo att hitta och tillämpa sanningar i skrifterna. Samma sanningar som var tillämpliga på personer vi läser om i skrifterna kan också tillämpas på oss när vi befinner oss i liknande omständigheter.

För att hjälpa eleverna förstå att jämförelser leder till tillämpning, ber du dem alla att slutföra uppställningen allteftersom ni gemensamt går igenom det första nyckelskriftstället i Mormons bok: 1 Nephi 3:7. Be en elev läsa 1 Nephi 3:7 högt.

- Vad var det för förhållanden som Nephi reagerade på när han yttrade de här orden? (Han hade blivit ombedd av sin far Lehi – en profet – att återvända till Jerusalem och hämta mässingsplåtarna. Hans bröder hade klagat över att det var ett svårt uppdrag.)
- Påminde Nephis situation om en situation i ditt eget liv? När har Herren förväntat sig att du gör något svårt?
- Vilken sanning hjälpte Nephi i hans situation? (Nephi visste att när Herren ger sina barn en befallning så bereder han en utväg för dem att utföra den.)
- Hur kan du tillämpa den här sanningen på din egen situation?

Låt några elever berätta hur de tillämpade eller kan tillämpa 1 Nephi 3:7 på sig själva och sitt liv. (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alldeles för personliga.)

Avsluta lektionen genom att på nytt hålla fram en Mormons bok. Påminn eleverna om att Nephi ansåg att det han skrev om Frälsaren var heligt och av stort värde för honom själv och för andra. Uppmuntra eleverna att studera skrifterna och leta efter de budskap som Herren och hans profeter har lagt in i dem till oss. Vittna om att **när vi tillämpar skrifterna på oss själva, då är de till nytta och lärdom för oss.**

Uppmuntra eleverna att studera skrifterna på egen hand och upptäcka skriftställen som de kan tillämpa på sig själva. De skulle kunna sätta in sina egna namn i verser de läser som om det är dem som Herren eller hans profeter talar till. De skulle till exempel kunna läsa början av 2 Nephi 31:20 så här: ”Därför måste [sätt in namn] sträva framåt med ståndaktighet i Kristus.”

Tillhandahåll gärna ofyllda exemplar av uppställningen som eleverna kan använda hemma. Be dem att vara beredda att under nästa lektion berätta hur de tillämpat skrifterna på sig själva och hur det har varit till nytta och lärdom för dem.

### Att tillämpa skrifterna på oss själva

Ett viktigt mål för dem som undervisar om evangeliet är att hjälpa elever lära sig att tillämpa skrifterna på sig själva. Lärare kan hjälpa elever att göra det här genom att ställa frågor av den typ som står i uppställningen och i lektionen. När du undervisar sök då efter möjligheter att hjälpa eleverna lära sig att tillämpa skrifterna på sig själva.

# Hemstudielektion

## 1 Nephi 15–19 (Studieavsnitt 4)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 1 Nephi 15–19 (Studieavsnitt 4) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (1 Nephi 15)

Nephi och hans bröder reagerade olika på Lehis profetior. Genom att studera Nephis handlingar upptäckte eleverna att om vi frågar Herren med tro och lyder hans befallningar, då är vi redo att få uppenbarelse och vägledning från honom. Nephi förklarade innebörden av ledstången av järn och visade följande: att studera och följa Guds ord dagligen stärker oss mot Satans frestelser.

#### Dag 2 (1 Nephi 16)

Lamans och Lemuels reaktion på Nephis undervisning visade eleverna att "de skyldiga [finner] sanningen hård" (1 Nephi 16:2). När Nephis pilbåge gick sönder visade han att om vi gör allt vi kan och också söker Herrens vägledning, då hjälper han oss att ta oss igenom våra svårigheter. Genom att studera hur Liahona ledde Lehis familj lärde sig eleverna att "Herren med små medel kan åstadkomma stora ting" (1 Nephi 16:29).

#### Dag 3 (1 Nephi 17)

Nephi berättade om sin familjs färd i vildmarken och ankomsten till landet Ymnighet. När han fick befallning att bygga ett fartyg visade han oss att om vi lyder befallningarna, då stärker Herren oss och förser oss med medel så att vi kan utföra det som han har befallt. Herren kallade Nephis bröder till omvändelse på många olika sätt. Eleverna lärde sig att den Helige Anden talar med en mild, stilla röst som vi känner snarare än hör. De skrev upp situationer och platser som hindrar dem från att känna igen den milda, stilla rösten.

#### Dag 4 (1 Nephi 18–19)

Nephis exempel när han byggde ett fartyg visade eleverna följande: för att kunna utföra det som Herren befäller måste vi söka hjälp hos honom och själva anstränga oss. Studiet av Lehis familjs färd till det utlovade landet lärde oss att synd leder till lidande för oss själva och ibland också för andra. Nephis exempel när han blev förföljd av sina bröder lärde oss att vi kan lita på Gud när vi har prövningar och förbli trofasta och att bön kan hjälpa oss att finna frid när vi har prövningar.

### Inledning

Den här veckan studerade eleverna viktiga händelser som ägde rum när Lehis familj färdades i vildmarken och över havet till det utlovade landet. Den här lektionen hjälper eleverna repetera dessa händelser och diskutera och vittna om de principer de lärt sig. Hjälp eleverna inse hur Nephi förblev trofast under svåra förhållanden. Uppmuntra dem att följa hans exempel och lyda Herren och förtrösta på honom i svåra tider.

### Lektionsförslag

#### 1 Nephi 15–18

*Nephi är ett föredöme i fråga om lydnad mot Herren och förtröstan på honom under prövningar*

Förbered dig att visa följande bilder om tillgängliga:

- Liahona (62041 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 68)
- Nephi kuvar sina upproriska bröder (62044 180; *Evangeliebilder*, nr 70)
- Lehi och hans folk anländer till det utlovade landet (62045 180; *Evangeliebilder*, nr 71)

För att hjälpa eleverna repetera och förstå bakgrunden till det som de har studerat den här veckan visar du bilderna slumpvis och låter eleverna ordna dem kronologiskt. Be dem föreställa sig att de arbetar på en nyhetsredaktion och ska skriva en rubrik på högst sex ord till varje bild. Visa bilderna i ordningsföljd och be klassen komma med en rubrik. Läs gärna kapitelingresserna till 1 Nephi 15–18 högt för att hjälpa dem att komma i gång.

Inled diskussionen om 1 Nephi 15 med att be eleverna berätta om något de ägnar sig åt som fordrar att de själva anstränger sig innan de kan glädja sig åt resultat, till exempel göra läxor, spela ett instrument eller idrotta.

Skriv 1 Nephi 15:2–3, 7–11 på tavlan och ge eleverna tid att läsa de här verserna. Fråga dem varför Nephis bröder inte fick samma insikt som Nephi fick om Lehis uppenbarelser.

Efter att ha lyssnat på deras svar hjälper du dem att förstå följande: **för att få inspiration och vägledning från Herren måste vi först leva rättfärdigt, själva anstränga oss och ha tro.** Betona gärna den här principen genom att skriva den på tavlan.

Be eleverna begrunda och besvara följande fråga: Vad har ni upplevt som har hjälpt er att inse att det här är en sann princip?

Skriv *bärkraftig* på tavlan. Fråga eleverna vad som menas med bärkraftig. Efter att de svarat skriver du följande på tavlan: *förmåga att tåla påfrestningar.*

För att hjälpa eleverna förstå att Nephis tro var *bärkraftig* ger du varje elev i uppgift att gå igenom ett av följande kapitler: 1 Nephi 16, 17 eller 18. Om du har en stor klass kan du dela upp eleverna i grupper och låta dem arbeta gemensamt på ett kapitel.

Skriv följande frågor på tavlan. Uppmuntra eleverna att besvara frågorna med hjälp av kapitlet de fått i uppgift att gå igenom och dithörande material i elevboken.

- *Vilka prövningar ställdes Nephi inför i kapitlet du gick igenom?*
- *Hur utövade Nephi tro i den situationen? Vilken eller vilka verser tyder på att Nephis tro var bärkraftig?*
- *Vilka evangelieprinciper åskådliggörs i kapitlet? Vilka upplevelser har du haft av den här principen som har stärkt ditt vittnesbörd?*

Ge eleverna tillräcklig tid att utföra uppgiften. Be därefter minst en elev per kapitel att redogöra för hans eller hennes eller gruppens svar. (Om klassen är stor kan du låta flera elever besvara var och en av frågorna till varje kapitel.)

Be en elev att högt läsa följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum:

“Varför behöver vi en sådan bärkraftig tro? Därför att svåra tider stundar. I framtiden kommer det sällan att vara lätt eller populärt att vara en trofast sista dagars helig. Var och en av oss kommer att provas ... Förföljelsen kan antingen kuva dig till stillatigande svaghet eller motivera dig att vara mer föredömlig och modig i ditt dagliga liv.

*Hur* du hanterar livets prövningar är del av din tros utveckling. Du får styrka när du minns att du har en gudomlig natur, ett arv

av omätligt värde” (“Se framtiden an med tro”, *Liahona*, maj 2011, s. 36).

Be eleverna utbyta tankar om hur de kan möta livets svårigheter och personliga prövningar på det sätt som Nephi gjorde.

## 1 Nephi 19

***Nephi upptecknar profetior om Jesus Kristus för att förmå oss att komma ihåg honom***

Om tiden medger ber du eleverna gå igenom vad de skrev i sina skriftdagböcker i samband med dag 4, uppgift 5. Fråga dem om någon av dem skulle vara villig att berätta vad de skrev om sin kärlek till Frälsaren. Berätta därefter om dina känslor för Frälsaren.

Nephi älskade Frälsaren och kom ihåg honom i sina prövningar. Vittna om att när vi älskar och kommer ihåg Frälsaren så hjälper han oss och stöttar oss i våra prövningar.

## Nästa studieavsnitt (1 Nephi 20–2 Nephi 3)

I nästa studieavsnitt kommer eleverna studera Lehis sista ord till familjen. De kommer också läsa en forntida profetia om profeten Joseph Smith som yttrades långt före Kristi födelse.

# 1 Nephi 20–22

## Inledning

När Nephi undervisade sina bröder läste han ur mässingsplåtarna och fokuserade på Jesajas profetior om Israels skingring och insamling. Därefter besvarade han deras frågor om dessa profetior. Han förklarade att profetiorna kunde tillämpas på deras familj. Han

upprepade Jesajas ord och vittnade om att Herren skulle samla in sitt förbundsfolk, att Herren älskade dem även om de inte levde efter förbunden och att han uppmanade dem att omvända sig och återvända till honom.



## Lektionsförslag

### 1 Nephi 20

#### *Herren tillrättavisar sitt folk och uppmanar dem att återvända till honom*

Visa eleverna bilden Jesaja skriver om Jesu födelse (62339 180 *Evangeliebilder* [2009], nr 22). Förklara att den här bilden skildrar hur profeten Jesaja skriver en profetia om Jesu Kristi födelse. Fråga eleverna hur många av dem som hört talas om Jesaja.

Berätta att Jesaja var en profet som levde i Jerusalem och profeterade för folket mellan 740 f.Kr. och 701 f.Kr., inte långt innan Lehi och hans familj gav sig i väg mot sitt utlovade land. Nephi gladdes åt Jesajas ord och undervisade sin familj med hjälp av Jesajas profetior (se 1 Nephi 19:23; 2 Nephi 25:5). Jesajas ord är poetiska och fyllda med symbolik och därför tycker människor ibland att de är svårförståeliga. Men vi kan få välsignelser när vi studerar hans ord och försöker förstå dem.

Berätta att när Nephi undervisade sin familj så läste han valda delar av Jesajas ord som tagits med på mässingsplåtarna. Det gjorde han "för att än mer kunna förmå dem att tro på Herren [deras] Återlösare" (1 Nephi 19:23; se också vers 24).

Be en elev läsa 1 Nephi 20:1–2 högt. Innan han eller hon börjar läsa förklarar du att Jesaja i det här skriftstället talar till döpta personer som inte hållit sina förbund. Förklara gärna uttrycket "Israels hus" genom att berätta följande: Gamla testamentet innehåller Jakobs historia, Isaks son och Abrahams sonson. Herren gav namnet Israel åt Jakob (se 1 Mos 32:28). Uttrycket "Israels hus" syftar på Jakobs efterkommande och Herrens förbundsfolk (se Bible Dictionary, "Israel" och "Israel, Kingdom of").

Be eleverna läsa 1 Nephi 20:3–4, 8 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som visar att Israels hus inte hade varit trofast mot Herren. Uppmuntra eleverna att berätta vad de hittat.

Visa ett metallstycke som det är svårt att böja. Fråga eleverna vad de tror det menas med att någons nacke är "en järnsena" (1 Nephi 20:4). Förklara vid behov vad en sena är. På samma sätt som järn är svårböjt så böjer inte den som är högmodig sin nacke i ödmjukhet. Uttrycket "järnsena" tyder på att många i Israels hus var uppfyllda av högmod.

Be en elev läsa 1 Nephi 20:22 högt.

- Varför tror ni att de ogudaktiga inte har frid?

Påminn eleverna om att när Nephi citerade Jesajas profetior så uppmanade han sina bröder och sade: "Tillämpa dem på er själva" (1 Nephi 19:24).

- På vilket sätt påminde några i Nephis familj om de människor som profeten Jesaja kallade till omvändelse?

Be en elev läsa 1 Nephi 20:14, 16, 20 högt.

- Vad ville Herren att hans förbundsfolk skulle göra och säga? (Du kan behöva förklara att med att dra ut från Babylon och fly kaldéerna menas att lämna världslighet bakom sig och komma till Herren.)

Be eleverna ge exempel på personer som de sett komma till Herren och lämna världslighet bakom sig. Låt eleverna utforska 1 Nephi 20:18 och leta efter välsignelser som Herren ger dem som kommer till honom och hörsammar hans befallningar.

- Hur kan frid vara som en flod? Hur kan rättfärdighet vara som havets vågor?

Be några elever sammanfatta sanningar de lärt sig i 1 Nephi 20. Även om de kanske formulerar sina svar på olika sätt så förvissa dig om att eleverna förstår att **Herren uppmanar dem som varit olydiga att omvända sig och återvända till honom.**

Låt en elev läsa följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet. Be dem fundera över sambandet med 1 Nephi 20.

”Satan ... vill få oss att känna att vi är bortom all förlåtelse (se Upp 12:10). Satan vill att vi ska tro att vi när vi syndar passerar ’en punkt utan återvändo’ – att det är för sent att ändra kurs ...

Jesu Kristi försoning är Guds gåva till sina barn för att rätta till och övervinna syndens följder. Gud älskar alla sina barn, och han slutar aldrig att älska oss och hoppas för vår del ...

Kristus kom för att rädda oss. Om vi valt fel kurs kan Jesu Kristi försoning ge oss förvisningen att synden *inte* är utan återvändo. Det är möjligt att återvända i säkerhet om vi följer Guds plan för vår frälsning ...

Det [finns] *aldrig* en punkt utan återvändo. Det finns alltid hopp” (“Återvänd med säkerhet”, *Liahona*, maj 2007, s. 99, 101).

- Hur påminner president Uchtdorfs budskap om Jesajas budskap?

Vittna om att **Herren uppmanar dem som varit olydiga att omvända sig och återvända till honom.** Försäkra eleverna att Herren älskar oss var och en och alltid inbjuder oss att komma till honom. Be dem begrunda vad Herren kan vilja att de lämnar bakom sig så att de mer fullständigt kan komma till honom.

## 1 Nephi 21:1–17

### *Jesaja profeterar att Jesus Kristus inte ska glömma sitt förbundsfolk*

Sammanfatta 1 Nephi 21:1–13 kort genom att rikta elevernas uppmärksamhet på de två första påståendena i kapitelingsressen: ”Messias skall vara ett ljus för icke-judarna och skall befria de fångna” och ”Israel skall insamlas med kraft i de sista dagarna”. Förklara att Herrens ord i verserna 1–13 visar hans kärlek till sitt folk – till och med till dem som gått vilse och glömt honom.

Skriv följande på tavlan: **Herren älskar oss och ska aldrig glömma oss.** Be en elev läsa 1 Nephi 21:14 högt.

- Varför tror ni att människor ibland tycker att Herren har glömt dem?

Be en elev läsa 1 Nephi 21:15–16 högt. Ställ därefter några av följande frågor eller samtliga:

- Vad är det Jesaja undervisar om när han liknar Frälsaren vid en moder med ett spädbarn?
- Vad antyder ordet *inristat*? (Du kan framhålla att vi vanligtvis betraktar inristningar i sten eller metall som någonting bestående.)
- Vad innebär det för er att vara inristade ”på [Frälsarens] handflator”?
- Vilka upplevelser har hjälpt er förstå att Herren inte har glömt er?

När eleverna funderar på de här frågorna och lyssnar på varandras svar, då är de redo att förnimma hur den Helige Anden vittnar om Frälsaren. Bär ditt vittnesbörd om Frälsarens kärlek. Påminn eleverna om att Nephi lät oss få del av Jesajas profetior för att förmå oss att tro på Återlösaren och för att hjälpa oss att hoppas.

## 1 Nephi 21:18–26; 22:1–22

### *Nephi förklarar Jesajas profetia om Israels skingring och insamling*

Ställ flera föremål (som till exempel koppar) tillsammans på ett bord eller en stol. Tala om för eleverna att de här föremålen står för grupper av människor. Förklara att Nephi sade att Israel skulle skingras bland alla nationer eftersom de förhärdade sina hjärtan mot Frälsaren (se 1 Nephi 22:1–5). Flytta föremålen till olika delar av rummet medan du pratar. Förklara

#### **Ge eleverna tid att tänka efter**

När du ställer frågor ge då eleverna tid att tänka efter innan de svarar. Bra frågor leder ofta till eftertanke, och eleverna kan behöva tid på sig att finna svar i sina skrifter eller att formulera meningsfulla svar. Även om elevernas svar inte är helt rätta så gör de viktiga erfarenheter när de begrunder evangeliets sanningar och berättar för andra vad de kommit fram till.

att det här var ett viktigt ämne för Nephi. Hans familj var del av den skingringen. De hade skingrats från sitt hemland Jerusalem på grund av folkets ogudaktighet i det området.

Be eleverna läsa 1 Nephi 21:22–23 och 22:6–8 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa förklarar du att 1 Nephi 21 innehåller en profetia av Jesaja om Israels skingring och 1 Nephi 22 innehåller Nephis undervisning om Jesajas profetia.

- Vad är det "förunderlig[a] verk" som det talas om i 1 Nephi 22:7–8? (Evangeliets återställelse.)
- Detta att berätta för andra om evangeliet, hur är det som att bära dem i våra armar eller på våra axlar?

Läs gärna följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum för att hjälpa eleverna förstå Israels skingring och insamling:

"Varför skingrades Israel? Svaret är tydligt, det är uppenbart och det råder inget tvivel därom. Våra israelitiska förfäder skingrades eftersom de förkastade evangeliet, befläckade prästadömet, övergav kyrkan och tog avstånd från riket ...

Vad är det då som inbegrips i Israels insamling? Israels insamling utgörs av att tro på och acceptera och leva i harmoni med allt det som Herren en gång erbjöd sitt forntida utvalda folk ... Det utgörs av att tro på evangeliet, bli medlem i kyrkan och komma in i riket ... Det kan också utgöras av att samlas till en utsedd plats eller ett utsett land för gudsdyrkan" (*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], s. 515).

Läs 1 Nephi 22:9–12. Förklara att när det står i skrifterna att Herren "blottar sin arm" så syftar det på att Herren visar sin makt.

- Vad säger Nephi i 1 Nephi 22:11 att Herren ska göra i de sista dagarna för att visa sin makt?
- Att människor insamlas till kyrkan, på vilket sätt för det ut dem ur fångenskap och mörker?

Be elever hämta föremålen runt om i rummet och ställa dem tillsammans igen på en plats. Förklara att en insamling kan vara såväl andlig som kroppslig. När vi berättar för andra om evangeliet och de blir döpta och tar emot den Helige Andens gåva, då insamlas de andligen till Herrens kyrka. I kyrkans första dagar blev nyomvända medlemmar ombedda att samlas kroppsligen på ett ställe (till exempel i Kirtland i Ohio, i Nauvoo i Illinois och i Salt Lake City i Utah). I dag uppmuntras nyomvända att bygga upp kyrkan där de bor och samlas i sina lokala grenar, församlingar och stavar.

- Vilka välsignelser får de som Herren samlar in, enligt 1 Nephi 22:25? Vad tror ni menas med att "bli en hjord"? (Du kan förklara att en hjord är en grupp får som hålls samman och beskyddas av en herde.) Vad tror ni menas med att "finna bete"?

Gud ber i vår tid alla medlemmar i kyrkan att hjälpa till att samla in "[hans] barn från jordens fyra hörn" (1 Nephi 22:25). Vittna om att **Herren lovade att återställa evangeliet och samla in Israel i de sista dagarna.**

- Vad tror ni att de som insamlas (nyomvända) ska känna för dem som insamlat dem (de som har berättat för dem om evangeliet)?
- Hur kan ni låta andra också få del av Jesu Kristi evangelium?

Påminn eleverna om att Nephi citerade Jesaja för att hjälpa sin familj att ha större tro på Jesus Kristus och förtrösta mer på honom. Jesajas profetior och Nephis vittnesbörd kan hjälpa oss på samma sätt. Vittna om att Jesus Kristus inte ska glömma oss och att han aktivt försöker samla in oss.

### Återblick på 1 Nephi

Gör en återblick på 1 Nephi genom att be eleverna erinra sig vad de lärt sig hittills i seminariet i år och under sina personliga studier. Du skulle kunna uppmuntra dem att läsa kapitelingresserna i 1 Nephi. Be dem att göra sig beredda att berätta om något i 1 Nephi som inspirerat dem eller stärkt deras tro på Jesus Kristus. När de haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever att delge sina tankar och känslor. Fundera på att berätta om egna upplevelser av hur läran i 1 Nephi varit till välsignelse i ditt liv.

#### Bära vittnesbörd

Du bör bära vittnesbörd om de lärosatser du undervisar om i varje lektion och inte bara om att evangeliet är sanning. När du vittnar tänk då på följande vittnesbörd av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum: "Bär ditt vittnesbörd från din själs innersta. Det är det viktigaste du kan säga till dem under hela timmen, och det kan rädda någons andliga liv ... Om vi vittnar om sanningarna vi undervisat om, så kommer Gud, för vårt hjärta och för våra elevers hjärta, att bekräfta Jesu Kristi evangeliums budskap" ("Undervisning och inläring i kyrkan", *Liahona*, juni 2007, s. 72–73).

# Nephis andra bok

### Varför studera den här boken?

Boken 2 Nephi hjälper eleverna förstå evangeliets centrala lära, som Adams och Evas fall, Jesu Kristi försoning, och handlingsfrihet. Därutöver är den här boken fylld med profetior av Nephi, Jakob och Jesaja, som var särskilda vittnen om Frälsaren. De profeterade om evangeliets återställelse i de sista dagarna, att Guds förbundsfolk skulle skingras och insamlas, om Jesu Kristi andra ankomst, om Mormons boks framkomst och om tusenårsriket. Boken 2 Nephi innehåller också Nephis utläggning av Kristi lära och avslutas med Nephis vittnesbörd om Frälsaren.

### Vem skrev den här boken?

Lehis son Nephi skrev den här boken. Nephi var en profet och den förste store ledaren över det nephitiska folket efter att de skilt sig från lamaniterna. Det han skrev vittnar om att han hade upplevt Herrens återlösande kraft (se 2 Nephi 4:15–35; 33:6) och att han med hela sin själ ville att hans folk skulle få frälsning (se 2 Nephi 33:3–4). För att uppnå detta undervisade han sitt folk om att tro på Jesus Kristus och byggde ett tempel.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Nephi hade tre grupper i åtanke när han skrev boken: sin fars efterkommande, Herrens förbundsfolk i de sista dagarna och alla människor i världen (se 2 Nephi 33:3, 13). Boken 2 Nephi skrevs på Nephis mindre plåtar, som Herren hade sagt skulle vara en redogörelse för Nephis och hans efterkommandes verksamhet och profetior (1 Nephi 19:3–5). På de här plåtarna skrev Nephi om "det som rör sig i [hans] själ och mycket av den heliga skrift som är inristad på plåtarna av mässing". Han förklarade att han skrev "till lärdom och nytta för [sina] barn" (2 Nephi 4:15).

Han betygade och sade: "Vi talar om Kristus, vi gläds i Kristus, vi predikar om Kristus, vi profeterar om Kristus, och vi skriver i enlighet med våra profetior så att våra barn skall kunna veta till vilken källa de kan se för att få förlåtelse för sina synder" (2 Nephi 25:26). Han avslutade sin uppteckning med att uppmana alla människor att "hörsamma [hans ord] och tro på Kristus" (2 Nephi 33:10).

### När och var skrevs den?

Nephi började skriva den uppteckning som blev 2 Nephi omkring 570 f.Kr., 30 år efter att han och hans familj hade lämnat Jerusalem. Han skrev den när han bodde i Nephis land (se 2 Nephi 5:8, 28–34).

### Vad kännetecknar den här boken?

Även om Nephi är författare till 2 Nephi så är boken en sammanställning av undervisning från olika källor. Följande lista visar att många kapitel i boken innehåller citat från andra profeter. Eftersom Lehi, Jakob och Jesaja hade sett Jesus Kristus och var vittnen om honom tog Nephi med en del av det som de hade undervisat om, för att förmå läsare att tro på Jesus Kristus. Även Lehi och Jakob citerade andra profeters ord i sina predikningar.

- Lehis ord står i 2 Nephi 1–4. I 2 Nephi 3:6–21 citerar Lehi Josef "som fördes som fånge till Egypten".
- Nephis ord står i 2 Nephi 4–5 och 2 Nephi 11–33. Nephi citerar Jesaja utförligt i 2 Nephi 12–24 och 2 Nephi 27.
- Jakobs ord står i 2 Nephi 6–10. I 2 Nephi 6:6–7 och 2 Nephi 7–8 citerar Jakob Jesaja.

Boken 2 Nephi nämner också Lehis död (se 2 Nephi 4:12) och att Lehis efterkommande delade sig i två folk: lamaniter och nephiter (se 2 Nephi 5).

### Översikt

**2 Nephi 1–4** Kort före sin död ger Lehi sina efterkommande råd och välsignar dem.

**2 Nephi 4–8** Nephi gläds över Herren. Han för sina efterföljare till ett land de kallar Nephi. Han upptecknar Jakobs ord om Israels skingring och insamling.

**2 Nephi 9–10** Jakob undervisar om Jesu Kristi försoning. Han profeterar också om att judarna skulle förkasta Jesus Kristus och att judar och icke-judar i framtiden skulle samlas i det utlovade landet.

**2 Nephi 11–24** Nephi uttrycker sin glädje över att få vittna om Jesus Kristus. Han citerar Jesajas profetia om Israels skingring och insamling, om att de högmåttiga och ogudaktiga ska göras ödmjuka före Kristi andra ankomst och om Messias födelse, mission och tusenåriga regering.

**2 Nephi 25–27** Nephi profeterar om Frälsarens korsfästelse, uppståndelse och besök till nephiterna, om judarnas skingring och insamling, om nephiternas undergång, om avfallet, om Mormons boks framkomst och om återställelsen.

**2 Nephi 28–30** Nephi varnar för ogudaktigheten i de sista dagarna, förklarar Mormons boks framtida roll och profeterar om själars insamling till förbundet.

**2 Nephi 31–33** Nephi uppmanar oss att följa Kristus, mätta oss med hans ord och hålla ut intill änden. Han vittnar om att han skrivit Kristi ord.



# 2 Nephi 1

## Inledning

Sanningarna i 2 Nephi 1 yttrades av en kärleksfull förälder och ledare som snart skulle dö. Lehi värdade till sina söner, Ismaels söner och Zoram att hålla Guds bud.

Han lovade dem att om de höll Guds bud så skulle de få framgång i landet. Han uppmanade dem också att följa Nephis profetiska ledarskap.

### Fokusera på eleverna

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum förklarade att det är viktigare att hjälpa eleverna att få insikt än att täcka allt material i en lektionsplan: "Kom ihåg att er främsta prioritering inte är att täcka allt material, om det innebär att det inte kan tas emot på lämpligt sätt. Gå igenom så mycket ni kan så länge eleverna tar till sig det ... Om en nyckelprincip är förstådd [och] införlivad ... så har det viktigaste målet uppnåtts" ("Förstå och efterleva sanning", "KUV – En kväll med en generalauktoritet, 4 feb. 2005" [tal till KUV-lärare], s. 2–3, eller "To Understand and Live Truth", si.lds.org).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 1:1–23

#### Lehi uppmanar sitt folk att leva rättfärdigt

Be eleverna föreställa sig att de plötsligt måste lämna sina familjer och kanske aldrig träffa dem igen.

- Vad skulle ni säga till era familjer som ett sista råd? Varför skulle ni säga just det?

Efter att några elever besvarat frågorna berättar du att kapitlen 1–4 i 2 Nephi innehåller Nephis uppteckning av sin fars sista råd. Den här lektionen fokuserar på 2 Nephi 1 som innehåller Lehis råd till sina söner, Ismaels söner och Zoram.

- Varför kan en förälders eller en profets sista råd vara särskilt viktigt?

Be en elev läsa 2 Nephi 1:1–5 högt. Be klassen vara uppmärksam på "vilka stora ting Herren hade gjort för" Lehis familj.

- Hur visade de här stora ting att Herren är barmhärtig?
- Vilka stora ting har Herren gjort för er eller er familj?
- Vad har ni för känslor när ni tänker på Guds barmhärtighet mot er och er familj?

Skriv *Handlingar* på ena sidan av tavlan. Skriv *Följder* på den andra. Dela upp klassen i två grupper. Ge den första gruppen i uppgift att läsa 2 Nephi 1:6–9 och den andra 2 Nephi 1:10–12. Be båda grupperna hitta handlingar som Lehi sade att hans efterkommande kunde tänkas utföra. Be dem också vara uppmärksamma på följderna av de handlingarna. Lehi sade till exempel att om folket skulle tjäna Herren enligt dennes befallningar så skulle landet bli ett frihetens land för dem (se 2 Nephi 1:7). Allteftersom eleverna berättar om sina svar låter du en elev skriva dem på tavlan.

- När ni funderar över svaren som står på tavlan, hur skulle ni sammanfatta Lehis budskap till sin familj? (Eleverna formulerar kanske sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de förstår följande budskap: **Herren välsignar oss när vi håller hans bud och undanhåller välsignelser när vi inte håller hans bud.**)
- I 2 Nephi 1:9 syftar orden "detta land" på Nord- och Sydamerika. Vad lovade Herren de lydiga som skulle bo i "detta land"?

För att hjälpa eleverna förstå innebörden av de metaforer som Lehi använde för att uppmantra sina söner att hålla Herrens bud visar du en väckarklocka, en kedja och någonting som är täckt av damm (men betona bara själva dammet och inte föremålet).

Be eleverna läsa 2 Nephi 1:13–14 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på ord och uttryck som kan förknippas med de tre föremålen. Efter att de läst håller du fram varje föremål och ber eleverna berätta vilka ord och uttryck de hittat. (I svaren kan ingå: "vakna", "helvetets sömn", "skaka av de hemska kedjor", "kedjor som binder" och "res er ur stoftet".) Fråga eleverna vad som kan menas med att befinna sig i "djup sömn", att vara bunden med "hemska kedjor" eller att behöva "resa [sig] ur stoftet".

- Vad uppmanade Lehi sina söner att göra när han använde de här orden och uttrycken? (Att omvända och bättra sig.)
- Vad sade Lehi skulle hända om hans söner inte skakade av sig sina kedjor? (Se 2 Nephi 1:13.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 1:14–18 tyst för sig själva. Förklara att Lehi gav det här rådet vänligt, kärleksfullt och med stor omtanke ("ängslan") om sina barns välfärd. Be eleverna leta efter skäl till att Lehi ville att hans familj skulle hålla Herrens bud.

- Varför oroade sig Nephi för sina efterkommandes välfärd? (Han oroade sig över följderna de skulle drabbas av på grund av sina handlingar. Han ville att de skulle få uppleva Guds kärlek precis som han hade gjort.)

Be eleverna på nytt läsa 2 Nephi 1:15 tyst för sig själva.

- Vilka välsignelser hade Lehi fått på grund av sin trofasthet?
- När har ni känt att ni var omslutna av Guds kärleks armar?

Dela upp klassen i par. Be en elev i varje par att utforska 2 Nephi 1:19–22 och leta efter löften som skulle ha kunnat inspirera Lehis söner att omvända sig. Be den andra eleven i varje par att utforska samma verser och leta efter vad Lehi sade skulle bli följderna om hans söner valde att förkasta hans råd. (Skriv gärna den uppgiften på tavlan.) Ge eleverna tre till fyra minuter att göra uppgiften och att berätta för varandra vad de hittat. Gå gärna runt i klassrummet när de berättar för varandra vad de upptäckt så att du vid behov kan hjälpa dem i diskussionen.

Läs Lehis uppmaning i 2 Nephi 1:23 för eleverna. Uppmuntra gärna eleverna att markera den här versen. Uppmuntra dem också gärna att skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om något de kan behöva göra för att "vakna upp" eller "skaka av ... kedjor[na]" eller "stå upp ur stoftet" så att de kan få de välsignelser som Lehi talade om.

- Vad innebär det för er att "sätta på [er] rättfärdighetens rustning"? (Se också L&F 27:15–18.)

## 2 Nephi 1:24–32

### *Lehi uppmanar sina söner att följa Nephis profetiska ledarskap*

Förklara att Lehi undervisade om en kraft- och inspirationskälla som Herren hade gett deras familj. Be eleverna hitta den källan i 2 Nephi 1:24. (Källan var Nephi som skulle bli deras profet efter Lehis död).

Be en elev läsa 2 Nephi 1:25–28 högt. Be klassen vara uppmärksam på skäl som Lehi gav för att folket skulle följa Nephi.

- Vilka egenskaper betonade Lehi när han talade om Nephis ledarskap? Varför skulle ni lita på en ledare med dessa egenskaper?
- När har ni upplevt att ledare i kyrkan varit exempel på dessa egenskaper?

Be eleverna läsa 2 Nephi 1:30–32 tyst för sig själva. Be dem leta efter löften som Lehi gav Zoram.

- Vilka löften hittade ni?
- Hur skulle de här löftena kunna gälla oss och våra familjer när vi följer profeten?

Efter att ha diskuterat frågan förvissas du dig om att eleverna förstår att **när vi följer dem som Gud har kallat att leda oss blir vi välsignade med andlig välgång och trygghet.** Framhåll den här principen genom att bära ditt vittnesbörd om de välsignelser vi får när vi följer kyrkans ledare.

### *Metaforer i skrifterna*

En metafor är ett bildligt uttryck, ett uttryck som används om något som liknar det som uttrycket egentligen står för. Lehis söner var till exempel inte bokstavligen täckta av stoft när Lehi sade åt dem att "res[a] [sig] ur stoftet" (2 Nephi 1:14). Herren och hans profeter använder ofta metaforer i sin undervisning för att hjälpa oss att relatera evangeliets principer till oss själva. De här metaforerna kan vara verksamma påminnelser. När ni diskuterar metaforer hjälp då eleverna att fokusera på den andliga innebörd som orden förmedlar.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 1:22. "Evig undergång"

I 2 Nephi 1:22 talar Lehi om "kroppens och själens eviga undergång". Följande uttalande av president Joseph Fielding Smith kan kanske hjälpa dig att förklara vad Lehi avsåg med ordet "undergång" (förstörelse):

"Att förstöra betyder inte att förinta. Vi vet det därför att Herren har uppenbarat för oss att en själ inte kan tillintetgöras.

Varje själ som föds till världen skall uppstå och skall för alltid leva i odödlighet. Förstörelse betyder alltså ... inte förintelse. När Herren säger att de skall förstöras, menar han att de skall fördrivas från hans närhet, att de skall utestängas från ljuset och sanningen och inte givas förmånen att uppnå upphöjelsen. Detta är vad förstörelse betyder" (*Frälsningens lära*, sammanst. av Bruce R. McConkie, 3 delar [1954–1956], 2:196).

### 2 Nephi 1:28. "Om ni vill hörsamma Nephis röst skall ni inte förgås"

Lehi lovade att de som skulle "hörsamma Nephis röst" skulle bli välsignade (se 2 Nephi 1:28). I Läran och förbunden 21:5–6 kan vi läsa om löften som Herren gett dem som följer levande profeter i vår tid.

President Wilford Woodruff sade: "Jag hoppas att vi alla ska gå på den väg som Herrens tjänare utstakat åt oss, för om vi gör detta så vet jag att vi ska vara trygga i denna värld och uppnå lycka och upphöjelse i den nästkommande världen ... Om vi är trofasta så leder de oss på livets väg, och såtillvida som vi har tro på deras instruktioner, på den Helige Andens lärdomar genom dem, är vi alltid på den trygga vägen och kan vara säkra på vår belöning" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Wilford Woodruff* [2004], s. 197).

## LEKTION 23

# 2 Nephi 2 (Del 1)

### Inledning

2 Nephi 2 utgör fortsättningen på Lehis undervisning strax innan han dog. Han vände sig till sin son Jakob och vittnade om Herrens förmåga att helga våra lidanden till vårt bästa. Han undervisade alla sina söner

om Adams fall – varför det var nödvändigt och hur det påverkar mänskligheten – och om behovet av Jesu Kristi försoning. (Lehi undervisade också om läran om handlingsfrihet. Den läran tas upp i nästa lektion.)

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 2:1–4

##### *Lehi talar till Jakob om prövningar och välsignelser*

För att hjälpa eleverna inse att 2 Nephi 2 är tillämpligt på deras liv ber du dem tänka på någon de känner som har haft avsevärda svårigheter eller prövningar. Be dem begrunda vad de skulle kunna säga för att uppmuntra den personen. Be dem förbereda sig att berätta för klassen vad de skulle säga.

Berätta att 2 Nephi 2 innehåller en uppteckning av Lehis ord till en son som hade upplevt svårigheter. Be eleverna läsa 2 Nephi 2:1 tyst för sig själva. Be dem lägga märke till vilken son det var som Lehi undervisade (Jakob) och vad som hade vållat sonen lidanden (hans bröders råhet). Be därefter eleverna läsa 2 Nephi 2:2–3 tyst för sig själva. Föreslå gärna att de markerar orden och uttrycken som beskriver vad Herren skulle göra för Jakob.

Be eleverna berätta vilka uttryck de hittat. Ställ därefter följande frågor för att hjälpa dem förstå att **Herren kan helga våra lidanden till vårt bästa**:

- Vad innebär orden "helga dina lidanden till ditt bästa" för er? (Förklara vid behov att *helga* betyder att göra helig.)
- När har ni upplevt att Herren kan helga våra lidanden till vårt bästa?

#### 2 Nephi 2:5–25

##### *Lehi undervisar sina söner om fallet och om Jesu Kristi försoning*

Berätta att Lehi undervisade Jakob och sina andra söner om Adams och Evas fall. Du kan behöva förklara att uttrycket "fallet" syftar på de förhållanden som inträdde för Adams och Evas och deras efterkommandes del därför att Adam och Eva valde att äta av den förbjudna frukten i Edens lustgård.

- Vilket val gav Herren Adam och Eva i Edens lustgård? (Han tillät dem att välja om de skulle äta eller inte äta av den förbjudna frukten.)
- Varför gav Herren dem det här valet enligt 2 Nephi 2:15? ("För att hans eviga avsikter med människan skulle uppfyllas." Uppmuntra gärna eleverna att markera de här orden.)
- Vilka är Guds eviga avsikter med oss? (Att ge oss möjlighet att få evigt liv och bli lika honom. Du kan uppmuntra eleverna att skriva det här i sina skrifter bredvid orden "eviga avsikter". Du kan också låta dem läsa Mose 1:39.)

Skriv följande uppställning på tavlan men utan att fylla i de två nedre rutorna. (Föreslå gärna att eleverna skriver av uppställningen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.)

#### *Hjälp eleverna inse att skrifterna är tillämpliga på dem*

Ett av de bästa sätten att hjälpa elever att förbereda sig att lära är att be dem begrunda en fråga eller situation som är tillämplig på dem själva och som tas upp i skrifterna som du undervisar ur. Det här hjälper eleverna att studera skrifterna målmedvetet.

Utan fallet	På grund av fallet
<p>Allt skulle ha förblivit som det var när det skapades (se 2 Nephi 2:22).</p> <p>Adam och Eva skulle inte ha fått barn (se 2 Nephi 2:23).</p> <p>Adam och Eva skulle ha förblivit i ett oskuldsfullt tillstånd utan att känna till glädje eller sorg, gott eller ont eller synd (se 2 Nephi 2:23).</p>	<p>Adam och Eva drevs ut ur lustgården för att bruka jorden (se 2 Nephi 2:19).</p> <p>Adam och Eva frambringade barn – hela jordens familj (se 2 Nephi 2:20).</p> <p>Adam och Eva och deras efterkommande skulle få uppleva jordelivet med allt vad det innebär: sorg, glädje och förmågan att göra gott och att synda (se 2 Nephi 2:23, 25).</p> <p>Vi är underkastade kroppslig och andlig död (se 2 Nephi 9:6; Helaman 14:16).</p>

Be en elev komma till tavlan och skriva åt klassen. Be eleverna utforska 2 Nephi 2:19–25 tyst för sig själva och urskilja 1) följderna om Adam och Eva inte hade ätit den förbjudna frukten och fallit och 2) följderna av fallet. Be eleven skriva klassens svar i uppställningen. I svaren bör ingå de svar som visas ovan (utom upplysningarna om kroppslig och andlig död, vilka kommer att läggas till senare).

Be eleverna titta på sina svar under rubriken "Utan fallet".

- Hur skulle förhållandena i Edens lustgård ha hindrat Adam och Eva från att gå framåt i vår himmelske Faders frälsningsplan? (Se 2 Nephi 2:22–23.)

Be eleverna titta på sina svar under rubriken "På grund av fallet". Förvissa dig om att de förstår att eftersom vi är Adams och Evas efterkommande så är vi underkastade de förhållanden som inträdde i deras liv efter fallet (se 2 Nephi 2:21).

- Med uttrycket "bruka jorden" menas att Adam och Eva efter att ha drivits ut ur lustgården måste arbeta för att få mat. Hur tror ni arbete hjälper oss att framåtskrida i vår himmelske Faders plan?
- Om de skaffade barn, hur kunde det hjälpa Adam och Eva att bli mer lika vår himmelske Fader? På vilka sätt är familjer viktiga i vår himmelske Faders plan?
- Hur kan möjligheten att uppleva glädje och sorg hjälpa oss att framåtskrida i vår himmelske Faders plan?

Efter att ni diskuterat de här frågorna betonar du att **Adams och Evas fall är en väsentlig del av vår himmelske Faders lycksalighetsplan.**



### 2 Nephi 2:25

Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

Framhåll att 2 Nephi 2:25 är ett nyckelskriftställe. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det. Eftersom det är kort kan du gärna ta några minuter och hjälpa eleverna att lära sig det utantill.

Förklara att även om fallet gjorde det möjligt för oss att framåtskrida så ledde det också till att smärta, lidande, synd och död kom in i världen. För att hjälpa eleverna få en djupare insikt om den här sanningen ber du en elev läsa 2 Nephi 9:6 högt. Be därefter en annan elev läsa Helaman 14:15–17 högt. Be klassen vara uppmärksam på de följder av fallet som beskrivs i de här verserna.

- Vad lär oss de här verserna om fallet? (Det medförde både kroppslig och andlig död. Andlig död är ett tillstånd i vilket man är avskuren från Guds närhet. Skriv *Vi är underkastade kroppslig och andlig död* under "På grund av fallet" på tavlan.)

För att hjälpa eleverna fundera över hur de har fått uppleva följderna av fallet som står på tavlan, uppmuntrar du dem att tyst för sig själva begrunda följande frågor. (Läs frågorna långsamt och gör en paus efter varje fråga så att eleverna får tillräcklig tid att fundera.)

- Vad är några orsaker till elände och sorg i detta liv?
- Varför är döden en nödvändig del av frälsningsplanen?
- Hur kan sorger och besvär hjälpa oss att lära och utvecklas?

Förklara att när vi förstår hur vi påverkas av fallet, då inser vi att vi behöver Jesu Kristi försoning. Läs följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"Alldeles som en människa egentligen inte önskar mat förrän hon är hungrig, så önskar hon inte Kristi frälsning förrän hon vet varför hon behöver Kristus.



Ingen vet egentligen tillräckligt om varför hon behöver Kristus förrän hon förstår och accepterar läran om fallet och dess inverkan på hela människosläktet. Och ingen annan bok i världen förklarar denna viktiga lärosats tillnärmelsevis så bra som Mormons bok” (“Mormons bok och Läran och förbunden”, *Nordstjärnan*, juli 1987, s. 79).

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att begrunda de här frågorna visar du en bild av Frälsaren. Bär ditt vittnesbörd att **genom försoningen återlöser Jesus Kristus oss från fallets följderna och erbjuder återlösning från våra synder.**

Be några elever turas om att högt läsa ur 2 Nephi 2:5–10, 21 och Alma 7:11–13. Be klassen urskilja uttryck i de här verserna som visar vad Frälsaren har gjort för att återlösa oss från följderna av fallet och från våra personliga synder. För att hjälpa eleverna analysera uttrycken de urskilde frågor du:

- Vilka uttryck i de här verserna tyder på att Frälsaren genom försoningen ska återlösa oss från kroppslig död?
- Vilka uttryck tyder på att Frälsaren ska återlösa oss från andlig död (att vara avskuren från Guds närhet)?
- Vilka uttryck tyder på att Frälsaren kan återlösa oss från våra synder?
- Vilka uttryck tyder på att Frälsaren kan hjälpa oss igenom prövningar som sjukdom och smärta?

Vad måste vi göra enligt 2 Nephi 2:7–9, 21 för att få alla välsignelser som är tillgängliga genom försoningen? (Du kan i samband med vers 7 behöva förklara att den som har ”ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande” är ödmjuk och beredd att följa Guds vilja. En sådan person känner djup sorg över synder och önskar uppriktigt omvända sig.)

Efter att ni diskuterat de här frågorna låter du eleverna utforska verserna tyst för sig själva och leta efter uttryck som känns särskilt viktiga för dem. Be eleverna dela upp sig i par och berätta för varandra vilka uttryck de valt. Be dem tala om varför dessa uttryck känns viktiga för dem.

Be en eller två elever sammanfatta för klassen varför fallet är en väsentlig del av vår himmelske Faders frälsningsplan. Be dem därefter berätta hur Jesu Kristi försoning återlöser oss från fallet.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 2:25

*Obs:* Fundera på att använda följande aktivitet för att hjälpa eleverna använda 2 Nephi 2:25 när de undervisar om evangeliet. Du kan gärna använda den här aktiviteten en annan gång när ni har mer tid på er.

Be eleverna förbereda en lektion om läran om fallet med hjälp av 2 Nephi 2:25. De kan hålla den här lektionen på familjens hemmakväll eller i något annat sammanhang. Fråga några elever om de skulle vara villiga att berätta om sina erfarenheter efter att de hållit lektionen. Om tiden medger låter du eleverna börja förbereda sig under lektionen.

# 2 Nephi 2 (Del 2)

### Inledning


Den förra lektionen om 2 Nephi 2 fokuserade på Adams och Evas fall och Jesu Kristi försoning. Den här lektionen inriktas på Lehis undervisning om läran om handlingsfrihet, om sanningen att vi är fria att välja frihet och evigt liv genom Jesus Kristus.

I den här lektionen får eleverna tillfälle att undervisa varandra. Gör utdelningsblad i förväg med instruktionerna i den här lektionen. Sätt dig in i varje uppsättning instruktioner så att du kan hjälpa eleverna när de förbereder sig för att undervisa.

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 2:11–18, 25–30

##### *Lehi undervisar om handlingsfrihet och följderna av våra val*

 **2 Nephi 2:27** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

Påminn eleverna kortfattat om att de i förra lektionen studerade Lehis undervisning i 2 Nephi 2 om Adams och Evas fall och välsignelserna av Jesus Kristi försoning. Adams och Evas val gjorde det möjligt för oss att komma till jorden (se 2 Nephi 2:25), där vi får uppleva sorg och smärta och där vi dör. **Genom försoningen återlöser Jesus Kristus oss från fallet och erbjuder återlösning från våra synder** (se 2 Nephi 2:26). Tack vare försoningen gäller följande: **Vi är fria att välja frihet och evigt liv eller fångenskap och död** (se 2 Nephi 2:27).

Berätta att när eleverna under den här lektionen fortsätter att studera 2 Nephi 2 så får de tillfälle att undervisa varandra om handlingsfrihetens princip, vilken Lehi förklarade för sin son Jakob. Dela upp eleverna i fyra grupper. Ge varje grupp en av följande uppsättningar instruktioner för att hjälpa dem att förbereda sig att undervisa (gör utdelningsblad med de här instruktionerna före lektionen). Om det är en klass med färre än fyra elever så ger du varje elev en uppsättning frågor och undervisar själv om de återstående uppsättningarna.

Varje uppsättning frågor innehåller fem uppgifter. Uppmuntra alla elever att delta genom att se till att varje person i varje grupp får en uppgift. I grupper med fler än fem deltagare kan eleverna dela på uppgifter. I grupper med färre än fem deltagare får några elever göra mer än en uppgift. Berätta för eleverna att de får omkring tre minuter på sig att förbereda sig och att varje grupp har omkring fem minuter på sig att undervisa.

#### Grupp 1: Gud skapade oss för att vi ska verka

- Håll fram en sten inför klassen. Be en elev läsa 2 Nephi 2:14 högt. Innan han eller hon börjar läsa ber du klassen vara uppmärksam på Lehis beskrivning av de två slags ting som Gud har skapat i himlarna och på jorden. ("Ting som verkar och ting som påverkas.") Fråga: Hur syftar den här versen på oss och på stenen? (Vi skapades för att verka, stenen däremot för att påverkas. Stenen kan inte verka av sig själv, och det gäller också för många andra skapelser.)
- Be en elev läsa den första meningen i 2 Nephi 2:16. Fråga klassen: Varför tror ni att det är viktigt i vår himmelske Faders frälsningsplan att vi handlar av oss själva? Efter att eleverna svarat frågar du: Hur väntar vi ibland på att påverkas snarare än att handla av oss själva?
- Skriv *L&F* 58:26–28 på tavlan. Be klassen slå upp det här skriftstället. Läs upp det tillsammans.
- Fråga: Vad lär vi oss av Läran och förbunden 58:26–28 om att handla av oss själva? Hur kan vi verka med iver för en god sak och åstadkomma mycket rättfärdighet? När har ni upplevt att er egen iver åstadkom mycket rättfärdighet? (Efter att en eller två elever har svarat kan du berätta om en egen upplevelse.)
- Bär ditt vittnesbörd om vikten av att handla av oss själva och sträva efter att åstadkomma mycket rättfärdighet.

**Grupp 2: Goda lockelser och onda lockelser**

- A. Be en elev läsa den andra meningen i 2 Nephi 2:16 högt. Fråga klassen: Vad menas med ordet *locka*? (Försöka förmå, övertala eller utöva dragningskraft.)
- B. Fråga klassen: Hur lockar vår himmelske Fader oss att göra gott? (I elevernas svar kan bland annat ingå: genom den Helige Andens maningar, genom utlovade välsignelser om vi lyder hans befallningar och genom nutida profeters ord.)
- C. Läs 2 Nephi 2:17–18 högt och be eleverna följa med i sina skrifter. Be dem vara uppmärksamma på vad djävulen vill att vi alla ska vara. (Han vill att vi ska vara olyckliga.)
- D. Fråga: Hur kan ni veta vilka lockelser som kommer från Gud och vilka som kommer från djävulen? (Som del av den här diskussionen kan du hänvisa till Moroni 7:16–17.) Efter att klassen svarat frågar du: Vad finns det till exempel som får människor att göra ont och som leder dem till olycka?
- E. Bär ditt vittnesbörd om att lockelser som kommer från Gud leder till godhet och lycka och att lockelser som kommer från djävulen leder till ogudaktighet och olycka. Berätta gärna om en upplevelse som belyser hur du vet att det här är sant.

**Grupp 3: Vi är ansvariga för våra val**

- A. Läs det här uttalandet för klassen:  
 "Du är fri att välja och handla, men du är inte fri att välja följderna av dina handlingar. Följderna kanske inte är omedelbara, men de kommer alltid" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 66).  
 Fråga: Vad finns det för några exempel på följder som kanske inte är omedelbara men som kan komma? (I svaren kan ingå att rökning ofta orsakar cancer.)
- B. Be eleverna läsa 2 Nephi 2:26–27 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som visar framtida följder av val som vi gör nu. Be eleverna berätta vad de hittar. (I svaren kan ingå "lagens straff på den stora och yttersta dagen", "frihet", "evigt liv", "fångenskap", "död" och "olyckliga".) Skriv elevernas svar på tavlan.
- C. Fråga: Varför tror ni det är viktigt att vi inser följderna av våra val i det här livet? Efter att eleverna svarat frågar du: Hur kan vetenskapen om de här följderna motivera oss att göra rättfärdiga val?
- D. Betona att Lehi i 2 Nephi 2:27 säger att vi "är fria att välja frihet". Fråga: Hur hjälper rättfärdiga val oss att förbli fria att välja, enligt era erfarenheter? Kan ni komma med några exempel på det här? (Var beredd att berätta om ett eget exempel.)
- E. Bär ditt vittnesbörd om att vi är ansvariga inför Gud för våra val och att våra val alltid får följder.

**Grupp 4: Välja den goda delen**

- A. Be en elev läsa 2 Nephi 2:28 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Lehi ville att sönerna skulle göra. Efter att eleven läst versen ber du eleverna berätta vad de funnit.
- B. Fråga: Vad är några exempel på hur vi kan se till den store Medlaren Jesus Kristus för att få hjälp att göra rättfärdiga val?
- C. Be en elev läsa 2 Nephi 2:29 högt. Fråga klassen: Hur kan våra val ge djävulen makt att göra oss till fångar? Som del av diskussionen framhåller du att många av Satans frestelser riktar in sig på våra kroppsliga begär eller "köttets vilja". När människor ger efter för dessa frestelser kan de bli beroende av skadliga ämnen och beteenden. Läs följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum:  
 "Det som från början var menat som ett bagatellartat experiment kan leda till en ond cirkel. Ett smakprov kan skapa en vana. Från vanan kommer beroendet. Från beroende kommer begär. Greppet hårdnar gradvis. Vanans bojor, som gör oss till slavar, är så små att de inte känns, förrän de är så starka att de inte går att bryta sönder ... Begären slår efter ett tag ut handlingsfriheten" ("*Träldom eller frihet*", *Nordstjärnan*, jan. 1989, s. 5–6).  
 Bär ditt vittnesbörd om att rättfärdighet för till frihet från skadliga ämnen och beteenden.
- D. Läs 2 Nephi 2:30 för klassen. Betona följande ord: "Jag har valt den goda delen." Fråga: Vad säger de här orden om Lehi?



E. Be eleverna begrunda följande frågor: Vem känner ni som "valt den goda delen" liksom Lehi? Hur skulle ni vilja följa den här personens exempel? Efter att eleverna haft tid att begrunda ber du en eller två av dem att berätta om sina svar. Dela därefter med dig av dina egna tankar.

*Anmärkning till läraren:* Avsluta med att be eleverna fundera över om de val de har gjort eller gör leder till frihet och evigt liv eller till fångenskap, andlig död och olycka. Försäkra eleverna att de genom tro på Jesus Kristus och omvändelse kan övervinna dåliga val de gjort. Vittna om Frälsaren, hans försoning och hans förmåga att stärka oss i vår strävan att göra val som leder till lycka och evigt liv.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 2:27

För att hjälpa eleverna lära sig 2 Nephi 2:27 utantill skriver du den första bokstaven i varje ord i skriftstället på tavlan: *D ä m f i k, o a s ä l f m ä g å d. O d ä f a v f o e l g a m s M, e a v f o d e d f o m. T h s e a g a m l o s h s ä.* (Du kan uppmuntra eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt.)

Be eleverna läsa upp 2 Nephi 2:27 tillsammans (de kan vid behov använda sina skrifter) ända tills de kan göra det endast med hjälp av de första bokstäverna. Sudda sedan bort flera bokstäver och låt dem läsa upp skriftstället på nytt. Fortsätt ända tills alla bokstäver har suddats bort och klassen kan läsa upp skriftstället ur minnet. Som del av den här aktiviteten kan du gärna läsa följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum: "Ett skriftställe som man lärt sig utantill blir en tålmodig vän som inte försvagas av tidens gång" ("Kraften i skrifterna", *Liahona*, nov. 2011, s. 6).

*Obs:* Det kan finnas tid att göra den här aktiviteten under lektionens gång. Om inte, kan du kanske göra den under en annan lektion.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 2:29. "Köttets vilja och det onda som finns däri"

Den här versen säger inte att våra kroppar är onda. Den beskriver snarare en sida av vårt fallna tillstånd. *Stå fast i din tro* ger följande förklaring: "I detta fallna tillstånd har vi en konflikt inom oss. Vi är Guds andebarn med

möjlighet att 'få del av gudomlig natur' (2 Petrusbrevet 1:4). Emellertid '[är] vi ... ovärdiga inför [Gud]. På grund av fallet har vi till vår natur blivit ständigt onda' (Ether 3:2). Vi behöver ständigt sträva för att övervinna orättfärdiga känslor och önskingar" (se *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 32).

## LEKTION 25

# 2 Nephi 3

### Inledning

2 Nephi 3 innehåller Lehis ord till sin yngste son Josef. Lehi berättade om Josef i Egypten och hans profetia om

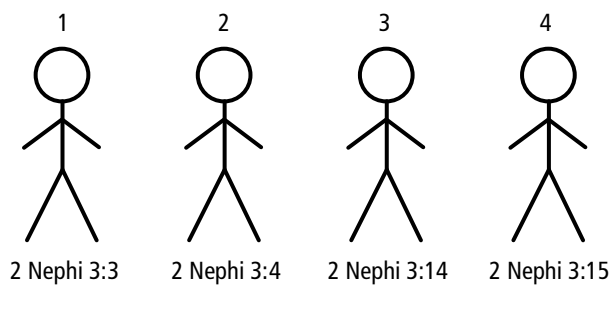
profeten Joseph Smith, Mormons boks framkomst och evangeliets återställelse.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 3:1–25

*Lehi berättar om Josef i Egypten och hans profetia om profeten Joseph Smith*

Gör följande uppställning på tavlan före lektionen.



För att hjälpa eleverna förstå budskapet i 2 Nephi 3 berättar du för dem att det här kapitlet innehåller upplysningar om fyra män med samma förnamn. Be eleverna snabbt utforska skriftställe hänvisningen under varje figur på tavlan och ta reda på vem figuren står för. När en elev hittat ett svar ber du honom eller henne att skriva det på tavlan. (Den första figuren står för Lehis son Josef. Den andra står för profeten Josef som såldes till Egypten omkring 1 700 år före Kristi födelse. Den tredje står för profeten Joseph Smith. Den fjärde står för Joseph Smith den äldre.)

Visa en bild av profeten Joseph Smith, som till exempel Broder Joseph (62161 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 87). Berätta för eleverna att en stor del av 2 Nephi 3 ägnas åt Josef i Egypten och hans profetia om profeten Joseph Smith.

Be tre elever turas om att läsa högt ur 2 Nephi 3:6–8. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som Josef använde för att beskriva Joseph Smith och det verk han skulle utföra. (Du kan behöva förklara att när Josef använde uttrycket "min livsfrukt" så syftade han på sina efterkommande.) Lista på tavlan under figuren som står för Joseph Smith de ord och uttryck som eleverna hittade. De bör nämna uttryck som "en utvald siare för min livsfrukt", "högt aktad", "bringa dem till kunskapen om de förbund" och "jag skall göra honom stor i mina ögon".

- Vad har ni lärt er om profeten Joseph Smith när vi studerat 2 Nephi 3:6–8? (Hjälp eleverna förstå att **Herren uppste profeten Joseph Smith för att han skulle hjälpa till att återställa evangeliet.**)

Be eleverna läsa 2 Nephi 3:11–15 tyst för sig själva. Be dem leta efter ytterligare uttryck som beskriver vad Gud skulle åstadkomma genom profeten Joseph Smith. När de haft tillräcklig tid att studera dessa verser frågar du dem vad de hittat. Lägg till deras svar till listan på tavlan under figuren som står för profeten Joseph Smith. (I svaren kan ingå "föra fram mitt ord", "från svaghet skall han göras stark", "de som söker förgöra honom skall tillintetgöras" och "han skall få sitt namn efter ... [sin] fars namn".)

För att hjälpa eleverna förstå och begrunda Joseph Smiths roll i evangeliets återställelse läser du 2 Nephi 3:11 högt för dem och betonar därvid uttrycket "makt att föra fram mitt ord".



- Vad finns det för exempel på Guds ord som Joseph Smith förde fram? (I svaren kan ingå Mormons bok, Läran och förbunden, Den kostbara pärlan, Joseph Smiths översättning av Bibeln och profetens egna predikningar.)

Framhåll i diskussionen att Josef som verkade i Egypten profeterade att profeten Joseph Smith skulle föra fram Mormons bok. Du kan behöva förklara att 2 Nephi 3:12 nämner två böcker: den bok som skrevs av avkomlingar till Josef i Egypten, det vill säga Mormons bok, och den bok som skrevs av avkomlingar till Juda, det vill säga Bibeln. Föreslå gärna att eleverna skriver de här förklaringarna i sina skrifter.

Be eleverna utforska 2 Nephi 3:12 och leta efter uttryck som beskriver vad Mormons bok och Bibeln ska åstadkomma när de "väx[er] samman". (Till exempel: "vederlägga falska läror", "bilägga stridigheter" och "upprätta fred".)

För att hjälpa eleverna fundera över hur Mormons bok har påverkat dem själva i livet frågar du:

- När har ni upplevt Mormons boks kraft i ert liv eller sett dess inflytande i vänners eller familjemedlemmars liv?

Be en elev läsa 2 Nephi 3:15 högt. Be klassen vara särskilt uppmärksam på uttrycket "föra mitt folk till frälsning".

- På vilka sätt hjälper Mormons bok till att föra människor till frälsning?
- Vad har Mormons bok betytt i ert liv?

För att hjälpa eleverna förstå och värdesätta den uppgift som profeten Joseph Smith blev förutordinerad till att utföra, ber du en elev läsa följande uttalande av president Brigham Young:

"Det bestämdes i evighetens råd, långt innan jordens grundvalar lades, att han, Joseph Smith, skulle vara den i den sista evangelieutdelningen i denna värld, som skulle frambringa Guds ord till människorna och motta fullheten av Guds Sons prästadömes nycklar och makt. Herren hade ögonen på honom, och på hans far, och på hans farfar, och på deras förfäder ända tillbaka till ... Adam. Han har följt denna släkt och detta blod som det har flutit från sitt ursprung till födseln av denne man. Han förutordinerades i evigheten till att presidera över denna sista evangelieutdelning" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young*, s. 96).



Sammanfatta 2 Nephi 3:16–24 genom att berätta att Josef i Egypten jämförde Joseph Smith med Mose. Be eleverna leta efter ord och uttryck som beskriver profeten Joseph Smith i 2 Nephi 3:24. När de berättar vad de hittat lägger du till dessa ord och uttryck till listan på tavlan.

Läs följande uttalande av president Gordon B. Hinckley. Be eleverna lyssna efter sanningar som uppenbarades genom profeten Joseph Smith:

"Tillåt mig nämna några av många lärdomar och seder som skiljer oss från alla andra kyrkor, vilka alla kommit till den unge profeten [Joseph Smith] genom uppenbarelse ...

Kunskap om Gudomen ...

Mormons bok ...

Det återställda prästadömet ...

Planen för familjens eviga liv ...

Små barns oskuld ...

Den stora läran om frälsning för de döda ...

Människans eviga natur ...

Principen om nutida uppenbarelse ...

Under de 38 korta åren av hans liv kom genom honom ett ojämförligt flöde av kunskap, gåvor och lärosatser" (*Liahona*, maj 2005, s. 80–83).

Be en elev lägga till president Hinckleys lista till listan på tavlan.

Be en elev läsa Läran och förbunden 135:3 högt. Berätta att äldste John Taylor i de tolv apostlarnas kворum som senare blev kyrkans tredje president skrev de här orden kort efter

profeten Joseph Smiths död. Be eleverna vara uppmärksamma på sådant i den här versen som kan bifogas listan på tavlan. Lägg till deras svar till listan.

Ge eleverna tid att titta på listan på tavlan. Be dem begrunda vad de lärt sig om profeten Joseph Smiths roll. Be dem fundera över vad de vet om och känner för profeten Joseph Smith genom att i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker besvara en av följande frågor:

- Vad har du lärt dig eller känt i dag som stärkt ditt vittnesbörd om profeten Joseph Smith?
- Vad gjorde Joseph Smith eller vad undervisade han om eller återställde som du känner är "av stort värde" (2 Nephi 3:7) för dig?

Dela upp eleverna i par. Uppmuntra dem att bära sina vittnesbörd för varandra om profeten Joseph Smith. Har ni tid kan du gärna uppmuntra några elever att bära sina vittnesbörd för hela klassen. Vittna själv om att Gud uppreste Joseph Smith för att han skulle hjälpa till att återställa evangeliet. Uppmana dina elever att med en bön i hjärtat söka tillfällen att bära vittnesbörd för andra om profeten Joseph Smith och Mormons bok, framför allt för familj och vänner.

### Frågor om känslor

President Henry B. Eyring i första presidentskapet uppmanade lärare att ställa frågor "som får den enskilde att söka i minnet efter känslor". Han sade: "Du gör klokt i att vänta lite innan du ber någon svara. Också de som inte säger något sitter och tänker på andliga upplevelser. Det inbjuder den Helige Anden" ("The Lord Will Multiply the Harvest", [tal till KUV-lärare, 6 feb. 1998], s. 6, si.lds.org).

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 3:12. Hur Mormons bok och Bibeln ska "växa samman"

Kort efter att kyrkan publicerat sin utgåva av King James-versionen av Bibeln, med en handledning för skriftstudier och fotnoter med hänvisningar till alla standardverken, sade president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum: "Gamla testamentet och Nya testamentet ... och ... Mormons bok ... är nu så sammanvävda att medan man fördjupar sig i den ena dras man till den andra; medan man inhämtar kunskap från den ena blir man upplyst av den andra. De är verkligen ett i våra händer" (se *Nordstjärnan*, apr. 1983, s. 100).

### 2 Nephi 3:18. Vem är talesmannen?

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum uttalade sig om vilka det är som omtalas i 2 Nephi 3:18. Orden inom hakparentes är äldste McConkies tillägg. Han sade: "Lägg märke till vad Herren säger här: 'Och se, jag skall utse honom [Mormon] till att skriva din livsfrukts [nephiterna] skrifter åt din livsfrukt [lamaniterna]. Och din livsfrukts talesman [Joseph Smith] skall förkunna det.' Så det var Mormon som skrev Mormons bok, men det han skrev hämtades från de nephitiska profeternas skrifter, och dessa skrifter, sammanställda till en bok, översattes av Joseph Smith och sändes ut av honom till lamaniterna" (*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], s. 426).

# Hemstudielektion

## 1 Nephi 20–2 Nephi 3 (Studieavsnitt 5)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 1 Nephi 20 till 2 Nephi 3 (studieavsnitt 5) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion du håller i samband med studieavsnitt 5 fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (1 Nephi 20–22)

När Nephi citerade några av Jesajas profetior för sina bröder lärde sig eleverna att Herren uppmanar dem som varit olydiga att omvända sig och återvända till honom. Detta visar att Herren älskar oss och aldrig ska glömma oss. Eleverna lärde sig också att även om Israel skulle bli skingrade på grund av sin olydnad så lovade Herren att återställa evangeliet och samla in Israel i de sista dagarna.

#### Dag 2 (2 Nephi 1)

Eleverna studerade Lehi sista råd till sin familj innan han dog. Lehi betonade att Herren välsignar oss när vi håller hans bud och undanhåller välsignelser när vi inte håller hans bud. När Lehi visste att han snart skulle dö uppmanade han sin familj att följa Nephi. Eleverna såg att när vi följer dem som Gud har kallat att leda oss blir vi välsignade med andlig välgång och trygghet.

#### Dag 3 (2 Nephi 2)

Lehi förklarade två grundläggande sanningar för sin son Jakob, att: 1) Adams och Evas fall är en väsentlig del av vår himmelske Faders lyckalighetsplan och 2) genom försoningen återlöser Jesus Kristus oss från fallets följder och erbjuder återlösning från våra synder. Lehi förklarade att vi till följd av fallet och försoningen är fria att välja frihet och evigt liv eller fångenskap och död (se 2 Nephi 2:27).

#### Dag 4 (2 Nephi 3)

Lehi talade till sin Josef och berättade om Josef i Egypten och hans profetia på mässingsplåtarna. Den här profetian sade att Herren uppreste profeten Joseph Smith för att han skulle hjälpa till att återställa evangeliet. Eleverna blev ombedda att skriva i sina skriftdagböcker om hur Joseph Smiths verk varit av stort värde för dem.

### Inledning

Den här lektionen är avsedd att hjälpa eleverna förstå Guds eviga avsikter. Lehi visste att det var bara om hans efterkommande förstod och trodde på hörnpelare i läran såsom fallet, Jesu Kristi försoning, handlingsfrihet och lydnad (se 2 Nephi 2:25, 27) som de kunde göra de val som leder till lycka, frihet och evigt liv. Uppmuntra eleverna att välja evigt liv så att de liksom Lehi kan vara "för evigt omslut[na] av [Guds] kärleks armar" (2 Nephi 1:15).

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 1–2

##### *Innan han dör uppmanar Lehi sina barn att hålla Guds bud och undervisar dem om läran om frälsningsplanen*

Börja med att låta eleverna läsa den sista meningen i 2 Nephi 3:25 ("Kom ihåg din döende fars ord"). Fråga dem om de tror att de skulle lyssna mer uppmärksamt på en familjemedlems råd om de visste att han eller hon var döende.

Följande aktivitet kan hjälpa eleverna att förstå de sanningar bättre som Lehi betonade i sina sista ord till familjen. Den ger dem också tillfälle att utbyta tankar om hur dessa sanningar kan hjälpa dem att följa vår himmelske Faders plan för deras frälsning.

1. Fördela vart och ett av följande skriftställen på enskilda elever eller par: 2 Nephi 1:16–20; 2 Nephi 2:6–10; 2 Nephi 2:19–20, 22–25; 2 Nephi 2:11–13, 27–29. (Om du har färre än fyra elever i klassen kan du anpassa aktiviteten efter antalet elever och ge dem fler än ett skriftställe eller också diskutera färre skriftställen.)
2. Be eleverna skriva svaren på följande frågor i sina skriftdagböcker när de studerar de här skriftställena. (Du skulle kunna skriva frågorna på tavlan.)
  - a) Vilka viktiga sanningar undervisade Nephi om?
  - b) Varför är de här sanningarna så viktiga för vår eviga välfärd?
3. Efter att eleverna haft tid på sig utföra sin uppgift ber du varje elev eller par att berätta vad de upptäckt. Uppmuntra så många elever som möjligt att berätta vad de funnit och varför det kändes viktigt för dem.

Skriva följande sanning på tavlan efter aktiviteten: **Adams och Evas fall är en väsentlig del av vår himmelske Faders lyckalighetsplan.**

Läs följande uttalande av president Joseph Fielding Smith:

"Adam gjorde bara vad han var tvungen att göra. Han åt av frukten av en god anledning, och det var för att öppna dörren och släppa in dig och mig och alla andra till denna värld ...

Om det inte hade varit för Adam skulle jag inte vara här. Ni skulle inte vara här" (i Conference Report, okt. 1967, s. 121–122).

Ställ följande frågor till eleverna:

- Vilka är några av fallets följder som Lehi beskrev i 2 Nephi 2:21–24?
- Hur gör de här följderna det möjligt för oss att framåtskrida i enlighet med vår himmelske Faders plan för vår frälsning?

Lägg till följande sanning på tavlan: **Genom försoningen återlöser Jesus Kristus oss från fallets följder och erbjuder återlösning från våra synder.**

För att hjälpa eleverna få en djupare insikt i den här sanningen låter du en elev läsa upp följande uttalande av äldste Joseph B. Wirthlin i de tolv apostlarnas kvorum:

"Jesu Kristi försoning, som var en ren kärlekshandling, övervann följderna av fallet och banade väg för hela mänskligheten tillbaka till Guds närhet. Som del av försoningen övervann Frälsaren den fysiska döden och gav alla Guds barn odödlighet genom uppståndelsen. Han övervann också den andliga döden och gav möjlighet till evigt liv, det liv som Gud lever och den största av alla Guds gåvor" ("Kristna i tro och handling", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 68).

Fråga eleverna: Vilka är några av försoningens välsignelser?

För att hjälpa eleverna inse vikten av handlingsfrihet i vår himmelske Faders plan läser du följande uttalande av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kvorum:

"Utan valmöjligheter, utan vår frihet att välja och utan mot-satser, skulle det inte finnas någon verklig existens. Det är ett faktum att vi varken kan tillväxa andligen, eller därigenom bli verkligt lyckliga, om vi inte och förrän vi använder vår moraliska handlingsfrihet" (*One More Strain of Praise* [1999], s. 80).

Skriv följande princip på tavlan: **Vi är fria att välja frihet och evigt liv eller fångenskap och död.**

Be eleverna gå till uppgift 4 för dag 3 i sina skriftdagböcker. Be några av dem att förklara vad de lärde sig om handlingsfrihet i 2 Nephi 2:26–29.

Läs följande uttalande av profeten Joseph Smith:

"Vi måste inte bara lyda en del av Guds befallningar utan alla för att bli frälsta" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 160).

Du skulle kunna ställa följande frågor för att hjälpa eleverna förstå vikten av lydnad:

- Varför tror ni Lehi betonade lydnad i sitt sista råd till sin familj innan han dog?
- Vad har ni upplevt som har hjälpt er förstå att **Herren välsignar oss när vi håller hans bud och undanhåller välsignelser när vi inte håller hans bud?** (Lägg till den här sanningen till listan på tavlan.)

Avsluta lektionen med att läsa följande uttalande av äldste Boyd K. Packer, president i de tolv apostlarnas kvorum:

"Lydnad är en kraftfull andlig medicin. Den botar nästan allt" ("Balsam från Gilead", *Nordstjärnan*, jan. 1988, s. 13).

Vittna om att Gud älskar dina elever och att han vill hjälpa dem att övervinna fallets följder och få evigt liv.

### Nästa studieavsnitt (2 Nephi 4–10)

Efter Lehis död försökte Laman och Lemuel återigen ta livet av Nephi. Vilken varning kom Herren med som räddade Nephis liv? Vad skulle hända med vår kropp och ande om det inte fanns någon försoning? Svaren på de här frågorna finner eleverna i 2 Nephi 9:7–9.

# 2 Nephi 4

## Inledning

Efter Lehis död blev Laman och Lemuel arga på Nephi "på grund av [de] Herrens förmaningar" som Nephi hade riktat till dem (se 2 Nephi 4:13–14). Bedrövad över sina bröders inställning och handlingar och över sina egna svagheter och synder skrev Nephi ner sina känslor

med uttrycksfulla och poetiska ord. Han beskrev sin kärlek för skrifterna och sin tacksamhet för de välsignelser och den styrka som Herren hade gett honom (se 2 Nephi 4:15–35).

### Skriva på tavlan

Tankeväckande citat eller frågor på tavlan kan hjälpa dig att få eleverna att intressera sig för lektionen och förbli uppmärksamma. Du kan också ha stor hjälp av att visa eller skriva lektionsmaterial som skriftställe-hänvisningar, figurer och uppställningar på tavlan. Beroende på hur länge och i vilket syfte materialet ska användas kan det vara fördelaktigt att sätta upp eller skriva det på tavlan före lektionen. På så vis kan du spara tid under lektionen och undvika onödiga avbrott.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 4:1–11

#### Lehi ger råd till och välsignar sin familj

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Om du var en trofast far- eller morförälder och dina barn inte levde efter evangeliets normer, vilket råd skulle du då ge dina barnbarn?*

Börja lektionen med att be elever besvara frågan på tavlan. Efter att de gjort det frågar du:

- Vilket ansvar har föräldrar och far- och morföräldrar att undervisa sina barn och barnbarn och ge råd till dem?

Läs gärna eller be en elev läsa följande uttalande som del av diskussionen:

"Föräldrar har ett heligt ansvar att uppfostra sina barn i kärlek och rättfärdighet, att sörja för deras fysiska och andliga behov, att lära dem älska och tjäna varandra, att hålla Guds bud och vara laglydiga medborgare var än de bor. Män och hustrur – mödrar och fäder – kommer att stå till svars inför Gud för hur de uppfyller dessa plikter ... Släktingar bör vid behov ge hjälp och stöd" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129).

Inled 2 Nephi 4 med att berätta att Lehi innan han dog gav sin familj och sina efterkommande rådet att hålla Guds bud. Be eleverna läsa 2 Nephi 4:3–11 och ta reda på vilka det var som Lehi undervisade och vilka råd han gav dem.

- Vilka var det som Lehi undervisade? (Se 2 Nephi 4:3, 8, 10–11.)
- Vad var det som Lehi lovade Lamans och Lemuels barn? (Se 2 Nephi 4:7, 9.)
- Med tanke på 2 Nephi 4:5, vad skulle ni säga är ett ansvar som Herren har gett föräldrar? (Eleverna formulerar kanske sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de förstår att **föräldrar har ett gudagivet ansvar att undervisa sina barn om evangeliet.**)
- Vad har ni till exempel lärt er för sanningar av era föräldrar eller far- och morföräldrar?

Uppmuntra eleverna att bli starka länkar i sina släktkedjor – att leva efter evangeliet och förbereda sig att bli rättfärdiga föräldrar. Visa gärna affischen "Be a Strong Link" (se <http://lds.org/liahona/2003/09/poster?lang=eng>).

### 2 Nephi 4:12–35

#### Nephi tillstår sina svagheter och ger uttryck åt sin förtröstan på Herren

Skriv på tavlan *Min själ gläds åt ...*

Be eleverna skriva de här orden i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker och avsluta meningen med att skriva sådant som deras själar gläds åt.

Be en elev läsa 2 Nephi 4:15–16 högt så att klassen får veta vad Nephi fortsatte att säga.

- Vad gör vi till exempel om våra själar gläds åt skrifterna?
- Vad innebär det för er att glädjas åt det som hör Herren till?

- Nephi sade att hans hjärta begrundade det som han hade sett och hört. Vad innebär det här för er?

Framhåll att Nephi hade upplevt stor glädje i livet. Men han hade också upplevt svårigheter. Be eleverna läsa 2 Nephi 4:12–13 tyst för sig själva om svårigheter som Nephi nu stod inför. (Lehis död och Lamans och Lemuels och Ismaels söners ilska.)

Många av Nephis prövningar var en följd av hans äldre bröders inställning och handlingar. Men Nephi sörjde också för sina egna svagheter. Skriv *Mitt hjärta sörjer för ...* på tavlan.

Be eleverna läsa 2 Nephi 4:17–18 och ta reda på varför Nephi sörjde.

När eleverna haft tillräcklig tid att läsa dessa verser frågar du dem vad de hittat. Gör dem uppmärksamma på orden *arma*, *kött* och *omringad* i dessa verser. Förklara att ordet *arma* betyder eländiga eller i mycket dåliga tillstånd. I skrifterna syftar ordet *kött* ofta på de svagheter vi har därför att vi lever i ett fallet tillstånd.

- Vilka svårigheter kan vi till exempel omringas av? (I svaren kan ingå problem i familjen, gruppträck, krav i skolan och frestelser.)

Be en elev läsa 2 Nephi 4:19. Uppmuntra gärna eleverna att markera orden "dock vet jag vem jag har anförtrott mig åt". Framhåll att i 2 Nephi 4:19 övergår Nephis sorg i förtröstan.

- Vad tror ni Nephi menade när han sade "dock vet jag vem jag har anförtrott mig åt"?
- Att komma ihåg Herren och hans godhet, hur kan det hjälpa oss när vi är modlösa?

Läs 2 Nephi 4:20–25 högt. Be eleverna att följa med i sina skrifter. Be dem vara uppmärksamma på ord och uttryck som visar att **Gud stöder dem som sätter sin lit till honom.**

- Vilka ord eller uttryck i 2 Nephi 4:20–25 tycker ni är viktiga? Varför då?
- Tänk på ett tillfälle när Herren stöttade er eller hjälpte er i en svår situation. På vilket sätt hjälpte han er? Hur har den här erfarenheten påverkat er?

Det kan vara till stor hjälp att ge eleverna tid att fundera över sådana erfarenheter och skriva ner dem i sina skriftdagböcker. Eleverna kan också ha behållning av att du berättar om ett tillfälle när Gud stöttade dig.

Hjälp eleverna förstå att Nephis förmåga att komma ihåg och uppskatta det som Herren hade gjort för honom i det förgångna gav honom hopp och uppmuntrade honom att bli en bättre människa. Be eleverna läsa 2 Nephi 4:26–30 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på hur Nephis erfarenheter fick honom att vilja vara rättfärdig. Be några elever berätta vad de upptäckte.

Be några elever turas om att läsa ur 2 Nephi 4:30–35. Be dem att som klass urskilja vad Nephi lovade Herren att han skulle göra och de välsignelser han bad om.

- Vad kan vi lära oss av den här bönen som kan hjälpa oss i våra personliga böner? (Eleverna formulerar kanske sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de förstår att **uppriktig bön kan stärka vår beslutsamhet att övervinna synd och modlöshet.**)

Be eleverna tänka på ett tillfälle när bönen hjälpte dem att övervinna synd eller modlöshet. Föreslå gärna att de berättar om sina erfarenheter eller skriver ner dem i sina skriftdagböcker.

Låt eleverna få en stund på sig att leta efter ett skriftställe i 2 Nephi 4 som återspeglar en önskan de har. Efter att de haft tillräcklig tid på sig läser du följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum om hur bönen kan främja andlig utveckling:

"Det kan finnas sådant i vår karaktär, i vårt uppträdande eller som rör vår andliga tillväxt som vi behöver tala med vår himmelske Fader om i morgonbönen. Sedan vi tackat för de välsignelser vi fått ber vi om förstånd, ledning och hjälp för att göra det vi inte klarar med bara vår egen styrka. När vi ber kan vi till exempel:

- Tänka på tillfällena när vi talat ovänligt eller olämpligt till dem vi älskar mest.
- Erkänna att vi vet bättre, men att vi inte alltid handlar efter vår kunskap.
- Uttrycka ånger över våra svagheter och över att vi inte mer uppriktigt lagt av den naturliga människan.
- Besluta oss för att mera fullständigt forma vårt liv efter Frälsarens.
- Vädja om större styrka till att göra bättre ifrån oss och bli bättre" ("Be alltid", *Liahona*, nov. 2008, s. 41).

### Läsa skrifterna högt

Läs då och då högt ur skrifterna för dina elever. Det här ger dem möjlighet att höra och känna att du älskar skrifterna, och det kan motivera dem att läsa skrifterna själva. Och det ger dig möjlighet att betona en särskild detalj, sanning eller tillämpning. Eleverna har också behållning av att läsa skrifterna högt för varandra och till och med när de studerar skrifterna på egen hand.



Avsluta med att peka på det du skrev på tavlan tidigare under lektionen ("Min själ gläds åt ..." och "Mitt hjärta sörjer för ..."). Ge uttryck åt din tillförsikt att till och med när vi ställs inför svårigheter kan vi uppleva lycka och frid om vi söker hjälp hos Herren.

### Repetition av nyckelskriftställen

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra följande aktivitet i samband med repetitionen av nyckelskriftställen. Ni kan göra aktiviteten i början av lektionen, som ett avbrott i lektionen mellan två huvudavsnitt eller i slutet av lektionen. Aktiviteten bör vara kort så att ni hinner med lektionen. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

Frågesporter kan hjälpa eleverna komma ihåg vad de lärt sig och mäta deras kunskap. Välj några nya nyckelskriftställen och be eleverna läsa dem och markera dem i sina skrifter. Gör sedan en frågesport om de här skriftställena och andra nyckelskriftställen som de redan lärt sig. Till varje skriftställe läser du ett nyckelord eller nyckeluttryck från seminariebokmärket. Be därefter eleverna att hitta rätt skriftställe i sina skrifter.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 4:16–35. Övervinna våra synder och svagheter

När vi studerar Nephis innerliga vädjan att Herren skulle hjälpa honom att övervinna sina synder ser vi att vi kan vända oss till Herren för att få samma hjälp. Sentida profeter ger uttryck åt samma tanke.

Profeten Joseph Smith sade:

"Ju närmare människan kommer fullkomligheten, desto klarare blir hennes syn och större hennes glädje, till dess hon slutligen har övervunnit sitt livs onda och förlorat varje önskan att synda" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 208).

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum vittnade om de välsignelser vi får när vi omvänder oss:

"Varför har vår Fader och hans Son befallt oss att omvända oss? Därför att de älskar oss. De vet att vi alla kommer att bryta mot eviga lagar. Vare sig lagen är liten eller stor kräver rättvisan att varje brott mot den sonas, för att vi ska få behålla löftet om glädje i detta

liv och förmånen att få återvända till vår Fader i himlen. Utan försoning kommer rättvisan på domens dag att orsaka att vi kastas ut från Guds närhet och hamnar i Satans våld [se 2 Nephi 9:8–10; 2 Nephi 2:5].

Det är vår Mästare och hans försoningsverk som gör det möjligt för oss att undvika sådan fördömmelse. Detta sker genom tro på Jesus Kristus, lydnad mot hans bud och att vi håller ut i rättfärdighet intill änden.

Utnyttjar du till fullo omvändelsens återlösande kraft i ditt liv, så att du kan få större frid och glädje? Känslor av förvirring och misströstan är ofta ett tecken på behov av omvändelse. Brist på den andliga ledning du söker i ditt liv kan också vara en följd av brutna lagar. Om fullständig omvändelse behövs, lappar den ihop ditt liv. Den befriar från alla de andliga lidanden som kommer av överträdelse. Men i det här livet kan den inte avhjälpa en del av de fysiska konsekvenser som kan komma av allvarlig synd. Var visa och lev ständigt inom de rättfärdighetens gränser som Herren fastställt" ("Vägen till frid och glädje", *Liahona*, jan. 2001, s. 31).

## LEKTION 27

# 2 Nephi 5

### Inledning

Nephi och de som följde honom lyssnade till Herrens varning att de skulle fly undan Laman, Lemuel och Ismaels söner. De levde i rättfärdighet och lycka medan

däremot Lamans och Lemuels efterföljare blev avskurna från Herren.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 5:1–8

#### *Herren skiljer Nephis och Lamans och Lemuels efterföljare från varandra*

Be eleverna fundera över några svårigheter och val som de står inför. Uppmuntra dem att tänka på de här personliga svårigheterna när de studerar hur Nephi reagerade på svårigheter. Påminn dem om att när Lehi dog blev Nephi familjens andlige ledare. Be eleverna läsa 2 Nephi 5:1–4 tyst för sig själva och ta reda på vilken svårighet Nephi stod inför.

- Vad gjorde Nephi enligt 2 Nephi 5:1 för att finna en lösning på sin svårighet?
- Vad traktade Laman och Lemuel efter trots att Nephi hade bett Herren om hjälp?

När eleverna besvarar frågorna kan du gärna framhålla att vi kanske inte alltid får svar på våra böner omedelbart eller på det sätt vi hoppas.

Be en elev läsa 2 Nephi 5:5–8 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Herren hjälpte Nephi och dem som följde med honom.

Be eleverna sammanfatta vad de lärt sig i 2 Nephi 5:1–8. En sanning som du kanske kunde betona är att **Herren leder dem som trofast vänder sig till honom i bön**. I samband med dessa verser ställer du följande frågor:

- Varför är det viktigt att fortsätta att vara trofast när vi inte får svar på våra böner omedelbart eller på det sätt vi hoppas?
- På vilka sätt kan Herren tänkas varna oss?

När eleverna besvarar frågan, fundera då på att läsa följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum:

”Vi kan inte vika av på fel väg utan att först ha åsidosatt en varning” (citerad i Kenneth Johnson, ”Ge efter för den Helige Andens meningar”, *Liahona*, nov. 2002, s. 90).

- På vilka sätt kan vi följa Nephis exempel när vi ställs inför svårigheter?

När eleverna diskuterar 2 Nephi 5:1–8 framhåll då att nephiternas och lamaniternas åtskiljande var följden av Lamans och Lemuels hat till Nephi. Det här tillståndet fortsatte i århundraden, och Lamans och Lemuels efterkommande lärde sina barn att hata Nephis efterkommande (se Mosiah 10:12–17).

### 2 Nephi 5:9–18, 26–27

#### *Nephiterna lever på ett sätt som bringar lycka*

Läs 2 Nephi 5:27 högt tillsammans. Uppmuntra gärna eleverna att markera den här versen. Skriv ordet *lycka* på tavlan.

- Vad tror ni menas med att leva ”på ett sätt som [bringar] lycka”?

#### **Tilltala eleverna med namn**

När du ber en elev läsa eller delta i diskussionen tilltala då honom eller henne med namn. Det här skapar en miljö som präglas av kärlek och respekt och som främjar lärande.

Be en elev högt läsa följande uttalande av äldste Marlin K. Jensen i de sjuttios kворum:



”Det finns oföränderliga principer och sanningar som för med sig lycka i livet. Det här ämnet har intresserat mig i många år därför att även om jag blivit rikligen välsignad och har all anledning att vara lycklig så känns det ändå ibland svårt. Jag är inte alltid benägen till lycka och gladlythet som vissa andra tycks vara.

Av det skälet fångades min uppmärksamhet för många år sedan av ett skriftställe i Mormons bok ... Nephi grundade ett samhälle som byggde på evangeliets sanningar. Han sade om det samhället: ’Och det hände sig att vi levde på ett sätt som bringade lycka’ (2 Nephi 5:27). Det här skriftstället gjorde djupt intryck på mig ... Jag undrade ... vilka ingredienser som ingår i ett lyckligt samhälle och liv och började utforska Nephis skrifter för att finna ledtrådar. Jag ... föreslår att du utforskar det här för egen del. Det kan bli en livslång och givande strävan ...

Samma mönster och ingredienser i det dagliga livet som gjorde det möjligt för Nephi och hans folk att vara lyckliga 560 år före Kristus fungerar lika bra i dag” (”Living after the Manner of Happiness”, *Ensign*, dec. 2002, s. 56, 61).

Uppmuntra eleverna att följa äldste Jensens förslag. Be dem läsa 2 Nephi 5:6, 10–18, 26–27 tyst för sig själva och leta efter de ”ingredienser som ingår i ett lyckligt samhälle och liv”. Uppmuntra dem gärna att markera de principer som bidrog till nephiternas lycka. Efter några minuter ber du några elever att skriva på tavlan vad de hittade. (I svaren kan ingå att Nephi och de som följde honom tog med sig sina familjer [se vers 6], lydde Herren [se vers 10], arbetade flitigt för att försörja sig själva [se verserna 11, 15–17], tog med sig skrifterna [se vers 12], byggde ett tempel [se vers 16] och följde rättfärdiga ledare [se verserna 18, 26].)

### Att berätta om tankar och känslor

När ungdomar berättar om tankar och känslor i samband med evangeliets principer ger detta den Helige Anden möjlighet att fördjupa deras insikt och stärka deras vittnesbörd. Du kan bidra till detta genom att uppmuntra eleverna att förklara evangeliets principer med egna ord. Du kan också be eleverna berätta om relevanta och lämpliga upplevelser och att vittna om vad de lärt sig och vet tack vare dessa upplevelser.

Be eleverna välja en av principerna på tavlan och berätta hur dessa principer har hjälpt dem att ”lev[a] på ett sätt som bringa[r] lycka”.

Beroende på vad eleverna betonar kan du gärna ställa några följdfrågor som:

- Vilka välsignelser fick folket enligt 2 Nephi 5:10–11, 16 för att de höll Herrens bud? När har ni känt att Herren var med er? Hur har Herrens inflytande i ert liv bidragit till er lycka?
- Hur kan templet ha hjälpt folket att ”lev[a] på ett sätt som bringade lycka”? Hur har templet gjort er eller någon ni känner lyckligare?
- Hur bidrar hårt arbete till lycka?

Be eleverna sammanfatta vad de lärt sig om hur de kan bli lyckligare. Även om eleverna berättar om olika principer förvissar du dig om att de förstår att **vår lycka tilltar när Jesu Kristi evangelium blir ett sätt att leva vårt liv**. Skriv gärna den här principen på tavlan.

Uppmana eleverna att granska sitt liv och besluta sig för något som de ska göra för att i högre grad leva på ett sätt ”som bringa[r] lycka”. Uppmuntra dem att skriva den här handlingen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Bär ditt vittnesbörd om principer och bruk som fört med sig lycka i ditt liv.

## 2 Nephi 5:19–25

### Lamaniterna förbannas på grund av olydnad

Be eleverna läsa 2 Nephi 5:19–24 tyst för sig själva och leta efter skillnader i lamaniternas och nephiternas levnadssätt.

- Vad blev enligt 2 Nephi 5:20 följden av lamaniternas olydnad?

Se till att eleverna förstår att förbannelsen som nämns i det här kapitlet var åtskiljande från Gud. Att deras hud förändrades var bara ett tecken på den förbannelsen. För att klargöra den här punkten ber du en elev läsa följande uttalande av president Joseph Fielding Smith:



”Lamaniterna fick en mörk hud för att det skulle gå att skilja dem från nephiterna och förhindra att de två folkgrupperna beblandades. Den mörka huden var tecknet på förbannelsen. Förbannelsen var att Herrens ande drog sig undan ...

Deras mörka hud som blivit medlemmar i kyrkan ska inte längre betraktas som ett tecken på förbannelsen. Många av dessa medlemmar är behagfulla

och har Herrens ande" (*Answers to Gospel Questions*, sammanst. av Joseph Fielding Smith jr, 5 delar [1957–1966], 3:122–123).

- Hur hjälper er 2 Nephi 5:21 att förstå varför lamaniterna blev avskurna från Herren? (Du kan vid behov förklara att flinta är en hård mineral. Genom att säga att lamaniterna "hade blivit som flinta" betonade Nephi hur hårdhjärtade de var.)
- Vad sade Herren skulle drabba nephiter som gifte sig med lamaniter som hade förkastat evangeliet? (Se 2 Nephi 5:23.)
- Varför är det viktigt att inte dejta och gifta sig med dem som inte hörsammar Herren? Hur tror ni att er strävan att leva efter evangeliet påverkas av de personer ni dejtar och så småningom gifter er med? (Det kan vara bra att påminna eleverna om det råd som första presidentskapet har gett: "Välj att bara dejta personer som har höga normer och i vars sällskap du kan uppehålla dina normer" [*Vägledning för de unga* (häfte, 2011), s. 4].)
- Vilka principer lär vi oss i 2 Nephi 5:20–24? (När eleverna berättar om principer förvissa dig då om att de förstår att **när människor förhärdar sina hjärtan mot Herren, då avskiljer de sig från honom.**)

Betona att 2 Nephi 5 skildrar den stora kontrasten mellan nephiterna och lamaniterna. Vi kan välja vilket exempel vi ska följa. Uppmuntra eleverna att komma ihåg vad de beslutade sig för att göra för att i högre grad leva "på ett sätt som bringa[r] lycka". Ge uttryck åt din tillförsikt att de kan följa nephiternas exempel och vara lyckliga.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 5:16. "Jag, Nephi, byggde ett tempel"

Äldste Marlin K. Jensen i de sjuttios kvorum sade att vi blir lyckliga om vi går i templet:

"Nephi skrev: 'Och jag, Nephi, byggde ett tempel' (2 Ne 5:16). Nephis tempel kan ha skilt sig i vissa avseenden från våra nutida tempel, men huvudsyftet med det var sannolikt detsamma: att undervisa och orientera Guds barn om hans plan för deras lycka och att tillhandahålla de förrättningar och förbund som fordras för att de ska kunna uppnå den lyckan.

Efter att ha levt på denna goda jord i över fem årtionden kan jag verkligen säga att de personer jag

känner som är mognast i andligt avseende och lyckligast är de som ivrigast går i templet. Och det på goda grunder. Det är i templet som vi ges en fullständig överblick över Guds plan för oss, och för varje gång vi får den så fördjupas vår insikt i hans sätt att leva och stärks vår beslutsamhet att leva vårt liv så ...

Ett utmärkt test på hur bra det går för oss i vår strävan att komma till Kristus kan vara hur vi känner inför templet och det vi upplever där. *Tempel* kan vara synonymt med *lycka* och *glädje*. Det var det för Nephi och hans folk" ("*Living after the Manner of Happiness*", *Ensign*, dec. 2002, s. 60).

# 2 Nephi 6–8

## Inledning

När Nephi skrev berättelsen om sitt folks andliga verksamhet tog han med en predikan som hölls av hans yngre bror Jakob och som sträckte sig över två dagar. Predikan står i 2 Nephi 6–10 och det här är den

första av tre lektioner om den. I början av sin predikan läste Jakob profetior av Jesaja om Israels skingring och insamling och visade att "Gud skall uppfylla sina förbund som han har slutit med sina barn" (2 Nephi 6:12).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 6

#### *Jakob vittnar om att Herren ska komma ihåg sitt förbundsfolk*

För att hjälpa eleverna förstå att det Jakob undervisade om också är tillämpligt på dem själva, ber du dem begrunda hur de skulle reagera om en kamrat, vän eller familjemedlem behandlade dem ovänligt, vägrade tro på vad de sade eller med sina handlingar eller sin inställning visade att relationen inte längre betydde något för dem.

Låt eleverna tyst för sig själva begrunda följande fråga:

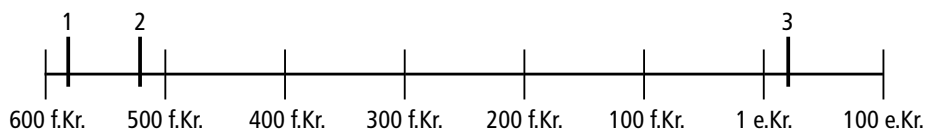
- Har du någonsin handlat på liknande sätt mot Herren eller haft en liknande inställning?

Berätta att vi kan läsa i 2 Nephi 6–8 vad Herren säger till dem som har vänt sig bort ifrån honom. Dessa kapitel innehåller Nephis uppteckning av en del av en predikan som hans bror Jakob höll. Resten av Jakobs predikan står i 2 Nephi 9–10. Dessa kapitel behandlas i de två påföljande lektionerna.

Be en elev högt läsa 2 Nephi 6:3–4 och 9:1, 3. Be klassen vara uppmärksam på skälen till att Jakob höll den här predikan.

Be en elev hjälpa dig skriva på tavlan. Be honom eller henne skriva rubriken *Syftena med Jakobs predikan* på tavlan. Be därefter eleverna berätta vad de upptäckte i verserna som just lästes. Be eleven skriva deras svar under rubriken. Hjälp eleverna förstå att Jakob undervisade sitt folk för deras "själs välfärd" (2 Nephi 6:3). Han ville hjälpa dem att "prisa [deras] Guds namn" (2 Nephi 6:4), "känna till ... Herrens förbund" (2 Nephi 9:1) och "glädjas och lyfta upp [sina] huvuden för evigt" (2 Nephi 9:3). Förvissa dig om att de här syftena finns med i elevernas lista. Föreslå eleverna att när de studerar Jakobs predikan då leta efter sådant han undervisade om som kan leda till att de här syftena uppnås.

Skriv följande tidsaxel på tavlan. (Skriv den gärna före lektionen.) Be en elev läsa 2 Nephi 6:4. Framhåll att Jakob började sin predikan med att säga att han skulle tala om förhållanden som rådde på hans tid och som skulle råda i framtiden ("de ting som är och som skall komma").



Peka på nummer 1 på tidsaxeln.

- Vad säger Jakob hände med judarna i Jerusalem därför att de vände sig bort ifrån Herren, enligt 2 Nephi 6:8? (Några blev dräpta, andra bortförda som fångar. Påminn gärna eleverna om att Lehi, Jeremia och andra profeter hade profeterat om att det här skulle hända. Deras profetior gick i uppfyllelse omkring 587 f.Kr. då babylonierna erövrade Jerusalem och förde bort många judar som fångar till Babylon. Se "Kronologisk översikt" i Handledning för skriftstudier för det här och andra årtal.)

Peka på nummer 2.

- Vad skulle så småningom hända med de efterkommande till judarna som hade blivit bortförda som fångar till Babylon, enligt 2 Nephi 6:9? (De skulle återvända till Jerusalem. Den här profetian gick i uppfyllelse omkring 537 f. Kr. då kung Koresh tillät judarna att återvända till hemlandet.)

Peka på nummer 3 och berätta att Jakob profeterade att Frälsaren skulle tillbringa sitt jordeliv bland judarna.

- Vilka uttryck i 2 Nephi 6:9–10 beskriver hur somliga judar skulle handla mot Frälsaren och vilken inställning de skulle ha till honom under hans jordiska verksamhet? (I svaren kan ingå "gissla honom", "korsfästa honom" och "förhärdat sina hjärtan och gjort sina nackar styva mot" honom.)
- Vad skulle enligt 2 Nephi 6:10–11 hända med de judar som skulle förkasta Messias? (De skulle bli hemsökta i köttet, skingrade, slagna och hatade.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 6:6–7, 11–12, 14, 17 tyst för sig själva. Förklara gärna att i verserna 6–7 läser Jakob en profetia av Jesaja om att evangeliet skulle bli återställt och Israels hus insamlat. Be eleverna leta efter uttryck som beskriver hur Herren skulle bete sig mot Israels hus, Herrens förbundsfolk, trots att de skulle förkasta honom. Be eleverna berätta vilka uttryck de hittat. Hjälpt dem förstå vad några av de här uttrycken betyder genom att ställa följande frågor:

- Vad tror ni menas i 2 Nephi 6:7 med att "vänta på" Herren?
- Jakob lovade att "Herren [skulle] vara barmhärtig mot" Israel (2 Nephi 6:11). På vilka sätt syftar några av de uttryck ni hittade på Herrens barmhärtighet?
- Jakob lovade också att Herren skulle "vinna [Israel] tillbaka" (2 Nephi 6:14). Vad tror ni menas med att Herren vinner tillbaka någon?
- Vad måste vi göra enligt 2 Nephi 6:11–12, 14 för att Herren ska vara barmhärtig mot oss?

När eleverna besvarar frågan förvissa dig då om att de förstår att **Herren är barmhärtig mot dem som återvänder till honom.**

Framhåll att i 2 Nephi 6 säger Jakob att Herren är barmhärtig mot sitt förbundsfolk till och med efter att de varit mycket ogudaktiga. Försäkra eleverna att om Herren var barmhärtig mot dessa människor så ska han också vara barmhärtig mot var och en av oss när vi kommer till honom och håller de förbund vi slutit med honom. Be eleverna begrunda på vilka sätt Herren varit barmhärtig mot dem. Be dem skriva följande i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker: *Jag vet att Herren är barmhärtig därför att ...* Be dem skriva ner sina tankar och känslor och avsluta meningen. Efter att eleverna haft tillräcklig tid att skriva kan du gärna be några av dem berätta vad de skrivit.

## 2 Nephi 7–8

### *Jakob citerar Jesajas profetia om Frälsarens förmåga att återlösa sitt förbundsfolk*

Berätta att i 2 Nephi 7 och 8 läser Jakob en av Jesajas profetior. Kapitel 7 innehåller Herrens ord till dem av Israels hus som hade skingrats och var i fångenskap till följd av sina synder. Be en elev läsa 2 Nephi 7:1. Be gärna klassen att markera frågorna som Herren ställer.

För att hjälpa eleverna förstå frågorna i vers 1 förklarar du att uttrycken "övergivit er", "er mors skiljebrev" och "sålt er" syftar på att ett förbund blivit brutet eller avklippt. Tala om för eleverna att man skulle kunna formulera om Herrens frågor på följande sätt: "Har jag vänt mig bort ifrån er? Har jag glömt det förbund vi slutit?"

- Vad är svaret på de här frågorna? (Svaret är nej. Herren vänder sig aldrig bort ifrån oss eller glömmer de förbund han slutit.)
- Vad var det enligt slutet av 2 Nephi 7:1 som hade skilt de här människorna från Herren och försatt dem i fångenskap? (De hade syndat och vänt sig bort ifrån Herren.)

Framhåll att i 2 Nephi 7:2 ställer Herren ytterligare en fråga som kan hjälpa oss inse att han vill hjälpa oss och att han har makt att göra det. Be eleverna hitta och stryka under den frågan. ("Har min arm alls förkortats så att den inte kan återlösa, eller har jag ingen makt till att befria?")

#### **Skrivande främjar berättandet**

När du ber eleverna att först svara skriftligt på en fråga innan de delger klassen sina tankar, då ger du dem tid att formulera dessa tankar och få ingivelser av den Helige Anden. Elever kan vara mer benägna att delge sina tankar efter att ha skrivit ner dem, och det de berättar blir ofta mer meningsfullt.

För att hjälpa eleverna förstå den här frågan, frågar du dem hur de skulle formulera om frågan med egna ord. (Om de har svårt att förstå uttrycket "har min arm ... förkortats" ber du en elev sträcka ut armen mot en annan elev, som för att erbjuda hjälp. Be därefter den första eleven att "förkorta" sin arm för att belysa detta att undandra eller undanhålla hjälp.) Eleverna skulle kunna formulera om Herrens fråga på följande eller liknande sätt: "Undandrar jag er min hjälp eller sträcker jag mig inte efter er för att återlösa er? Tror ni att jag har makt att rädda er?"

Berätta för eleverna att 2 Nephi 7 och 8 innehåller flera exempel som visar att Frälsaren vill återlösa sitt förbundsfolk och exempel som visar att han har makt att göra det.

För att hjälpa eleverna hitta belägg för att **Frälsaren vill återlösa sitt förbundsfolk och har makt att göra det**, fördelar du följande sex skriftställen ur 2 Nephi 8 på elevgrupper: vers 1–3, 4–6, 7–8, 10–11, 12–13 och 14–16. (Om du har tolv eller fler elever i klassen fördelar du skriftställena på par eller andra små grupper. Har du färre än tolv elever ger du några grupper mer än ett skriftställe.) Be varje grupp hitta ett uttryck i det skriftställe eller skriftställen de fått som visar att Herren vill återlösa oss och att han har makt att göra det. När de har haft tillräcklig tid på sig ber du varje grupp läsa det uttryck som de valt för klassen. Be dem berätta vad de lärt sig av skriftstället. Be dem gärna att markera de uttryck som klasskamraterna valt.

Avsluta med att peka på listan över Jakobs syften på tavlan. Be eleverna tänka på de förbund de slutit med Herren och de välsignelser som han lovat dem om de håller de här förbunden. Bär ditt vittnesbörd om att Herren är trofast mot oss och trogen mot sina förbund med oss. Vittna om den barmhärtighet och återlösning vi kan få när vi är trogna mot våra förbund med honom.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 6:2. Vilket prästadöme innehade Lehi, Nephi och Jakob?

Jakob sade att han "kallats av Gud och ordinerats enligt hans heliga orden" och att han hade "invigts av [sin] bror Nephi" (2 Nephi 6:2). När han talade om den här "heliga orden" syftade han på det melkisedekska prästadömet. President Joseph Fielding Smith skrev att "nephiterna [officierade] i kraft av det melkisedekska prästadömet från Lehis dagar fram till dess att Frälsaren uppenbarade sig bland dem" (*Answers to Gospel Questions*, sammanst. av Joseph Fielding Smith jr, 5 delar [1957–1966], 1:124).

### 2 Nephi 8. Insamlingen i de sista dagarna

Jesajas profetia som citeras i 2 Nephi 8 talar om att Israel ska insamlas i de sista dagarna. Äldste Bruce R.

McConkie i de tolv apostlarnas kvorum skrev följande om den andliga aspekten av den här insamlingen:

"Vad är det då som inbegrips i Israels insamling? Israels insamling utgörs av att tro på och acceptera och leva i harmoni med allt det som Herren en gång erbjöd sitt forntida utvalda folk. Det utgörs av att ha tro på Herren Jesus Kristus, av att omvända sig, av att bli döpt och ta emot den Helige Andens gåva och av att hålla Guds bud. Det utgörs av att tro på evangeliet, bli medlem i kyrkan och komma in i riket. Det utgörs av att ta emot det heliga prästadömet, få sin begåvning på heliga platser med kraft från höjden och av att ta emot alla Abrahams, Isaks och Jakobs välsignelser genom det celestials äktenskapets förrättning" (*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], s. 515).

## LEKTION 29

# 2 Nephi 9:1–26

### Inledning

Jakob inleder en predikan till nephiterna med att citera några av Jesajas profetior om att Herren återlöser sitt förbundsfolk. Den här delen av Jakobs predikan står i 2 Nephi 6–8 (se lektion 28 i den här handledningen). Fortsättningen på den här predikan som sträckte sig över två dagar finns att läsa i 2 Nephi 9–10. Efter att ha citerat Jesaja bär Jakob sitt vittnesbörd om Frälsarens försoningsoffer – om Frälsarens makt att befria oss

från följderna av fallet och våra egna synder. President Joseph Fielding Smith sade att 2 Nephi 9 innehåller "en av de mest upplysande predikningar som någonsin hållits om försoningen". Han sade: "Den bör läsas uppmärksam av varje person som eftertraktar frälsning" (*Answers to Gospel Questions*, sammanst. av Joseph Fielding Smith jr, 5 delar [1957–1966], 4:57).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 9:1–9

#### Jakob förklarar följderna av fallet

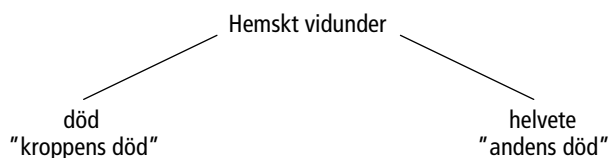
Innan lektionen börjar skriver du *hemskt vidunder* mitt på tavlan.

Inled lektionen med att förklara att 2 Nephi 9 innehåller fortsättningen på den predikan som eleverna började studera under föregående lektion. Påminn eleverna om att i den första delen av predikan, som står att läsa i 2 Nephi 6–8, citerade Jakob Jesaja för att undervisa om Frälsarens barmhärtighet och hans makt att befria sitt förbundsfolk ur deras förlorade och fallna tillstånd. Därefter fortsatte Jakob sin predikan med att undervisa om hur Frälsaren återlöser oss alla från vårt fallna och syndiga tillstånd.

Fäst elevernas uppmärksamhet på det uttryck du skrivit på tavlan.

- Vad ser ni för er inre syn när ni tänker på ett hemskt vidunder?

Eleverna kanske nämner fantasifigurer. Om de gör det förklarar du att det i verkliga livet finns saker som är mycket mer skrämmande än fantasifigurer, eftersom de kan vålla bestående skada. Tala om för eleverna att Jakob använde uttrycket "hemska vidunder" för att beskriva ett tillstånd vi alla ställs inför och den eviga skada som kan bli följden av det. Be eleverna läsa 2 Nephi 9:10 tyst för sig själva och leta efter de två aspekter av vidundret som Jakob beskrev. Allteftersom eleverna berättar vad de hittat skriver du svaren på tavlan så som visas nedan:



För att hjälpa eleverna förstå hur Jakob använder orden *död* och *helvete* förklarar du att båda orden syftar på ett slags skilsmässa. När Jakob använde ordet *död* i sin predikan syftade han på "kroppens död", det vill säga på kroppens och andens åtskiljande. När han använde ordet *helvete* syftade han på "andens död", på att en person är åtskild från Guds närhet. I skrifterna kallas det här åtskiljandet ofta för "andlig död".

Be eleverna läsa 2 Nephi 9:6 tyst för sig själva. Be dem leta efter orsaken till kroppslig död och andlig död.

- Vilken händelse var det som medförde kroppslig och andlig död för oss alla? (Du kan behöva förklara att till följd av fallet är alla människor avskurna från Guds närhet och alla människor ska dö i kroppsligt avseende.)

Förklara att i 2 Nephi 9:7–9 undervisar Jakob om vad som skulle hända oss alla om det inte fanns någon försoning och fallets följder blev evigt bestående. Definiera gärna några



uttryck i vers 7 innan eleverna börjar studera de här verserna. När Jakob talade om "den första domen som fälldes över människan" syftade han på följderna av Adams och Evas fall. När han talade om "förgänglighet" syftade han på våra jordiska kroppar som ska dö. När han talade om "oförgänglighet" syftade han på våra uppståndna kroppar som ska leva för evigt.

Be en elev läsa 2 Nephi 9:7–9 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som beskriver vad som skulle hända med våra kroppar och andar om kroppslig och andlig död blev evigt bestående.

- Om det inte fanns någon försoning, vad skulle då hända med våra kroppar?
- Om det inte fanns någon försoning, vad skulle då hända med våra andar?

För att betona vad som skulle bli vårt öde om Jesu Kristi försoning inte hade ägt rum ber du en elev högt läsa följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum.



"Om skilsmässan från Gud och vår kroppsliga död var bestående skulle handlingsfriheten inte ha någon som helst betydelse. Visst skulle det stå oss fritt att välja, men till vilken nytta? Slutresultatet skulle alltid bli detsamma oavsett våra handlingar: död utan hopp om en uppståndelse och utan hopp om en himmel. Oavsett hur goda eller dåliga vi valde att vara så skulle vi alla sluta som 'en djävuls änglar' [2 Nephi 9:9]" ("Moral Agency", *Ensign*, juni 2009, s. 50).

## 2 Nephi 9:10–26

***Jakob undervisar om att Frälsaren genom försoningen befriar oss från fallets följder och erbjuder förlåtelse för våra synder.***

Be eleverna läsa 2 Nephi 9:10 på nytt.

- Vad har Gud enligt den här versen berett för oss?

Betona att Jakobs huvudsakliga budskap i den här predikan är att Gud har berett "en väg för vår flykt ut ur detta ... grepp ... död och helvete". Denna flykt – undan den andliga och kroppsliga död som blev följden av fallet – säkras genom Jesu Kristi försoningsoffer.

Dela upp klassen i två grupper. Be den första gruppen läsa 2 Nephi 9:5, 19–21 tyst för sig själva och leta efter beskrivningar av Frälsarens försoningsoffer för oss. Be den andra gruppen läsa 2 Nephi 9:11–12, 15, 22 tyst för sig själva och leta efter uttryck om att Jesus Kristus räddar oss från kroppslig död. (Skriv gärna de här skriftställehänvisningarna på tavlan.)

När eleverna haft tillräcklig tid att läsa ställer du följande frågor till den första gruppen:

- Varför var Frälsaren villig att lida så att han kunde befria oss från kroppslig och andlig död? Vad hittade ni för beskrivningar som känns viktiga för er?
- Jakob betonade att Jesus Kristus led alla människors smärta. Vad innebär det här för er? Hur påverkar den här kunskapen era känslor för Frälsaren? (För att hjälpa eleverna begrunda omfattningen av Frälsarens offer kan du gärna göra ett uppehåll i diskussionen och betona att Frälsaren led allas smärta som har levat eller kommer att leva på jorden. För att hjälpa eleverna begrunda Frälsarens försoningsoffers personliga karaktär funderar du på att be dem skriva sina namn i marginalen bredvid 2 Nephi 9:21 som en påminnelse om att Frälsaren led deras smärta.)

Ställ följande frågor till den andra gruppen:

- Vilka uttryck fann ni om att Jesus Kristus räddar oss från kroppslig död?
- Vilka ska uppstå enligt 2 Nephi 9:22 och föras tillbaka till Guds närhet?

Peka på uttrycket "hemskt vidunder" på tavlan. Be eleverna att med egna ord berätta vad Jakob sade om hur vi kan befrias från detta "vidunder". Förvissa dig om att eleverna förstår att **genom försoningen befriar Jesus Kristus hela mänskligheten från den kroppsliga och andliga död som fallet förde med sig**. Be en elev skriva denna sanning på tavlan.

Påminn eleverna om att förutom att befria hela mänskligheten från den kroppsliga och andliga död som fallet förde med sig, kan Jesus Kristus också befria oss från den andliga död som förorsakas av våra egna synder.

Förklara att Jakob beskrev de människors tillstånd som kommer inför Gud i sina synder. Be eleverna vara uppmärksamma på dessa beskrivningar medan en elev högt läser 2 Nephi 9:15–16, 27.

- Hur beskrev Jakob de människors tillstånd som kommer inför Gud i sina synder?

Förklara att Jakob också beskrev de människors tillstånd som kommer inför Gud i renhet. Be eleverna vara uppmärksamma på dessa beskrivningar medan en elev högt läser 2 Nephi 9:14, 18.

- Hur beskrev Jakob de människors tillstånd som kommer inför Gud i renhet?

Framhåll att även om befrielse från fallet är en gåva till hela mänskligheten så beror vår befrielse från följderna av våra synder till en del på våra önskningar och handlingar. Skriv följande på tavlan: *Genom Jesu Kristi försoning kan vi övervinna följderna av våra synder när vi ...*

Be en elev läsa 2 Nephi 9:21, 23–24 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som de kan avsluta meningen på tavlan med.

- Hur skulle ni avsluta den här meningen med hjälp av de här verserna? (Elevernas svar bör stå i samklang med följande: **Genom Jesu Kristi försoning kan vi övervinna följderna av våra synder när vi tror på Jesus Kristus, omvänder oss och håller ut intill änden.** Allteftersom de berättar om sina svar avslutar du meningen på tavlan.)

Avsluta lektionen med att välja en av följande aktiviteter. Båda aktiviteter är avsedda att hjälpa eleverna fundera över vad Frälsarens försoning betyder för dem själva och berätta om sina känslor för honom.

1. Be eleverna skumma igenom 2 Nephi 9:1–22 och hitta alla verser som börjar med ordet *O*. Be elever läsa den första meningen i de verserna högt.

Be eleverna skriva liknande meningar i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker och beskriva sin tacksamhet mot Frälsaren och hans offer för dem. Be dem följa Jakobs mönster och börja varje mening med ordet *O* och avsluta den med ett utropstecken. Be några elever berätta vad de skrev om lämpligt. Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta om upplevelser som är alldeles för personliga.

2. Sjung eller läs tillsammans orden i "Oändlig är kärleken" (*Psalmer*, nr 125) eller en annan psalm om Jesu Kristi försoning. Be eleverna välja verser i den här psalmen som återspeglar deras känslor för Frälsaren och hans försoning. Låt dem berätta för klassen om de verser de valde och förklara varför de sätter värde på dem.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 9:7. Vad skulle bli följderna av fallet om det inte vore för försoningen?

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum förklarade vad som skulle bli vårt öde om det inte vore för Jesu Kristi försoning:

"Liksom döden hade blivit vår undergång och gjort vår handlingsfrihet meningslös om det inte varit för Kristi återlösning, skulle vi också gått förlorade för evigt på grund av våra synder och dåliga val om det inte varit

för hans nåd. Det skulle inte ha funnits något sätt att återhämta oss från våra misstag, och eftersom vi vore orena kunde vi aldrig mer bo i [Guds] närhet ...

Vi behöver en Frälsare, en Medlare som kan övervinna följderna av våra synder och fel så att de inte måste vara ödesdigra. Det är på grund av Kristi försoning som vi kan återhämta oss från dåliga val och vara rättfärdigade under lagen som om vi inte hade syndat" ("*Moral Agency*", *Ensign*, juni 2009, s. 50).

# 2 Nephi 9:27–54 och 2 Nephi 10

### Inledning

Efter att ha vittnat om att Jesus Kristus befriar hela mänskligheten från fallets följder och erbjuder förlåtelse för våra synder, avslutade Jakob sin predikan. Han varnade för handlingar och en inställning som leder till åtskiljande från Herren och vittnade om handlingar och en inställning som gör det möjligt för människor att komma till Kristus och bli frälsta. Dagen därpå upprepade Jakob och sade att även om Israels hus skulle skingras till följd av synd så skulle Herren komma

ihåg sina förbund med dem och samla in dem när de omvände sig och återvände till honom. Jakob profeterade om Jesu Kristi korsfästelse. Han profeterade också om att hans folks utlovade land skulle vara ett frihetens land, befäst mot alla nationer och fritt från kungars styre. Jakob uppmanade sitt folk att förlika sig med Guds vilja och komma ihåg att de endast kunde bli frälsta genom Guds nåd.

### Undervisa genom Anden

Som evangelielärare ska du söka den Helige Andens ledning när du förbereder dig och när du undervisar. "Och Anden skall ges till er genom trons bön, och om ni inte får del av Anden skall ni inte undervisa" (L&F 42:14).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 9:27–54

*Jakob inbjuder alla att komma till Kristus och varnar för handlingar och en inställning som leder till åtskiljande från Herren*

Skriv följande på tavlan: *varför jag behöver hjälp* och *vad jag måste göra*. Be klassen föreställa sig en person som har en fruktansvärd sjukdom.

- Varför är det viktigt att den här personen inser att han eller hon måste söka hjälp?
- Varför är det viktigt att personen förstår vad han eller hon behöver göra för att få hjälp?
- Vad blir följden om personen inser behovet av hjälp men inte förstår vad som behöver göras för att få den?

Påminn eleverna om att de i föregående lektion studerade fallets följder och följderna av våra synder och lärde sig varför vi behöver Frälsaren. Vittna om att han vill hjälpa oss och befria oss från våra synder. Be eleverna fundera på om de vet vad de måste göra för att få alla försoningens välsignelser.

Berätta att Jakob ville hjälpa sitt folk att välja "vägen till evigt liv" (2 Nephi 10:23). Han hjälpte dem förstå att de kunde få evigt liv endast om de "kom till Herren" (2 Nephi 9:41). Be en elev läsa 2 Nephi 9:41 högt. Be klassen leta efter Jakobs beskrivning av "vägen" vi bör följa.

- Vad menas med att komma till Herren? (Du kan uppmuntra eleverna att föreställa sig sitt liv som en väg. Låt dem fundera över vart deras väg för. Hjälper deras val dem att komma närmare Herren?)
- Med vilka ord beskrev Jakob "vägen"? Vad lär oss orden *smal* och *rak* om hur vi bör leva?

Framhåll att Jakob i samband med att han talade om den smala och raka stigen också talade om en port. Han sade att Frälsaren är väktaren vid den porten. Bär ditt vittnesbörd att det är endast genom Jesus Kristus och hans försoning som vi kan bli förlättna våra synder och få evigt liv. Allt vi gör som för till evigt liv – de förrättningar vi tar emot, de böner vi uppsänder, de vittnesbörd vi bär och det sätt vi lever på – måste göras i Jesu Kristi namn.

- Varför tycker ni det är påfallande att Frälsaren inte "håller [någon] tjänare där"? (Framhåll gärna att Herren kallar tjänare som biskopar och stavspremier för att företräda honom som folkets domare. Men han är vår slutliga domare och ger det slutliga godkännandet i enlighet med hur vi levtt.)
- Hur kan vetskapen om att Herren "inte [kan] bli bedragen" påverka vår strävan att komma till honom?

Berätta att under återstoden av 2 Nephi 9 hjälper Jakobs undervisning oss att förstå hur våra handlingar och vår inställning påverkar vår förmåga att komma till Frälsaren. Det

finns handlingar och inställningar som hjälper oss att komma till Kristus, medan däremot andra hindrar oss från att komma till honom.

För att hjälpa eleverna upptäcka vilka handlingar eller vilken inställning det kan vara fråga om, drar du ett lodrätt streck mitt på tavlan. På ena sidan strecket skriver du *Avlägsna oss från Kristus*. Under det skriver du:

1. 2 Nephi 9:27–33

2. 2 Nephi 9:34–39

På andra sidan strecket skriver du *Komma till Kristus*. Under det skriver du:

3. 2 Nephi 9:23, 39, 42, 45–46

4. 2 Nephi 9:49–52

Tilldela varje elev ett nummer mellan 1 och 4. Be eleverna tyst för sig själva läsa verserna som hör till numret de fått. Be eleverna som tilldelats grupperna 1 och 2 att hitta handlingar och inställningar som kan avlägsna oss från Frälsaren. Be eleverna som tilldelats grupperna 3 och 4 att hitta handlingar och inställningar som hjälper oss att komma till Frälsaren och få hans försonings välsignelser. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar i sina skrifter.

Efter flera minuter ber du frivilliga i grupperna 1 och 2 att komma fram till tavlan och lista handlingar och inställningar de hittat som avlägsnar oss från Frälsaren. Diskutera Jakobs varningar genom att ställa några av följande frågor eller samtliga:

- Jakob talade om lärdom och pengar, som båda kan vara bra. Hur kan våra val när det gäller lärdom och pengar hindra oss från att komma till Herren? (Betona att 2 Nephi 9:28–29 är ett nyckelskriftställe. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det.)
- Vad tror ni menas med att vara andligt döv eller blind? (Se 2 Nephi 9:31–32.)
- Uttrycket "i hjärtat oomskurna" (2 Nephi 9:33) syftar på dem vars hjärtan inte är öppna för Gud och som är ovilliga att hålla sina förbund med honom. Hur hindrar det här tillståndet oss från att få alla försonings välsignelser?
- Vilka exempel på avgudadyrkan finns det i vår tid? (Se 2 Nephi 9:37.)

Be elever i grupperna 3 och 4 att komma fram till tavlan och lista handlingar och inställningar de hittat som för oss till Frälsaren och hjälper oss att få försonings välsignelser. För att hjälpa eleverna analysera det de hittat ställer du några av följande frågor eller samtliga:

- I 2 Nephi 9:23 påminner Jakob om Herrens befallning att vi ska omvända oss och bli döpta. Att vi förnyar dopförbundet genom att ta sakramentet, hur hjälper det här oss att komma till Herren och få hans försonings välsignelser?
- Vad tror ni menas med att vara "andligt sinnad"? (2 Nephi 9:39.) Vilka aktiviteter hjälper oss att vara andligt sinnade?
- Vad menas med att "vänd[a] bort från [våra] synder"? (2 Nephi 9:45.)
- Vad tror ni Jakob menade när han sade äta, dricka och "glädjas åt överflöd"? (Se 2 Nephi 9:50–51. Du kan förklara att de här verserna syftar på andlig näring.)

Vittna om att **när vi kommer till Herren och handlar efter hans vilja ska vi få alla försonings välsignelser**. Skriv den här principen på tavlan ovanför den lista som eleverna skapat.

Uppmuntra eleverna att tänka på tillfällen i sitt liv när de fått bevis för den här principen. Be dem skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om hur de kommit Frälsaren närmare genom en eller flera av handlingarna eller inställningarna i den andra listan på tavlan. Be några elever berätta vad de skrivit (men hjälp dem förstå att de inte ska känna sig tvungna att berätta om upplevelser som är alldeles för personliga).

## 2 Nephi 10

### *Jakob uppmuntrar sitt folk att glädjas och komma till Herren*

Fråga eleverna om de någonsin fått en gåva som var särskilt betydelsefull för dem eftersom någon hade lagt ner stor möda eller gjort stora uppoffringar för att kunna ge dem den gåvan. Fundera på att be en eller två elever berätta om sina upplevelser.

### **Skriva uppgifter på tavlan**

När eleverna får i uppgift att läsa grupper av verser kan det vara till stor hjälp att skriva hänvisningarna på tavlan. Det här hjälper eleverna att komma ihåg vad de fick i uppgift att göra och förhindrar att det uppstår förvirring om uppgiften.

 **2 Nephi 9:28–29** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

- Hur kan vi visa vår tacksamhet för sådana gåvor?
- Hur kan vi visa vår tacksamhet för den gåva som Frälsarens försoning är?

Berätta att Jakob dagen efter att han hållit sin predikan om Jesu Kristi försoning återigen vittnade om att Herren befriar oss från syndens följder. Han undervisade sitt folk vad de skulle göra med tanke på försoningens gåva.

Sammanfatta 2 Nephi 10:1–19 genom att förklara att Jakob upprepade och sade att även om Israels hus skulle skingras till följd av synd så skulle Herren komma ihåg sina förbund med dem och samla in dem när de omvände sig och återvände till honom. Framhåll gärna att 2 Nephi 10:3 är den första vers i Mormons bok som använder titeln *Kristus* om Frälsaren.

Be en elev läsa 2 Nephi 10:20, 23–25 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Jakob uppmanar oss att göra med tanke på försoningens gåva. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar i de här verserna. Be dem berätta vad de hittat.

Ge eleverna ett utdelningsblad med följande frågor (eller skriv frågorna på tavlan före lektionen). Be eleverna välja en fråga och delge en annan elev sina tankar om den frågan.

- Mot bakgrunden av det vi har studerat om Frälsaren, vad är det du alltid vill komma ihåg om honom?
- Varför är omvändelse ett sådant viktigt sätt att visa vår tacksamhet för det han gjort för oss?
- Vad har du lärt dig om Frälsaren som hjälper dig att ha hopp?

Avsluta med att förklara att med ordet *förlika* i 2 Nephi 10:24 menas att få personer eller saker att harmoniera eller passa ihop. Två vänner bör till exempel förlika sig med varandra efter en dispyt.

- Vad tror ni menas med att förlika oss med Guds vilja?

Be eleverna begrunda vad de lärt sig och känt när de studerat och diskuterat 2 Nephi 9–10. Be dem söka den Helige Andens ledning och bestämma sig för något de ska göra för att förlika sig med Guds vilja och ta till sig försoningens välsignelser i högre grad. En elev kan till exempel besluta sig för att hörsamma ett visst råd som Gud har gett (se 2 Nephi 9:29), vända bort från en bestämd synd (se 2 Nephi 9:45) eller finna ett sätt att komma ihåg Frälsaren oftare under dagens gång (se 2 Nephi 10:20). Uppmuntra eleverna att göra det som krävs för att "förlika [sig] med Guds vilja" (2 Nephi 10:24). Vittna om välsignelsen med att göra det.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 9:28–29

*Obs:* Följande aktivitet är avsedd att hjälpa eleverna lära sig 2 Nephi 9:28–29. Använd gärna den här aktiviteten en annan gång när du har mer tid på dig än under dagens lektion.

Läs 2 Nephi 9:28–29 högt tillsammans.

- Vad kan vi gå i för fällor när vi strävar efter lärdom? Hur kan vi sträva efter lärdom men undvika de här fällorna?
- Vad kan hjälpa oss att "hörsamma Guds råd" när vi strävar efter lärdom?

Uppmuntra eleverna att fortsätta delta i seminariet och att ta examen. Uppmuntra dem också att planera att gå i institutet.

# Hemstudielektion

## 2 Nephi 4–10 (Studieavsnitt 6)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminariet

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 2 Nephi 4–10 (studieavsnitt 6) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (2 Nephi 4–5)

När eleverna studerade 2 Nephi 4 fokuserade de på principen att Gud stöder dem som sätter sin lit till honom (se 2 Nephi 4:12–35) och skrev i sina skriftdagböcker om ett sätt som de skulle vilja få större tillit till Gud på. I 2 Nephi 5 såg de exempel på följande sanningar: Vi blir välsignade med trygghet när vi lyder Guds uppenbarelser (se 2 Nephi 5:1–8). Vår lycka tilltar när Jesu Kristi evangelium blir ett sätt att leva vårt liv (se 2 Nephi 5:9–18, 26–27). Eleverna granskade sitt liv och beslutade sig för något som de skulle göra för att i högre grad leva på ett sätt "som bringa[r] lycka".

#### Dag 2 (2 Nephi 6–8)

I den här lektionen lärde sig eleverna att Herren är barmhärtig mot dem som återvänder till honom (se 2 Nephi 6). De begrundade på vilka sätt Herren varit barmhärtig mot dem. De lärde sig också att Frälsaren vill återlösa sitt förbundsfolk och har all makt att göra det (se 2 Nephi 7–8).

#### Dag 3 (2 Nephi 9)

När eleverna började studera 2 Nephi 9 lärde de sig vad som skulle hända om det inte fanns någon försoning. De studerade också följande sanningar: Genom försoningen befriar Jesus Kristus hela mänskligheten från den kroppsliga och andliga död som fallet förde med sig (se 2 Nephi 9:1–22). Genom Jesu Kristi försoning kan vi övervinna följderna av våra synder när vi tror på Jesus Kristus, omvänder oss och håller ut intill änden (se 2 Nephi 9:14–27). Eleverna skrev om sina känslor inför Frälsarens offer för dem.

#### Dag 4 (2 Nephi 9–10)

När eleverna studerade återstoden av 2 Nephi 9 och studerade 2 Nephi 10 begrundade de vilka av deras val som kanske leder till åtskiljande från Herren och vilka som hjälper dem att komma närmare honom. De lärde sig att när vi väljer att komma till Herren och handlar efter hans vilja ska vi få alla försoningens välsignelser.

### Inledning

Bland alla de viktiga sanningar som eleverna studerat den här veckan betonar du betydelsen av Jesu Kristi försoning. Be om ledning så att du vet hur du bäst hjälper dem att förstå och förlita sig på försoningen. Uppmuntra eleverna under lektionens gång att begrunda vad de behöver göra för att få Frälsarens försonings välsignelser.

*Obs:* När du förbereder din lektion under bön tänk då särskilt på deras behov som kanske har svårigheter att kämpa med. När du ber för enskilda elever och om hur du bäst undervisar dem om lärosatserna och principerna i skrifterna, ska den Helige Anden inspirera dig så att du vet hur du kan tillgodose elevernas behov.

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 4–5

*Nephi ger uttryck åt sin tillit till Herren; Herren åtskiljer nephiterna från lamaniterna; nephiterna lever på ett sätt som bringar lycka*

Skriv upp informationen i följande uppställning på tavlan eller på ett utdelningsblad.

2 Nephi 4	2 Nephi 5
<ol style="list-style-type: none"><li>Läs kapitelingresserna och förbered dig att sammanfatta kapitlet med egna ord.</li><li>Läs 2 Nephi 4:19 och förklara vad du tror det innebär att veta "vem jag har anförtrott mig åt".</li><li>Läs vad du skrev i din skriftdagbok i samband med dag 1, uppgift 4, och förbered dig att berätta om ett sätt som du skulle vilja få större tillit till Gud på.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Läs kapitelingresserna och förbered dig att sammanfatta kapitlet med egna ord.</li><li>Läs 2 Nephi 5:27 och förklara vad du tror det innebär att leva "på ett sätt som [bringar] lycka"?</li><li>Läs vad du skrev i din skriftdagbok i samband med dag 1, uppgift 6. Förbered dig att berätta om en av nephiternas handlingar eller en inställning de hade och hur samma handling eller inställning i ditt eget liv har påverkat din lycka.</li></ol>

Dela upp klassen i två grupper. Låt ena gruppen förbereda sig att undervisa om stoffet under 2 Nephi 4 och den andra gruppen om stoffet under 2 Nephi 5.

Para ihop varje elev som fått 2 Nephi 4 med en elev som fått 2 Nephi 5. Be varje elevpar undervisa varandra om det de förberett som del av uppgiften.

## 2 Nephi 6–8

*Jakob profeterar om Israels skingring och insamling och citerar Jesajas profetior om Frälsarens lojalitet mot förbundsfolket*

Påminn eleverna om att 2 Nephi 6–9 är den första dagen av en predikan som Jakob höll för sitt folk. Andra dagen av hans predikan fortsätter i 2 Nephi 10. I 2 Nephi 6 profeterar Jakob att judarna skulle förkasta Herren och skingras. Be eleverna läsa 2 Nephi 7:1–2 och sedan säga med egna ord vad det betyder.

## 2 Nephi 9

*Jakob undervisar om hur Jesu Kristi försoning befriar oss från fallets och syndens följder*

Läs följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

”Alldeles som en människa egentligen inte önskar mat förrän hon är hungrig, så önskar hon inte Kristi frälsning förrän hon vet varför hon behöver Kristus.

Ingen vet egentligen tillräckligt om varför hon behöver Kristus förrän hon förstår och accepterar läran om fallet och dess inverkan på hela människosläktet. Och ingen annan bok i världen förklarar denna viktiga lärosats tillnärmelsevis så bra som Mormons bok” (*”Mormons bok och Läran och förbunden”*, Nordstjärnan, juli 1987, s. 79).

Be eleverna föreställa sig att en kamrat frågar: ”Varför behöver vi Frälsaren?” Be klassen förbereda sig att svara på den här frågan med utgångspunkt i vad de lärt sig i 2 Nephi 9. Be dem repetera 2 Nephi 9:7–10, 19–22 för att besvara frågan och sedan berätta för klassen om sina svar.

För att hjälpa eleverna att bättre förstå hur Jesus Kristus kan rädda oss från fallets följder läser du president Joseph Fielding Smiths analogi i lektionsmaterialet för 2 Nephi 9:10–27, Studieavsnitt 6: Dag 3, i elevens studievägledning. Du skulle kunna be en elev att rita president Smiths beskrivning antingen på tavlan eller på ett stort pappersark. Om du väljer att låta en elev rita kan du gärna be honom eller henne att också förklara teckningen.

Be var och en av eleverna att känna efter hur det är att sitta fast i en djup grop och vara åtskilda från Gud på grund av val som de gjort. Förklara att om det inte vore för Jesu Kristi försoning skulle det inte finnas någon möjlighet att omvända sig, det skulle inte finnas något hopp och ingen skulle kunna undfly syndens följder.

Be en elev läsa 2 Nephi 9:21–23, och be också några elever att förklara det med egna ord. Eleverna formulerar kanske sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de förstår följande sanning: **Genom Jesu Kristi försoning kan vi övervinna följder av våra synder.**

Tala om att en av fördelarna med att träffas som grupp är att man kan delge andra ens känslor och bära vittnesbörd för varandra. Be eleverna att delge sina känslor inför Jesus Kristus och hans försoning och bära vittnesbörd. Om de tycker det är svårt att berätta, kan du be dem läsa vad de skrev i sina skriftdagböcker i samband med dag 3, uppgift 4. Bär gärna själv vittnesbörd.

Be klassen föreställa sig en person som har en fruktansvärd sjukdom. Diskutera därefter följande frågor:

- Varför är det viktigt att den här personen inser att han eller hon måste söka hjälp?
- Varför är det viktigt att personen också förstår vad han eller hon behöver göra för att få hjälp?
- Vad blir följden om personen inser behovet av hjälp men inte förstår vad som behöver göras för att få den?

Fråga eleverna om de vet vad de måste göra för att få försoningens välsignelser. Påminn dem om att de studerade 2 Nephi 9:23, 42–52 och hittade flera handlingar och inställningar som hjälper oss att komma till Kristus och dra till oss kraften från hans försoningsoffer. Be dem titta på skriftställena de markerade och listan de skrev i sina skriftdagböcker över sådant som för oss till Frälsaren (dag 4, uppgift 1). Be eleverna berätta hur en eller flera av dessa handlingar eller inställningar har fört dem närmare Frälsaren. Bär ditt vittnesbörd att om vi följer principerna i de här verserna så hjälper det oss att få alla försoningens välsignelser.

## 2 Nephi 10

*Jakob uppmantrar sitt folk att glädjas och komma till Herren*

Läs 2 Nephi 10:23–24 tillsammans med eleverna. Påminn eleverna om att de i samband med dag 3, uppgift 6, blev uppmanade att besluta sig för något de skulle göra för att förlika sig med Guds vilja. Uppmuntra dem att genomföra det.

Be eleverna berätta om annat de lärt sig i kapitlen de studerade den här veckan. Om tiden medger avslutar du veckans lektion med att gemensamt sjunga eller läsa orden i ”Oändlig är kärleken” (*Psalmer*, nr. 125) eller en annan psalm om Jesu Kristi försoning. Bär ditt vittnesbörd om vikten av att komma till Frälsaren och att Försoningens välsignelser är verkliga.

## Nästa studieavsnitt (2 Nephi 11–25)

När eleverna studerar 2 Nephi 11–25 nästa vecka och läser Jesajas ord kommer de förstå att Jesaja såg vår tid och varnade oss på grund av det han såg. Några av hans varningar har att göra med våra medier, våra kläder, våra livsstilar och vår inställning. Uppmuntra eleverna att läsa 2 Nephi 11–25 och ta till sig det de kan även om de inte förstår varje ord.

## LEKTION 31

# 2 Nephi 11 och 16

### Inledning

I 2 Nephi 11 gav Nephi uttryck åt sin kärlek för Jesajas ord. Han vittnade också om att Jakob och Jesaja hade sett "Återlösare[n], alldeles som jag har sett honom" (2 Nephi 11:2). 2 Nephi 16 innehåller Jesajas skildring av hur han renades från sina synder och kallades till profet då han såg "Herren ... sitta på en tron" (se 2 Nephi 16:1, 5–8). Både Nephi och Jakob undervisade om värdet av att tillämpa Jesajas skrifter på oss själva

(se 1 Nephi 19:23; 2 Nephi 6:5; 11:2), och Herren sade: "Jesajas ord är stora" (3 Nephi 23:1). I 2 Nephi 11 förklarar Nephi varför han tagit med Jesajas profetior i sin uppteckning. Kapitlet utgör inledningen till Jesajas ord i 2 Nephi 12–24. 2 Nephi 25 utgör avslutningen på de här kapitlen och innehåller Nephis råd om hur Jesajas ord ska förstås (se lektion 35 i den här handledningen).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 11

#### *Nephi uttrycker sin glädje över att få vittna om att frälsning kommer genom Jesus Kristus*

Be tre elever skriva en mening vardera om vad som hände under förra lektionen. Låt dem inte jämföra eller diskutera vad de skriver. För att belysa fördelarna med att ha mer än ett vittne låter du de tre eleverna läsa upp vad de skrivit. Efter att den första eleven läst sin mening frågar du klassen om det var en riktig framställning av det som hände under föregående lektion. Sedan låter du den andra eleven läsa sin mening och frågar om det är en uttömmande framställning av det som hände under föregående lektion. Efter att den tredje eleven läst ställer du samma fråga.

- Vad finns det för fördelar med att ha flera vittnen?

Förklara att Herren kallar profeter till att vara hans vittnen för världen. Uppmuntra eleverna att begrunda vad det betyder för dem att höra profeter vittna om Jesus Kristus.

Skriv följande på tavlan: **Genom att studera profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus kan vi stärka vår tro på Jesus Kristus och glädjas över honom.**

Be en elev läsa 2 Nephi 11:2–3.

- Vad upplevde Nephi, Jesaja och Jakob enligt de här verserna som gjorde det möjligt för dem att vara särskilda vittnen om Jesus Kristus?
- Varför tror ni att det är viktigt att det finns flera profeter som vittnar om Jesus Kristus? (Se Mosiah 13:33–35.)

Be eleverna ögna igenom de första raderna i varje vers i 2 Nephi 11:4–6 och leta efter ett uttryck som upprepas i varje vers.

- Hur gärna gör man någonting när man "gläds" åt att göra det? På vilket sätt är ordet *gläds* intensivare än till exempel "tycker om"?

Be eleverna läsa 2 Nephi 11:4–7 tyst för sig själva och hitta sådant som Nephi gladdes åt eller över. Dela sedan upp klassen i par. Be eleverna berätta vilka uttryck som påverkade dem och varför. Be dem också berätta vad det är som gör att de gläds över Jesus Kristus.

Läs 2 Nephi 11:8 högt. Låt eleverna leta efter ett skäl till att Nephi tog med Jesajas skrifter i sin uppteckning.

- Vad hoppades Nephi att hans folk och framtida läsare av Mormons bok skulle uppleva när de läste Jesajas ord?

Följande lista ger några exempel på skäl till att Nephi tog med Jesajas skrifter i sin uppteckning:

1. Jesaja hade i likhet med Nephi och Jakob sett Frälsaren (se 2 Nephi 11:2–3; se också 2 Nephi 16:1–5, som innehåller Jesajas skildring av en syn i vilken han såg Frälsaren).

### Att förstå Jesaja

Lärare och elever kan ibland tycka att det är svårt att förstå Jesajas ord i Mormons bok. President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum medgav att när vi studerar Mormons bok kan dessa kapitel tyckas som ett hinder. Sedan sade han: "Fortsätt att läsa! Gå igenom dessa svårförståeliga kapitel ... även om du förstår mycket litet av det. Gå vidare även om allt du gör är att skumma igenom och fånga upp ett intryck här och var" ("I min själs innersta", *Nordstjärnan*, nr 6, 1986, s. 62).



2. Nephi gladdes åt att vittna om Frälsaren, och Jesaja vittnade också om Kristus (se 2 Nephi 11:4, 6; se också 2 Nephi 17:14 och 19:6–7, två exempel på Jesajas profetior om Frälsaren).
3. Nephi gladdes över Herrens förbund (se 2 Nephi 11:5). Jesajas profetior hade att göra med Herrens förbund. Han profeterade till exempel om tempeltjänst i de sista dagarna (se 2 Nephi 12:1–3).

Berätta att eleverna under den här lektionen och de närmaste tre lektionerna kommer att studera och diskutera Jesajas ord i 2 Nephi 12–24. Uppmuntra dem att leta efter sanningar i dessa tre kapitel som stärker deras vittnesbörd om Frälsaren och hjälper dem att glädjas åt honom. Uppmana eleverna att berätta för familj och vänner om några av sina favoritverser i de här kapitlen.

## 2 Nephi 16

### *Jesaja kallas att verka som profet*

Berätta att klassen först kommer att studera 2 Nephi 16 eftersom det innehåller Jesajas skildring av en syn i vilken han blev kallad till profet. För att hjälpa eleverna förbereda sig så att de kan förstå den här synen förklarar du att Jesajas skrifter innehåller symboliskt bildspråk. Skrifterna är rika på symboler, sinnebilder och bildliga uttryck. Framhåll att i en av de verser som de läste tidigare sade Nephi: "Allt som Gud ända från världens begynnelse givit till människan är sinnebilder för [Jesu Kristus]" (2 Nephi 11:4). Bruket av symboler och sinnebilder är ett av sätten på vilka skrifterna undervisar oss om Herrens frälsningsverk.

Skriv följande på tavlan: *släp, serafier (änglar) med vardera sex vingar, rök, glödande kol.*

Fråga eleverna vad de kommer att tänka på när de ser och hör de här orden. Efter en kort diskussion förklarar du att Jesaja använde dessa ord i sin skildring av hur han kallades till profet. (Försök att hjälpa eleverna förstå vad Jesaja menade, men var försiktig med att överanalysera symboler. Hjälp i stället eleverna inse hur Jesajas budskap är tillämpligt på deras eget liv.)

Be en elev läsa 2 Nephi 16:1. (Om du har tillgång till kyrkans utgåva av King James version av Bibeln kan du gärna vid behov slå upp Isaiah 6, som innehåller fotnoter och studiehjälpmedel som gör det lättare att förstå skriftställena som behandlas i den här lektionen.)

Be en elev läsa 2 Nephi 16:2–3 högt. Förklara att "serafier" är änglar som står inför Gud.

- Vad skulle serafernas sex vingar kunna symbolisera? (Du kan föreslå eleverna att de läser Lärnan och förbunden 77:4 för att få en ledtråd. Vingar symboliserar förmågan att förflytta sig och handla.)
- Vilka ord visar serafernas inställning till Herren?
- När har ni känt på liknande sätt inför Herren?

Be en elev högt läsa 2 Nephi 16:4 och Uppenbarelseboken 15:8. Be klassen vara uppmärksam på vad som menas med orden "fylldes av rök". (Du kan behöva hjälpa eleverna förstå att röken symboliserar Herrens närvaro, makt och härlighet.) Fundera på att föreslå eleverna att de skriver Upp 15:8 i marginalen bredvid 2 Nephi 16:4.

Be en elev läsa 2 Nephi 16:5 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som visar hur Jesaja kände sig i Herrens närhet. (Om du har tillgång till kyrkans utgåva av King James version av Bibeln kan du vid behov slå upp Isaiah 6:5, fotnoterna *a* och *b*.)

- Vad tror ni Jesaja menade när han sade : "Jag förgås eftersom jag är en man med orena läppar"? (Du kan behöva förklara att i Jes 6:5 syftar uttrycket *orena läppar* på Jesajas medvetande om sina egna och sitt folks synder. Jesaja gav uttryck åt att han kände sig ovärdig i Herrens närhet.)

Låt eleverna fundera ett ögonblick på varför Jesaja kan ha känt så här. Tala om att flera profeter har beskrivit hur otillräckliga de känt sig när de fick sina kallelser. President Spencer W. Kimball beskrev telefonsamtalet med president J. Reuben Clark jr i första presidentskapet när denne meddelade honom att han blivit kallad till de tolvsvorum:

"Å, broder Clark! Jag? Du kan inte mena mig! Det måste föreligga något missförstånd. Jag måste ha hört fel." Jag gled av stolen ner mot golvet ...

’Å, broder Clark! Det tyckts omöjligt. Jag är så svag och liten och begränsad och oduglig’’ (Edward L. Kimball och Andrew E. Kimball jr, *Spencer W. Kimball: Twelfth President of The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints* [1977], s. 189).

Hjälp eleverna förstå att Jesaja, en rättfärdig man, känner att han ”förgås” och är ”oren” när han plötsligt står inför Herren. Vem av oss skulle inte känna sig ovärdig om vi stod inför Gud?

Skriv följande sanning på tavlan: **Vi kan bli renade från vår ovärdighet genom Jesu Kristi försoning.**

Om möjligt visar du eleverna ett träkol eller ett bränt trästycke. Fråga dem hur det skulle sett ut om man just tagit ut det ur elden.

- Vad skulle hända den som rörde vid ett glödande kol?

Läs 2 Nephi 16:6–7 högt. Be eleverna följa med i texten och vara uppmärksamma på Jesajas upplevelse i samband med det glödande kolet. (Om du har tillgång till kyrkans utgåva av King James version av Bibeln kan du vid behov slå upp Isaiah 6:6, fotnot *a* och Isaiah 6:7, fotnoterna *a* och *b*.)

- Vad menas enligt 2 Nephi 16:7 med att ängeln berörde Jesajas läppar symboliskt med ett glödande kol? (Du kan behöva förklara att det glödande kolet är en symbol för rening. När ängeln i Jesajas syn vidrörde hans läppar med ett kol symboliserade detta att Herren renade Jesaja från hans ovärdighet och förlät honom hans synder.)

Ge eleverna möjlighet att under några ögonblick tänka på tillfällen när de upplevt Jesu Kristi försonings renande kraft.

Be eleverna läsa 2 Nephi 16:8–13 tyst för sig själva. Be en elev sammanfatta vad Herren sade om Jesajas predikoverksamhet bland folket. (Du kan behöva förklara att Herren talade om för Jesaja att de trotsiga israeliterna inte skulle bry sig om hans predikningar men att han skulle fortsätta predika tills ”landet [blivit] fullständigt ödelagt”. Uttryckt på annat sätt: Herren kommer i sin nåd att fortsätta sitt frälsningsverk, genom sina tjänare, ”så länge tiden varar eller jorden består eller så länge det på dess yta finns en människa att frälsa” [Moroni 7:36].)

Berätta att Jesaja blev ett kraftfullt vittne om Herren Jesus Kristus och hans evangelium. Vittna om att Frälsaren är verklig och kan förlåta oss våra synder och att vi kan bli vittnen om Frälsaren när vi har upplevt försoningens kraft i vårt eget liv.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 16:2–3. Har änglar vingar?

”En Guds ängel har aldrig vingar” (Joseph Smith, i *History of the Church*, 3:392). Varför beskrev då Jesaja änglar med vingar? Äldste Bruce R. McConkie förklarade att beskrivningen är symbolisk: ”Det faktum att

dessa heliga varelser visades för honom med vingar var helt enkelt för att symbolisera deras förmåga ’att förflytta sig, att handla osv.’ liksom i andra syner han hade sett (L&F 77:4)” (*Mormon Doctrine*, 2:a uppl. [1966], s.703).

# 2 Nephi 12–15

## Inledning

Jesaja fördömde såväl människornas ogudaktighet på sin tid som många människors ogudaktighet i de sista dagarna. Han varnade för att kalla ont gott och gott ont. Han betonade också evangeliets återställelse i de

sista dagarna och templets betydelse och vikten av att vara ren från världens synder. Se lektion 21 i den här handledningen för ytterligare information om Jesaja.

### Behålla elevernas uppmärksamhet

Följande förslag kan hjälpa dig att behålla elevernas uppmärksamhet under lektionen:

- 1) Hjälpt eleverna förstå hur lektionen är tillämplig på deras liv.
- 2) Variera tonfall och röststyrka när du undervisar.
- 3) Ha ögonkontakt med eleverna.
- 4) Gå omkring i klassrummet när du undervisar.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 12–15

#### *Jesaja skiljer mellan det ogudaktiga och det rättfärdiga Israel*

För att hjälpa eleverna förstå lektionens ram börjar du med att påminna dem om att de under förra lektionen lärde sig om Jesajas kallelse till profet. I dag ska de lära sig om folket som han predikade för.

Hjälpt eleverna förstå att när Jesaja beskrev Herrens förbundsfolk på den tiden och deras handlingar så beskrev han samtidigt människors handlingar i vår tid. Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum sade: "Jesajas bok innehåller ett flertal profetior som tycks ha uppfyllts på många olika sätt ... Det faktum att många av dessa profetior kan ha många olika betydelser understryker vikten av uppenbarelser från den Helige Anden för att få hjälp med att tolka dem" ("Scripture Reading and Revelation", *Ensign*, jan. 1995, s. 8).

Skriv följande uppställning på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad. Lämna tillräckligt utrymme så att eleverna kan skriva i varje kolumn.

	2 Nephi 12:5–12, 17–19; 13:8–9	2 Nephi 13:16–26
Vilka vanor, bruk och inställningar återspeglar de här människornas synder?		
Vad kommer att hända med de här människorna till följd av deras synder?		

Förklara att den här uppställningen hjälper klassen undersöka följderna av människors handlingar som handlade tväremot sina förbund.

Dela upp klassen i två grupper. Be den ena gruppen studera 2 Nephi 12:5–12, 17–19; 13:8–9 och den andra 2 Nephi 13:16–26. Be eleverna läsa verserna de tilldelats och hitta svar på de två frågorna i den vänstra kolumnen. Om uppställningen står på tavlan ber du en elev från vardera gruppen skriva svaren i rätt kolumn. Om eleverna fick uppställningen på ett utdelningsblad skriver de svaren på bladen.

Berätta för eleverna i den andra gruppen att Jesaja förutsåg följderna av världsliga kvinnors ytterligheter i fråga om klädsel och handlingar både på sin tid och i framtiden. 2 Nephi 13:16–26 beskriver vad han såg. Även om Jesaja talade om "Sions döttrar" så gäller hans ord också för män. (Du kan behöva framhålla att profetian i 2 Nephi 14:1 inte handlar om månggifte utan om män som dör i det krig som beskrivs i 2 Nephi 13:25–26 och att många kvinnor blir änkor.

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att besvara frågorna i uppställningen frågar du:

- Vilka synder var de här människorna skyldiga till? (I svaren kan ingå högmod, avgudadyrkan, världslighet och fåfänga.) Vilka uttryck i texten visar att de var skyldiga till de här synderna? Vilka följder fick de här synderna?
- Jesaja sade att landet var "fullt av avgudar" (2 Nephi 12:8). Vilka nutida exempel finns det på avgudadyrkan?

Som del av diskussionen läser du följande ord av president Spencer W. Kimball:

"Vår tids avgudar eller falska gudar kan ta formen av kläder, hem, affärer, maskiner, bilar, nöjesbåtar och många andra ting som hindrar oss från att nå gudaskap ... Många unga män bestämmer sig för att gå på universitet när de först borde gå på mission. Examen och det välstånd och den trygghet som kommer därav verkar vara så viktig att missionen kommer i andra hand ... Många dyrkar jakten, fisketuren, semestern, veckoslutspicknicken och utflykten. Andra har som sina avgudar baseboll, fotboll, tjurfäktning eller golf ... En annan avgud för människor är makt och prestige" (*Förlåtelsens under* [1976], s. 44, 45).

- Jesaja profeterade om människor vars högmod och världslighet skulle komma till uttryck i deras klädsel. Hur kan vi skydda oss mot världsliga trender och en världslig inställning?

Skriv ordet *ve* på tavlan. Förklara att ordet *ve* syftar på elände och lidande. Forttida profeter använde det här ordet ibland för att betona syndens följder. (Eleverna kommer kanske ihåg att de såg att det här ordet upprepades i 2 Nephi 9:27–38.) Be eleverna lyssna medan du läser 2 Nephi 15:18–23. (Uppmuntra gärna eleverna att markera ordet *ve* och de uttryck som beskriver handlingar och inställningar som för till lidande och elände. Du kan också föreslå att de skriver definitionen av *ve* i marginalen bredvid dessa verser.)

- Vad betyder 2 Nephi 15:20 för er?
- På vilka sätt har ni upplevt att människor i vår tid kallar "det onda gott och det goda ont"?

Berätta för eleverna att de nu ska läsa om en grupp personer som höll sina förbund. Be en elev läsa 2 Nephi 14:2–4 högt. Be resten av klassen vara uppmärksam på Jesajas beskrivning av den här gruppen.

- Vilka ord eller uttryck visar att den här gruppen skilde sig från de andra grupperna vi granskat? (Fundera på att skriva elevernas svar på tavlan.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 14:5–6 tyst för sig själva och leta efter de tre platser som Jesaja sade skulle utgöra ett andligt skydd. Förvissa dig om att eleverna hittar och förstår orden *boning* (bostad), *församlingar* (samlingsplatser som grenar, församlingar eller stavar) och *tabernakel* (tempel). Förklara att uttrycket "molnsky och rök om dagen och skenet av en flammande eld om natten" syftar på det beskydd och den ledning som Herren gav Mose och hans folk i öknen (se 2 Mos 13:21–22). Dessa ord påminner oss om det beskydd och den ledning vi kan få av Herren. Framhåll också att Jesaja liknade templet vid en tillflykt mot hettan och ett "skydd" mot storm och regn.

- När har ni känt att Herren beskyddat eller väglett er i era hem eller i kyrkan?
- När har ni fått andlig hjälp eller andligt beskydd i templet?
- Vilka slags personer ska bo i de bostäder och tillbe Gud i de kyrkor och tempel som beskrivs i verserna 5–6?
- Vad kan vi göra så att våra hem och grenar eller församlingar blir ett värn mot världen?

Sammanfatta kapitlen 12–15 med att säga att vi i de här kapitlen lär oss att **när vi håller våra förbund blir vi välsignade med andligt beskydd, men när vi bryter dem har vi inte Herrens beskydd**. Försäkra eleverna att de kan skapa en sådan miljö i sitt eget liv som den som beskrivs i 2 Nephi 14:5–6.

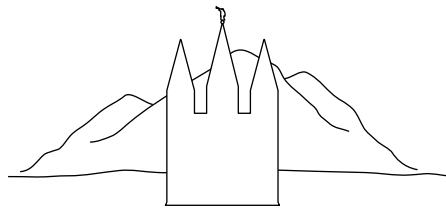
## 2 Nephi 12:1–5; 15:26

### *Jesaja profeterar om tempel och att Herrens kyrka ska grundas i de sista dagarna*

Rita följande bild av ett berg och ett Herrens tempel på tavlan:

- Vad finns det för likheter mellan ett berg och ett tempel? (I svaren kan ingå att båda är upphöjda och majestätiska och att de inspirerar oss att se mot himlen.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 12:2–5 tyst för sig själva och leta efter vad Gud lovade att han skulle grunda i de sista dagarna och hur detta skulle bli till välsignelse för människorna.



- På vad syftar orden "det berg där Herrens hus är"? (Det syftar uttryckligen på Salt Lake-templet, men det kan också syfta på andra tempel som Herren grundat i de sista dagarna.)
- Vilka välsignelser utgår från "Herrens hus" i de sista dagarna? (En princip som eleverna kanske nämner är att **Gud har grundat tempel för att undervisa oss om sina vägar och för att hjälpa oss att vandra på hans stigar** [se 2 Nephi 12:3].)
- Hur hjälper tempel oss att vandra på Herrens stigar?

Läs följande uttalande av president Gordon B. Hinckley i vilket han talar om tempelns betydelse:

"Dessa unika och underbara byggnader, och förrättningar som utförs däri, representerar det yppersta i vår dyrkan. Dessa förrättningar blir de djupaste uttrycken för vår teologi. Jag uppmanar vårt folk överallt, med all den övertalningsförmåga jag besitter, att leva värdigt en tempelrekommendation, att skaffa en sådan och betrakta den som en dyrbar tillgång, och göra större ansträngningar att besöka Herrens hus och ta del av anden och välsignelserna som finns där" ("Om missioner, tempel och förvaltarskap", *Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 56).

- Hur kan templet hjälpa oss att slippa drabbas av de ondskans följder som beskrivs i 2 Nephi 12–15? (I svaren kan ingå följande: Våra familjer får kraft att stå emot ondskan när vi sluter och håller tempelförbund. Regelbundna tempelbesök påminner oss om Frälsaren, hans försoningsoffer och om förbund vi slutit. När vi lever på ett sådant sätt att vi är värdiga att inneha en tempelrekommendation har vi hopp om det eviga livets välsignelser. Det hoppet motiverar oss att fortsätta att leva rättfärdigt.)
- Hur har templet inspirerat och varit till välsignelse för er?

Be en elev läsa 2 Nephi 15:26 högt. Be klassen vara uppmärksam på det uttryck som visar vad Herren ska "höja" för att samla in människorna i de sista dagarna. Förklara att ordet *baner* syftar på en fana som används som samlingspunkt eller ett tecken till att man ska samlas, i synnerhet i strid.

- Vad är detta "baner för nationerna" som Jesaja profeterade om?

Läs följande uttalande av president Joseph Fielding Smith:

"Detta baner [är] Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, vilken upprättades för sista gången, för att aldrig igen brytas ned eller ges till andra människor. Det var den största händelse som världen har upplevt sedan den dag då Återlösaren lyftes upp på korset och åstadkom den eviga försoningen. Det betyder mer för människosläktet än någonting annat som ägt rum sedan den dagen" (*Frälsningens lära*, 3 delar, 3:207).

- På vilka sätt är Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga "ett baner för nationerna"?
- Vilka välsignelser har ni fått i livet på grund av medlemskapet i kyrkan?
- Tänk på alla välsignelser ni fått och de sanningar ni lärt er som medlemmar i kyrkan. Vilken sanning skulle ni kunna berätta om för andra som skulle kunna hjälpa dem att samlas till "baner[et] för nationerna"?

Vittna om att Herren välsignat oss med stora möjligheter att vara framgångsrika i de sista dagarna. Han välsignar och helgar dem som väljer att komma till honom. När vi sluter förbund med honom och är trogna mot dem, då hjälper han oss att gå på hans vägar.

## LEKTION 33

# 2 Nephi 17–20

### Inledning

I 2 Nephi 17–20 skriver Nephi ner en skildring av hur Jesaja försöker övertyga Juda kung och hans folk att förlita sig på Gud i stället för på världsliga allianser.

Jesaja profeterar med hjälp av sinnebilder om händelser på sin tid, om Jesu Kristi födelse och om de ogudaktigas undergång vid Herrens andra ankomst.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 17–18; 19:1–7

#### Människorna i Juda rike förlitade sig inte på Jesus Kristus

Börja klassen med att be eleverna nämna så många beskrivande titlar för Jesus Kristus som de kan komma på. Skriv dem på tavlan. Be dem därefter läsa 2 Nephi 17:14. Lägg till titeln *Immanuel* till listan på tavlan eller ringa in den om den redan står där. Be eleverna hitta betydelsen av det här namnet i Matteus 1:23 eller i Handledning för skriftstudier.

- Vad betyder titeln *Immanuel*? ("Gud med oss.")

Framhåll att den verkliga betydelsen av Jesajas profetia om Immanuel återfinns i Matteus 1:18–25. Be en elev läsa det här skriftstället högt.

- Hur har Jesajas profetia om Immanuel gått i uppfyllelse?
- När har ni upplevt att Herren har varit Immanuel eller "Gud med oss" i ert liv?

Berätta att 2 Nephi 19:6–7 är en av de mest bekanta profetiorna om Frälsaren. Läs det här skriftstället högt. Framhåll att det här skriftstället innehåller flera titlar för Jesus Kristus. (Om någon av titlarna inte redan står på tavlan lägger du till den till listan.)

- Vilken av de här titlarna beskriver bäst hur ni känner för Frälsaren? Varför då?

Innan du håller resten av lektion ger du eleverna den historiska bakgrunden till 2 Nephi 17–18. Förklara att de här kapitlen ofta nämner tre små rikena – Juda, Israel och Syrien – såväl som det mäktiga assyriska riket som ville erövra de tre mindre rikena. Be gärna eleverna slå upp de bibliska kartorna i slutet av tre-i-ett och titta på kartorna 1, 3 och 5 som visar de geografiska områden som nämns i dessa kapitlen. Hjälpt gärna eleverna förstå bakgrunden till de här kapitlen genom att visa följande översikt (efter Victor L. Ludlow, *Isaiah: Prophet, Seer, and Poet* [1982], s. 140). Hänvisa till den under lektionens gång.

Land	Juda	Syrien	Israel
Huvudstad	Jerusalem	Damaskus	Samaria
Område eller viktigaste stam	Juda	Aram	Efraim
Ledare	Ahas (kung), av Davids hus	Resin (kung)	Peka (kung), Remaljas son

Skriv *allians* på tavlan.

- Vad är en allians? (Tänkbara svar: förbund, union eller pakt.)
- Varför kan ett land tänkas vilja ingå en allians med andra länder?

Förklara att under profeten Jesajas predikoverksamhet i Juda rike ville Israels och Syriens kungar att kung Ahas skulle ingå en allians med dem mot de mäktiga assyrierna. När kung Ahas vägrade angrep Israel och Syrien Judariket för att tvinga till sig en allians och sätta upp en ny härskare på tronen (se 2 Nephi 17:1, 6). 2 Nephi 17–18 beskriver det råd som

profeten Jesaja gav kung Ahas när kungen försökte avgöra hur han skulle försvara sitt rike mot hoten från Israel, Juda och Assyrien.

Be en elev läsa 2 Nephi 17:1–2 högt.

- Vad tror ni menas med att Ahas "hjärta skälvde, likaså hans folks hjärtan, som skogens träd skälver för vinden"? (Ahas och hans folk var ängsliga och osäkra på vad de skulle göra efter att Israel och Syrien hade angripit dem.)

Förklara att eftersom Ahas fruktade Israel och Syrien övervägde han att ingå en allians med Assyrien för att skydda sitt rike (se 2 Kung 16:7). Jesaja sade åt Ahas att om han i stället för att ingå politiska allianser skulle förlita sig på Herren så skulle Herren beskydda hans rike.

Be en elev läsa 2 Nephi 17:3–8 högt. (Förklara vid behov att uttrycket *stumpar av rykande brandfacklor* syftar på att facklorna snart ska slockna. Vad Herren i själva verket säger är: "Oroa er inte för angreppet. De där två kungarna har inte mycket eld kvar." Israel och Syrien hade förbrukat sina krafter. De skulle snart bli krossade av Assyrien och skulle inte längre utgöra något hot mot Juda.)

Be flera elever turas om att läsa högt ur 2 Nephi 17:9, 17–25. Be klassen vara uppmärksam på vad Herren sade skulle hända med folket i Juda om de förlitade sig på politiska allianser i stället för att förtrösta på honom.

- Vad skulle hända enligt de här verserna om Ahas inte förlitade sig på Herren? (Juda skulle ödeläggas.)

Be en elev läsa 2 Nephi 17:10–12 högt. (Du kan behöva förklara att när Jesaja uppmanade Ahas att begära ett tecken så uppmanade han i själva verket Ahas att söka Herrens ledning när det gällde hans problem. När Ahas vägrade så sade han i själva verket att han inte behövde Guds hjälp och att han tänkte lita på sitt eget omdöme.)

Be en elev läsa 2 Nephi 17:13–14 högt. Fäst elevernas uppmärksamhet på ordet *Immanuel* i 2 Nephi 17:14 och på dess betydelse: "Gud med oss."

- Varför var det viktigt för Ahas att vilja att Gud skulle vara med honom i den svåra situation som landet befann sig i?
- Varför är det viktigt för oss att vända oss till Herren i stället för att lita på vårt eget omdöme?

Läs 2 Nephi 18:5–8 för eleverna. När du läser vers 6 förklarar du att ordet *Siloa* ibland syftar på Jesus Kristus. När du läser vers 8 förklarar du uttrycket "räcka ända upp till halsen" genom att framhålla att Juda huvud eller huvudstad var Jerusalem. Jesaja profeterade att assyrierna skulle rycka fram till Jerusalems murar, med andra ord till stadens hals. Den här profetian gick i uppfyllelse när 185 000 assyriska soldater ryckte fram mot Jerusalem, till stadens murar. Herren försvarade sitt folk genom att sända en ängel som förgjorde angriparna. (Se 2 Kung 19:32–35.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 18:9–10 tyst för sig själva och leta efter Herrens varning till dem som ville förena sig och strida mot Juda.

- Vad skulle hända med dem om de stred mot Juda?
- Varför skulle dessa nationer krossas enligt 2 Nephi 18:10?

Påminn eleverna om att kung Ahas fruktade hotet från Israel och Syrien och övervägde att alliera sig med assyrierna. Be eleverna läsa 2 Nephi 18:11–13 tyst för sig själva.

- Vad sade Herren i frågan om Juda skulle sammansvärja sig, eller ingå en allians, med assyrierna?
- Vem sade Jesaja att folket skulle förlita sig på?

För att hjälpa eleverna tillämpa dessa kapitel på sig själva frågar du:

- Vad finns det för faror med att hellre förlita sig på världslig makt och världsligt inflytande än att förtrösta på Herren? (Uppmuntra eleverna att tänka på situationer som skulle kunna fresta dem att göra val som grundar sig på rädsla.)
- När vände ni er till Gud för att få styrka trots att ni till en början frestades att vända er till andra källor? Hur hjälpte Gud er? Vad lärde ni er av den erfarenheten?

Vittna om att **Gud är med oss när vi förlitar oss på honom, också under svåra och ångestfyllda tider.** (Skriv gärna den här principen på tavlan.)

## 2 Nephi 19:8–21; 20:1–22

### *Jesaja beskriver de ogudaktigas undergång vid Kristi andra ankomst*

Sammanfatta den historiska bakgrunden till 2 Nephi 19–20 genom att förklara att Ahas förkastade Jesajas råd och valde att ingå en allians med Assyrien (se 2 Kung 16:7–20). Juda blev en lydstat och betalade skatt till Assyrien för att skyddas mot Syrien och Israel. Som Jesaja hade profeterat erövrade Assyrien dessa små riken: Damaskus (Syrien) år 732 f.Kr. och Samaria (Israel) 722 f.Kr. År 701 f.Kr. hade Assyrien invaderat hela Juda med undantag av Jerusalem.

Berätta att när Assyrien hade erövrat Syrien och Israel och belägrade Juda huvudstad Jerusalem, var Ahas inte längre Juda kung. En rättfärdig man som hette Hiskia hade övertagit tronen. Eftersom Hiskia förlitade sig på Herren försvarade Herren Jerusalem mot den assyriska härens belägring. En natt slog Herrens ängel assyriernas läger. På morgonen låg 185 000 soldater döda på marken (se 2 Kung 19:34–35; 2 Krön 32:21; Jes 37:36).

Jesajas profetior i 2 Nephi 19–20 koncentreras på de straff som skulle komma över Israel och Juda genom assyriernas hand. Jesaja varnade Israel och sade att de snart skulle drabbas av förgörelse och fångenskap, och han förutsade ett angrepp på Juda. De messianska profetiorna i 2 Nephi 17–18 utvecklas ytterligare i 2 Nephi 19–20. Profetian om Immanuel utvecklas i 2 Nephi 19 när Jesaja utlovar nytt ljus och en ny ledare: Hiskia, historiskt sett, och Messias, profetiskt sett. Det här är ett exempel på en profetia som går i uppfyllelse på två sätt. Det är också ett exempel på att en händelse tjänar som profetia om en framtida händelse. Jesajas profetia om Assyriens undergång i 2 Nephi 20 får symbolisera de ogudaktigas undergång vid Kristi andra ankomst.

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: 2 Nephi 19:12, 17, 21; 20:4. Låt eleverna hitta ett uttryck som upprepas i dessa verser. Skriv uttrycket på tavlan. (*”På grund av allt detta vänder han inte bort sin vrede, utan hans hand är ännu utsträckt.”*) Förklara att de här verserna handlar om följderna för de människor som gör uppror mot Herren och vägrar att omvända sig. De visar Herrens missnöje med människor som fortsätter att synda.

Förklara att liknande ord används i andra skriftställen för att visa Herrens barmhärtighet mot dem som omvänder sig. Även om han är en rättvis Gud så är han också oändligt barmhärtig mot dem som kommer till honom. Be en elev läsa 2 Nephi 28:32 högt. Läs därefter följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:

*”Till alla som tror att ni är förlorade eller utan hopp, eller som tror att ni alldeles för länge har gjort alldeles för mycket som var alldeles fel, till alla som oroar er för att ni sitter fast i snön på livets slätter med en trasig handkärra, ropar denna konferens ut Jehovas ständiga budskap: ‘[Min] hand är ännu uträckt’ [se Jes 5:25; 9:17, 21]. ‘Jag sträcker ut min arm till dem’, sade han, ‘[och även om de] förnekar ... mig ... skall jag [ändå] vara barmhärtig mot dem ... om de omvänder sig och kommer till mig. Ty min arm är utsträckt dagen lång, säger Herren, Härskarornas Gud’ [2 Nephi 28:32]. Hans nåd varar i evighet och hans hand är ännu uträckt. Hans kärlek är Kristi rena kärlek, den kärlek som aldrig sviker, det medlidande som består även när all annan styrka tynar bort [se Moroni 7:46–47]” (se ”Profeterna kommo åter i landet”, *Liahona*, nov. 2006, s. 106–107).*

Be eleverna att med egna ord berätta om en sanning de lärt sig i de här verserna. (Förvissa dig om att eleverna förstår att **Jesus Kristus är en domens och barmhärtighetens Gud. Han visar barmhärtighet mot alla som omvänder sig och håller hans bud.**)

- Hur skulle ni tillämpa den här principen i ert liv?

Jesaja förutsåg att Herrens folk skulle återvända till Herren i de sista dagarna och sluta att förlita sig på gudlösa förbindelser när det gäller trygghet och fred. Försäkra eleverna att när vi förlitar oss på Herren behöver vi inte vara rädda för de straffdomar som ska drabba människorna under den tid som föregår Kristi andra ankomst.

### **Att sammanfatta**

Ibland lyckas du inte undervisa om hela skriftställeblocket för en bestämd dag. Bli inte missmodig. När större skriftställeblock omfattar flera kapitler kan du behöva sammanfatta händelser, handlingen och ibland också läran. Kapitelingresser, material från lektionsboken och insikter du själv fått i ditt studium hjälper dig att sammanfatta effektivt.



# 2 Nephi 21–24

## Inledning

Många av Jesajas profetior i Mormons bok handlar om de sista dagarna. Han profeterade om evangeliets återställelse, profeten Joseph Smith, den andra ankomsten och de ogudaktigas undergång. Han förutsåg att

Herren skulle "resa upp ett baner för nationerna" i de sista dagarna (se 2 Nephi 21:11–12). Jesaja vittnade också om att Herren skulle triumfera över Satan och inleda tusenårsriket, en tid av frid och glädje.



## Lektionsförslag

### 2 Nephi 21:1–5, 10–12

#### Jesaja förutser återställelsen av Jesu Kristi evangelium i de sista dagarna

Visa bilden "Moroni visar sig för Joseph Smith i hans rum" (62492 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 91). Berätta att när Moroni visade sig för Joseph Smith för första gången " citerade han Jesajas elfte kapitel och sade att det snart skulle fullbordas" (Joseph Smith — Historien 1:40). Profetian i Jesaja 11 står också i 2 Nephi 21.

Be eleverna läsa 2 Nephi 21:1 tyst för sig själva. Fäst deras uppmärksamhet på uttrycket "ett skott skall skjuta fram ur Isais stam". Be dem därefter läsa 2 Nephi 21:10 tyst för sig själva. Fäst deras uppmärksamhet på uttrycket "Isaias rot". Föreslå gärna att eleverna markerar de här uttrycken. Berätta att profeten Joseph Smith fick en uppenbarelse om vad uttrycken betyder. Be eleverna slå upp Läran och förbunden 113:1–6. Läs det högt. Innan du läser ber du eleverna följa med i texten och vara uppmärksamma på vad uttrycken betyder. Skriv gärna betydelseerna på tavlan så som visas nedan. Uppmuntra gärna eleverna att skriva de här betydelseerna i sina skrifter.

*Isais stam – Jesus Kristus*

*Skottet – en Kristi tjänare "på vilken stor makt är lagd"*

*Isais rot – en person i de sista dagarna som ska inneha prästadömet och "rikets nycklar"*

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen lyssna efter vem som är "skottet" och "Isais rot".

"Tar vi miste när vi säger att den profet som här nämns är Joseph Smith, som förlänades prästadömet, som fick rikets nycklar och som uppreste baneret för insamlingen av Herrens folk i vår tidsutdelning? Och är han inte också den 'tjänare i Kristi hand, som delvis är en ättling av Isai, liksom av Efraim, eller av Josefs hus, och på vilken stor makt är lagd'?" (*The Millennial Messiah: The Second Coming of the Son of Man* [1982], s. 339–340.)

Be en elev läsa 2 Nephi 21:10, 12 högt. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som har att göra med Joseph Smith och med evangeliets återställelse och Herrens kyrka. Innan eleven börjar läsa kan du gärna påminna dem om att ordet *baner* syftar på en fana som används som samlingspunkt eller ett tecken på att man ska samlas (se lektion 32).

- Hur gick profetian om Isais rot i uppfyllelse genom Joseph Smiths verk?
- På vilka sätt insamlas vi som medlemmar i dag? På vilka sätt reser vi upp ett baner för att hjälpa andra veta var de ska samlas?

Vittna om att **Herren har återställt sitt evangelium och sin kyrka genom profeten Joseph Smith och samlar nu in sitt folk i de sista dagarna.**

### 2 Nephi 21:6–9; 22

#### Jesaja beskriver tusenårsriket

Be eleverna föreställa sig att en vän som tillhör en annan kyrka har frågat dem vad de tror på när det gäller tusenårsriket. Be dem studera 2 Nephi 21:6–9 och 22:1–6 tyst för sig själva och leta efter sanningar som de kan berätta om i ett sådant samtal. Be dem skriva ner sina

### Bära vittnesbörd

Ett vittnesbörd är en enkel och rättfram trosbekännelse. När du förbereder en lektion, be då om att Anden ska hjälpa dig veta när du ska vittna om de sanningar ni diskuterar. Du kan bli manad att bära vittnesbörd flera gånger under en lektion och inte bara vid slutet av den.

tankar i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. För att hjälpa dem diskutera det de hittat ställer du några av följande frågor eller samtliga:

- Vad tyder beskrivningarna på i 2 Nephi 21:6–8 när det gäller förhållandena på jorden under tusenårsriket?
- Varför kommer jorden vara en fredlig plats under tusenårsriket enligt 2 Nephi 21:9? (Hjälp eleverna förstå att **jorden kommer vara en fredlig plats under tusenårsriket därför att den ska vara full av kunskapen om Herren.**)
- Hur kan kunskapen om Herren hjälpa oss att leva på ett fredligare sätt nu?
- I 2 Nephi 22:1–6 beskriver Jesaja den innerliga gudsdyrkan som människor ska ägna sig åt under tusenårsriket. Hur kan vi skapa samma inställning i dag?
- Vad i tusenårsriket skulle ni vilja ha i ert liv redan nu? (Uppmuntra eleverna att begrunda vad de kan göra för att få några av de här välsignelserna.)

## 2 Nephi 23–24

### *Jesaja undervisar om att de ogudaktiga ska förgås och att Herren ska ha förbarmande med sitt folk*

Berätta att i 2 Nephi 23 profeterar Jesaja om Babylons förgörelse och jämför den med de ogudaktigas förgörelse vid Frälsarens andra ankomst. Be eleverna läsa den korta artikeln under "Babel, Babylon" i Handledning för skriftstudier. Förklara att i många skriftställen syftar ordet *Babylon* vanligtvis på ogudaktigheten i världen. Jesaja profeterade att de ogudaktiga i Babylon och de ogudaktiga i de sista dagarna skulle drabbas av stor förödelse.

För att hjälpa eleverna upptäcka följderna för de ogudaktiga i de sista dagarna låter du dem läsa 2 Nephi 23:1, 5–9, 11, 15, 19 och 22 tyst för sig själva.

Förklara att Jesaja talade om Lucifers fall för att på annat sätt åskådliggöra hur de ogudaktiga ska förgås. Be en elev läsa 2 Nephi 24:12–16 högt.

- Vilka uttryck i de här verserna visar Satans högmod?
- Vad står det i 2 Nephi 24:16 som beskriver hur vi skulle betrakta honom om vi kunde se honom som han är?

Be en elev läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"I det stora rådet i förutttillvaron var det högmodet som fällde Lucifer, 'morgonrodnadens son'. (2 Ne 24:12–15; se också L&F 76:25–27; Mose 4:3.) ... I det stora rådet i himlen satte Lucifer sitt förslag emot Faderns plan som förespråkades av Jesus Kristus. (Se Mose 4:1–3.) Han ville äras framför alla andra. (Se 2 Ne 24:13.) Kort sagt var det hans högmodiga önskan att störta Gud från tronen. (Se L&F 29:36; 76:28.)" ("Tagen eder tillvara för högmod", *Nordstjärnan*, juli 1989, s. 3.)

Fäst elevernas uppmärksamhet på Herrens ord i slutet av 2 Nephi 23:22: "Jag skall vara barmhärtig mot mitt folk, men de ogudaktiga skall förgås." Uppmuntra gärna eleverna att markera de här orden i sina skrifter. (Lägg märke till att den sista meningen i den här versen inte står i Bibeln. Detta visar att mässingsplåtarna innehöll text som inte finns i Bibeln.)

- Vad tror ni det innebär att tillhöra Herrens folk?

Be flera elever turas om att läsa högt ur 2 Nephi 24:1–7, 24–27, en eller två verser vardera. Be klassen vara uppmärksam på Herrens löften till sitt folk. Uppmuntra dem att berätta för varandra om vad de observerade. Låt gärna en elev skriva dessa observationer på tavlan.

- Vad är budskapet i de här verserna till dem som lider på grund av andras ogudaktighet?
- Vilka tecken på lycka och hopp ser ni i de där verserna?

Förvissa dig om att eleverna förstår att **Herren ska vara barmhärtig mot sitt folk, men de ogudaktiga ska förgås**. Hjälp eleverna förstå att Jesajas profetior i 2 Nephi 21–24 återspeglar ett av huvudbudskapen i Mormons bok: att de lydiga har framgång och att de olydiga förgås. Vittna om att vi kan leva rättfärdigt och ha framgång i dag medan vi ser fram emot tusenårsriket.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 21:1. "En gren skall växa fram ur hans rötter"

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum förklarade grenen som nämns i 2 Nephi 21:1:

"Se, dagar skall komma, säger Herren, då jag skall låta en rättfärdig telning [ungt skott av träd] växa upp åt David. Han skall regera som kung och handla med vishet ...' (Jer 23:3–6). Det vill säga att den kung som ska

regera personligen på jorden under tusenårsriket ska vara telningen som växte fram ur Davids hus. Han ska utöva rätt och rättfärdighet i landet därför att han är Herren Jehova, den som vi kallar Kristus. Att telningen av Davids hus är Kristus är fullständigt klart. Vi ska nu se att även han kallas David, att han är en ny David, en evig David, som ska regera för evigt på sin forntide förfaders tron [se Jer 30:8–9]" (*The Promised Messiah: The First Coming of Christ* [1978], s. 193).

## Ytterligare undervisningsförslag

### 2 Nephi 21:9. "Jorden skall vara full av kunskapen om Herren"

Be en elev läsa 2 Nephi 21:9 högt. Läs följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum:

"I dag får vi vara med om en explosionsartad kunskap om världen och dess folk. Världens folk upplever emellertid inte någon liknande explosiv utveckling när det

gäller kunskapen om Gud och hans plan för sina barn. Vad den kunskapen beträffar behöver världen mer än skolning och teknologi, den behöver rättfärdighet och uppenbarelse. Jag längtar efter den dag som Jesaja profeterade om då 'landet skall vara fullt av HERRENS kunskap'. (Jes 11:9; 2 Ne 21:9.)" ("Alternativa röster", *Nordstjärnan*, juli 1989, s. 24.)

- Vad behöver världen enligt äldste Oaks?
- Hur kan vi bidra till uppfyllelsen av Jesajas profetia?

## LEKTION 35

# 2 Nephi 25

### Inledning

Nephi fortsatte att betona vikten av Jesajas profetior och förklarade att vem som helst som har profetians ande kan lära sig att förstå och uppskatta Jesajas ord. Han talade om varför han skrev: "för att förmå våra barn, och likaså våra bröder, att tro på Kristus och att

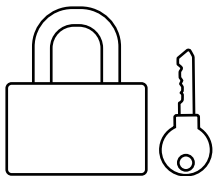
förlikas med Gud" (2 Nephi 25:23). Han uppmanade alla att tro på Jesus Kristus och att "tillbe honom av all [sin] förmåga, allt [sitt] förstånd och all [sin] styrka samt av hela [sin] själ" (2 Nephi 25:29).

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 25:1–8

#### *Nephi undervisar om att vi kan förstå Jesajas ord när vi har profetians ande*

Visa ett hänglås som inte kan öppnas utan nyckel (eller rita ett hänglås och en nyckel på tavlan). Framhåll att människor ofta läser in värdeföremål för att de inte ska bli stulna. De har den enda nyckeln i eget förvar eller ger en pålitlig vän eller familjemedlem en extranyckel.



Berätta att Nephi visste att Jesajas profetior var "av stort värde" (2 Nephi 25:8). Men han höll dem inte hemliga. Tvärtom, han gav nyckeln till alla som vill "öppna" och förstå Jesajas ord. Be en elev läsa den första meningen i 2 Nephi 25:4. Be klassen vara uppmärksam på nyckeln till förståelse av Jesajas ord.

- Vilken nyckel upptäckte ni? ("Profetians ande.")

För att hjälpa eleverna förstå vad det innebär att ha "profetians ande" läser du följande i Handledning för skriftstudier:

"En profetia består av gudomligt inspirerade ord, talade eller skrivna, som en person får genom uppenbarelse från den Helige Anden. Vittnesbördet om Jesus är profetians ande (Upp 19:10). En profetia kan gälla det förgångna, det närvarande eller framtiden. När någon profeterar, säger eller skriver han det Gud vill att han skall veta, till hans eget eller andras bästa. Enskilda människor kan få profetia eller uppenbarelse gällande sina egna liv" (Handledning för skriftstudier, "Profetia, Profetera", scriptures.lds.org).

Hjälp eleverna förstå att de kommer att få en allt djupare insikt i Jesajas ord om de 1) söker den Helige Andens ledning och 2) har ett vittnesbörd om Jesus Kristus och en önskan att lära av honom. När de griper sig an Jesajas ord på det här sättet och alltid försöker förstå när profetierna vittnar om Frälsaren, då kan de lära sig det som Gud vill att de ska veta, till sitt eget eller andra bästa.

Framhåll att Nephi också berättade om annat som kan hjälpa oss att förstå Jesajas ord. Be eleverna läsa 2 Nephi 25:1 tyst för sig själva och leta efter orsaker till att många i Nephis folk tyckte att det var svårt att förstå Jesajas ord.

- Vad hittade ni? (De kände inte till "judarnas sätt att profetera".)
- Med tanke på vad ni läst av Jesaja, vad är det som kännetecknar forntida judars profetior? (I svaren kan ingå att Jesaja och andra profeter använde symbolik och poetiskt språk.)

- När ni läser Jesajas ord varför är det då till stor hjälp att vara medveten om det här sättet att profetera?

Berätta att det finns en annan bra hjälp i 2 Nephi 25:5–6. Be en elev läsa de här verserna högt. Be klassen vara uppmärksam på erfarenheter som hjälpte Nephi att förstå Jesajas ord.

- Varför tror ni att det var till fördel för Nephi att ha bott i Jerusalem? Med tanke på det ni läst av Jesaja, varför tror ni att det var till fördel för Nephi att ha "sett det som angår judarna" och att "känn[a] till områdena runtomkring" Jerusalem?
- Hur kan vi få kunskap om det här? (Vi kan studera det forntida Israels kultur, historia och geografi.)

Läs 2 Nephi 25:7–8 för eleverna. Framhåll att Jesajas profetior blir av stort värde för oss när vi ser att de gått i uppfyllelse. För att belysa den här sanningen ställer du följande frågor:

- Vilka av de profetior som vi studerat de senaste dagarna har redan gått i uppfyllelse? (Eleverna kommer kanske ihåg profetiorna om Salt Lake-templet [se 2 Nephi 12:2–3], Jesu Kristi födelse [se 2 Nephi 19:6] och Joseph Smith [se 2 Nephi 21:1, 10].) Hur blir de här profetiorna meningsfullare för er när ni ser att de har gått i uppfyllelse?

Avsluta den här delen av lektionen med att tala om för eleverna att du är övertygad om att de kan få en djupare insikt i Jesajas ord allteftersom de strävar efter att få profetians ande. Framhåll att det i det avseendet är till hjälp för dem att studera de forntida judarnas sätt att profetera och det forntida Israels kultur, historia och geografi.

## 2 Nephi 25:9–19

### *Nephi profeterar om judarnas skingring och insamling*

Sammanfatta 2 Nephi 25:9–19 med att säga att Nephi profeterade om judarna och deras hemland i Jerusalem och områdena runtomkring. Han sade att de judar som efter Jerusalems förstörelse hade förts bort som fångar till Babylon skulle återvända till "sitt arveland" (se 2 Nephi 25:9–11). Jesus Kristus, Messias, skulle bo ibland dem, men många skulle förkasta honom, och de skulle korsfästa honom (se 2 Nephi 25:12–13). Efter Frälsarens död och uppståndelse skulle Jerusalem förstöras och judarna skingras och gisslas av andra nationer (se 2 Nephi 25:14–15). De skulle så småningom tro på Jesus Kristus och hans försoning, och Herren skulle återställa dem från deras "förlorade och fallna tillstånd" (se 2 Nephi 25:16–19).

## 2 Nephi 25:20–30

### *Nephi vittnar om Jesus Kristus*

Be eleverna fundera över vad de skulle kunna säga till någon som påstår att de sista dagars heliga inte tror på Jesus Kristus. Du skulle kunna be en eller två elever att berätta om erfarenheter de haft när andra ifrågasatt deras tro på Jesus Kristus. Allteftersom eleverna läser och diskuterar 2 Nephi 25:20–30 uppmuntrar du dem att leta efter passager som de skulle kunna använda i sådana situationer.

Be eleverna ta reda på vad den "den rätta vägen" är i 2 Nephi 25:28–29. Efter att de funnit att "den rätta vägen är att tro på Kristus och inte förneka honom" skriver du följande på tavlan: *Varför tro på Jesus Kristus är den rätta vägen.* Be sedan eleverna att utforska 2 Nephi 25:20, 23–26 och leta efter skäl till att tron på Jesus Kristus är den rätta vägen. Be dem skriva sina svar på tavlan under rubriken du skrev. I svaren kan ingå:


**Frälsning ges endast genom Jesus Kristus.**

**Tack vare Jesus Kristus blir vi frälsta genom nåd sedan vi gjort allt vi kan göra.**

**Genom Frälsarens försoningsoffer kan vi få förlåtelse för våra synder.**

Be en elev högt läsa 2 Nephi 25:23 och 2 Nephi 10:24. Framhåll att de här verserna innehåller orden *förlikas*, *förlika*, vilket innebär att få personer eller saker att harmoniera eller passa ihop.

- I båda verserna uppmuntrar profeter oss att förlikas med Gud. Vad tror ni menas med det? Förklara att båda verserna också innehåller ordet *nåd*. Nåden är en gåva som vår himmelske Fader ger oss genom sin Son Jesus Kristus. Ordet *nåd*, så som det används i skrifterna,

 **2 Nephi 25:23, 26** är ett nyckelskriftställe. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det i sina skrifter. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

syftar huvudsakligen på den möjliggörande kraft och andliga läkedom som ges genom Jesu Kristi barmhärtighet och kärlek.

- Vad säger 2 Nephi 10:24 och 25:23 om förhållandet mellan nåden och våra egna ansträngningar?

Be eleverna tillämpa det de lärt sig genom att skriva svar på följande fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Skriv gärna frågan på tavlan.

- Vad innebär det för dig att det är genom nåd du blir frälst?

För att hjälpa eleverna förstå Nephis påstående i 2 Nephi 25:24–25 att lagen blivit död för hans folk, förklarar du att han talade om Moses lag. Den här lagen med dess ceremonier, ritualer, symboler och bud, bland annat djuroffer, iaktogs fortfarande på Nephis tid.

Nephi och andra visste att lagen skulle fullbordas genom Jesu Kristi försoningsoffer. Efter försoningen skulle det inte längre krävas av Frälsarens lärjungar att hålla Moses lag. Men de trofasta nephiterna fortsatte att hålla lagen på den här tiden trots att de visste att den en dag skulle ersättas av en annan lag.

När Nephi sade att lagen blivit död för honom och för andra så menade han att lagen inte kunde frälsa dem. De höll lagen därför att de ville lyda och därför att de visste att lagen riktade deras uppmärksamhet på Jesus Kristus som skulle frälsa dem.

- Vad kan vi lära oss i 2 Nephi 25:23–26 om skälen till att vi bör hålla buden?
- Vad ska ni göra för att "[tala] om Kristus" och "[glädjas] i Kristus"? (2 Nephi 25:26.) Vad ska ni göra för att hjälpa andra att tro på Kristus?

Be eleverna berätta om de passager de hittat som skulle hjälpa dem bemöta påståendet att de sista dagars heliga inte tror på Jesus Kristus. Be dem också berätta varför de tycker om de här passagera.

Bär ditt vittnesbörd om de sanningar som ni diskuterat i dag. Ge gärna eleverna tillfälle att själva bära vittnesbörd om dessa sanningar.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 25:23, 26

*Obs:* Fundera på att använda följande undervisningsförslag under det sista avsnittet av lektionen. Om du inte har tid att använda förslaget under den här lektionen, kan du använda det till repetition i en annan lektion.

För att hjälpa eleverna lära sig 2 Nephi 25:26 utantill, som är en av verserna i det här nyckelskriftstället, skriver du följande på tavlan:

*talar*

*gläds*

*predikar*

*profeterar*

*skriver*

*så att våra barn ...*

*till vilken källa ...*

*för att få förlåtelse ...*

Be eleverna använda orden på tavlan som stolpar när de läser upp 2 Nephi 25:26. Efter att ni upprepat versen några gånger frågar du om någon i klassen vill försöka läsa upp versen utantill. Be därefter resten av klassen att läsa upp versen tillsammans utan att titta på tavlan. Avsluta med att påminna om att det är viktigt att vi lyssnar noggrant när föräldrar, ledare och lärare arbetar för att förmå oss att rikta blicken mot Frälsaren.

Ge ett papper till var och en av eleverna. Be dem skriva brev till sina framtida barn och uppmuntra dem att sätta Jesus Kristus i centrum i livet. Eleverna kan gärna bevara breven i sina skrifter för framtiden.

#### **Att uppmuntra elever att bära vittnesbörd**

När elever hör varandra vittna om sanningar i evangeliet får de en djupare insikt i evangeliets principer och en starkare önskan att tillämpa dessa principer i sitt liv. Du kan uppmuntra elever att bära vittnesbörd på lektionen genom att ställa frågor till dem som börjar på följande eller liknande sätt: "Hur fick ni ett vittnesbörd om ..." eller "När visste ni för första gången att ..." eller "Hur skulle ni förklara eller vittna om ..." Efter att en elev burit vittnesbörd om en sanning skulle du kunna fråga: "Vem mer kan vittna om den här sanningen?"

# Hemstudielektion

## 2 Nephi 11–25 (Studieavsnitt 7)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 2 Nephi 11–25 (studieavsnitt 7) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (2 Nephi 11–16)

Jesaja beskrev forntida Israels högmod och ogudaktighet och de straffdomar som väntade dem. Han profeterade också om att ett tempel skulle byggas i de sista dagarna och att Gud grundar tempel för att undervisa oss om sina vägar och för att hjälpa oss att vandra på hans stigar. Jesaja såg Herren och renades från synd. Jesajas upplevelse lärde eleverna att vi kan bli renade från vår ovärdighet genom Jesu Kristi försoning.

#### Dag 2 (2 Nephi 17–20)

Jesaja tillrättvisade Juda rike för att de inte förlitade sig på vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Eleverna lärde sig att Gud är med oss när vi förlitar oss på honom, också under svåra och ångestfyllda tider. Jesaja beskrev de ogudaktigas förgörelse vid Kristi andra ankomst och undervisade om att Jesus Kristus är en domens och barmhärtighetens Gud och att han visar barmhärtighet mot alla som omvänder sig och håller hans bud.

#### Dag 3 (2 Nephi 21–24)

Under den här lektionen lärde sig eleverna att Jesus Kristus skulle döma rättfärdigt och att Herren i de sista dagarna genom profeten Joseph Smith skulle återställa sin kyrka och samla in sitt folk. Nephi glädde sig åt Jesajas profetia att jorden under tusenårsriket skulle vara en fredlig plats och full av kunskapen om Herren. Eleverna uppmanades att tänka på den här sanningen och på hur de skulle kunna bli mer redo för den här tiden.

#### Dag 4 (2 Nephi 25)

När Nephi sammanfattade huvudbudskapen i Jesajas skrifter upprepade han enkla sanningar om Guds verk bland mänskorna: Jesus Kristus är det enda namn under himlen "varigenom människan kan bli frälst" (2 Nephi 25:20), och Jesus Kristus är den enda källa vi kan se till för att få förlåtelse för våra synder. Nephi ville att alla skulle veta att om vi gör "allt vi kan göra" så välsignar Jesus Kristus oss med nåd – med gudomlig hjälp och styrka (se 2 Nephi 25:23).

### Inledning

Den här veckan studerade eleverna valda kapitel i Jesaja som Nephi tog med i sina uppteckningar. President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum sade följande om de här kapitlen i Jesaja: "Fortsätt att läsa! Gå igenom dessa svårförståeliga kapitel med gammaltestamentliga profetior, även om du förstår mycket litet av det. Gå vidare även om allt du gör är att skumma igenom och fånga upp ett intryck här och var" ("I min själs innersta", *Nordstjärnan*, nr 6, 1986, s. 62).

När ni träffas den här veckan, uppmuntra då eleverna att ha tålmod när de studerar Jesajas ord. Du skulle också kunna be dem berätta hur Jesajas ord hjälpt dem att "lyfta sitt hjärta och glädjas" över Guds godhet (2 Nephi 11:8).

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 11–25

##### *Nephi citerar Jesajas profetior om Jesus Kristus*

Be en elev läsa 2 Nephi 25:13 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad det var som Nephi ärade. Förklara att ett av skälen till att Nephi tog med Jesajas ord som står i 2 Nephi 11–25 var för att ära Jesu Kristi namn, verksamhet och försoning och göra dem till något stort i deras liv som skulle läsa Nephis ord.

Låt en elev läsa 2 Nephi 11:4–8 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som visar varför Nephi citerar Jesajas ord.

Eleverna blev ombedda i sina hemstudier att markera namnet "Kristus" varje gång de läste det i 2 Nephi 25:20–30. Be dem slå upp 2 Nephi 25:28–29 och leta efter ett uttryck som upprepas i de verserna. ("Den rätta vägen är att tro på Kristus och inte förneka honom.")

Fråga eleverna: Vilka erfarenheter i ert liv har lärt er att detta att tro på och följa Jesus Kristus är det rätta sättet att leva?

Följande lista innehåller de sanningar, lärosatser och principer som eleverna studerade den här veckan i 2 Nephi 11–25. Skriv följande nio utsagor på tavlan eller ge eleverna var sitt utdelningsblad med dem. Be eleverna läsa listan och leta efter dessa sanningar, lärosatser och principer i verserna som angetts.

##### **Att förstå Jesajas ord i vår tid**

1. Gud har grundat tempel för att undervisa oss om sina vägar och för att hjälpa oss att vandra på hans stigar (se 2 Nephi 12:2–3).
2. Vi kan bli renade från vår ovärdighet genom Jesu Kristi försoning (se 2 Nephi 16:5–7).
3. Gud är med oss när vi förlitar oss på honom, också under svåra och ångestfyllda tider (se 2 Nephi 17:4, 7, 14).
4. Jesus Kristus är en domens och barmhärtighetens Gud. Han visar barmhärtighet mot alla som omvänder sig och håller hans bud (se 2 Nephi 19:12, 17, 21; 20:4).

5. Herren har återställt sitt evangelium och sin kyrka genom profeten Joseph Smith och samlar nu in sitt folk i de sista dagarna (se 2 Nephi 21:10, 12).
6. Jorden kommer att vara en fredlig plats under tusenårsriket därför att den ska vara full av kunskapen om Herren (se 2 Nephi 21:6–9).
7. Herren ska vara barmhärtig mot sitt folk, men de ogudaktiga ska förgås (se 2 Nephi 23:22).

### Nephis ord

8. Tack vare Kristus blir vi frälsta genom nåd sedan vi gjort allt vi kan göra (se 2 Nephi 25:23).
9. Genom Frälsarens försoningsoffer kan vi förlåtelse för våra synder (se 2 Nephi 25:26).

Efter att eleverna haft tillräcklig tid på sig ställer du följande frågor:

- Vilka teman hittar ni i Jesajas och Nephis ord? (Möjliga teman är: Vår himmelske Fader sände sin Son Jesus Kristus för att erbjuda frälsning och frid åt sina barn. Vi kan lita på Gud i varje situation. Templen undervisar oss om Gud.)
- Vilken av de här nio utsagorna tycker ni är viktigast? Varför då?

Tilldela varje elev en lärosats eller princip från ovanstående lista och be dem göra följande:

1. Läs skriftstället som lärosatsen eller principen hämtats från.
2. Besvara den här frågan: Hur kan den här lärosatsen eller principen hjälpa dig att "glädjas" i Herren? (Se 2 Nephi 11:4–6.)
3. Tänk på en situation när kunskap om den här lärosatsen eller principen skulle kunna ge dig hopp och styrka.

Be eleverna delge sina tankar. Allteftersom de gör det skulle du kunna fråga: "Vem mer har ett vittnesbörd eller vill säga någonting om det som just sades?" Genom att ge dem tillfälle att bära vittnesbörd och berätta om sina tankar bekräftas sanningen

i deras egna och kamraternas hjärtan. Tacka dem för deras medverkan.

Be en elev läsa 2 Nephi 25:13 högt. Be klassen följa med i texten och leta efter skäl till att Nephi gladdes åt att ära Herrens namn. Be eleverna berätta vad de hittar.

Be en elev läsa följande vittnesbörd av president Thomas S. Monson:

"Jag tror inte det finns någon som fullständigt kan förstå den fulla betydelsen av det som Kristus gjorde för oss i Getsemane, men jag känner tacksamhet varje dag för hans försoningsoffer för oss.

Han kunde ha ångrat sig i sista ögonblicket. Men det gjorde han inte. Han steg ner under allt för att han skulle kunna rädda allt. När han gjorde det gav han oss liv bortom det jordiska livet. Han återvann oss från Adams fall.

Djupt in i min själ är jag tacksam mot honom. Han lärde oss hur vi ska leva. Han lärde oss hur vi ska dö. Han säkerställde vår frälsning" ("När vi nu skiljs åt", *Liahona*, maj 2011, s. 114).

Fråga: Vad ser ni för likheter mellan Nephis ord i 2 Nephi 25:13 och president Monsons ord?

Avsluta dagens lektion med att be eleverna beskriva hur ungdomar i kyrkan kan ära Herrens namn i ord och handling. Efter att eleverna haft tillfälle att berätta uppmuntrar du dem att varje dag ära Herrens namn i ord och handling.

### Nästa studieavsnitt (2 Nephi 26–31)

I nästa studieavsnitt ska eleverna studera några av Nephis profetior om de sista dagarna. Nephi såg att det skulle finnas många falska kyrkor och hemliga sammansvärjningar. Han såg också att Herren skulle utföra ett "underbart och förunderligt verk" (2 Nephi 27:26) och att många skulle förkasta Mormons bok därför att de redan hade en Bibel. Nephi förklarade också Kristi lära.



# 2 Nephi 26

## Inledning

Nephi profeterade att den uppståndne Jesus Kristus en dag skulle besöka hans efterkommande och att de efter den upplevelsen skulle leva rättfärdigt under tre släktled. Men Nephi sörjde över att några av hans efterkommande i det fjärde släktledet skulle avfalla,

förkasta Messias och så småningom förgås. Nephi varnade människorna som lever i de sista dagarna för högmod, hemliga sammansvärjningar och prästvælde. Han sade att Herren älskar alla människor och inbjuder dem att komma till honom.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 26:1–13

#### *Nephi profeterar om sitt folks undergång eftersom de förkastar Jesus Kristus*

Skriv Guds domar på tavlan.

- Vad tänker ni på när ni ser eller hör det här uttrycket?

Förklara att även om många får negativa tankar när de ser de här orden så för Guds domar i själva verket med sig välsignelser för många människor. I 2 Nephi 26 läser vi om de följder som rättvisan får för de ogudaktiga och de rättfärdiga.

För att hjälpa eleverna förstå bakgrunden till huvudbudskapet i 2 Nephi 26 berättar du att Nephi sade att Jesu Kristi födelse, död och uppståndelse skulle åtföljas av många tecken. Han profeterade att många skulle förgås efter Frälsarens död därför att de skulle driva ut profeterna och Kristi trofasta efterföljare som bott ibland dem. Han profeterade också att trots att de hade fått besök av den uppståndne Frälsaren skulle många av hans efterkommande "välj[a] mörkrets gärningar hellre än ljuset" och förgås. (Se 2 Nephi 26:1–11.)

Be en elev läsa 2 Nephi 26:7 högt. Be klassen vara uppmärksam på Nephis reaktion på synen om folkets undergång. Be eleverna berätta vad de funnit. Föreslå gärna att de markerar Nephis ord i slutet av versen: "Dina vägar är rättfärdiga!"

- Vad innebär orden "dina vägar är rättfärdiga" för er?

Efter att ha hjälpt eleverna förstå att Guds rättvisa kräver att de ogudaktiga bestraffas för sina handlingar förklarar du att Guds rättvisa också kräver att de rättfärdiga belönas för sina handlingar. Som del av den här förklaringen kan du gärna be eleverna läsa Läran och förbunden 130:20–21. Låt eleverna läsa 2 Nephi 26:8–9, 13 och leta efter de välsignelser som Nephi sade att hans rättfärdiga efterkommande skulle få.

- Vilka uttryck i verserna 8 och 13 beskriver de rättfärdigas handlingar?
- När har ni upplevt de välsignelser som nämns i vers 13? På vilka olika sätt uppenbarar sig Herren för oss?

Skriv följande princip på tavlan: *När vi utövar tro på Jesus Kristus uppenbarar han sig för oss genom den Helige Andens kraft.*

- Hur kan kunskap om den här principen ge er större tro på Jesus Kristus?

### 2 Nephi 26:14–33

#### *Nephi profeterar om de sista dagarna och inbjuder alla att komma till Kristus*

Sammanfatta 2 Nephi 26:14–19 genom att berätta att Nephi profeterade att Mormons bok skulle komma fram i de sista dagarna under en tid när det skulle finnas många högmodiga och otroende.

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de snubblade över något (du kan också låta dem föreställa sig att de snubblar över ett hinder i mörkret). Be dem utforska 2 Nephi 26:20–21 tyst

för sig själva och leta efter hinder som människor kan komma att snava eller snubbla över i de sista dagarna.

- Vilka hinder såg Nephi enligt 2 Nephi 26:20–21 som skulle få icke-judarna att snava?
- Vad finns det för andra exempel på hinder som Satan använder för att få människor att snava?

Förklara att förutom att lägga "stöttestenar" på vår väg för att leda oss bort från Gud försöker Satan också binda oss. Håll fram ett stycke garn och be eleverna ögna igenom 2 Nephi 26:22 och leta efter vad Nephi sade om någonting liknande. Be en elev komma fram till dig. Linda garnet löst ett varv runt elevens handleder och gör en knut. Be honom eller henne att rycka av garnet. Upprepa det hela, men den här gången lindar du garnet i flera varv runt elevens handleder. Fortsätt ända tills eleven inte kan rycka av garnet, men be eleven vara försiktig så att han eller hon inte skadar sig. (Om du inte har något garn kan du gärna låta eleverna föreställa sig den här demonstrationen.) Be eleverna studera 2 Nephi 26:22 och leta efter vad den här versen har att göra med demonstrationen.

- Vad tycket ni är talande när det gäller orden "till dess han binder dem" i 2 Nephi 26:22? Vad lär er den här versen om hur Satan går till väga?
- Hur har ni sett Satan leda människor med "rep av lin"? (Lin är en växt som används till att tillverka linne.)
- Vilka av de här synderna (rep av lin) tror ni är farligast för ungdomar i er ålder?

Påminn eleverna om att Satan lockar oss att göra mörkrets gärningar så att han kan binda oss och leda bort oss från rättfärdighetens stig. Förklara att verser i slutet av 2 Nephi 26 visar kontrasten mellan Satans vägar och Guds vägar. Be eleverna läsa 2 Nephi 26:23–24 tyst för sig själva.

- Hur verkar Herren enligt de här verserna? Vad är avsikten bakom allt som Herren gör? (Föreslå gärna att eleverna markerar den del av 2 Nephi 26:24 som undervisar om att **allt som Herren gör är för att det ska vara till nytta för världen.**)

Be eleverna tänka på en tidpunkt när de var modlösa, när de inte kände lika stor närhet till Herren. För att hjälpa eleverna känna att Nephis budskap om Herrens kärlek också gäller för deras del ber du dem utforska 2 Nephi 26:24–28, 33. Föreslå gärna att de markerar orden *alla*, *någon* och *ingen* (förutom första gången ordet *ingen* används i vers 33). Ge eleverna några minuter att läsa meningarna igen som innehåller de här orden.

Be varje elev att vända sig till någon annan i klassen och kort diskutera vad vi lär oss i de här verserna. Efter att eleverna utbytt tankar kan du be några av dem berätta om huvudtankarna i det de diskuterade. En huvudtanke bör vara att **Herren älskar alla människor och inbjuder alla att komma till honom och ta del av hans frälsning**. Skriv gärna det här på tavlan. Du kan också be eleverna att skriva svar på följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.

- När har du insett Herrens godhet i ditt liv?
- Hur hjälper det dig om du vet att Herren älskar alla människor och inbjuder dem att komma till honom?

Avsluta med att be en elev läsa 2 Nephi 26:25, 33 högt. Innan han eller hon börjar läsa föreslår du eleverna att de markerar uttryck som de tycker är uppmuntrande. För att hjälpa eleverna upptäcka en annan aspekt på de här verserna läser du följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:



"Jag hoppas att vi välkomnar och älskar alla Guds barn, också dem som kanske klär sig, ser ut, talar eller kanske bara gör saker annorlunda. Det är inte bra att göra så att andra känner sig otillräckliga. Låt oss lyfta upp dem vi har omkring oss. Låt oss räcka ut en välkomnande hand. Låt oss skänka våra bröder och systrar i kyrkan ett så stort mått av humanitet, barmhärtighet och kristlig kärlek att de äntligen känner att de har hittat hem ...

Det tycks bara rätt och riktigt att vi ger till andra det som vi själva så innerligt önskar oss själva.

Jag menar inte att vi ska godta synden eller ha överseende med det onda, vare sig i vårt eget liv eller i världen. Men i vår iver förväxlar vi ibland synden med syndaren och dömer för snabbt och med för lite barmhärtighet ...

### Att uppmana eleverna att handla

Bra undervisning innehåller ofta en uppmaning att handla efter de principer som man diskuterat. Om eleverna lär sig en princip i evangeliet men inte handlar efter den, är lärandet ofullständigt. Uppmaningar till handlande kan komma från läraren och, med ännu större kraft, från den Helige Anden.

Låt vårt hjärta och våra händer ständigt sträckas ut i barmhärtighet mot andra, för alla vandrar längs sin egen svåra stig" ("Du är mina händer", *Liahona*, maj 2010, s. 68–69).

- Hur skulle vi kunna tillämpa 2 Nephi 26:33 och president Uchtdorfs råd?

Be eleverna fundera över hur de skulle kunna räcka ut en hjälpande hand till dem som har svårigheter och få dem att uppleva Herrens kärlek.

## Ytterligare undervisningsförslag

### 2 Nephi 26:29–31. Nephi varnar för den synd som prästvälde är

Skriv följande namn på tavlan: *Sherem, Nehor, Korihor*. Fråga eleverna vad de känner till om de här männen. Om eleverna inte kan besvara frågan berättar du att de här männen försökte förleda andra att inte tro på Jesus Kristus. De var skyldiga till den synd som kallas prästvälde.

Nephi varnade sitt folk – och oss som lever i de sista dagarna – för prästvälde. Be en elev läsa 2 Nephi 26:29–31 högt. Be klassen lyssna efter en definition av prästvälde.

- Vilket mål har de som är involverade i prästvälde?

Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum varnade och sade att prästvälde kan förekomma i kyrkan. Be en elev läsa vad han sade:

"Låt oss ta oss till vara för falska profeter och falska lärare, både män och kvinnor, som självtutnämnda

förklarar kyrkans lära och som söker sprida sitt falska evangelium och dra till sig anhängare genom att sponsra kurser, böcker och tidskrifter vars innehåll ifrågasätter kyrkans grundläggande läror. Ta er till vara för dem som talar och publicerar det som strider mot Guds sanna profeter och som aktivt söker upp andra i proselyterande syfte med hänsynslöst förakt för de personers eviga välfärd som de förleder. Liksom Nehor och Korihor i Mormons bok förlitar de sig på spetsfundigheter för att bedra och locka andra till sina åsikter. De 'sätter upp sig själva som ljus för världen så att de kan skaffa sig vinning och få världens beröm, men de söker inte Sions välfärd' (2 Ne 26:29)" (se "Akta er för falska profeter och lärare", *Liahona*, jan. 2000, s. 74).

- Hur skulle medlemmar i kyrkan kunna gå i prästvälde-ets fälla?
- Vad kan enligt 2 Nephi 26:30 förhindra prästvälde? (Hjälp eleverna förstå att vi kan undgå prästvälde genom att ha kärlek till alla människor.)

# 2 Nephi 27

## Inledning

Nephi citerade ofta Jesajas ord och profeterade själv att Herren skulle utföra "ett underbart och förunderligt verk" i de sista dagarna. Detta stora verk är återställelsen av Jesu Kristi evangelium. I fokus för Nephis profetia var att Mormons bok skulle komma fram. Nephi förutsåg att vittnen skulle se Mormons bok och vittna om att den var sanningsenlig. Han vittnade också

om att Mormons bok skulle spela en väsentlig roll i Herrens verk i de sista dagarna – att den skulle vara en mirakulös gåva till världen. (Obs: 2 Nephi 27 och Jesaja 29 utgör nära paralleller och därför kan fotnoterna till Isaiah 29 i kyrkans utgåva av Kings James version av Bibeln vara till hjälp vid studiet av båda kapitlen.)

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 27:1–5

#### *Nephi profeterar att jorden i de sista dagarna ska vara fylld med ogudaktighet*

Visa följande föremål: en deodorant, en tandkräm och en tvål. Tala om att varje föremål är avsett att vara lösningen på ett problem. Be eleverna berätta vilket problem vart och ett av föremålen är avsett att lösa. (Du kan också välja andra föremål som kan anses vara lösningar på bestämda problem.)

Tala om att Nephis profetia i 2 Nephi 27 berättar om problem som skulle finnas i vår tid. Han sade att människor skulle snava i andligt avseende på grund av sin ondska, att de skulle vara andligt blinda och att de skulle förkasta profeterna. Nephi profeterade också om hur Gud skulle lösa de här problemen.

Be några elever turas om att högt läsa ur 2 Nephi 27:1–5. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som beskriver problem i de sista dagarna. Be några av eleverna att berätta om uttryck de upptäckte. Ställ gärna följande frågor för att hjälpa eleverna analysera de här uttrycken:

- Vad tror ni menas med att vara "berusade av ondska"?
- I 2 Nephi 27:3 liknas människor i de sista dagarna vid en hungrig man som drömmer att han äter eller en törstig man som drömmer att han dricker och sedan vaknar och känner att han är tom i själen. Vad kan vi lära oss av det här? (Att äta eller dricka i en dröm ger ingen varaktig tillfredsställelse eftersom hungern eller törsten fortfarande finns kvar efter drömmen. På liknande sätt får de som "strider mot Sions berg" ingen varaktig tillfredsställelse. Inte heller åstadkommer de någonting meningsfullt.)
- Vad tror ni menas med uttrycket "ni har tillslutit era ögon"?

För att hjälpa eleverna upptäcka evangeliesanningar i 2 Nephi 27:1–5 ber du dem sammanfatta vad de lärt sig i de här verserna. Skriv upp deras svar på tavlan. Förvissa dig om att eleverna förstår att **i de sista dagarna ska många människor vara fulla av ogudaktighet och förkasta profeterna.**

- Varför tror ni det är viktigt att känna till den här profetian och att den ska gå i uppfyllelse?

### 2 Nephi 27:6–23

#### *Nephi profeterar om att Mormons bok ska komma fram*

Be eleverna läsa 2 Nephi 27:6–7 tyst för sig själva. Be dem leta efter någonting som Herren skulle ställa till förfogande som skulle bidra till att lösa människors andliga problem i de sista dagarna.

- Vad skulle Herren ställa till förfogande?
- Vad skulle boken innehålla?

#### Frågor som leder till analys

Genom att ställa analysfrågor kan du uppmuntra eleverna att tänka på innebörden av verserna de studerar. Dessa frågor ställs vanligtvis efter det att eleverna bekantat sig något med verserna. Analysfrågor börjar ofta med "varför tror ni/du" eller "vad tror ni/du". Du skulle till exempel kunna fråga: "Vad tror ni/du det här (uttrycket eller ordet) betyder?"

- Vilken bok tror ni det är som beskrivs i de här verserna? (För att hjälpa eleverna besvara frågan kan du föreslå att de slår upp skriftställe hänvisningarna i 2 Nephi 27:6, fotnot b. Du kan också förklara att uttrycket "de avsomnade" syftar på de avlidna profeter som förde de uppteckningar som blev Mormons bok.)

Håll fram en Mormons bok. Tala om att Herren frambringade den här boken för att avhjälpa och rätta till problem i de sista dagarna och för att ge ljus åt en värld i mörker. För forntida profeter uppenbarade Herren detaljer om hur Mormons bok skulle komma fram. Nephi skrev ner dessa detaljer i 2 Nephi 27. Berätta att det finns en liknande profetia i Jesaja 29. (Du kan förklara att några har ifrågasatt Mormons bok eftersom de menar att den inte nämns i Bibeln. Framhåll att profetian i Jesaja 29 visar att Bibeln vittnar om Mormons bok.)

Be en elev läsa 2 Nephi 27:12–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på vilka Nephi sade skulle tillåtas se boken.

- Vilka var de tre vittnen som tilläts se Mormons bok "genom Guds makt"? (Oliver Cowdery, David Whitmer och Martin Harris. Se "Tre vittnens vittnesbörd", Mormons bok.)

Framhåll att Nephi nämnde "några få" andra som också skulle tillåtas se boken.

- Vilka tror ni de här andra vittnena var? (Du kan behöva påminna eleverna om att det fanns åtta ytterligare vittnen om Mormons bok. Se "Åtta vittnens vittnesbörd", Mormons bok.)

Framhåll att 2 Nephi 27:14 säger att Herren skulle "stadfästa sitt ord" "genom så många vittnens mun som synes honom gott".

- Vad tror ni Nephi menade när han sade att vittnen ska stadfästa Guds ord? (De som tar emot Guds ord genom Mormons bok berättar om den för andra och vittnar om att boken är sanningsenlig.)
- Vilka kan de här vittnena vara?
- För att hjälpa eleverna förstå att även de kan vara vittnen om att Mormons bok är sanningsenlig, kan du gärna be dem att skriva sina namn i marginalen bredvid 2 Nephi 27:14. Hur kan varje medlem i kyrkan, även ni, hjälpa till att stadfästa sanningen i Mormons bok?
- När har ni burit vittnesbörd för andra om Mormons bok?

I en tidigare lektion kan du ha uppmuntrat eleverna att bära vittnesbörd för någon annan om Mormons bok. Om du gjorde det, följer du upp den uppgiften genom att be flera elever berätta vad de gjort. Uppmuntra eleverna att fortsätta söka efter möjligheter att bära vittnesbörd för andra om Mormons bok, även för dem som har en annan trosuppfattning.

Gör följande översikt på tavlan. (För att spara tid skulle du kunna göra den före lektionen.)

	Nephis profetia om vad mannen skulle göra	Mannens namn	Uppfyllelsen av profetian Joseph Smith — Historien 1:63–65
Förste mannen ("inte lärd") 2 Nephi 27:9, 15, 19			
Andre mannen ("en annan") 2 Nephi 27:15, 17			
Tredje mannen ("lärde") 2 Nephi 27:15–18			

Dela upp eleverna i par. Förklara att varje par ska studera en profetia om Mormons boks framkomst och hur den profetian gick i uppfyllelse. Be eleverna skriva av uppställningen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker och skriva svaren med hjälp av skriftställe hänvisningarna. När eleverna är färdiga ber du dem berätta om sina svar för klassen.

### Uppföljning

Be eleverna med jämna mellanrum att rapportera om tidigare uppgifter. Det här ger eleverna möjlighet att berätta om positiva erfarenheter, och det kan motivera några av dem att utföra de uppgifter du gett dem. Det ger dig också möjlighet att uppmärksamma det goda som hänt då elever handlat efter uppmaningar.

- Vem var den lärde man som Martin Harris visade bokens ord för enligt 2 Nephi 27:15 och Joseph Smith — Historien 1:64? (Charles Anthon.)
- På vilka sätt skulle någon som saknar egentlig utbildning liksom Joseph Smith kunna vara bättre lämpad att översätta Mormons bok än en lärd person som Charles Anthon?

Be eleverna läsa 2 Nephi 27:20–21 tyst för sig själva och leta efter ett uttryck som står i båda verserna. ("Jag kan utföra mitt eget verk.")

- Vad betyder de här orden för er: "jag kan utföra mitt eget verk"?
- Hur är evangeliets återställelse och Mormons boks framkomst en bekräftelse på att Gud kan utföra sitt eget verk?
- Vilka principer finner vi i de här verserna? (När eleverna delger sina tankar betonar du att **Mormons boks framkomst är ett av Guds sätt att utföra sitt verk i de sista dagarna.**)
- Att den här profetian gått i uppfyllelse, hur stärker det era vittnesbörd om Mormons bok och dess roll i återställelsen av Herrens kyrka?

## 2 Nephi 27:24–35

### *Nephi profeterar om den positiva inverkan som Jesu Kristi återställda evangelium och Mormons bok ska ha*

Läs 2 Nephi 27:24–26 högt medan eleverna följer med i sina skrifter.

- Minns ni om ni hört de här orden tidigare? Och i så fall var? (Om eleverna inte kan komma på var de hört dem berättar du att Herren använde liknande ord när han talade till Joseph Smith i den heliga lunden [se Joseph Smith — Historien 1:19].)

Håll fram ett av föremålen du visade i början av lektionen och påminn eleverna om att det skapades för att lösa ett bestämt problem.

- Vilka problem säger Herren i 2 Nephi 27:25 att människorna ska ha i de sista dagarna? (Du skulle kunna skriva elevernas svar på tavlan.)

Påminn eleverna om andra andliga problem som människorna skulle ha i de sista dagarna och som nämns i 2 Nephi 27:5. (Du kan lägga till *ondska, andlig blindhet* och *förkastar profeterna* till listan på tavlan.)

- Hur bidrar Mormons bok och återställelsen av Jesu Kristi evangelium till att lösa dessa problem?

Be eleverna läsa 2 Nephi 27:29–30, 34–35 tyst för sig själva och leta efter vad Herren sade om hur det återställda evangeliet och Mormons bok skulle bli till välsignelse för människorna i de sista dagarna. Be en elev lista dessa välsignelser på tavlan.

- Enligt 2 Nephi 27:29 ska Mormons bok hjälpa "de blindas ögon ... se ut ur dunkel och ut ur mörker". Vad tror ni menas med det?

Hjälp eleverna förstå att **Mormons bok och Jesu Kristi återställda evangelium ger alla glädje och insikt som studerar och tar emot dem.** Uppmuntra eleverna att söka lösningar på sina problem och svårigheter i Mormons bok och att bära vittnesbörd om Mormons bok för andra.

# 2 Nephi 28

## Inledning

Nephi profeterade om de besvärliga förhållanden som skulle råda i de sista dagarna. Bland annat skulle många av de kyrkor som skulle uppstå predika falska läror och vara högmodiga. Han undervisade om hur man känner

igen falska läror och en världslig inställning och varnade oss för olika sätt som Satan kommer använda för att försöka leda oss bort från rättfärdighet.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 28:1–19

#### *Nephi beskriver falska kyrkor och falska föreställningar*

Rita några välbekanta varningsmärken på tavlan. Du skulle till exempel kunna rita ett vägmärke eller en symbol som visar att ett visst ämne är vådligt eller giftigt.

- Vad är syftet med de här märkena eller symbolerna?



Förklara att Mormons bok hjälper oss att se varningsmärken för påverkan som är skadlig i andligt avseende. President Ezra Taft Benson förklarade att ett av syftena med Mormons bok är att avslöja hur den onde och andra fiender till kyrkan går till väga i de sista dagarna. Be en elev läsa följande uttalande av president Benson:

”Mormons bok avslöjar Kristi fiender. Den vederlägger falska läror ... Den stärker Kristi ödmjuka efterföljare mot djävulens onda avsikter, strategier och läror i vår tid. Avfällingarna i Mormons bok är av liknande slag som avfällingar i dag” (se ”Mormons bok är Guds ord”, *Nordstjärnan*, aug. 1975, s. 43).

- Hur avslöjar Mormons bok Kristi fiender? (Den innehåller berättelser om personer som försökt leda bort andra från tron på Kristus. Den visar oss deras villfarelser och falska föreställningar.)
- Hur stärker oss Mormons bok mot den onde?

Vitna om att **Mormons bok avslöjar djävulens falska läror och stärker oss mot hans onda avsikter**. Berätta för eleverna att de kommer se ett exempel på detta i 2 Nephi 28. Det kapitlet innehåller en av Nephis profetior om de sista dagarna. I den här profetian varnade Nephi för falska läror som skulle vara utbredda i vår tid.


Be eleverna utforska 2 Nephi 28:3–9 tyst för sig själva och leta efter Nephis varningar för falska läror. Framhåll att 2 Nephi 28:7–9 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt. Efter att eleverna haft tillräcklig tid att studera det ber du flera av dem att komma fram till tavlan. Be var och en av dem skriva en falsk lära eller uppfattning från det här skriftstället samt versen där den står. Fråga därefter övriga elever om de lade märke till andra falska läror eller föreställningar i skriftstället. Om de gjorde det, ber du dem lägga till dem till listan på tavlan.

För att få i gång en diskussion om dessa falska läror och föreställningar ställer du följande frågor:

- Vad finns det för nutida exempel på dessa falska föreställningar? (Se till att klassen inte nämner kyrkor vid namn när de besvarar frågan.)
- Hur hindrar den här falska föreställningen människor från att följa vår himmelske Faders plan?

Be en elev läsa 2 Nephi 28:12–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på Nephis varning för vad som ska hända många kyrkor och människor i de sista dagarna på grund av högmod och falska läror.

- På vilka sätt påverkas människor av högmod och falska läror?

 **2 Nephi 28:7–9** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

- Varför går inte "Kristi ödmjuka efterföljare" vilse som de högmodiga och ogudaktiga? Hur kan vi undgå att bli vilseledda av "människobud"? (Du kan behöva förklara att uttrycket "människobud" syftar på det som människor lär ut, i motsats till det som Herren lär.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 28:15–16, 19 tyst för sig själva och leta efter följderna av falska läror.

- Vilka ord eller uttryck hittar ni i de här verserna som beskriver följderna av högmod och falska läror?

## 2 Nephi 28:20–32

### *Nephi varnar för hur Satan försöker bedra oss*

Återge följande berättelse för eleverna:

Under ett uppdrag i Afrika besökte president Boyd K. Packer ett viltreservat. Han lade märke till att djuren vid ett grunt vattenhål var nervösa. När han frågade varför djuren inte drack sade guiden att det var på grund av krokodilerna. President Packer sade:

"Jag trodde att han skojade och frågade honom allvarligt: 'Vad är den verkliga orsaken?' Samma svar: 'Krokodiler' ...

Han förstod att jag inte trodde på honom och jag tror att han beslutade sig för att ge mig en läxa. Vi körde vidare till en annan plats där vi parkerade bilen uppe på en vall ovanför en annan dyg grop, så att vi hade en bra utsiktspunkt. 'Där', sade han. 'Se själv.'

Jag kunde inte se något annat än dyn och lite vatten och några skygga djur på avstånd. Men helt plötsligt såg jag! – en stor krokodil låg där i dyn och lurpassade på att något intet ont anande djur skulle komma för att dricka.

Plötsligt förstod jag! När han såg att jag var villig att lyssna, fortsatte han sin undervisning.



'Det finns krokodiler över hela reservatet', sade han, 'inte bara i floderna. Det finns inget vatten utan att det också finns en krokodil i närheten. Var förvissad om det' ...

Vid en annan resa till Afrika diskuterade jag den här episoden med en vakt från ett annat reservat ...

Han visade mig sedan en plats där en tragedi hade inträffat. En ung engelsman som arbetade på hotellet under säsongen hade trots alla varningar gått utanför inhägnaden för att titta på någonting som låg på andra sidan en vattensamling som var så grund att vattnet inte ens gick över hans tennisskor.

'Han hade inte ens tagit två steg i vattnet förrän en krokodil tog honom', sade vakten, 'och det fanns ingenting vi kunde göra för att rädda honom'" (se "Andliga krokodiler", *Liahona*, okt. 2002, s. 10–11).

- Vad var orsaken till att den här unge mannen föll offer för krokodilen? Hur hade han kunnat undvika den här tragedin? (Genom att ha lyssnat till alla varningar han fått.)

Be en elev högt läsa följande råd av president Packer:

"De som har gått före er genom livet har vissa erfarenheter av vattenhål och höjer en varnande röst om krokodiler. Inte bara dessa stora grå ödlor kan stympa er ... utan *andliga krokodiler*, som är oerhört mycket farligare, mer förrådiska och mindre synliga än de väl kamouflerade reptilerna i Afrika.

Dessa andliga krokodiler kan döda eller stympa era själar. De kan förstöra er sinnesfrid, såväl som sinnesfriden hos dem som älskar er. Det är den sortens krokodiler som vi måste varna för, och det finns knappast ett vattenhål i hela världen som inte hemsöks av dem" (se "Andliga krokodiler", s. 11).

- Hur påminner krokodilerna i president Packers berättelse om Satans frestelser och taktik? Vilka varningar får vi så att vi kan undgå andlig fara?

Läs 2 Nephi 28:19 högt medan eleverna följer med i sina skrifter. Skriv sedan på tavlan *Satan försöker binda oss med sin makt genom att ...*

Berätta att när Nephi fortsatte sin profetia så talade han om den taktik som Satan skulle använda mot oss i de sista dagarna. Dela upp eleverna i par. Be varje par läsa 2 Nephi 28:20–29 och leta efter möjligheter att avsluta meningen som står på tavlan.

### Använda berättelser

En berättelse kan väcka elevernas intresse och hjälpa dem att ta del i lärandet genom att höra om andras erfarenheter. Berättelser kan också hjälpa dem att se hur evangeliets principer gäller för människors liv.



Efter några minuter ber du varje par berätta hur de avslutat meningen. Förvissa dig under diskussionen om att eleverna förstår att **Satan använder många olika slags taktik för att försöka besegra oss, som till exempel att hetsa oss till vrede, att lugna och invagga oss i ro och att smickra oss.**

- Vad finns det för exempel på att Satan försöker "hetsa [människor] till vrede mot det som är gott"? Hur gör vrede människor förvirrade i fråga om vad som är gott och vad som är ont?
- Varför tror ni att det är farligt att tycka att "allt är väl i Sion" och att inga förbättringar behövs? Varför tror ni att Satan kan leda sådana människor "varsamt ned till helvetet"?
- Vad menas med att smickra? (Inställsamt eller överdrivet berömma.) Varför tror ni att smicker kan locka bort somliga från Herren?
- Varför kan Satan tänkas vilja övertyga människor om att han inte finns?
- Hur aktar vi oss för vrede? Hur aktar vi oss för känslan att allt är väl? Hur skyddar vi oss mot smicker?

Avsluta lektionen med att berätta för eleverna att slutet av 2 Nephi 28 innehåller ett avslutande varningsord från Herren och en försäkran från honom. Be eleverna läsa 2 Nephi 28:30–32 tyst för sig själva.

- Herren respekterar vår handlingsfrihet och belönar vår strävan att lära av honom. Enligt 2 Nephi 28:30 undervisar han oss "rad på rad, bud på bud". Vad innebär det för er? Vad händer enligt den här versen med dem som säger: "Vi har nog"?
- I 2 Nephi 28:32 talar Herren till dem som har förnekat honom. Vad tror ni Herren menar i den här versen när han säger: "Jag sträcker ut min arm till dem från dag till dag"? (I den här versen talar Herren om sin barmhärtighet och sin villighet att hjälpa oss varje dag när vi strävar efter att följa hans vilja, även om vi förkastat honom tidigare i vårt liv. Hjälp eleverna förstå att **Herren är barmhärtig mot alla som omvänder sig och kommer till honom.**)

Skriv följande på tavlan: *På grund av det jag lärt mig i dag ska jag ...* Be eleverna avsluta den här meningen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker genom att beskriva vad de kommer göra som en följd av att de studerat Nephis profetia i 2 Nephi 28. Be gärna några elever berätta vad de skrivit. Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta om upplevelser eller delge tankar som är alldeles för personliga.

Vittna om att vi kan övervinna frestelser med Herrens ledning och hjälp. Och även när vi syndar ska Herren vara barmhärtig mot oss om vi omvänder oss uppriktigt.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 28:7–9

Tala om för eleverna att personer som syndar ibland intalar sig själva att de bara gör det som alla andra gör eller att de kan omvända sig senare. Dela upp klassen i två grupper. Be grupperna läsa 2 Nephi 28:7–9 tillsammans och leta efter ord och uttryck som har att göra med dessa falska föreställningar. Be eleverna diskutera följande frågor i grupperna (skriv gärna frågorna på tavlan före lektionen):

- Vad är faran med att begå en "liten synd"?
- Ursäktar Gud om vi begår små eller enstaka synder? (Be eleverna läsa Läran och förbunden 1:31, som belyser det här ytterligare.)
- Hur kan någon tänkas "dra fördel av någon för hans ords skull"? Hur kan vi tänkas "gräv[a] en grop för [vår] nästa"?

Be varje grupp formulera om verserna med ord och uttryck som människor skulle använda i vår tid för att övertala ungdomar att följa dessa dåraktiga läror.

Be eleverna tänka på tillfällen när de bevarat sin andliga styrka trots falska föreställningar i skolan, i medierna eller bland kamraterna. Be dem skriva om de här erfarenheterna i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Fundera på att be några elever berätta vad de skrivit.

*Obs:* Du kan använda den här idén under lektionen som en inledning till nyckelskriftstället eller också i slutet av lektionen.

# 2 Nephi 29–30

## Inledning

Nephi profeterade att evangeliet skulle bli återställt i de sista dagarna, vilket Herren kallade ett "underbart verk" (2 Nephi 29:1). Nephi vittnade om att i de sista dagarna skulle alla skrifter samverka och visa att Gud kommer

ihåg sina barn. Han profeterade att många skulle förkasta Mormons bok men att de som trodde skulle samlas till kyrkan. Han undervisade om att Guds förbundsfolk är de som omvänder sig och tror på Guds Son.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 29

#### *Nephi profeterar att många ska förkasta Mormons bok i de sista dagarna*

Be eleverna föreställa sig att en skolkamrat ställer en uppriktig fråga: "Varför har mormonerna en annan bibel?" Du skulle kunna be eleverna räcka upp handen om någon ställt en sådan fråga till dem och sedan be dem berätta hur de besvarade den.

Tala om att Nephi tillhandahöll några svar på den här frågan genom att uppteckna Herrens ord om Mormons boks roll i återställelsen av evangeliet i de sista dagarna, vilket Herren kallade "ett underbart verk". Be eleverna läsa 2 Nephi 29:1–2 tyst för sig själva och ta reda på vad Herrens ord skulle göra i de sista dagarna. (De skulle "gå ut" till Nephis efterkommande och också "tränga fram till jordens ändar".) President Ezra Taft Benson förklarade att "vi, medlemmarna i kyrkan, och i synnerhet missionärerna måste förkunna och vittna om Mormons bok till jordens ändar" ("Mormons bok är Guds ord", *Nordstjärnan*, aug. 1975, s. 44).

Förklara att ordet *baner* i 2 Nephi 29:2 syftar på ett föremål som används för att samla och förena människor. Fanor kallas ofta baner. (Se förklaringen av ordet *baner* i lektion 32.)

- Vad är enligt 2 Nephi 29:2 det "baner" som ska "tränga fram till jordens ändar" för att samla Herrens folk? (Mormons bok: Nephis avkomlingars ord.)
- Vad är enligt 2 Nephi 29:1–2 Herrens syfte med att ge ytterligare skrifter, som till exempel Mormons bok? (Hjälp eleverna förstå att **Herren ger skrifter som ännu ett vittne och för att samla människor till sitt förbund.**)

Skriv följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum på tavlan (från *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 4):

*"Mormons bok är en enastående framställning av Guds förbund med sina barn här på jorden och hans kärlek till dem." (äldste Jeffrey R. Holland)*

Förklara att i 2 Nephi 29 syftar ordet *icke-judar* på personer som inte är av Israels hus. Ordet *judar* syftar på personer som är av Israels hus, däribland Lehis familj och efterkommande. Be eleverna läsa 2 Nephi 29:3–6 tyst för sig själva och leta efter vilken inställning många icke-judar skulle ha till att få ytterligare skrifter.

- Hur reagerar somliga när de får ytterligare skrifter?
- Vad sade Herren om människor som reagerar på det här sättet?

Berätta att Nephis beskrivning av sitt folks reaktion på Mormons bok var profetisk. Människor i vår tid ifrågasätter ofta Mormons bok därför att de redan har Bibeln.

Ge eleverna i uppgift att studera 2 Nephi 29:7–11 parvis. Be dem hitta Herrens syfte med att ge ytterligare skrifter jämte Bibeln. Efter några minuter ber du dem berätta vad de hittat. I svaren bör ingå att 1) Herren kommer ihåg alla människor och för fram sitt ord till alla nationer (se vers 7); 2) Herren talar samma ord till alla nationer, och Mormons bok är ännu ett vittne om sanningarna i Bibeln (se vers 8); 3) Herren är alltid densamme, och han talar efter sitt eget behag (se vers 9); 4) Guds verk är inte fullbordat, och han fortsätter att tala för att åstadkomma sitt verk (se vers 9); 5) människor ska inte tro att Bibeln innehåller alla Herrens ord eller att Herren inte har låtit mera skrivas (se vers 10) och 6) Herren befäller människor i alla nationer att skriva ner hans ord (se vers 11). För att hjälpa eleverna

**Låta eleverna öva**

När du ber elever öva på att förklara evangeliets sanningar, ger du dem möjlighet att få en djupare insikt i de sanningarna och förbereda sig att undervisa andra om evangeliet. (Använd den här undervisningsmetoden med måtta. Lärare bör inte låta eleverna ta över undervisningen på lektionen.)

sammanfatta och tillämpa det de lärt sig i den här delen av lektionen ställer du några av följande frågor eller samtliga:

- Hur skulle man kunna använda 2 Nephi 29 för att bemöta invändningar mot Mormons bok som helig skrift?
- Hur har de här verserna hjälpt er att sätta ännu större värde på Mormons bok?

Dela upp eleverna i par igen. Be dem öva på att besvara frågan: "Varför har mormonerna en annan bibel?" Be den ena ställa frågan och den andra besvara den. Be dem därefter byta roller och upprepa diskussionen. I slutet av aktiviteten skulle du kunna uppmuntra eleverna att tänka på personer som kunde ha nytta av att de samtalade med dem om de här principerna och att söka den Helige Andens ledning om vad de ska säga till dem.

När du avslutar den här delen av lektionen förvissas du dig om att eleverna förstår att **Herren kommer ihåg alla människor och för fram sina ord till dem.**

**2 Nephi 30:1–8*****Nephi profeterar om Mormons boks roll i de sista dagarna***

Berätta att efter att han hade undervisat om att Herren skulle komma ihåg Israels hus, varnade Nephi sitt folk för att tro att de var rättfärdigare än icke-judarna skulle vara. Han påminde dem också om att alla människor kan få tillhöra Guds förbundsfolk. Be en elev läsa 2 Nephi 30:2 högt. Be klassen vara uppmärksam på två saker vi måste göra för att bli del av Guds förbundsfolk. Be eleverna berätta om vad de upptäcker. Förvissa dig om att de förstår att **vi blir en del av Guds förbundsfolk när vi omvänder oss och tror på Jesus Kristus.**

Förklara att i 2 Nephi 30:3 beskriver Nephi ett sätt på vilket Herren samlar sitt folk till förbundet i de sista dagarna. Be eleverna läsa 2 Nephi 30:3 tyst för sig själva och hitta den här processen. (Herren för ut Mormons bok. Många tror på den och berättar om den för andra.) Framhåll gärna att Nephi uttryckligen sade att Mormons boks ord skulle föras ut till "återstoden av våra avkomlingar", det vill säga till Lehis efterkommande.

Be eleverna läsa 2 Nephi 30:4–8 tyst för sig själva och leta efter uttryck som visar hur människor skulle bli välsignade när de fick Mormons bok.

- Hur välsignas Lehis efterkommande av att få kunskap om sina förfäder?
- Vilken verkan kan Mormons bok ha på alla människor enligt de här verserna?

Förvissa dig om att eleverna förstår att **Mormons bok kan hjälpa alla människor att lära känna Jesus Kristus och leva efter hans evangelium.** Skriv gärna den här förklaringen på tavlan.

- Vad kan vi göra för att hjälpa andra lära känna Jesus Kristus genom Mormons bok?
- Hur har Mormons bok hjälpt er att lära känna Frälsaren?

Be eleverna berätta om ett tillfälle när de berättade för någon om Mormons bok. Uppmuntra eleverna att be om att de ska få tillfällen att berätta om Mormons bok för andra.

**2 Nephi 30:9–18*****Nephi profeterar om tillståndet på jorden under tusenårsriket***

Berätta att Nephi också profeterade om tusenårsriket – om de tusen åren efter Frälsarens andra ankomst.

Sammanfatta 2 Nephi 30:9–10 genom att berätta att vid Herrens andra ankomst ska de ogudaktiga förgås. Be eleverna läsa 2 Nephi 30:12–18 tyst för sig själva och leta efter beskrivningar av livet i tusenårsriket. Be eleverna föreställa sig att de skriver en nyhetsartikel under tusenårsriket och beskriver ett tillstånd de funnit. Be dem sätta rubrik på artikeln och berätta för de andra om sina rubriker.

- Av alla de beskrivningar ni studerat i 2 Nephi av tillståndet under tusenårsriket, vad är det i tusenårsriket ni ser mest fram emot? Varför då?

Fäst elevernas uppmärksamhet på följande ord i 2 Nephi 30:18: "Satan skall under lång tid inte längre ha makt över människobarnens hjärtan." Föreslå gärna att eleverna markerar de här orden i sina skrifter.

- Varför är det till stor hjälp att veta att rättfärdighet till sist ska triumfera över ogudaktighet?

Efter att eleverna besvarat frågan vittnar du om följande: **Satan ska inte längre ha makt över människornas hjärtan under tusenårsriket, och man ska leva i rättfärdighet och fred.** Be en elev högt läsa följande uttalande av president George Q. Cannon i första presidentskapet. Be klassen lyssna efter orsaker till att Satan inte ska ha någon makt under tusenårsriket.

”Vi talar om att Satan ska bindas. Satan ska bindas genom Guds makt men också genom Guds folks beslutsamhet att inte lyssna på honom, att inte låta sig styras av honom. Herren binder honom inte och tar inte bort hans makt från jorden så länge det finns män och kvinnor som är villiga att låta sig styras av honom. Det skulle vara tvärtemot frälsningsplanen. Att beröva människorna handlingsfriheten är tvärtemot Guds avsikter. Det fanns en tid på denna kontinent, det har vi en uppteckning om, då folket var så rättfärdigt att Satan inte hade makt över dem. Nästan fyra släktled gick bort i rättfärdighet. De levde i renhet och dog utan synd. Detta därför att de vägrade att ge efter för Satan. Det står inte att Satan inte hade någon makt i andra delar av världen under den här perioden. Enligt alla historiska uppteckningar vi har i vår ägo hade Satan samma makt över människor som var villiga att lyssna på honom. Men i det här landet hade han inte någon makt och var bokstavligen bunden. Jag tror att detta ska vara fallet i tusenårsriket, det är mina tankar om det lyckliga tillstånd som beskrivs i den uppteckning jag talar om. Jag förmodar att de ogudaktiga ska förgås innan Satan blir helt bunden” (Conference Report, okt. 1897, s. 65).

- Hur kommer Satan att vara bunden under tusenårsriket?

Uppmuntra eleverna att leva rättfärdigt så att den onde inte har någon makt över dem.

## Ytterligare undervisningsförslag

### 2 Nephi 29:12–14. Vilka är välsignelserna med ytterligare skrifter?

Be eleverna läsa 2 Nephi 29:12–14 tyst för sig själva och leta efter vad som ska hända i de sista dagarna med de ord som Herren befallt ska skrivas i hela världen.

- Vilken nytta tror ni att de olika folken i världen har av varandras uppteckningar?

Äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum sade att andra uppteckningar ska komma fram för att vittna om Jesus Kristus:

”Förlorade skrifter finns bland de skatter som ännu ska komma fram. Över tjugo av dessa nämns i de skrifter

som finns. Det som kommer att bli mest häpnadsväckande och omfattande är kanske de förlorade stammarnas uppteckningar (se 2 Nephi 29:13). Vi skulle inte ens känna till det nära förestående tredje vittnet om Kristus om det inte vore för den ovärderliga Mormons bok, det andra vittnet om Kristus! Denna tredje del av heliga uppteckningar kommer alltså tillsammans med de båda andra att bilda en sanningens trilogi. Då, precis som den fullkomlige Herden har sagt, ska ’Mitt ord ... samlas till ett’ (v. 14). Det ska bli ’en hjord och en herde’ (1 Nephi 22:25) i ett sammansvetsande av alla de kristna utdelningarna i mänsklighetens historia (se L&F 128:18)” (se ”Gud kommer ännu uppenbara”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 47).

# 2 Nephi 31

## Inledning

Många år innan Jesus föddes fick Nephi en uppenbarelse om Frälsarens dop. När Nephi berättade för sitt folk om den här uppenbarelsen undervisade han dem om det som han kallade "Kristi lära", nämligen att

vi för att få evigt liv måste utöva tro på Jesus Kristus, omvända oss från våra synder, bli döpta, ta emot den Helige Anden och hålla ut intill änden.



## Lektionsförslag

### 2 Nephi 31:1–13

#### *Nephi undervisar om att när vi blir döpta följer vi Frälsarens exempel*

Inled lektionen med att ställa följande frågor till eleverna:

- Vad minns ni från era dop? Hur kände ni er när ni blev döpta?

Förklara för eleverna att när de döptes följde de ett exempel som alltid varit del av Jesu Kristi evangelium. Nephi använde ett bestämt uttryck när han talade om det här mönstret. Be eleverna leta efter det här uttrycket i 2 Nephi 31:2 och 2 Nephi 31:21. Efter att de hittat uttrycket, som är "Kristi lära", frågar du:

- Vilka ord eller uttryck i 2 Nephi 31:2, 21 tyder på vikten av "Kristi lära"? (I svaren kan ingå "jag måste tala rörande", "ingen annan väg" och "den enda och sanna läran".)

Visa bilden Johannes Döparen döper Jesus (62133 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 35). Be eleverna studera 2 Nephi 31:5–9 tyst för sig själva och leta efter uttryck som visar varför Jesus Kristus blev döpt. (Du skulle kunna föreslå att de markerar de här uttrycken.) Efter några minuter ber du eleverna läsa uttrycken de hittade.

- Vad tror ni menas med att "uppfylla all rättfärdighet"? (Efter att eleverna svarat förklarar du att det betyder att hålla buden. President Joseph F. Smith sade "att uppfylla all rättfärdighet" är "att uppfylla lagen" [Conference Report, apr. 1912, s. 9].)

Be en elev läsa 2 Nephi 31:10–12 högt.

- Hur förklarar de här verserna vikten av dopet? (Nephi undervisar om att dopet är en befallning från vår himmelske Fader, att det krävs för att få den Helige Andens gåva och att det är nödvändigt i vår strävan att följa Jesus Kristus.)

Be eleverna sammanfatta lärosatserna och principerna de lärt sig i 2 Nephi 31:5–12. När de berättar förvissa dig då om att de förstår följande principer:

**Jesus Kristus var ett fullkomligt föredöme för oss i fråga om lydnad som vi kan följa.**

**Vi måste följa Jesus Kristus, bli döpta och ta emot den Helige Anden.**

**Jesus Kristus blev döpt för att uppfylla all rättfärdighet trots att han var utan synd.**

Be en elev läsa 2 Nephi 31:13 högt. Fäst elevernas uppmärksamhet på uttrycken "helhjärtat", "utan hyckleri eller förställning inför Gud" och "med ärligt uppsåt". Föreslå gärna att de markerar dessa uttryck.

- Vad betyder de här uttrycken för er? (Du kan behöva framhålla att alla tre uttrycken syftar på att vi måste vara ärliga i vår strävan att utöva tro på Frälsaren, omvända oss från våra synder och följa Frälsarens exempel.)

För att hjälpa eleverna fördjupa sin insikt om att de ska följa Frälsarens exempel i många olika situationer, ställer du följande eller liknande frågor:

- Hur skulle de här uttrycken kunna gälla för aktiviteter som till exempel dagliga skriftstudier och att gå i kyrkan?
- Vad är skillnaden mellan att "framsäga en bön" och att be "helhjärtat"?

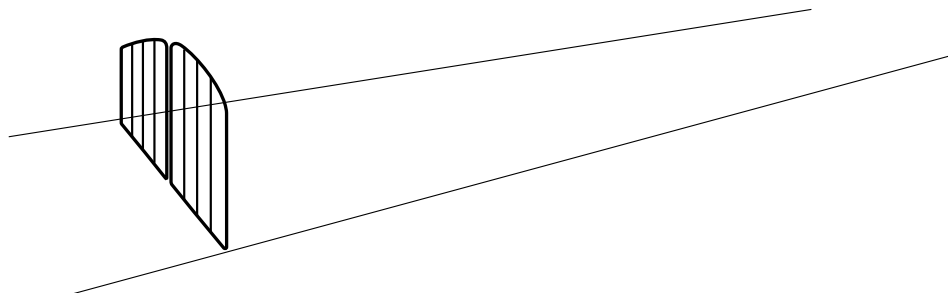
- Vad är skillnaden mellan att äta sakramentsbrödet och ta del av sakramentet "med ärligt uppsåt"?
- Vad är skillnaden mellan att säga förlåt för något ni gjort och att omvända er "helhjärtat"?

## 2 Nephi 31:14–21

### *Nephi undervisar om att vi efter dopet behöver ta emot den Helige Anden och fortsätta att följa Frälsarens exempel*

Berätta att Nephi talade om en port som öppnas till en stig. Be en elev läsa 2 Nephi 31:17–18 högt. När eleven läst färdigt ritar du en enkel teckning på tavlan liksom den här:

- Vad är porten enligt 2 Nephi 31:17? (Omvändelse och dop. Skriv *Omvändelse och dop*



under porten.) På vilket sätt är omvändelse och dop som en port?

- Vart leder stigen enligt 2 Nephi 31:18? (Till evigt liv. Skriv *Evigt liv* i slutet av stigen. Du kan behöva förklara att uttrycket "evigt liv" syftar på upphöjelse i det celestialet riket.)
- Nephi undervisade om att vi efter dopet får den Helige Andens gåva (se 2 Nephi 31:13–14). Vad gör den Helige Anden för oss enligt 2 Nephi 31:17–18? (Hjälp eleverna förstå att **den Helige Anden vittnar om Fadern och Sonen och bringar syndernas förlåtelse.**)
- Varför är det så viktigt att vi får ett vittnesbörd om Fadern och Sonen genom den Helige Anden?

För att hjälpa eleverna förstå den Helige Andens roll i syndernas förlåtelse kan du behöva förklara uttrycket "dopet med eld och med den Helige Anden" (2 Nephi 31:13–14; se också vers 17). Be en elev läsa följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen lyssna efter vad som menas med att bli döpt med eld och den Helige Anden.

"Dopets port leder till den trånga och smala stigen ...

Vi är befallda och lärda att leva på ett sådant sätt att vår fallna natur förändras genom den Helige Andens helgande kraft. President Marion G. Romney lärde att dopet i eld genom den Helige Anden "förvandlar oss från köttslighet till andlighet. Den rensar, botar och renar själen ... Tro på Herren Jesus Kristus, omvändelse och dop i vatten är förberedelsen för det dopet, men [dopet i eld] är fullbordandet. Att ta emot [dopet i eld] är att få sina kläder tvättade i Jesu Kristi försonande blod" (*Learning for the Eternities*, sammanst. av George J. Romney [1977], s. 133; se också 3 Nephi 27:19–20).

Då vi således föds på nytt och strävar efter att alltid ha hans Ande hos oss, helgar och luttrar den Helige Anden vår själ som med eld (se 2 Nephi 31:13–14, 17). Till slut ska vi stå obefläckade inför Gud" ("Oskyldiga händer och rent hjärta", *Liahona*, nov. 2007, s. 81).

- Vad sade äldste Bednar och president Romney att "dopet med eld" gör för oss?
- Vilka ytterligare välsignelser kan vi få genom den Helige Andens påverkan?
- Hur strävar ni "efter att alltid ha hans Ande" hos er?
- När har ni upplevt att den Helige Anden har verkat i ert liv?

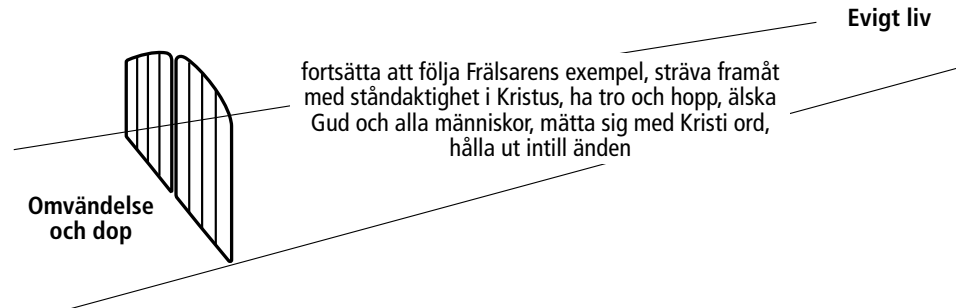
Förklara att med ordet *trång* i 2 Nephi 31:18 menas strikt, krävande och utan avvikelser. Nephi använde ordet för att beskriva den stig vi måste ta efter dopet för att få evigt liv. Be eleverna begrunda följande frågor tyst för sig själva:

- Vad behöver vi göra efter dopet för att hålla oss kvar på stigen till evigt liv?

### **Att rita på tavlan**

Teckningar på tavlan kan hjälpa elever förstå abstrakta begrepp. När du ritar på tavlan kom då ihåg att enkla teckningar vanligtvis är att föredra framför invecklade. Öva gärna några gånger på att rita teckningen innan eleverna kommer till klassrummet. Om du känner dig osäker på din förmåga att rita på tavlan, fundera då på att be en elev rita åt dig.

När eleverna begrundar den här frågan ber du dem leta efter svar i 2 Nephi 31:15–16, 19–21. Du skulle kunna föreslå att de markerar ord eller uttryck som förklarar vad vi måste göra för att få evigt liv. När klassen haft tillräcklig tid på sig ber du några elever berätta vad de markerade. Allteftersom de som svarar skriver du deras svar på tavlan. Din teckning bör se ut ungefär så här:



**2 Nephi 31:19–20** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

Förvissa dig om att eleverna förstår att **om vi lever efter Kristi lära får vi evigt liv.**

Avsluta med att be en elev läsa 2 Nephi 31:20 högt. Framhåll att 2 Nephi 31:19–20 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt. Be eleverna besvara en av följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker:

- Med tanke på vad du har studerat under den här lektionen, vad får dig att hoppas att du kan få evigt liv?
- Hur har ditt liv påverkats av det förbund som du slöt vid dopet?

### **Nyckelskriftställe – 2 Nephi 31:19–20**

Läs följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum:

”Vi kan få stor kraft genom att lära oss skriftställen utantill. Att memorera ett skriftställe är som att få en ny vän. Det är som att upptäcka en ny person som kan hjälpa oss vid behov, och som kan inspirera och trösta och motivera oss till nödvändiga förändringar” (”Kraften i skrifterna”, *Liahona*, nov. 2011, s. 6).

Skriv på ett stort pappersark *Jag har lärt mig 2 Nephi 31:19–20 utantill*. Sätt upp det på en plats där eleverna kan se det. Uppmana eleverna att lära sig det här skriftstället utantill på egen hand eller tillsammans med familjen. Be dem signera pappersarket under de närmaste dagarna efter att ha lärt sig skriftstället utantill. Om de lär sig det tillsammans med familjen kan de också skriva dit familjemedlemmarnas namn. Tänk på att anpassa den här uppgiften efter enskilda elevers förmåga och situation så att varje elev kan lyckas.

Bär ditt vittnesbörd om värdet av att lära sig skriftställen utantill som har hoppningivande budskap, som till exempel 2 Nephi 31:19–20.

*Obs:* Du kan gärna använda den här aktiviteten en annan gång när ni har mer tid på er.

# Hemstudielektion

## 2 Nephi 26–31 (Studieavsnitt 8)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 2 Nephi 26–31 (studieavsnitt 8) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (2 Nephi 26–27)

Eleverna studerade Nephis profetior om de sista dagarna. De lärde sig att allt som Herren gör är för att det ska vara till nytta för världen och att Herren älskar alla människor och inbjuder alla att komma till honom och ta del av hans frälsning. Eleverna upptäckte också sanningen att Mormons boks framkomst är ett av Guds sätt att utföra sitt verk i de sista dagarna. De lärde sig dessutom att Mormons bok och Jesu Kristi återställda evangelium ger alla glädje och insikt som studerar och tar emot dem.

#### Dag 2 (2 Nephi 28)

När eleverna studerade Nephis varningar för de falska läror som skulle vara utbredda i de sista dagarna lärde de sig att Mormons bok avslöjar djävulens falska läror och stärker oss mot hans onda avsikter. De lärde sig också att Satan använder många olika slags taktik för att försöka besegra oss, som till exempel att hetsa oss till vrede, att lugna och invagga oss i ro och att smickra oss.

#### Dag 3 (2 Nephi 29–30)

Eleverna lärde sig att Herren ger skrifter för att samla människor till sitt förbund och att Mormons bok kan hjälpa alla människor att lära känna Jesus Kristus och leva efter hans evangelium. Herren visade Nephi att många ska förkasta Mormons bok i de sista dagarna. Eleverna fick tillfälle att tänka på sitt eget liv och hur livet på jorden är när Satan inte längre har makt över människornas hjärtan och man lever i rättfärdighet och fred.

#### Dag 4 (2 Nephi 31)

Följande sanningar om Kristi lära och Frälsarens förebild betonades: Jesus Kristus uppfyllde all rättfärdighet genom att lyda alla Faderns befallningar, och vi måste följa Jesu Kristi exempel på lydnad genom att bli döpta och ta emot den Helige Anden. Den Helige Anden vittnar om Fadern och Sonen och bringar syndernas förlåtelse. Om vi lever efter Kristi lära får vi evigt liv.

### Inledning

Den här lektionen betonar att allt som vår himmelske Fader gör är för att det ska vara till nytta för världen eftersom han älskar sina barn. Lektionen kommer också in på hur Mormons bok avslöjar Satans falska läror som är så utbredda i vår tid och hur de som följer Kristi lära får evigt liv.

### Lektionsförslag

Fråga eleverna om det finns något de lärt sig eller förstått under sina skriftstudier som de skulle vilja berätta för hela klassen innan du börjar lektionen. Uppmuntra eleverna att ställa frågor om det som de studerat. Be dem skriva ner andliga intryck de får när de läser och begrunder skrifterna och sina uppgifter. Det gör dem mottagliga för uppenbarelse.

Be eleverna besvara följande fråga och skriva några av svaren på tavlan: Om ni visste att ert liv på jorden närmade sig slutet och ni kunde skriva ett brev till era efterkommande som resten av världen skulle läsa, vilka ämnen skulle ni ta upp i brevet?

Be eleverna ögna igenom 2 Nephi 26–31 och sina skriftdagböcker och ta reda på vilka ämnen Nephi tog upp i slutet av sitt liv. Jämför det de hittar med svaren de skrev på tavlan. Nephis sista råd skrevs till oss som lever i de sista dagarna för att hjälpa oss känna igen sanningen och undvika Satans stötestenar och följa Kristi lära.

### 2 Nephi 26

*Efter att Nephi profeterat om sitt folks undergång profeterar han om de sista dagarna och inbjuder alla att komma till Kristus*

Be eleverna läsa 2 Nephi 26:29–31 och leta efter en taktik som Satan använder och som Nephi varnade oss för. Efter att några elever berättat vad de funnit ställer du följande frågor:

- Vad är prästvålden enligt 2 Nephi 26:29?
- Vad tycks vara drivkraften hos somliga som blir involverade i prästvålde?
- Vad vill Herren att vår drivkraft ska vara när vi arbetar i kyrkan? Vem känner ni som är ett bra exempel på det?

Repetera 2 Nephi 26:23–28, 33 och dag 1, uppgift 3. Fråga: Vilken drivkraft har Herren i sitt arbete?

Efter att några elever svarat låter du klassen besvara följande frågor:

- Vilka uttryck i 2 Nephi 26:23–28, 33 lär oss att **Herren älskar alla människor och inbjuder alla att komma till honom och ta del av hans frälsning** och att **allt som Herren gör är för att det ska vara till nytta för världen**?



- Varför vore det viktigt för oss att vår drivkraft var kärlek till andra snarare än vinning och beröm?
- Hur tror ni att vi kan bli kärleksfullare och mer som Kristus i våra uppgifter i kyrkan?

## 2 Nephi 28

### *Nephi varnar för Satans bedrägliga lister*

Berätta för eleverna att i 2 Nephi 28 fortsätter Nephi att avslöja de falska föreställningar som djävulen sprider. Gå igenom de "falska, fåfänga och dåraktiga lärosatser" som beskrivs i 2 Nephi 28:3–9 och ställ följande frågor till eleverna. De kan använda svar som de skrev i sina skriftdagböcker under den gångna veckan.

- Vad menas med att "dra fördel av någon för hans ords skull"? (2 Nephi 28:8.) (Till exempel göra sig lustig över andra och felcitera eller överdriva vad andra sagt.)
- På vilka sätt kan människor i dag tänkas "gräv[a] en grop" (2 Nephi 28:8) för sin nästa?
- Vad är faran med att försöka dölja synder för Herren eller göra våra gärningar i mörkret? (Se 2 Nephi 28:9.)
- Vilken falsk lära i 2 Nephi 28:3–9 tror ni är mest skadlig för ungdomar i dag? Varför tror ni att den är skadlig? Vad är det som är lockande för ungdomar i den falska läran? (Se dag 2, uppgift 1.)

Repetera 2 Nephi 28:20–23 och president Boyd K. Packers berättelse om andliga krokodiler i vår tid ur lektionen för dag 2. Be eleverna berätta om (visa) de varningsmärken de ritade i sina skriftdagböcker (dag 2, uppgift 5) som belyser de andliga faror som de tycker man ska varna ungdomar för i vår tid.

Fråga: Av allt det som Nephi kunde ha skrivit om när han avslutade sin uppteckning, varför tror ni att han valde att skriva just om Satans bedrägliga lister och taktik? (Du skulle kunna vittna om den hjälp och styrka vi får att stå emot Satans taktik när vi studerar Mormons bok ingående.)

## 2 Nephi 31

### *Nephi undervisar om hur Frälsaren var ett fullkomligt föredöme för oss*

Rita en enkel teckning av en stig som leder genom en port. Be eleverna läsa 2 Nephi 31:17–18 och leta efter hur Nephi använde exemplet med en port och en stig för att betona det enda sättet att komma till Jesus Kristus. Ställ därefter följande frågor:

- Vad står porten och stigen för enligt de här verserna? (De står för omvändelse, dop och mottagandet av den Helige Anden.)
- Med tanke på vad ni lärt er i ert personliga studium av 2 Nephi 31, varför kallas mottagandet av den Helige Anden för "dopet med eld"? (Se 2 Nephi 31:13; se också vers 17.)

Be en elev läsa 2 Nephi 31:19–21 högt. Be eleverna leta efter vad som fordras av oss efter att vi gått genom "porten". När några elever berättat vad de funnit ställer du följande frågor:

- Vad tror ni Nephi menade när han skrev: "Detta är Kristi lära"? (2 Nephi 31:21).
- Med tanke på vad ni studerat i dag, vad tror ni vår himmelske Fader vill att ni ska göra för att hjälpa er att gå framåt på den trånga och smala stigen? (Uppmuntra gärna eleverna att sätta upp ett mål i det här avseendet.)

## Nästa studieavsnitt (2 Nephi 32–Jakob 4)

Tycker ni om att äta? I nästa studieavsnitt kommer eleverna lära sig vad som menas med att "mätta [sig] med Kristi ord" (2 Nephi 32:3). Hur kan en profet få ett folk att ändra sig som börjat älska rikedomar eller män som bryter mot kyskhetslagen? Lagg märke till hur Jakob tar itu med de här problemen.

# 2 Nephi 32

### Inledning

Efter att ha undervisat sitt folk om den "trånga och smala stigen som leder till evigt liv" (2 Nephi 31:18) märkte Nephi att hans folk undrade vad de skulle göra efter att de börjat gå på den stigen. Han besvarade deras frågor

genom att uppmuntra dem att "mätta [sig] med Kristi ord" och "alltid ... be" (2 Nephi 32:3, 9). Han försäkrade dem att om de skulle göra det här så skulle den Helige Anden hjälpa dem veta vad de skulle göra.

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 32:1–7

*Nephi råder oss att söka gudomlig ledning genom Jesu Kristi ord och den Helige Andens maningar*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de beskrev hur någon skulle ta sig från en plats till en annan. Be dem förklara varför det var antingen lätt eller svårt att ge den där vägbeskrivningen.

Påminn eleverna om att de i föregående lektion studerade de "vägbeskrivningar" som Nephi gav sitt folk. Efter att ha gett dem beskrivningarna, sade han: "Detta är vägen" (2 Nephi 31:21). För att hjälpa eleverna repetera vad de lärde sig ställer du följande frågor:

- Om vi följer Nephis vägbeskrivning, vart kommer vi då? (Till det eviga livet; se 2 Nephi 31:20.)
- Hur börjar vi gå stigen som leder till evigt liv, enligt 2 Nephi 31:17–18?

Förklara att 2 Nephi 32 utgör fortsättningen på Nephis undervisning i 2 Nephi 31. Be eleverna leta i 2 Nephi 32:1 efter en fråga som Nephis folk hade när det gällde det som han undervisat dem om. Be några elever ställa den här frågan med egna ord. (Förvissa dig om att eleverna förstår att människor undrade vad de skulle göra efter att de börjat gå på vägen till evigt liv.)

Be en elev läsa 2 Nephi 32:2–3 högt. Be klassen vara uppmärksam på Nephis svar på människornas undran. Framhåll att 2 Nephi 32:3 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt.

- Vilka ord i 2 Nephi 32:3 beskriver hur vi ska ta emot Kristi ord? Vad är skillnaden mellan att äta en rejäl middag och gå och småäta?
- Vad tror ni menas med att mätta sig med Kristi ord?
- Vad sade Nephi skulle bli resultatet om vi mättar oss med Kristi ord?
- Var finner vi Jesu Kristi ord? (I svaren kan ingå: i skrifterna, nutida profeters ord och inspiration från den Helige Anden.)

Förvissa dig om att eleverna förstår att **när vi mättar oss med Kristi ord ska Kristi ord tillkännage allt vi bör göra.**

För att hjälpa eleverna fundera över om de verkligen mättar sig med Jesu Kristi ord läser du följande lista. Gör en kort paus efter varje punkt. Be eleverna skriva listan i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker eller på ett lösblad.

1. Personliga skriftstudier
2. Sakramentsmötet
3. Generalkonferensen
4. Skriftstudier i familjen
5. Seminariet



**2 Nephi 32:3** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

6. Familjens hemafton
7. Aronska prästadömetts kворummöte eller Unga kvinnors klassmöte
8. Personlig bön

Be eleverna fundera över hur väl de strävar efter att ta emot Jesu Kristi ord inom vart och ett av dessa områden. För varje punkt på listan ber du dem skriva *mättar mig*, *småäter* eller *svälter*. En elev mättar sig till exempel i sina personliga skriftstudier men småäter bara på generalkonferensen. En elev som inte är uppmärksam under sakramentsmötet kunde skriva ordet *svälter* bredvid den punkten.

Be eleverna välja en av de aktiviteter där de för närvarande "småäter" eller "svälter" och sätta upp mål som hjälper dem att verkligen "mätta sig med Kristi ord" inom det området. (Du skulle kunna uppmuntra dem att tänka på sina mål inom Plikt mot Gud eller Personlig tillväxt i samband med de här målen.)

För att hjälpa eleverna inse sitt ansvar att söka den Helige Andens ledning låter du dem läsa 2 Nephi 32:4–7 tyst för sig själva. Be dem därefter diskutera följande frågor med någon i klassen. (Ge gärna eleverna frågorna på ett utdelningsblad eller skriv dem på tavlan före lektionen.)

- Vad tror du menas i vers 4 med att "be" eller "bulta"? Vad blir enligt Nephi följden för dem som inte ber eller bultar?
- Vilken välsignelse lovar Nephi att vi kan få när vi tar emot den Helige Anden?
- Varför sörjde Nephi över sitt folk?

Ge uttryck åt din tillförsikt att när eleverna mättar sig med Jesu Kristi ord ska den Helige Anden hjälpa dem att följa stigen till evigt liv.

## 2 Nephi 32:8–9

### *Nephi råder oss att alltid be*

Berätta att Nephi därefter koncentrerade sig på något vi kan göra för att få Jesu Kristi ord. Be eleverna läsa 2 Nephi 32:8 tyst för sig själva och leta efter vad Nephi sade att vi skulle göra. Efter att de hittat svaret ställer du följande frågor för att hjälpa dem begrunda vikten av bön:

- Varför tror ni att den Helige Anden vill att vi ska be?
- Varför tror ni att Satan inte vill att vi ska be? Hur kan Satan tänkas övertyga människor om att inte be?

Be en elev läsa 2 Nephi 32:9 högt. Framhåll att 2 Nephi 32:8–9 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt.

- Hur ofta bör vi be? Vad tror ni menas med att "alltid ... be"?

Läs följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum. (Kopiera om möjligt det här citatet så att varje elev kan följa med i texten och koncentrera sig på äldste Bednars ord.) Om du gör kopior tänk då på att citatet fortsätter längre fram i lektionen efter en kort diskussion. Kopiera också den delen. Be eleverna lyssna efter äldste Bednars råd om hur vi "alltid ... be[r]".




"Det kan finnas sådant i vår karaktär, i vårt uppträdande eller som rör vår andliga tillväxt som vi behöver tala med vår himmelske Fader om i morgonbönen ...

Under dagens lopp har vi en bön i hjärtat om fortsatt hjälp och ledning ...

Vi märker just den dagen att det finns tillfällen när vi har en tendens att tala hårt, men inte gör det. Eller så känner vi oss nära att bli arga men blir det inte. Vi urskiljer himmelsk hjälp och styrka och erkänner ödmjukt svaren på våra böner. Och just i det ögonblicket uppsänder vi en tyst bön av tacksamhet" ("Be alltid", *Liahona*, nov. 2008, s. 41–42).

För att hjälpa eleverna begrunda det här rådet, frågar du:

- Kan ni tänka på tillfällen i dag eller nyligen när ni hade kunnat följa äldste Bednars råd? (Be gärna eleverna begrunda den här frågan tyst för sig själva utan att svara.)

 **2 Nephi 32:8–9** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här nyckelskriftstället.

Forsätt läsa äldste Bednars råd:

”På kvällen knäböjer vi igen och talar med vår Fader. Vi går igenom dagens händelser och uttrycker vår tacksamhet av hjärtat för de välsignelser och den hjälp vi fått. Vi omvänder oss och ser med Herrens andes hjälp vad vi kan göra för att bli bättre i morgon. På så sätt bygger aftonbönen på och blir en fortsättning av morgonbönen. Och vår aftonbön är också en förberedelse för en meningsfull morgonbön.

Morgon- och aftonböner – och alla böner däremellan – är inte orelaterade, åtskilda händelser. Snarare är de sammanlänkade varje dag och dag efter dag, vecka efter vecka och till och med år efter år. Det här är en del av att följa skrifternas uppmaning att alltid be (Luk 21:36; 3 Nephi 18:15, 18; L&F 31:12). Sådana meningsfulla böner hjälper oss uppnå de rikaste välsignelser som Gud har i beredskap åt sina trofast barn” (“Be alltid”, s. 42).

För att hjälpa eleverna förstå slutet av 2 Nephi 32:9 förklarar du att ordet *helga* betyder ”att inviga, heliggöra, eller bli rättfärdig” (Handledning för skriftstudier, ”Helga, Helgelse-lagen”, scriptures.lds.org).

- Varför ska vi alltid be när vi ”[gör] något för Herren”?
- Vad tror ni menas med att Herren helgar det vi gör till våra själars välfärd?
- Hur kan äldste Bednars råd hjälpa oss helga vårt liv i högre grad?

Vittna om att **när vi alltid ber kan vi göra allt som Herren vill att vi ska göra till våra själars välfärd.**



För att sammanfatta vad eleverna diskuterat under lektionen läser du följande uttalande av äldste Spencer J. Condie i de sjuttios kворum:

”Ni kanske står inför beslut angående mission, er framtida yrkeskarriär och slutligen äktenskap. När ni läser skrifterna och ber om vägledning, kanske ni inte ser svaret i form av tryckta ord på en sida, men när ni läser kommer ni att få särskilda intryck och maningar, och som utlovat kommer den Helige Anden att ’tillkännage för er allt ni bör göra’ [2 Nephi 32:5]” (se ”Att bli till stor nytta för våra medmänniskor”, *Liahona*, maj 2002, s. 50).

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 32:3

Fråga eleverna hur lång tid de tror det skulle ta att lära sig 2 Nephi 32:3 utantill om de läste upp det varje gång de åt. Uppmana dem att repetera det här skriftstället – mätta sig med Kristi ord – varje gång de äter en måltid under de närmaste dagarna. Efter att de lärt sig versen utantill ber du dem berätta hur många måltider det tog.

### Nyckelskriftställe – 2 Nephi 32:8–9

Fråga eleverna om de någonsin försökt att ha en bön i hjärtat en hel dag eller en hel vecka. Be dem berätta om sina upplevelser. Be klassen fundera på hur de alltid skulle kunna be det närmaste dygnet. Uppmana dem att göra det och sedan berätta om sina erfarenheter i början av nästa lektion.

*Obs:* Om du inte har tid att använda de här förslagen under den här lektionen, kan du använda dem till repetition i framtida lektioner.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 2 Nephi 32:2. Vad menas med att tala med änglars tunga?

Några kanske undrar vad som menas med att ”tala med änglars tunga”. President Boyd K. Packer sade

beträffande detta att tala med änglars tunga att det ”helt enkelt betyder att du kan tala genom den Helige Andens kraft” (“Den Helige Anden gåva: Vad varje medlem bör veta”, *Liahona*, aug. 2006, s. 21).

# 2 Nephi 33

## Inledning

Nephi avslutade sin uppteckning med att förkunna att det han skrivit vittnade om Jesus Kristus och förmår människor att göra gott och hålla ut intill änden. Han sade att även om han hade skrivit "i svaghet" så var hans ord "av stort värde" och skulle "göras starka"

för dem som skulle läsa dem (se 2 Nephi 33:3–4). Han vittnade om att det han skrivit var "Kristi ord" och att människor skulle hållas ansvariga inför Gud för sin reaktion på dem (se 2 Nephi 33:10–15).

## Lektionsförslag

### 2 Nephi 33:1–2

*Nephi undervisar om att den Helige Andens kraft överför sanningen till våra hjärtan*

Rita följande teckning på tavlan:



- Vad är skillnaden mellan att ett budskap förs *till* någons hjärta och att ett budskap kommer *in i* någons hjärta?

Be en elev läsa 2 Nephi 33:1 högt. Be sedan eleverna begrunda följande fråga tyst för sig själva:

- Varför tycker ni att det är betecknande att den Helige Anden för sanningen *till* våra hjärtan men inte *in i* våra hjärtan?

Medan eleverna begrundar den här frågan läser du följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum för dem. Förklara att äldste Bednar i det här uttalandet talar om 2 Nephi 33:1.



”Lägg märke till hur Andens kraft för budskapet *till* men inte nödvändigtvis *in i* hjärtat. En lärare kan förklara, visa, övertyga och vittna, och göra det med stor andlig kraft och effektivitet. Men till sist är det så att innehållet i ett budskap och den Helige Andens vittnesbörd endast tränger in i hjärtat om mottagaren tillåter det” (“Sök efter kunskap genom tro”, KUV – En kväll med en generalauktoritet, s. 1 [tal till KUV-lärare, 3 feb. 2006]; eller “Seek Learning by Faith”, s. 1, si.lds.org).

Be en elev högt läsa följande uttalande av äldste Gerald N. Lund i de sjuttios kворum:

”Varför bara *till* hjärtat? Den personliga handlingsfriheten är så helig att vår himmelske Fader, trots sin oändliga makt, aldrig tvingar människohjärtat ... Gud låter oss vara vårt eget hjärtas väktare eller beskyddare. Vi måste av egen fri vilja öppna hjärtat för Anden” (“Öppna hjärtat”, *Liahona*, maj 2008, s. 33).

- Vad är det som avgör om ett budskap kommer in i en persons hjärta?
- När har ni upplevt att ett evangeliebudskap kommit in i era hjärtan? Vad säger det om era hjärtan vid tillfället i fråga?

Be eleverna läsa 2 Nephi 33:2 tyst för sig själva och ta reda på hur människor reagerar på den Helige Anden när de förhärdar sina hjärtan.

- Hur betar sig människor som har ett hårt hjärta? Vilken inställning har de?

- Vad är budskapet i 2 Nephi 33:2 enligt er mening? (Eleverna kanske säger att vi väljer att antingen öppna eller stänga våra hjärtan för inspiration från den Helige Anden. Förvissa dig om att de förstår att **när vi öppnar våra hjärtan kan den Helige Andens budskap komma in i våra hjärtan.**)

Innan du går vidare i lektionen ger du eleverna tillfälle att för ett ögonblick tänka på sina hjärtans tillstånd och avgöra om de tillåter sanningsbudskap att komma in i deras hjärtan.

## 2 Nephi 33:3–15

*Nephi förklarar syftet med sin uppteckning och uttrycker sin förhoppning att hans läsare ska tro på Kristus*

Skriv följande på tavlan:

2 Nephi 33:3 – Jag ber ständigt för ...

2 Nephi 33:4 – Jag vet ...

2 Nephi 33:6 – Jag gläds ...

2 Nephi 33:7 – Jag hyser ...

Be eleverna läsa 2 Nephi 33:3–7 tyst för sig själva och leta efter vilka förhoppningar Nephi hade i fråga om dem som skulle läsa hans ord. Be några elever komma fram till tavlan och avsluta meningarna med egna ord eller med Nephis ord. (Några av uttrycken på tavlan leder till fler än ett svar.)

- Hur kan vi stärka våra egna vittnesbörd om Jesus Kristus och hans försoning?

Be fem elever turas om att läsa ur 2 Nephi 33:10–14. Be övriga elever följa med i texten och vara uppmärksamma på uttryck i Nephis avsked som känns viktiga för dem. Föreslå gärna att eleverna markerar de här uttrycken.

- Vilka uttryck känns viktiga för er? Och varför?
- Om människor tror på Jesus Kristus, vad känner de då inför Mormons bok? (Se 2 Nephi 33:10.)
- Vad varnade Nephi för och sade skulle hända med dem som förkastar hans ord? (När eleverna besvarar frågan skulle du kunna föreslå att de också tänker på hur de ska känna sig i Herrens närhet om de har trott på och följt Nephis och andra profeters ord.)

Be eleverna läsa 2 Nephi 33:15 tyst för sig själva och begrunda Nephis avslutande ord: "Jag måste lyda." Låt dem sedan få några minuter på sig att gå tillbaka i 1 och 2 Nephi och leta efter exempel på Nephis lydnad. Efter några minuter låter du eleverna berätta vad de har funnit. I svaren kan ingå: lämnade Jerusalem, återvände till Jerusalem för att hämta mässingsplåtarna, återvände på nytt till Jerusalem för att be Ismaels familj att förena sig med dem, förde två slags plåtar, följde anvisningarna på Liahona, byggde ett skepp, reste till det utlovade landet, skilde sig från Laman och Lemuel och ledde sitt folk i rättfärdighet. Allteftersom eleverna kommer med exempel skulle du kunna skriva dem på tavlan.

Skriv följande på tavlan: *Jag måste ...*

Be eleverna avsluta den här meningen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Ge uttryck åt din tillförsikt att de kan välja att alltid lyda. Berätta hur du tror att Nephis ord kan hjälpa dem att stärka sin tro på Jesus Kristus och ge dem större förmåga att göra gott.

## Återblick på 2 Nephi

Hjälp eleverna göra en återblick på 2 Nephi. Be dem tänka på vad de har lärt sig av den här boken, både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Vid behov uppmuntrar du dem att ögna igenom 2 Nephi för att hjälpa dem att komma ihåg vad de studerat. Be dem förbereda sig att berätta om något ur 2 Nephi som inspirerat dem att göra gott och tro på Jesus Kristus, som Nephi sade (se 2 Nephi 33:4). När de haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever delge sina tankar och känslor.

Läs följande uttalanden om vårt ansvar att läsa Mormons bok och de välsignelser vi får när vi fullgör det ansvaret.

President Joseph Fielding Smith sade: "Det tycks mig som om ingen medlem i denna kyrka borde vara tillfreds förrän han eller hon har läst Mormons bok om och om igen och noggrant tänkt igenom den så att han eller hon kan bära vittne att den på alla sätt är en

### Att uppmuntra elever att prata om sanningar

Elever har nytta av att ofta få tillfälle att berätta vad de tänker och känner, förklara principer i evangeliet och vittna om sanningen. Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum gjorde följande iakttagelse: "När eleverna pratar om sanningar bekräftas dessa inom dem och stärker deras vittnesbörd" ("Förstå och efterleva sanning", KUV – En kväll med en generalauktoritet, 4 februari 2005 [tal till KUV-lärare]; eller "To Understand and Live Truth", s. 3, si.lds.org). Men även om det är viktigt att elever ges tillfälle att berätta ska de inte känna sig tvungna att göra det.

uppteckning inristad med den Allsmäktiges inspiration och att dess historia är sann" (Conference Report, okt. 1961, s. 18).

President Gordon B. Hinckley sade att om medlemmar läser Mormons bok "så kommer [de] att känna Herrens ande i större mått i [sitt] liv och [sitt] hem, en starkare beslutsamhet att vandra i lydnad mot hans bud och ett starkare vittnesbörd om att Guds Son verkligen lever" ("Ett levande och sant vittnesbörd", *Liahona*, aug. 2005, s. 6).

Du skulle kunna avsluta lektionen med att berätta en personlig upplevelse som ett vittnesbörd om att Nephis ord i det här kapitlet gått i uppfyllelse i ditt liv.

# Jakobs bok

### Varför studera den här boken?

Genom att studera Jakobs bok kan eleverna hämta viktig lärdom från en man som hade orubblig tro på Jesus Kristus. Jakob vittnade gång på gång om Frälsaren och uppmanade sitt folk och dem som skulle läsa hans ord att omvända sig. Han undervisade om och var själv ett exempel på hur viktigt det är att flitigt utföra uppdrag från Herren. Han varnade sitt folk för högmodets, rikedomens och omoralens faror. Jakob citerade och förklarade också Zenos allegori om olivträden vilken åskådliggör Frälsarens outtröttliga strävan att åstadkomma alla Guds barns frälsning och ger en översikt av Guds handlings-sätt mot Israels hus. I mötet med Sherem visade Jakob hur vi på ett rättfärdigt sätt bemöter dem som ifrågasätter eller kritiserar vår tro.

### Vem skrev den här boken?

Jakob – Lehis och Sariahs femte son – skrev den här boken. Han föddes i vildmarken under familjens färd mot det utlovade landet. I sin barndom gick han igenom "lidanden och stor sorg på grund av [sina] bröders råhet" (2 Nephi 2:1). Men Lehi lovade Jakob att Gud skulle helga "[hans] lidanden till [hans] bästa" och att han skulle ägna sina dagar "åt att tjäna [sin] Gud" (2 Nephi 2:2–3). I sin ungdom såg Jakob Frälsarens härlighet (se 2 Nephi 2:3–4). Nephi invigde Jakob till att vara nephiternas präst och lärare (se 2 Nephi 5:26) och anförtrorde honom senare Nephis mindre plåtar (se Jakob 1:1–4). Som trofast prästadömsledare och lärare arbetade Jakob flitigt för att förmå sitt folk att tro på Kristus (se Jakob 1:7). Han fick uppenbarelser om Frälsaren, såg änglar som betjänade honom, hörde

Herrens röst (se Jakob 7:5) och såg sin Återlösare (se 2 Nephi 11:2–3). Jakob var far till Enos och åt honom anförtrorde han plåtarna innan han dog.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Nephi gav Jakob anvisning om att skriva ner heliga predikningar, uppenbarelser och profetior "för Kristi skull och för vårt folk skull" (Jakob 1:4). Jakob följde den här anvisningen och bevarade skrifter som han "ansåg vara av största värde" (Jakob 1:2). Han skrev: "Vi arbetar flitigt med att rista in dessa ord på plåtar i hopp om att våra älskade bröder och våra barn skall ta emot dem med tacksamma hjärtan ... Ty i denna avsikt har vi skrivit detta, så att de kan veta att vi kände till Kristus och att vi hoppades på hans härlighet många hundra år före hans ankomst" (Jakob 4:3–4). Jakob gav en antydning om huvudtemat i sina skrifter när han sade: "Varför inte tala om Kristi försoning och uppnå fullkomlig kunskap om honom ... ?" (Jakob 4:12.)

### När och var skrevs den?

Jakobs bok börjar omkring 544 f.kr. med att Nephi anförtror de mindre plåtarna åt Jakob. Den slutar med att Jakob kort före sin död överlämnar dem till sin son Enos. Jakob skrev den här uppteckningen när han bodde i Nephis land.

### Vad kännetecknar den här boken?

Jakobs bok ger upplysningar om styrelsesättet bland nephiterna efter Nephis död. Nephi smorde en man till att efterträda honom som kung och styresman över

folket, medan däremot Jakob och hans bror Josef fortsatte som nephiternas andliga ledare. Boken kännetecknas också av att Jakob fördömer otillåtet utövande av månggifte. I Mormons bok berörs det här ämnet enbart i Jakob 2. Jakobs bok har det längsta kapitlet i Mormons bok, Jakob 5, som innehåller Zenos allegori om olivträden. Därutöver finns i Jakobs bok det första exemplet på att en profet i Mormons bok varnar nephiterna för högmod – den synd som så småningom skulle leda till deras undergång (se Jakob 2:12–22; Moroni 8:27). Den innehåller också den första uppteckningen om att en antikrist träder fram bland nephiterna.

### Översikt

**Jakob 1** Jakob lyder Nephis befallning att föra en helig uppteckning. Nephi dör. Jakob och Josef verkar bland folket och predikar Guds ord.

**Jakob 2–3** Jakob talar vid templet och varnar nephiterna för högmod, kärlek till rikedom och omoral.

**Jakob 4–6** Jakob vittnar om Kristus och citerar Zenos allegori om olivträden. Han uppmanar sitt folk att omvända sig, ta emot Herrens barmhärtighet och bereda sig för domen.

**Jakob 7** Jakob bringar med Herrens hjälp Sherem på skam, som var antikrist. Han talar om stridigheter mellan nephiter och lamaniter och överlämnar de mindre plåtarna till Enos.



# Jakob 1–Jakob 2:11

## Inledning

Efter Nephis död började nephiterna "i viss mån ägna sig åt ogudaktiga seder" under en ny kungs regering (Jakob 1:15). Jakob och hans bror Josef hade invigts av Nephi som folkets präster och lärare och verkade med

all iver för att förmå folket att omvända sig och komma till Kristus. Jakob lydde Nephis befallning att skriva ner heliga predikningar, uppenbarelser och profetior på de mindre plåtarna.

## Lektionsförslag

### Jakob 1:1–8

#### *Jakob skriver ner heliga sanningar och verkar för att hjälpa andra att komma till Jesus Kristus*

Be eleverna ge exempel på olika titlar för prästadömsledare. (I svaren kan ingå profeter och apostlar, generalauktoriteter, stavspremier, biskopar och kvorumpremerier.) Be några elever kortfattat berätta hur prästadömsledare varit till välsignelse för dem genom sitt tjänande i prästadömet.

Förklara att Nephi hade invigt sina yngre bröder Jakob och Josef till att vara folkets präster och lärare (se 2 Nephi 5:26; Jakob 1:18). Mot slutet av sitt liv gav Nephi Jakob befallning om de mindre plåtarna som innehöll deras folks historia.

Be eleverna läsa Jakob 1:1–4 tyst för sig själva. Be dem ta reda på vad Nephi befallde Jakob att skriva på plåtarna och varför. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar Nephis anvisningar till Jakob.) Efter att eleverna haft tillräcklig tid att läsa ber du några av dem berätta för klassen vad de funnit.

Om eleverna inte nämner dem framhåller du de avslutande orden i Jakob 1:4 – "för vårt folks skull".

- Vad menas med det här uttrycket, "för vårt folks skull"? (Till deras nytta.)

Be en elev läsa Jakob 1:5–6 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Herren uppenbarade för Jakob och Josef som skulle hjälpa dem att undervisa folket.

- Vad uppenbarade Herren för Jakob och Josef? (Han visade dem vad som skulle hända med nephiterna i framtiden, och han uppenbarade detaljer om Kristi ankomst.)
- Hur kan vetskapen om detta ha hjälpt Jakob och Josef att undervisa sitt folk?

Skriv ordet *förmå* på tavlan. Be eleverna läsa Jakob 1:7–8 tyst för sig själva och leta efter vad Jakob och Josef ville förmå folket att göra. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar det de hittar.) Be flera elever komma fram till tavlan och skriva en sak de upptäckt.

Be eleverna säga ett eller två uttryck som står på tavlan som de skulle vilja förstå bättre. När eleverna nämner de här uttrycken frågar du om andra elever kan hjälpa till att förklara dem. Följande definitioner kan vara till hjälp i diskussionen:

"Komma in i hans vila" – Att komma in i Herrens vila betyder att ha frid i det här livet och att få "[Guds] härlighets fullhet" i nästa liv (L&F 84:24).

"Tänka på [Kristi] död" – Att *tänka på* är att inrikta tankarna på något. När Jakob skrev att han ville förmå människor att "tro på Kristus och tänka på hans död" kan han ha menat att han ville att de skulle studera Jesu Kristi försoning, inse dess betydelse och få ett eget vittnesbörd om den.

"Ta på sig hans kors" – Det här uttrycket syftar på vår villighet att avstå från ogudaktighet och världslig lusta och hålla Herrens bud (se JSÖ, Matteus 16:26 [i Matt 16:24]; Luk 9:23; 2 Nephi 9:18). Det syftar också på vår villighet att hålla ut och göra uppoffringar när vi följer Frälsaren.

### Att definiera svåra ord och uttryck

När du hjälper eleverna förstå svåra ord och uttryck i skrifterna kan de tillämpa dem bättre i sitt liv. När du försöker definiera ett svårt ord eller uttryck kan det vara till stor hjälp att använda en ordbok eller att studera hur ordet eller uttrycket används på annan plats i skrifterna.

”Uthärda världens hån” – Det här uttrycket syftar på att hålla buden trots världsligt tryck, förödmjukelser och det motstånd som Jesu Kristi lärjungar ofta ställs inför.

Be eleverna sammanfatta vad de lärt sig i Jakob 1:1–8 om prästadömsledares plikter. När eleverna berättar betonar du att **prästadömsledare arbetar flitigt för att hjälpa oss att komma till Kristus**. (Skriv gärna den här principen på tavlan.)

- Hur arbetar våra prästadömsledare för att hjälpa oss att komma till Kristus?

Låt eleverna få några minuter att skriva i sina skriftdagböcker om hur profeter eller andra prästadömsledare hjälpt dem inom ett eller två av de områden som de hittade i Jakob 1:7–8. Be några elever berätta vad de skrivit. (Påminn dem om att de inte behöver berätta om något som är alltför personligt.)

## Jakob 1:9–2:11

### *Jakob varnar folket i fråga om deras ogudaktighet*

Be eleverna begrunda följande fråga under resten av lektionen:

- Varför varnar kyrkans ledare oss för att synda?

Jakob skrev att folket efter Nephis död i viss mån började ägna sig åt ogudaktiga seder. Be eleverna läsa Jakob 1:15–16 tyst för sig själva. Be dem ta reda på tre områden som Jakob oroade sig för. (Efter att eleverna berättat vad de hittat skriver du orden *omoral, världslighet* och *högmot* på tavlan.)

Be eleverna läsa Jakob 1:17–19 tyst för sig själva och leta efter vad Jakob och Josef gjorde för att hjälpa folket. Be dem berätta vad de kom fram till. Be en elev skriva deras svar på tavlan.

- Vad tror ni det innebär att få ett ”uppdrag från Herren”? (Jakob 1:17.) (Att lära sig vad Herren vill att vi ska göra.)

Be en elev att högt läsa följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum. Be klassen vara uppmärksam på hur kyrkans ledare försöker få sitt uppdrag av Herren när de förbereder sig att undervisa på generalkonferensen:



”Kanske vet ni redan (annars bör ni veta) att med enstaka undantag har ingen man eller kvinna som talar här blivit tilldelad ett ämne. Var och en fastar och ber, studerar och söker, ändrar och skriver om igen tills han eller hon är säker på att deras ämne är det ämne som Herren vill att de ska presentera under den här konferensen, oavsett egna önskemål eller vad de själva skulle föredra ... Alla har gråtit, oroat sig och uppriktigt sökt Herrens vägledning i sina tankar och uttrycksätt” (”Ett baner för hednafolken”, *Liahona*, maj 2011, s. 111).

- Vad gör talare på generalkonferensen för att få sina uppdrag från Herren?
- Varför är det viktigt att veta att kyrkans ledare önskar undervisa oss om det som Herren vill att vi ska veta? Om vi tänkte på det här, hur skulle det kunna påverka vår inställning till det som vi blir undervisade om?
- Vilka ansvar hade Jakob och Josef enligt Jakob 1:19? (När eleverna besvarar frågan förvisar du dig om att de förstår att **prästadömsledare har ett gudagivet ansvar att predika Guds ord och varna för synd**. Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)
- Varför är det en välsignelse att ha föräldrar och kyrkoledare som varnar oss för syndigt uppförande och en syndigt inställning?
- Med vilka ord beskrev Jakob hur de skulle undervisa? Vad skulle bli följderna om de inte fullgjorde sina ansvar?

Be eleverna tänka på hur de skulle känna sig om de i likhet med Jakob var ledare och blev inspirerade att uppmana människor att omvända sig från omoral, världslighet och högmot. Dela upp klassen i par. Be varje par turas om att läsa för varandra ur Jakob 2:1–3, 6–7, 10–11. Be dem hitta uttryck som visar vad Jakob kände inför sin uppgift att kalla människor till omvändelse. När de haft tillräckligt med tid ber du flera elever berätta för klassen vad de funnit.

- Vad säger de här uttrycken om vad Jakob kände inför att kalla sitt folk till omvändelse? (Förvisa dig om att eleverna förstår att även om Jakob tyckte att det var en svår uppgift så utförde han den, eftersom han brydde sig om folket och eftersom han ville lyda Herrens befallningar.)

Avsluta med att låta eleverna skriva i sina skriftdagböcker om 1) vad kyrkans ledare undervisat dem om nyligen och hur de kan tillämpa det i sitt liv eller 2) hur de kan tillämpa det de lärt sig i dag i sina ämbeten i klass- eller kvorumpresidentskap, i sina plikter som hemlärare eller i andra ledaruppgifter. (Skriv gärna de här anvisningarna på tavlan.) Uppmuntra eleverna att följa sina prästadömsledares råd. Bär ditt vittnesbörd om de principer ni talat om under lektionen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Jakob 1:19. "Vi ärade vårt ämbete inför Herren"

President Thomas S. Monson förklarade vad det innebär att ära ett ämbete:

"Vad innebär det att ära en kallelse? Det betyder att höja dess värdighet och dess betydelse, att göra den hedervärd och lovvärd i alla människors ögon, att förstora och stärka den, att låta andra se himlens ljus lysa genom den.

Och hur ärar man en kallelse? Helt enkelt genom att utföra det tjänande som tillhör den. En äldste ärar den kallelse han ordinerats till som äldste genom att lära sig vilka plikter han har som äldste och sedan utföra dem. Som det är för en äldste, är det också för en diakon, en lärare, en präst, en biskop och alla som innehar ett ämbete i prästadömet" ("Det heliga kallet att tjäna", *Liahona*, maj 2005, s. 54).

### Jakob 1:19; 2:2. "Tog på oss ansvaret att låta deras synder komma över våra huvuden"

De som är ledare i kyrkan har ett stort ansvar. Jakob sade att om ledare försummar plikten att predika Guds ord för dem som de kallats att leda är de till viss del ansvariga för deras synder. I ett tal till bröderna i prästadömet sade president John Taylor följande om det ansvar som Jakob beskrev:

"Om ni inte ärar era kallelser, kommer Gud att hålla er ansvariga för dem som ni kanske kunnat rädda, om ni hade gjort er plikt" (*Kyrkans presidenters lärdomar: John Taylor* [2001], s. 164).

President Hugh B. Brown i första presidentskapet sade senare följande om president Taylors uttalande:

"Detta är ett tankeväckande uttalande. Om jag på grund av underlåtenhetssynder eller synder jag begått förlorar det jag skulle kunna haft i livet härefter, måste jag själv lida och utan tvekan mina nära och kära tillsammans med mig. Men om jag misslyckas i mitt uppdrag som biskop, stavsresident, missionsresident eller som en av kyrkans generalauktoriteter – om någon av oss underlåter att undervisa, leda och hjälpa att frälsa dem som vi har ansvar för, kommer Herren att hålla oss ansvariga om de går förlorade till följd av vår underlåtenhet" (Conference Report, okt. 1962, s. 84).

### Jakob 2:8. "Guds behagliga ord ... helar den sårade själen"

Om de som studerar och lär sig evangeliet stöter på ny information som förvirrar eller stör dem, är det bättre att de vänder sig till Gud och frågar honom – han vet allt – än att söka på nätet eller läsa antimormonskt material. Genom att vända oss direkt till Gud för att få svar visar vi vår tro på honom och då kan vi få svar genom den Helige Anden. Vi bör också vända oss till skrifterna och sentida apostlars och profeters ord, som kan besvara svåra frågor och läka sår. Följande skriftställen talar om vart vi bör vända oss och vad vi bör göra när vi brottas med svåra frågor eller när vi oroar oss.

Jakob 2:8 – "Guds behagliga ord ... helar den sårade själen"

Jakobs brev 1:5–6 – "Om någon av er brister i visdom skall han be till Gud ... och han skall få den. Men han skall be i tro."

Moroni 10:5 – "Och genom den Helige Andens kraft kan ni få veta sanningen om allting."

## LEKTION 44

# Jakob 2:12–35

### Inledning

Jakob kallade sitt folk till omvändelse och fullgjorde därmed sitt uppdrag som prästadömsledare. Han varnade dem för högmodets och den sexuella omoralens

synder. Han klargjorde farorna med och följderna av dessa utbredda synder.

## Lektionsförslag

### Jakob 2:12–21

#### *Jakob tillrättarvisar sitt folk för deras högmod*

Skriv följande på tavlan: *pengar, intelligens, vänner, talanger, kunskaper om evangeliet*. Be eleverna tänka på hur Herren välsignat dem inom de här områdena. Uppmuntra dem att när de studerar Jakob 2 då fundera över vad de känner inför de här välsignelserna.

Be en elev läsa Jakob 2:12–13 högt. Be resten av klassen att följa med i texten och ta reda på vad många nephiter sökte efter.

Efter att eleverna berättat vad de funnit framhåller du att Jakob sade åt sitt folk att det var "försynens hand" som hade gett dem rikedomar. Förklara gärna att *försynen* syftar på Gud.

- Varför är det viktigt att vi kommer ihåg att alla våra välsignelser kommer från vår himmelske Fader?
- Varför var många av nephiterna enligt Jakob 2:13 uppblåsta i högmod?

Be en elev högt läsa följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet. Be klassen lyssna efter vad som menas med att vara uppblåst i högmod:



"Högmod är i grund och botten jämförelsens synd, för även om den vanligtvis börjar med: 'Titta så underbar jag är och allt bra jag åstadkommit', så tycks den alltid sluta med: 'Och därför är jag bättre än du' ...

Den här synden kallas 'tack och lov att jag är bättre än du'. Det är i grund och botten att vilja bli beundrad eller avundad. Det är självförhärligandets synd" ("*Högmod och prästadömet*", *Liahona*, nov. 2010, s. 56).

Uppmuntra eleverna att tyst begrunda om de någonsin gjort sig skyldiga till den här synden: att tycka att de är bättre än någon annan.

Be en elev läsa Jakob 2:14–16 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som visar högmodets följder. Be dem berätta vad de upptäckte.

- Varför tror ni högmod kan "förgöra [våra] själar"? (Jakob 2:16.)

Be eleverna läsa Jakob 2:17–21 tyst för sig själva. Be dem leta efter uttryck som lär oss hur vi kan övervinna högmod och en felaktig inställning till materiellt välstånd. Du skulle kunna föreslå för eleverna att de markerar uttrycken de hittar. Efter att de studerat de här verserna ber du dem välja ett av dessa uttryck. Ge flera elever tillfälle att förklara hur uttrycken de valt kan hjälpa oss att övervinna högmod eller en felaktig inställning till materiellt välstånd. (Som del av aktiviteten skulle du också kunna föreslå att eleverna läser följande skriftställen: 1 Kung 3:11–13; Mark 10:17–27; 2 Nephi 26:31; Alma 39:14; L&F 6:7.)

- Vad tror ni det innebär att söka efter Guds rike? Vad tror ni det innebär att få ett hopp i Kristus?
- Om vi söker efter Guds rike och får ett hopp i Kristus, hur tror ni det påverkar vår inställning till rikedom och materiella ägodelar?

Be eleverna fundera över hur de skulle kunna sammanfatta kärnpunkten i Jakob 2:12–21 för en elev som är frånvarande i dag. Ge två eller tre elever tillfälle att berätta vad de skulle säga. Eleverna kanske nämner olika sanna principer. Förvissa dig om att de förstår att **vi bör söka efter Guds rike framför alla andra intressen**. Ge eleverna tillfälle att skriva i

sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om ett sätt på vilket de kan använda de välsignelser och möjligheter som Herren gett dem till att bygga upp Guds rike och bli till välsignelse för andra.

### Att undervisa om kyskhetslagen

Undervisa om kyskhetslagen i vördsam, positiv och otvetydig ton. När du håller dig till lektionsmaterialet och dess anda och följer den Helige Andens maningar kan du hjälpa eleverna förstå det de behöver veta för att lyda kyskhetslagen.

## Jakob 2:22–35

### Jakob tillrättavisar personer som överträtt kyskhetslagen

Skriv följande uttalande av president Ezra Taft Benson på tavlan:

”Denna generations hemsökelse är ...”

Be eleverna fundera över hur president Benson avslutade meningen. Läs därefter följande uttalande:

”Denna generations hemsökelse är sexuell omoral. Om detta sade profeten Joseph Smith att den skulle vara källan till mer frestelser, mer plågor och svårigheter för Israels äldster än någonting annat” (*The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], s. 277).

Be eleverna läsa Jakob 2:22–23, 28 tyst för sig själva och leta efter de ord och uttryck som Jakob använde för att betona att sexuell omoral är en svår synd. (Du kan behöva förklara att ordet *hor* syftar på sexuella synder.) Be eleverna berätta vilka ord och uttryck de hittade.

För att hjälpa eleverna förstå kyskhetslagen läser du följande ur häftet *Vägledning för de unga*. Be eleverna lyssna efter handlingar som de ska undvika.

”Herrens norm när det gäller sexuell renhet är tydlig och oföränderlig. Ha inga sexuella relationer före äktenskapet och var fullständigt trogen mot din make eller maka inom äktenskapet ...

Gör aldrig någonting som kan leda till sexuell överträdelse. Behandla andra med respekt, inte som föremål som ska tillfredsställa ... lusta och ... själviska begär. Före äktenskapet ska du inte kyssa någon passionerat, ligga ovanpå någon annan eller röra vid någon annans privata, heliga kroppsdelar, med eller utan kläder. Gör inte någonting annat som väcker sexuella känslor. Väck inte dessa känslor i din egen kropp” (*Vägledning för unga* [häfte, 2011], s. 35–36).

Berätta att enligt Jakob 2:23–24 försökte somliga på Jakobs tid rättfärdiga sina sexuella synder.

- Hur försöker människor i vår tid rättfärdiga sexuell omoral?
- Vad kan ungdomar exempelvis göra för att inte falla till föga för sexuella frestelser? (I svaren kan ingå: be om kraft, umgås med bra vänner och kamrater, välja sund underhållning och undvika situationer och platser där det är troligt att de blir frestade.)

Framhåll att en av nephiternas synder tycks ha varit otillåtet utövande av månggifte. Be eleverna läsa Jakob 2:27–30 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa kan du behöva förklara att ordet *bihustru* syftar på en kvinna som var lagligt gift med en man men med en lägre ställning än en hustru.

- Vad är ”Herrens ord” enligt Jakob 2:27 i fråga om att ha mer än en hustru? (Förvissa dig om att eleverna förstår att det var Herrens befallning ända från början att en man ska vara gift med en enda hustru. Se också L&F 49:15–16.)

Förklara att månggifte som inte auktoriserats är ett exempel på hor, eller sexuell synd. I Guds ögon är sexuella synder mycket svåra synder.

- När är det tillåtet för Herrens folk att praktisera månggifte, enligt Jakob 2:30? (När Herren befaller det.)

Framhåll att det har funnits tider i historien då Herren befallt sitt folk att praktisera månggifte. Så till exempel praktiserade Abraham och Sara månggifte på Gamla testamentets tid (se 1 Mos 16:1–3; L&F 132:34–35, 37) och även deras sonson Jakob (se L&F 132:37). Det praktiserades även under den återställda kyrkans tidiga dagar och tog sin början med Joseph Smith (se L&F 132:32–33, 53).

För att betona att sexuell omoral har en förödande inverkan på familjer läser du Jakob 2:31–35 högt. Be eleverna följa med i texten och leta efter några av omoralens följder. Framhåll att även om Jakob talar till män så är kyskhetslagen lika viktig för kvinnor.

- Hur påverkas familjer enligt Jakob när en familjemedlem överträder kyskhetslagen? Hur hjälper det här oss att förstå varför det är en sådan svår synd att bryta mot kyskhetslagen?

- Några ungdomar rättfärdigar överträdelser av kyskhetslagen med att det ju inte skadar någon annan. Hur kan någons omoral tänkas påverka andra?

Du skulle kunna avsluta diskussionen om följderna av sexuella synder med att läsa följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum. Be eleverna lyssna efter följderna av sexuell omoral.



”Dessa intima handlingar är förbjudna av Herren utanför äktenskapets varaktiga förbindelse eftersom sådant undergräver hans avsikter. Inom det heliga äktenskapsförbundet är sådana relationer enligt hans plan. När de utövas på annat sätt strider de mot hans vilja. De orsakar allvarlig känslomässig och andlig skada. Även om de inblandade inte inser att detta händer nu, gör de det senare. Sexuell omoral skapar ett hinder för den Helige Andens påverkan med all dess upplyftande, upplysande och kraftgivande förmåga. Den orsakar mäktig fysisk och känslomässig stimulans. Så småningom skapas ett outsläckt begär som driver den felande mot allt allvarligare synder.” (“Att välja rätt”, *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 35).

Be eleverna läsa början av Jakob 2:28 och ta reda på vad Herren gläds åt. (Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar. Förvissa dig om att de förstår att **Herren gläds åt kyskhetslagen**.)

- Om ni tänker på det vi diskuterat i dag, varför tror ni att Herren gläds åt kyskhetslagen?

Fundera på att visa ett fotografi av din familj. Vittna om de välsignelser som du och din familj fått när ni levt efter Herrens kyskhetslag. Betona att fortplantningsförmågan är en underbar gåva från vår himmelske Fader när den används inom de gränser som han har satt. Uppmuntra eleverna att vara rena och obefläckade så att Herren kan ”gläd[as] åt deras kyskhetslagen” (Jakob 2:28).

Ställ gärna följande fråga för att hjälpa eleverna bära vittnesbörd om vikten av att leva efter kyskhetslagen:

- Vad skulle ni kunna säga till någon som påstår att kyskhetslagen är otidsenlig och onödig? (När eleverna besvarar frågan, få dem då att vittna om välsignelsen med att lyda kyskhetslagen och inte bara om faran med att överträda den.)

Tala om för eleverna att du är övertygad om att de kan vara moraliskt rena. Betona att om de har överträtt kyskhetslagen bör de söka hjälp hos biskopen eller grenspresidenten, som kan hjälpa dem att omvända sig och bli rena genom Jesus Kristi försoning.

## Jakob 3–4

## Inledning

I Jakob 3 läser vi slutet av en predikan som Jakob höll för sitt folk. Jakob tröstade de renhjärtade och gav löften till dem. Han tillrättavisade också de högmodiga och okyska och varnade dem för följderna om de inte omvände sig. Jakob 4 innehåller ord som Jakob blev inspirerad att skriva till människor som en dag skulle

läsa hans bok. Han vittnade om Jesu Kristi försoning och uppmanade sina läsare att förlika sig med Gud Fadern genom försoningen. Han yttrade några varningsord om att judar skulle förkasta Jesus Kristus och hans tydliga evangelium.

## Lektionsförslag

## Jakob 3

*Jakob tröstar de renhjärtade och ger dem råd och uppmanar andra att omvända sig*

Be eleverna fundera på vilka råd de skulle ge personer i följande situationer:

1. En ung kvinna strävar efter att leva rättfärdigt men är olycklig över att pappan missbrukar alkohol.
2. En ung man gör sitt bästa att leva efter evangeliet men upplever svårigheter på grund av föräldrarnas skilsmässa.
3. En ung kvinna försöker verkligen älska sin familj men har stora svårigheter att kämpa med på grund av systemens själviskhet och hänsynslösa beteende.

Be eleverna läsa den första meningen i Jakob 3:1 tyst för sig själva. Be dem ta reda på vilka Jakob främst vänder sig till i det här kapitlet.

Berätta att Jakob hade talat till personer som var skyldiga till högmod och sexuella synder. Därefter vände han sig till rättfärdiga personer som led på grund av andras ogudaktighet. Be eleverna läsa Jakob 3:1–2 tyst för sig själva. Be dem leta efter fyra saker som Jakob bad de renhjärtade att göra.

- Vilka fyra saker uppmanade Jakob de renhjärtade att göra? ("Vänd er till Gud med ståndaktigt sinne ... be till honom med överflödande tro ... lyft upp era huvuden och ta emot Guds behagliga ord och mätta er med hans kärlek.") Vad lovade Jakob de renhjärtade om de förblev trofasta? (Tröst i bedrävelser och skydd mot fiender.)
- Vad tror ni att vi kan göra för att få Guds ord?

Förvissa dig i samband med frågan om Jakobs löften till de renhjärtade om att eleverna förstår att **Gud tröstar de renhjärtade i deras bedrävelser**. För att hjälpa eleverna begrunda och tillämpa det här rådet, frågar du:

- Hur har Herren tröstat er?
- Att ni bett med tro, hur har det hjälpt er i era prövningar?
- När har Guds ord hjälpt er att uppleva hans kärlek?

Berätta att efter att Jakob hade talat till de renhjärtade vände han sig på nytt till dem som inte var det.

Be en elev läsa Jakob 3:3–4 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Jakob uppmanade de orena att göra.

- Vad skulle hända om Jakobs folk inte omvände sig?

Framhåll att Jakob sade att lamaniterna vid den här tiden var rättfärdigare än somliga av nephiterna. Be eleverna läsa Jakob 3:5–7 tyst för sig själva och leta efter varför lamaniterna var rättfärdigare än somliga av nephiterna.

- På vilka sätt var lamaniterna rättfärdigare än somliga av nephiterna?

- Vilka principer lär ni er i Jakob 3:7 om familjerelationer? (**Män och hustrur ska älska varandra, och föräldrar ska älska sina barn.**)
- Vad kan till exempel bli följden när familjemedlemmar inte älskar varandra och inte fullgör sina familjeplikter?

Be eleverna läsa Jakob 3:10 tyst för sig själva och leta efter det varningsord som Jakob riktade till de nephitiska fäderna.

- Vilket varningsord riktade Jakob till de nephitiska fäderna?
- Varför tror ni det är viktigt att familjemedlemmar är föredömen för varandra?

Läs Jakob 3:11–12 för eleverna. Du kan behöva förklara att orden "väck era själsförmögenheter" i vers 11 syftar på att vakna i andligt avseende. Orden "otukt och lösaktighet" i Jakob 3:12 syftar på sexuella synder. När du läser de här verserna, betona då de "hemska följder[na]" av sexuella synder. Men påminn också eleverna om Jakobs löfte till de renhjärtade (se Jakob 3:1–2). Hjälpe eleverna förstå att det bästa sättet att få de här utlovade välsignelserna är att alltid vara renhjärtad. Men de som har överträtt kyskhetslagen kan söka hjälp hos sin biskop eller grenspresident, som hjälper dem att omvända sig, bli rena genom Jesu Kristi försoning och få de välsignelser som utlovats de renhjärtade.

## Jakob 4

### *Jakob vittnar om att vi genom Jesu Kristi försoning kan förliskas med Gud*

Före lektionen sätter du upp en liten bild av Jesus Kristus mitt på tavlan. Runtomkring bilden skriver du ord som står för sådant som kan avleda människors uppmärksamhet från Frälsaren och hans evangelium. Du kan till exempel ta med bra saker som utbildning, sport och kamrater, som är viktigt men som inte bör vara det allra viktigaste i vårt liv. Du kan också ta med annat som till exempel pornografi, osund musik och droger, sådant som är skadligt för våra andar och för oss bort från Frälsaren.

Be eleverna slå upp Jakob 4:14. Tala om att den här versen innehåller orden "riktade sina blickar bortom målet". Äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum sade följande om den här versen: "Målet är Kristus" ("Jesus of Nazareth, Savior and King," *Ensign*, dec. 2007, s. 45). Föreslå gärna att eleverna skriver det här uttalandet i sina skrifter bredvid Jakob 4:14.

Be därefter en elev läsa Jakob 4:14–15 högt.

- Vad tror ni menas med att rikta blicken bortom målet? (Att fokusera på någonting annat än Frälsaren och hans evangelium och göra det till det viktigaste i livet.)
- Vilket slags inställning och vilka handlingar hindrade enligt Jakob judarna från att ta emot Jesus Kristus?

Förklara att även om Jakob talade till bestämda judar och om deras synder så kan delar av Jakob 4:14–15 vara tillämpligt på oss själva och tjäna som varning för oss. För att hjälpa eleverna inse det här ställer du följande frågor:

- Varför förkastar människor ibland de "tydliga orden" och söker efter sådant som de inte kan förstå? Vad finns det för faror med att förbise evangeliets enkla sanningar?
- Vad kan vi mer skriva på tavlan som exempel på sådant som avleder uppmärksamheten från Frälsaren och hans evangelium? (Lägg till elevernas svar till listan på tavlan.)

Sudda på tavlan och skriv följande fråga: *Vad kan vi göra för att inte rikta våra blickar bortom målet utan alltid fokusera på Jesus Kristus?*

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *Jakob 4:4–5; Jakob 4:6–7; Jakob 4:8–9; Jakob 4:10; Jakob 4:11–13*. Förklara att i Jakob 4 berättar Jakob om principer som hjälper oss att alltid fokusera på Jesus Kristus. Dela upp eleverna i par och be dem leta efter dessa principer i ett av skriftställena som angetts på tavlan. (Beroende på antalet elever i klassen kan du behöva låta fler än ett par läsa ett och samma skriftställe. Eller också kan du behöva låta ett par läsa mer än ett skriftställe.)

Efter några minuter låter du eleverna berätta vad de har funnit. När de gör det kan du gärna ställa frågor som hjälper dem att verkligen tänka efter vad det är man lär sig i verserna. Följande frågor har ordnats efter tilldelade skriftställe hänvisningar och hjälper dig att leda diskussionen:



- Jakob 4:4–5. Hur har profeternas vittnesbörd hjälpt er att fokusera på Jesus Kristus? Hur har ni blivit styrkta av andras vittnesbörd om Frälsaren? Jakob sade att hans folks efterlevnad av Moses lag "vänd[e] [deras] själar till" Herren. På vilka sätt kan vår strävan att ta emot prästadömsförrättningar och hålla buden vända våra själar till Herren?
- Jakob 4:6–7. Hur hjälper oss profeters uppenbarelser att hoppas och tro på Jesus Kristus? Hur har era vittnesbörd stärkts av personlig uppenbarelse eller av de andliga tecken ni fått? Varför tror ni att det är viktigt att komma ihåg att det är endast genom Herrens nåd som vi kan utföra hans verk?
- Jakob 4:8–9. Varför tror ni att det är viktigt att erkänna att Herrens verk är "stora och förunderliga"? Hur påverkas era vittnesbörd om Frälsaren av hans verk som jordens Skapare? Vad innebär det för er att inte "förakta ... Guds uppenbarelser"? Hur kan vi visa Herren att vi värdesätter de uppenbarelser som han har gett?
- Jakob 4:10. Hur bär man sig åt för att "inte ge Herrens råd, utan ta emot råd ur hans hand"?
- Jakob 4:11–13. Ordet *förlika* innebär att få personer eller saker att harmoniera eller passa ihop (se lektion 35). Hur hjälper försoningen oss att harmoniera eller passa ihop med vår himmelske Fader? Jakob påminde oss om hur viktigt det är att berätta om försoningen. Han sade: "Varför inte tala om Kristi försoning ... ?" Hur kan vi följa den här principen när vi bär vittnesbörd för andra eller när vi har andra tillfällen att berätta om evangeliet? När vi bär vittnesbörd för andra, varför är det då viktigt att vi gör det på ett sådant sätt att andra förstår oss? Hur hjälper Anden oss med det?

Förvissa dig efter diskussionen om att eleverna förstår följande sanning: **Genom Jesu Kristi försoning kan vi vara fyllda av hopp och förlika oss med Gud.**

Ge uttryck åt din tacksamhet för Frälsaren och hans försoning. Vittna om att Jesus Kristus är "målet" som vi ska fokusera på i livet. Avsluta lektionen med att be eleverna fundera på vad de ska göra de närmaste dagarna för att fokusera på Frälsaren. Föreslå gärna att de skriver sina planer i skriftdagboken. Fundera på att be några elever berätta för klassen vad de planerar att göra.

### Repetition av nyckelskriftställen

Repetition hjälper eleverna komma ihåg var nyckelskriftställen står någonstans. Ett sätt att uppmuntra till repetition är att använda kort med nyckelskriftställen (artikelnummer 10549 180; finns även som pdf på [si.lds.org](http://si.lds.org)). Om ni inte har tillgång till korten hjälper du eleverna att göra egna kort, med nyckelord i skriftstället på den ena sidan och hänvisningen på den andra. Dela upp eleverna i par. Låt dem förhöra varandra på korten under några minuter. Den ena eleven kan till exempel läsa nyckelord och den andra avgöra var skriftstället står någonstans. Uppmuntra eleverna att använda korten ofta och förhöra sig själva och varandra.

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra den här aktiviteten i samband med repetitionen av nyckelskriftställen. Ni kan göra aktiviteten i början av lektionen, som ett avbrott i lektionen mellan två huvudavsnitt eller i slutet av lektionen. Aktiviteten bör vara kort så att ni hinner med lektionen. Se tillägget för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

# Hemstudielektion

## 2 Nephi 32–Jakob 4 (Studieavsnitt 9)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 2 Nephi 32–Jakob 4 (Studieavsnitt 9) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (2 Nephi 32)

När eleverna studerade 2 Nephi 32 lärde de sig att när vi mättar oss med Kristi ord ska Kristi ord tillkännage allt vi bör göra. De lärde sig också att när vi alltid ber kan vi göra allt som Herren vill att vi ska göra till våra själars välfärd. Eleverna uppmanades att under ett dygn använda det som de lärt sig om att alltid be.

#### Dag 2 (2 Nephi 33)

I den här lektionen om Nephis sista vittnesbörd lärde sig eleverna att vi väljer att antingen öppna eller stänga våra hjärtan för inspiration från den Helige Anden. De gjorde också en återblick på 1 Nephi och 2 Nephi och valde ett skriftställe som inspirerat dem att göra gott eller att tro på Kristus.

#### Dag 3 (Jakob 1–2)

I lektionen om Jakob 1–2 lärde sig eleverna att prästadömsledare arbetar flitigt för att hjälpa oss komma till Kristus och har ett gudagivet ansvar att predika Guds ord och varna för synd. Genom att studera Jakobs predikan för hans folk lärde sig eleverna att vi bör söka efter Guds rike framför alla andra intressen. De skrev i sina skriftdagböcker om ett sätt på vilket de kan använda de välsignelser och möjligheter som Herren gett dem till att bygga upp Guds rike och bli till välsignelse för andra. De fokuserade också på sanningen att Gud gläds åt alla människors kyskhetslag, både mäns och kvinnors. De blev ombedda att begrunda hur efterlevnad av kyskhetslagen är till välsignelse för familjer och gläder Herren.

#### Dag 4 (Jakob 3–4)

Allteftersom eleverna fortsatte att studera Jakobs predikan lärde de sig att Gud tröstar de renhjärtade i deras bedrövelser. Lektionen fokuserade på följande lärosats: genom Jesu Kristi försoning kan vi vara fyllda av hopp och förlåta oss med Gud. Eleverna skrev om sina personliga skäl att vilja vittna om Jesus Kristus och försoningen.

### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna förstå att Nephi vittnade om Jesu Kristi mission. De får tillfälle att berätta hur Jakobs ord kan hjälpa dem att övervinna högmod och använda de välsignelser som Gud gett dem till att bygga upp hans rike. De får tillfälle att använda de principer och lärosatser de lärde sig i Jakob 2 och diskutera vikten av att lyda Herrens kyskhetslag. De kommer också diskutera sätt att vara vaken för tillfällen att tala om Jesus Kristus och försoningen.

### Lektionsförslag

#### 2 Nephi 32–33

*Nephi råder oss att söka gudomlig ledning genom Jesu Kristi ord*

Inled lektionen med att ställa följande frågor:

- Vilken är en av era favoritsporter- eller sysselsättningar?
- Vilka grundläggande färdigheter måste ni öva ofta för att bli bra på den sporten eller sysselsättningen?
- Vad händer om någon försummar att öva de där grundläggande färdigheterna?

Berätta för klassen att det finns grundläggande handlingar som bjuder in den Helige Anden att ge oss ledning från vår himmelske Fader. Skriv följande uppställning på tavlan eller på ett utdelningsblad.

Bön	Låta sig ledas av den Helige Anden	Skriftstudier
2 Nephi 32:8–9	2 Nephi 32:5; 33:1–2	2 Nephi 32:3; 33:4

Be varje elev att välja en av handlingarna i uppställningen och läsa dithörande skriftställen. Dela upp klassen i par eller små grupper. Be eleverna turas om att berätta hur bön, detta att låta sig ledas av den Helige Anden och skriftstudier har hjälpt dem att få ledning från Gud.

Du skulle kunna be eleverna berätta hur äldste David A. Bednars råd i fråga om befallningen att alltid be har hjälpt dem. Du skulle också kunna fråga dem hur deras böneliv förbättrades genom uppgiften att under ett dygn använda allt det som de lärt sig om att alltid be. (Det här var uppgifter från dag 1.)

#### Jakob 1–2

*Jakob tillrättarvisar sitt folk för deras kärlek till rikedom, högmod och sexuella omoral*

Skriv följande mening på tavlan: *Eftersom några människor har mer (fler, större, högre, bättre) ... än andra kan de frestas att tro att de är bättre än andra.*

Be eleverna föreslå olika ord som skulle kunna avsluta meningen. Tänkbara svar: pengar, rikedomar, musikalisk förmåga, idrottslig förmåga, talanger, utbildning, intelligens, möjligheter till utveckling, kunskap om evangeliet, materiella ägodelar. Be eleverna tyst begrunda om det här påståendet, med något av de ord de föreslagit, någonsin gällt dem själva.

Påminn eleverna om att Jakob älskade sitt folk och lydde Herrens befallningar och att det var därför som han varnade sitt folk för deras svagheter och synder. Be eleverna läsa Jakob 2:12–13 och föreslå olika sätt att avsluta påståendet på tavlan så att det beskriver några av nephiterna på Jakobs tid.

Be eleverna läsa Jakob 2:17–21 och leta efter råd som skulle kunna hjälpa dem att övervinna högmod. (De kanske redan har markerat dessa råd under sina personliga studier.) Be eleverna berätta om några råd de hittat och förklara hur det här rådet skulle kunna hjälpa dem att övervinna högmod.

Förklara att de här verserna undervisar om följande sanning:

**Vi bör söka efter Guds rike framför alla andra intressen.**

Be flera elever berätta om ett sätt på vilket de kan använda de välsignelser och möjligheter som Herren gett dem till att bygga upp Guds rike och bli till välsignelse för andra.

Som inledning på diskussionen om Jakobs undervisning om sexuell renhet ber du eleverna föreställa sig att någon frågat dem varför de tror på att leva efter kyskhetslagen. Be eleverna läsa Jakob 2:28–35 för att få hjälp att besvara den här frågan. Påminn dem gärna om att de lärde sig följande sanning under sina personliga studier: **Herren gläds åt kyskhetslag.** De studerade också följderna av den sexuella omoral som beskrivs i dessa verser. Be eleverna berätta hur de skulle kunna besvara den här frågan utifrån Jakob 2:28–35.

Fråga: Vad är enligt Jakob 2:27 "Herrens ord" i fråga om att ha fler än en hustru? (Förvissa dig om att eleverna förstår att Herren har befallt att en man ska vara gift med en enda hustru.)

Framhåll att det har funnits tider i historien då Herren befallt sitt folk att praktisera månggifte. Så till exempel praktiserade Abraham och Sara månggifte på Gamla testamentets tid (se 1 Mos 16:1–3; L&F 132:34–35, 37) och även deras sonson Jakob (se L&F 132:37). Det praktiserades även under den återställda kyrkans tidiga dagar och tog sin början med Joseph Smith (se L&F 132:32–33, 53). Men 1890 befallde Gud sin profet Wilford Woodruff att man skulle upphöra med detta bruk (se L&F, Officiellt tillkännagivande — 1).

Ge eleverna tid att begrunda hur de val de gör att vara kyska och rena gläder Herren och andra. Be dem förklara hur efterlevnad av kyskhetslagen i nuet blir till välsignelse för dem och deras familjer – nu och i framtiden. Berätta hur efterlevnad av kyskhetslagen varit till välsignelse för dig och din familj.

### Jakob 3–4

**Jakob uppmanar sitt folk att omvända sig och få ett hopp om att de kan återvända till Guds närhet**

Före lektionen sätter du upp en liten bild av Jesus Kristus mitt på tavlan. Runtomkring bilden skriver du ord som står för sådant som kan avleda människors uppmärksamhet från Frälsaren och hans evangelium. Be eleverna slå upp Jakob 4:14. Tala om att den här versen innehåller orden "riktade sina blickar bortom målet". Fråga dem vad ordet "målet" syftar på i den här versen. (Äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum sade följande om den här versen: "Målet är Kristus" ["Jesus of Nazareth, Savior and King," *Ensign*, dec. 2007, s. 45].) Be därefter en elev läsa Jakob 4:14–15 högt.

Fråga: Vad tror ni menas med att rikta blicken bortom målet? (Att fokusera på någonting annat än Frälsaren och hans evangelium och göra det till det viktigaste i livet.)

Be eleverna läsa Jakob 4:4–12 och ta reda på flera olika skäl till att Jakob trodde på Jesus Kristus och varför han tyckte att det var viktigt att berätta för andra om försoningen. Förvissa dig efter diskussionen om att eleverna förstår följande sanning: **Genom Jesu Kristi försoning kan vi vara fyllda av hopp och förlika oss med Gud.**

Ge uttryck åt din tacksamhet för Frälsaren och hans försoning. Vittna om att Jesus Kristus är "målet" som vi ska fokusera på i livet. Avsluta lektionen med att be eleverna fundera på vad de ska göra de närmaste dagarna för att fokusera på Frälsaren.

### Nästa studieavsnitt (Jakob 5 till Omni)

Fråga eleverna: Vad är en antikrist? Hur skulle ni bemöta någon som var antikrist? När ni läser skrifterna i nästa studieavsnitt lägg då märke till vad Jakob sade och gjorde när han konfronterades med Sherem, som var antikrist. Och leta efter de välsignelser som Enos fick därför att han sökte Gud av hela sitt hjärta och bad hela dagen och långt in på kvällen. Var uppmärksamma på varför nephiterna lämnade sitt första arveland och förenade sig med mulekiterna.

## LEKTION 46

# Jakob 5:1–51

### Inledning

När Jakob undervisade sitt folk citerade han profeten Zenos allegori på mässingsplåtarna om de odlade och de vilda olivträden. Jakob använde den här allegorin för att undervisa om att Herren skulle söka frälsa alla

människor – till och med dem bland hans förbundsfolk som hade vänt sig bort från honom. Jakob 5 är ett långt kapitel och är därför uppdelat på två lektioner.

## Lektionsförslag

### Jakob 5:1–14

#### *Jakob citerar Zenos, som liknade Israels hus vid ett odlat olivträd*

Fundera på att börja lektionen med att läsa följande exempel på ungdomar som tvivlar på Herrens villighet att förlåta dem deras synder.

- En ung prästadömsbärare fastnar i en syndig vana. Han tror att andra kan bli förlåtna men tvivlar på att Herren kommer att godta hans omvändelse.
- En ung kvinna överträder ett bud. Hon har skuldkänslor, har förlorat sin självaktning och tvivlar på att Herren fortfarande älskar henne.

Be eleverna begrunda följande fråga men utan att svara högt:

- Har du någonsin undrat över Herrens villighet att förlåta dig dina synder?

Förklara att Jakob profeterade att judarna skulle förkasta Jesus Kristus (se Jakob 4:15). Han undervisade också om att Jesus Kristus skulle fortsätta att arbeta för sitt folks frälsning till och med efter att de förkastat honom (se Jakob 4:17–18). För att belysa det här citerade Jakob en allegori av profeten Zenos. En allegori använder symboliska figurer, föremål och handlingar för att undervisa om en viss sanning. När eleverna studerar den här allegorin får de djupare insikt om Jesu Kristi villighet att hjälpa dem som vänt sig bort från honom.

Be en elev läsa Jakob 5:1–2 högt, och be klassen vara uppmärksam på vem det var Zenos talade till (Israels hus). Du kan behöva förklara att när den gammaltestamentlige profeten Jakob slöt förbund med Herren så sade Herren att han hädanefter skulle heta Israel. Uttrycket "Israels hus" syftar på Jakobs efterkommande och alla som blivit döpta och slutit förbund med Herren.

- Vem i den här klassen tillhör Israels hus? (Du kan behöva förklara att alla döpta medlemmar i kyrkan tillhör Israels hus. De är en del av allegorin i Jakob 5.)

Be en elev läsa Jakob 5:3 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Zenos använde i sin allegori för att beteckna Israels hus. Efter att eleverna berättat vad de upptäckt förklarar du att olivträd var mycket värdefulla i det forntida Israel, där Zenos bodde. Olivträdet frukt var en viktig del av kosten, och man använde olivolja i matlagningen och som medicin och som bränsle till lampor. Olivträden krävde stor omsorg och mycket arbete för att de skulle bära god frukt. Framhåll att det odlade olivträdet i den här allegorin står i en vingård, som föreställer världen.

- Vad började hända med det odlade olivträdet enligt Jakob 5:3? Vad symboliserar det här att trädet murknade? (Uppmuntra eleverna att ta fotnot 3d till hjälp.)
- Vad menas med att avfalla? (Att vända sig bort från Herren och hans evangelium.)

Be eleverna läsa Jakob 5:4–6 tyst för sig själva. Be dem fundera över vem vingårdens mästare är och vad detta att han beskärde, grävde och gav näring kan symbolisera. Låt dem sedan berätta vad de tror att de här symbolerna står för. (Du kan behöva hjälpa dem förstå att vingårdens mästare står för Jesus Kristus. Detta att beskära, gräva och ge näring symboliserar Herrens bemödanden att hjälpa oss att få försoningens välsignelser och profeternas bemödanden att undervisa folket och kalla dem till omvändelse.)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum: "Allegorin som Jakob återgav är från början avsedd att handla om Kristus ... När vingårdens mästare och hans arbetare strävar efter att stötta, beskära, rena och på annat sätt få sina träd fruktbara i vad som är en historisk översikt på ett kapitel av Israels skingring och insamling, så är det försoningen som ligger till grund för och omsluter deras arbete" (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 165).

För att hjälpa eleverna förstå hur den här allegorin visar Herrens omsorg om dem berättar du att de kan sätta sina namn i stället för olivträd. Illustrera detta genom att använda följande exempel ur Jakob 5:7: "Det skulle smärta mig att förlora [namn]." Tala om att när vi sätter in våra namn i Jakob 5 på meningsfulla och lämpliga ställen kan vi få djupare insikt om Herrens omsorg om oss.

Visa följande uppställning. Förklara att den listar vad symbolerna betyder i Zenos allegori. (Gör ett utdelningsblad med uppställningen eller låt eleverna skriva av den i sina skriftdagböcker.)

Jakob 5: Allegorin om de odlade och de vilda olivträden	
Symbol	Tänkbar betydelse
Odlad olivträd	Israels hus, Guds förbundsfolk
Vingården	Världen
Murknande	Synd och avfall
Vingårdens Herre och mästare	Jesus Kristus
Beskära, gräva, ge näring	Herrens bemödanden att hjälpa människor att få hans försonings välsignelser
Tjänaren till vingårdens mästare	Herrens profeter
Grenar	Grupper av människor
Vilt olivträd	Icke-judar – de som inte slutit förbund med Herren. Senare i allegorin förvildas de odlade olivträden, och de symboliserar delar av Israels hus som avfaller.
Inympning och plantering av grenar	Herrens förbundsfolks skingring och insamling. Inympningen av vilda grenar i det odlade olivträdet symboliserar också deras omvändelse som blir del av Herrens förbundsfolk.
Bränna grenar	Guds straffdomar över de ogudaktiga
Frukt	Människors liv och gärningar

Be en elev läsa Jakob 5:7, 9–10 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad vingårdens mästare gjorde för att rädda det odlade olivträdet. Låt eleverna berätta vad de upptäckte. (Du kan behöva förklara att ympning är att plantera in en trädgren på ett annat träd. Ympningen i de här verserna står för Herrens bemödanden att hjälpa icke-judar bli del av hans förbundsfolk genom dop och omvändelse. Brännandet av grenar symboliserar Herrens straffdomar över de ogudaktigaste i Israels hus.)

Be en elev läsa Jakob 5:11 högt. Be klassen vara uppmärksam på tecken på mästarens omsorg om det odlade olivträdet rötter. Låt eleverna berätta vad de upptäckte.

Påminn eleverna om att Jakob 5:6 säger att det odlade olivträdet hade börjat få unga och späda grenar. Be en elev läsa Jakob 5:8, 13–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad mästaren gjorde med de grenarna. Du skulle också kunna be dem fundera över hur Lehis familjs färd till det utlovade landet är ett exempel på mästarens åtgärder i Jakob 5:8, 13–14.

## Jakob 5:15–40

### *Vingårdens mästare och hans tjänare arbetar för att få vingården att bära god frukt*

Dela upp klassen i två grupper. Be den första gruppen att studera Jakob 5:15–28 och den andra gruppen Jakob 5:29–40. Be eleverna göra följande när de studerar (skriv gärna instruktionerna på tavlan):

1. Sammanfatta vad som hände i vingården och vad det kan tänkas symbolisera.
2. Hitta uttryck som visar vingårdens mästars bemödanden att bevara det odlade (eller naturliga) olivträdet och dess grenar.

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att studera sina verser ber du dem sammanfatta vad som hände i vingården och förklara vad det kan tänkas symbolisera. Börja med eleverna som studerade Jakob 5:15–28. Nedan finns exempel på sammanfattningar och tolkningar.

Jakob 5:15–28. Vad hände: Alla grenar som blivit ympade bar god frukt. Men en gren bar både odlad frukt och vild frukt trots att den hade blivit planterad i en bördig del av vingården. Vad det här kan symbolisera: Den goda eller odlade frukten i en stor del av vingården symboliserar rättfärdigheten på jorden på Kristi och hans apostlars tid. Den gren som bar både odlad frukt och vild frukt symboliserar Lehis rättfärdiga och ogudaktiga efterkommande.

Jakob 5:29–40. Vad hände: All frukt i vingården hade blivit fördärvad. Vad det här kan symbolisera: Att all frukt hade blivit fördärvad symboliserar det stora avfallet under vilket Jesu Kristi evangeliums fullhet gick förlorad på jorden efter Kristi apostlars jordiska verksamhet.

Efter att båda grupperna berättat om sammanfattningarna frågar du:

- Vilka uttryck visar mästarens bemödanden att bevara det odlade olivträdet och dess grenar? Vad säger detta om Herrens känslor för sitt förbundsfolk?
- Vad har ni lärt er om Jesus Kristus, vingårdens mästare, under vår diskussion av allegorin? (Eleverna bör framför allt förstå att **Herren älskar oss och arbetar flitigt för vår frälsning.**)
- Vad har den här allegorin att göra med exemplen i början av lektionen på två ungdomar som undrade över Herrens villighet att förlåta dem deras synder?

## Jakob 5:41–51

### *Mästaren sörjer över sin vingård*

Be flera elever turas om att läsa högt ur Jakob 5:41–42, 46–50. (Framhåll gärna att orden "trädens höjd i vingården" i Jakob 5:48 kan syfta på högmod.) Be klassen vara uppmärksam på uttryck som visar mästarens kärlek till sin vingård och omsorg om den och hans sorg när träden inte bär god frukt. Be eleverna berätta om ord och uttryck i de här verserna som känns särskilt meningsfulla och varför de gör det. Efter att eleverna berättat frågar du klassen:

- Mästarens omsorg om sin vingård, hur symboliserar den Herrens kärlek till oss?
- Vad finns det för exempel i skrifterna eller i ert liv som visar att Herren fortsätter att älska och bry sig om människor till och med efter att de vänt sig bort från honom?

Avsluta med att påminna eleverna om att mästaren övervägde att hugga ner alla träd i vingården eftersom frukten på dem alla hade blivit fördärvad trots allt han hade gjort (se Jakob 5:49).

- Tror ni att mästaren kommer att ge upp hoppet om sin vingård? Varför eller varför inte?

Efter att eleverna besvarat frågan läser du Jakob 5:51 för klassen. Vittna om att Herren älskar oss och visar stor barmhärtighet och stort tålamod när han arbetar för att hjälpa oss att komma till honom och göra rättfärdiga gärningar. Berätta att ni under nästa lektion ska tala om mästarens sista bemödanden att rädda sin vingård.

# Jakob 5:52–77; Jakob 6

## Inledning

I förra lektionen började eleverna studera Zenos allegori om de odlade och de vilda olivträden. I den här lektionen studerar de den avslutande delen av allegorin i vilken vingårdens mästare för sista gången arbetar

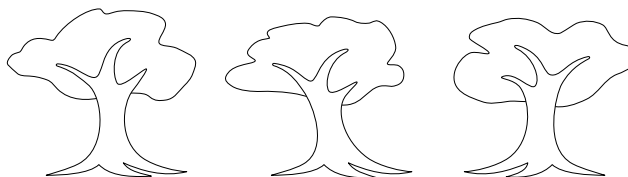
tillsammans med sina tjänare för att få träden att bära god frukt. De studerar också Jakob 6 där Jakob utlägger allegorin och uppmanar sitt folk att omvända sig.

## Lektionsförslag

### Jakob 5:52–60

*I allegorin om de odlade och de vilda olivträden räddar vingårdens mästare träden och hjälper dem att bära god frukt*

Rita tre träd på tavlan före lektionen.



### Låt elever arbeta två och två

Genom att arbeta två och två får elever tillfälle att "undervisa varandra om rikets lära" (L&F 88:77). Ta hänsyn till eleverna när du beslutar vilka elever som ska ingå i ett par så att det verkligen blir till hjälp för dem och inte distraherar.

Påminn eleverna om att de under förra lektionen började studera Zenos allegori om de odlade och de vilda olivträden i Jakob 5. I slutet av den lektionen bar alla träd i vingården vild frukt (se Jakob 5:30–42). Det här symboliserade det stora avfallet.

Dela upp klassen i par och låt dem repetera det de lärde sig under förra lektionen. Låt varje par diskutera hur de skulle avsluta följande meningar (skriv dem gärna på tavlan):

1. Tjänaren till vingårdens mästare symboliserar ...
2. Vingårdens mästars strävan att rädda sina träd symboliserar ...
3. En sak jag lärde mig om Jesus Kristus av det vingårdens mästare sade eller gjorde är att ...
4. Efter att alla träd och all frukt i vingården blivit fördärvade beslöt sig mästaren för att ...

Efter att alla par diskuterat dessa meningar diskuterar ni dem kortfattat som klass. När eleverna berättar hur de avslutade de två första meningarna förvissas du dig om att de förstår att vingårdens mästare står för Jesus Kristus och att hans strävan att rädda sina träd symboliserar Frälsarens strävan att hjälpa sitt folk återvända till honom. Eleverna får möjlighet att komma med personliga synpunkter när de avslutar den tredje meningen. Låt eleverna jämföra hur de avslutade den fjärde meningen med orden i Jakob 5:51, där det står att mästaren beslöt sig för att skona vingården "ännu en liten tid".

Tala om att dagens lektion omfattar den sista delen av allegorin, som behandlar de sista dagarna, bland annat evangeliets återställelse.

Framhåll att vingårdens mästare beslutade sig för att rädda vingården genom att ympa in fler grenar. Be flera elever turas om att läsa högt ur Jakob 5:52–58. Be klassen vara uppmärksam på vad mästaren gjorde för att stärka rötterna och grenarna. (Hjälpa eleverna förstå att mästaren tog grenar från naturliga träd och ympade in dem i ursprungsträdet – trädet som symboliserade Israels hus. Sedan tog han grenar från det trädet och ympade in dem i andra naturliga träd. De beskaste grenarna kastade han i elden. Du kan använda träden på tavlan för att illustrera den här förklaringen. Du kan till exempel suddas bort en gren från ett träd och rita en ny gren på ett annat.)

Be en elev läsa Jakob 5:59 högt. Be klassen lyssna efter vad vingårdens mästare hoppades att de här åtgärderna skulle åstadkomma.

- Vad hoppades mästaren skulle hända med rötterna? (Han ville att de skulle "bli starka".)

Påminn eleverna om att vid den här tidpunkten bar alla träd dålig frukt. Det symboliserade att hela världen hade avfallit. Förklara att allteftersom rötterna skulle bli starka, skulle grenarna i hela vingården förändras "så att de goda [kunde] ta överhanden över de dåliga" (Jakob 5:59).

Förvissa dig om att eleverna förstår att de här verserna undervisar om att **den påverkan som utgår från evangeliets förbund gör det möjligt för vår himmelske Faders barn att övervinna synd och frambringa rättfärdighet.**

- På vilka sätt kan evangeliets förbund stärka oss? Hur har ert liv påverkats av era förbund? (Berätta gärna vad du själv känner inför den här principen och bär ditt vittnesbörd om den.)

## Jakob 5:61–77

### *Vingårdens mästare arbetar i vingården tillsammans med sina tjänare*

Be eleverna läsa Jakob 5:61–62 tyst för sig själva och leta efter vad vingårdens mästare instruerade sina tjänare att göra och varför han bad dem göra det.

- Tjänaren i början av allegorin står för Herrens profeter. Vilka kan tjänarna i Jakob 5:61 tänkas stå för? (Hjälp eleverna förstå att dessa tjänare kan stå för alla medlemmar i kyrkan: profeter och apostlar, generalauktoriteter och lokala ledare, missionärer, hemlärare, besökslärare och alla som deltar i Herrens verk.)
- Vad är anmärkningsvärt med orden *vi*, *vår* och *oss* i Jakob 5:61–62? (Herren arbetar tillsammans med oss. Vi måste inte göra arbetet på egen hand.)
- Vad är enligt Jakob 5:62 så särskilt med den tid då de här tjänarna blev kallade? (Det var "sista gången" mästaren skulle beskära vingården. Profeter har betecknat denna "sista gång" som "när tiden var fullbordad", som "tidernas fullbordans utdelning". Se till exempel Efesierbrevet 1:10 och L&F 128:20.)



För att hjälpa eleverna förstå hur den här delen av allegorin gäller dem, ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Dean L. Larsen i de sjuttios kворum:

"Det är under denna tid som Herren och hans tjänare utför det stora slutliga arbetet att föra sanningens budskap till alla jordens folk och att insamla det forntida Israels avkomlingar vilka förlorat sin sanna identitet ...

Ni har kommit till jorden när grunden lagts för detta stora verk. Evangeliet har återställts för sista gången. Kyrkan har upprättats i nästan varje del av världen. Allt är klart för de avslutande dramatiska scenerna. Ni är huvudrollsinnehavarna. Ni är bland de sista arbetarna i vingården ... Detta är det tjänande som ni utvalts till" (se "Ett konungsligt släkte", *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 60).

- Hur påverkar det er att ni vet att ni blivit kallade att tjäna tillsammans med Herren under den här sista arbetsperioden?
- När har ni känt att Herren arbetat vid er sida när ni deltagit i hans verk?
- Vilka möjligheter har ni att tjäna Herren och hjälpa andra bära "god frukt"? (Eleverna nämner kanske sina ämbeten och uppgifter i kyrkan, ansvaret att hjälpa familjemedlemmar, vänner och andra att komma Frälsaren närmare och tillfället de får att tjäna Herren som heltidsmissionärer.)

Skriv *Jakob 5:70–75* på tavlan. Inled de här verserna med att förklara att de undervisar om förhållandet mellan Herren och hans tjänare. De beskriver också vad Herren och hans tjänare kan utföra genom att arbeta tillsammans. Be eleverna läsa verserna tyst för sig själva och välja en vers som de tycker bäst beskriver Herrens förhållande till sina tjänare. Efter att de haft tid att läsa ber du några elever berätta vilken vers de valde och varför de tyckte om den och hur den kan hjälpa dem när de tjänar Herren.

När eleverna deltar i den här aktiviteten förvissas du dig om att de förstår att **Herren lovar glädje när vi arbetar tillsammans med honom för att fullborda hans verk.** Fundera på att ställa följande frågor för att hjälpa eleverna få djupare insikt i Jakob 5:70–75:

- Vad lovade vingårdens mästare dem som arbetade tillsammans med honom? (Se Jakob 5:71, 75.) När har ni känt glädje i Herrens verk?



- Varför är det viktigt att tjänarna arbetade "av all sin kraft" och "med all iver"? (Se Jakob 5:72, 74.) Vad lär ni er av de här uttrycken när det gäller er tjänst hos Herren?

Avsluta den här delen av lektionen med att be eleverna att i sina skriftdagböcker eller studentteckningsböcker besvara följande fråga (skriv den gärna på tavlan):

- När du tänker igenom vilka möjligheter du har att tjäna Herren, hur kommer du då att tillämpa sanningarna som vi diskuterat i Jakob 5?

Efter att eleverna haft tillräcklig med tid att skriva skulle du kunna be en eller två av dem att läsa upp det de skrivit.

## Jakob 6

### *Jakob undervisar om Herrens barmhärtighet och rättvisa och uppmanar sitt folk att omvända sig*

Introducera Jakob 6 genom att förklara att den innehåller Jakobs sammanfattning av viktiga sanningar i allegorin om de odlade och de vilda olivträden.

Be en elev läsa Jakob 6:4–6 högt. Be hälften av klassen vara uppmärksam på vad Jakob ville att hans folk skulle lära sig om Herren. (Att han kommer ihåg sitt folk, att han "håller sig till [dem]" och att hans "barmhärtighets armar är utsträckta mot [dem]".) Be den andra hälften vara uppmärksam på vad Jakob uppmanade sitt folk att göra till följd av den här kunskapen. (Att inte förhärda sina hjärtan, att omvända sig, att komma till Herren "med helhjärtat uppsåt" och att "hålla [sig] till Gud som han håller sig till [dem]".) Efter att eleverna berättat för klassen vad de lärt sig, frågar du:

- Hur beskrev Jakob Herren? Vad innebär det för er att "hans barmhärtighets armar är utsträckta mot er"?
- Vad lärde ni er om Herren i allegorin om olivträden som visar hur han håller sig till er? Vad kan ni göra för att visa att ni håller er till Herren?

Sammanfatta Jakob 6:7–10 genom att tala om att efter att "hela dagen lång ha fått näring genom Guds goda ord" bör vi inte bära dålig frukt. Vi bör hörsamma profeternas ord. Jakob varnade och sade att om vi inte omvänder oss så kommer vi att hållas ansvariga för våra synder inför Herrens domarskrank. Be eleverna läsa Jakob 6:11–13 tyst för sig själva och leta efter Jakobs sista råd. Efter att de berättat vad de hittat, frågar du:

- Varför är det klokt att välja att omvända sig och förbereda sig nu att en dag stå inför Herren för att dömas av honom?

Försäkra att **vi gör klokt i att redan nu förbereda oss för domen genom att omvända oss och ta emot Herrens barmhärtighet.**

Avsluta lektionen med att betona att omvändelse inte bara förbereder oss för domen utan också för att kunna tjäna Herren nu. Vittna för eleverna att Herren vill att de ska tjäna honom och finna glädje tillsammans med honom och att de är värdiga att göra det när de håller hans bud, omvänder sig och tar emot hans barmhärtighet.

## Ytterligare undervisningsförslag

### Jakob 5. Dvd-presentation

Visa gärna det sista avsnittet av dvd-presentationen "Liknelsen om olivträdet" när du håller lektion 47.

Den finns på dvd:n *Mormons bok: DVD-presentationer 1–19*. Du skulle kunna visa det här avsnittet under andra delen av lektionen, efter uttalandet av äldste Dean L. Larsen.

## Jakob 7

## Inledning

Jakob förtröstade på Herren och på sitt orubbliga vittnesbörd när han bemötte Sherem, som var antikrist, och hans falska föreställningar och argument. Han hämtade framför allt kraft från tidigare upplevelser som hade stärkt hans tro på Jesus Kristus. Han förtröstade också på den Helige Andens ledning, på sin insikt i skrifterna och profeternas ord och på sitt vittnesbörd

om Jesus Kristus. Gud slog Sherem när han krävde ett tecken som skulle bekräfta Jakobs ord. Jakob avslutade sin uppteckning med att beskriva hur nephiterna förtröstade på Herren när de befäste sig mot lamaniterna. Innan Jakob dog anförtrödde han Nephis mindre plåtar åt sin son Enos.

## Lektionsförslag

## Jakob 7:1–14

*Jakob förtröstar på Herren när han möter Sherem, som var antikrist*

Före klassen skriver du följande uttalande på tavlan av äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum (ur "Kristligt mod: Lärjungeskapets pris", *Liahona*, nov. 2008, s. 72):

*"En av de stora prövningarna här i jordelivet är när vår tro ifrågasätts eller kritiseras" (äldste Robert D. Hales).*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när någon ifrågasatte eller kritiserade deras tro. Be flera av dem berätta hur de kände sig. Skildra gärna en egen upplevelse.

Berätta att Jakob 7 skildrar Jakobs möte med Sherem, som var antikrist. (Läs gärna följande definition av ordet antikrist för eleverna: "Allt och alla som förfalskar evangeliets sanna frälsningsplan och som öppet eller i hemlighet motarbetar Kristus" [Handledning för skriftstudier, "Antikrist"].) Sherem sökte upp Jakob för att ifrågasätta hans tro.

Be eleverna läsa Jakob 7:1–5 tyst för sig själva. Be dem ta reda på 1) vad Sherem försökte göra och 2) hur han försökte uppnå sitt syfte. När eleverna läst färdigt ber du dem beskriva vad de lärt sig om Sherem. Ställ gärna några av följande frågor för att stimulera till diskussion:

- Vilket inflytande hade Sherem på folket?
- Vad läser ni i Jakob 7:1–5 som påminner er om tillfällen när andra har ifrågasatt eller kritiserat er tro? (Under diskussionens gång kan du behöva klargöra att inte alla som ifrågasätter eller kritiserar vår tro har samma motiv som Sherem. Även om det finns några som i likhet med Sherem medvetet försöker omintetgöra vår tro så finns det också andra som kanske ifrågasätter vår tro därför att de är nyfikna eller därför att de fått felaktiga upplysningar om den.)
- Varför är det ibland svårt att försvara vår tro mot sådana som Sherem?

Skriv följande skriftställe hänvisningar och utsagor på tavlan. (Skriv dem gärna före lektionen för att spara tid. Du kan också skriva dem på ett utdelningsblad.)

1. Jakob 7:5      a) Vittnade om skrifterna och profeternas ord.
2. Jakob 7:8      b) Lämnade utgången i Guds hand.
3. Jakob 7:10–11      c) Förtröstade på den Helige Andens ledning och styrka.
4. Jakob 7:12      d) Kom ihåg tidigare erfarenheter som hade stärkt hans tro.
5. Jakob 7:13–14      e) Bar det vittnesbörd han hade fått genom den Helige Anden.

Förklara att verserna i den här listan beskriver Jakobs reaktion när Sherem ifrågasatte hans tro. Utsagorna till höger beskriver Jakobs reaktion men står inte i ordningsföljd och behöver paras ihop med motsvarande verser. Be flera elever turas om att läsa högt ur Jakob

**Be elever berätta om sina upplevelser**

När elever berättar om inspirerande upplevelser inbjuder detta Herrens ande till klassrummet. När elever hör kamrater berätta om sina upplevelser och bära vittnesbörd, då stärks deras egna vittnesbörd och de lär sig nya sätt att tillämpa evangeliets principer. Det räcker vanligen att låta en till tre elever berätta om sina upplevelser. Undvik att be samma elever berätta varje dag. Försök att få med alla.

7:5–14. Be dem göra en kort paus efter varje skriftställe på tavlan. Be eleverna para ihop varje skriftställe med motsvarande utsaga. Du skulle kunna be en elev komma fram till tavlan och dra linjer från skriftställe hänvisningarna till motsvarande utsagor. (Svar: 1-d; 2-c; 3-a; 4-e; 5-b.)

När eleverna gjort uppgiften frågar du:

- Vilka principer finner ni i verserna som vi just läste?

Om ingen nämner det, förvissas du dig om att eleverna förstår att **när vi förtröstar på Herren kan vi övervinna angrepp mot vår tro**. (Skriv gärna den här principen på tavlan.)

Förklara att Jakobs svar till Sherem är ett exempel som vi kan följa när vi bemöter dem som ifrågasätter eller kritiserar vår tro.

Uppföljningsfrågorna nedan är avsedda att få eleverna att fundera över vad Jakob gjorde som visar att han förtröstade på Herren. Genom att besvara dessa frågor får eleverna tillfälle att berätta och vittna om hur liknande handlingar hjälpt dem när andra ifrågasatt deras tro. Det hjälper dem också att lära sig hur de på ett lämpligt sätt ska bemöta angrepp mot sin tro i framtiden. Eftersom det förmodligen finns fler frågor än ni har tid att ta upp under lektionen väljer du bara några av dem. När du gör det, sök då den Helige Andens ledning, och kom ihåg upplevelserna som eleverna berättade om i början av lektionen. Du skulle också kunna fråga eleverna vilken av Jakobs handlingar som de skulle vilja diskutera.

- Vad hade Jakob upplevt tidigare som gett honom en orubblig tro? (Se Jakob 7:5.)
- Vilka upplevelser har stärkt er tro? (Ge gärna eleverna tid att begrunda den här frågan innan de svarar. Försäkra dem att de inte behöver berätta om upplevelser som är alltför personliga.) När man ifrågasätter eller kritiserar er tro, hur kan det då vara till hjälp att komma ihåg de här upplevelserna?
- När har den Helige Anden hjälpt er att bemöta frågor eller kritik som rör er tro? (Se Jakob 7:8.)
- Om ni har vanan att studera skrifterna och de sentida profeternas ord dagligen, hur kan det hjälpa er när andra ifrågasätter eller kritiserar er tro? (Se Jakob 7:10–11.)
- När har ni burit vittnesbörd för någon som ifrågasatt eller kritiserat er tro? (Se Jakob 7:12.) Vad blev resultatet?
- När Sherem krävde ett tecken, varför var det då klokt av Jakob att lämna utgången i Herrens hand snarare än att själv försöka bevisa att hans vittnesbörd var sanningsenligt? (Se Jakob 7:14.) Hur hjälper det er att ni vet att ni inte behöver bevisa att era vittnesbörd är sanningsenliga för dem som ifrågasätter er tro?

### Ställ uppföljningsfrågor

När du ställer uppföljningsfrågor ger detta eleverna möjlighet att tala om vad de lärt sig, att fördjupa sin insikt och att fundera över hur evangeliets sanningar relaterar till dem själva. Men undvik att skynda dig igenom en lång lista med uppföljningsfrågor. Det är vanligtvis bättre att ställa några få frågor och ge eleverna tid att tänka efter.

## Jakob 7:15–27

*Efter att Herren har slagit Sherem bekänner denne sina synder, vittnar om sanningen och dör sedan, och detta får den nephitiska folkmängden att vända tillbaka till Herren*

Läs följande uttalande av äldste Robert D. Hales:

”Under årens lopp lär vi oss att protester mot vår tro inte är något nytt, och de kommer troligtvis inte att försvinna på länge. Men *Kristi sanna lärjungar ser möjligheter mitt i motståndet* ...

Lyckligtvis känner Herren deras hjärtan som anklagar oss och vet hur vi bäst kan bemöta dem. *När sanna lärjungar söker vägledning från Anden får de skraddarsydd inspiration vid varje tillfälle.* Och vid varje tillfälle reagerar sanna lärjungar på ett sådant sätt som inbjuder Herrens Ande” (“Kristligt mod: Lärjungeskapets pris”, s. 72–73; kursivering i originalet).

- Vad tror ni menas med att “[se] möjligheter mitt i motståndet”? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då förstå att om vi bemöter kritik mot vår tro på ett sätt som inbjuder Herrens ande, då kan detta leda till något gott.)

Dela upp eleverna i par. Låt varje par läsa Jakob 7:15–23 och leta efter om Jakobs möte med Sherem ledde till något gott. När de läst färdigt ber du några elever berätta vad de hittade. Fundera på att ställa några av följande frågor för att hjälpa eleverna analysera de här verserna:

- Vad tyder på att Jakob hoppades att mötet med Sherem skulle hjälpa andra? (Se Jakob 7:22. Hjälp eleverna förstå att Jakob hade bett för den nephitiska folkmängd som bevittnade Sherems bekännelse och död.)
- Hur påverkades folkmängden till sist enligt Jakob 7:23 av Jakobs möte med Sherem?
- Vilka sanningar lär vi oss av följden av Jakobs möte med Sherem? (Eleverna kan komma med olika svar på den här frågan. Några kanske nämner nedanstående principer.)

**Alla profeter vittnar om Jesus Kristus.**

**När vi bemöter kritik mot vår tro på ett sätt som inbjuder Anden kan vi hjälpa andra att vända sig till Herren.**

**Profeter hjälper oss att känna igen och övervinna Satans bedrägliga list.**

**De som gör uppror mot Gud och aktivt predikar mot sanningen får stå till svars för sina handlingar.**

**Att utforska skrifterna hjälper oss att inte bli bedragna.**

När eleverna nämner dessa och liknande principer fundera då på att ställa uppföljningsfrågor för att hjälpa dem tillämpa principerna i livet.

- Hur hjälper det er om ni lever efter den här principen?
- Hur hjälper er kunskapen om den här principen att hjälpa andra?
- Hur skulle ni kunna tillämpa den här principen i ert liv?

Be eleverna besvara följande fråga i sina skriftdagböcker:

- Vad är något du kommer börja göra (eller fortsätta att göra) för att vara beredd den dag någon angriper din tro?

Bär ditt vittnesbörd att vi kan övervinna angrepp mot vår tro när vi följer Jakobs exempel och förtrostar på Herren.

### Återblick på Jakobs bok

Hjälp eleverna göra en återblick på Jakobs bok. Be dem tänka på vad de har lärt sig av den här boken, både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Vid behov uppmunt-  
rar du dem att ögna igenom bokens sju kapitel för att hjälpa dem att komma ihåg vad de studerat. Be dem göra sig beredda att berätta om något hos Jakob eller något i hans skrifter som gjort intryck på dem. Du skulle kunna påminna dem om att Jakob föddes i vildmarken i landet Ymnighet (nära Röda havet) och att han dog i Nephis land. Han fick en välsignelse av Lehi (se 2 Nephi 2:1–4) och såg Frälsaren (se 2 Nephi 11:3). Hans äldre bror Nephi tog med några av hans predikningar på de mindre plåtarna (se 2 Nephi 6–10). När de haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever delge sina tankar och känslor. Fundera på att bära ditt vittnesbörd om hur Jakobs exempel och undervisning varit till välsignelse i ditt liv.

## INLEDNING TILL

# Enos bok

### Varför studera den här boken?

Enos bok belyser den kraft som Jesu Kristi försoning har att rena människor från synd och hela dem. Enos kämpade inför Gud i mäktig bön innan han fick förlåtelse för sina synder. Han bad sedan för nephiternas och lamaniternas andliga välfärd, och han tillbringade resten av sitt liv med att arbeta för deras frälsning. När eleverna studerar Enos bok får de viktig kunskap om bön, omvändelse och uppenbarelse. De lär sig också att när människor får försoningens välsignelser får de en önskan att dela med sig av dem till andra.

### Vem skrev den här boken?

Enos skrev den, en son till Jakob och en sonson till Lehi och Sariah. Enos skrev att hans far hade undervisat honom "i Herrens fostran och förmaning" (Enos 1:1). Mot slutet av sitt liv skrev Enos att han i alla sina dagar hade förkunnat "den sanning som är i Kristus" (Enos 1:26). Innan han dog överlämnade han de mindre plåtarna till sin son Jarom (se Jarom 1:1). Enos avslutade sin uppteckning med att säga att han fröjdade sig över den dag när han skulle stå inför sin Återlösare. Han sade: "Då skall jag se hans ansikte med välbehag, och han skall säga till mig: Kom till mig, du välsignade, det finns en plats beredd åt dig i min Faders boningar" (Enos 1:27).

### För vem skrevs den här boken och varför?

När Enos fick de mindre plåtarna av sin far lovade han att han bara skulle inrista det som han ansåg vara av störst värde,

som heliga predikningar, uppenbarelser och profetior (se Jakob 1:1–4; 7:27). Enos visste att hans folk, nephiterna, en dag skulle förgöras. Han bad att Herren skulle bevara en uppteckning om nephiterna "så att den någon gång i framtiden kan föras fram till lamaniterna så att de kanske kan ledas till frälsning" (Enos 1:13).

### När och var skrevs den?

Enos avslutade uppteckningen med att skriva att 179 år hade förflutit sedan Lehi lämnade Jerusalem (se Enos 1:25). Det här innebär att boken skrevs under tidsperioden 544 f.Kr. (då Jakob avslutade sin uppteckning) och 421 f.Kr. Enos skrev den när han bodde i Nephis land.

### Vad kännetecknar den här boken?

Enos bok ger ett mönster för hur människor kan få Jesu Kristi försonings välsignelser och dela med sig av dessa välsignelser till andra. För det första, Enos blev undervisad om Jesu Kristi evangelium (se Enos 1:1, 3). För det andra, han insåg att han behövde Frälsaren och bad om förlåtelse (se Enos 1:2–4). För det tredje, efter att ha fått förlåtelse för sina synder bad han och arbetade flitigt för att leda andra till frälsning (se Enos 1:5–27). Det här mönstret återkommer i hela Mormons bok. Till exempel när det gällde Alma (se Mosiah 17:1–2; 18:1–2), Alma den yngre och Mosiahs söner (se Mosiah 27–28) och Lamoni och hans folk (se Alma 18–19).

Dessutom är Enos bok den första bok som i detalj beskriver de ogudaktiga förhållandena bland Lamans och Lemuels

efterkommande (se Enos 1:20). Den nämner också att det fanns en "stor mängd profeter" bland nephiterna och att större delen av nephiterna var "ett styvnackat folk" som behövde ständig väckelse "för att [bevaras] i Herrens fruktan" (Enos 1:22–23).

### Översikt

**Enos 1:1–8** Enos ber om förlåtelse för sina synder och blir förlåten tack vare sin tro på Jesus Kristus.

**Enos 1:9–18** Enos ber för nephiterna och lamaniterna och ber att Herren ska bevara nephiternas uppteckningar.

**Enos 1:19–24** Enos beskriver lamaniternas ogudaktighet och skriver att nephiterna var ett styvnackat folk. Han och andra profeter arbetar ständigt för deras frälsning.

**Enos 1:25–27** Enos avslutar sin uppteckning och skriver om den visshet han har fått genom sin Återlösare att han ska få evigt liv.

## LEKTION 49

# Enos

### Inledning

Efter att ha begrundat sin fars ord bad Enos om och fick förlåtelse för sina synder. Han bad sedan för

nephiternas och lamaniternas andliga välfärd och tillbringade sitt liv med att arbeta för deras frälsning.

### Lektionsförslag

#### Enos 1:1–8

Efter att ha begrundat sin fars ord ber Enos om och får förlåtelse för sina synder

Skriv orden *min själ hungrade* på tavlan. Be eleverna tänka på ett tillfälle när de var mycket hungriga.

- Vilka ord skulle ni använda för att beskriva hur det känns att vara hungrig? (Eleverna kanske beskriver hunger som tomhet, smärta, svaghet eller en önskan att bli mättad.)
- Vad kan någon tänkas mena med uttrycket "min själ hungrade"? (Tomhet, smärta eller svaghet i andligt avseende eller en önskan att bli mättad andligen.)

Be eleverna tänka på ett tillfälle då deras själar hungrade. Berätta att de i dag ska studera en persons upplevelser vars själ hungrade. Visa bilden Enos ber (62604 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 72).

- Vad vet ni om personen på bilden? (Om eleverna inte vet vem det är förklarar du att det föreställer Enos, som var son till Jakob och sonson till Lehi och Sariah. Åt honom anförtroddes de mindre plåtarna kort före hans fars död [se Jakob 7:27].)

Be en elev läsa Enos 1:1, 3 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Jakob hade påverkat Enos. Be några elever berätta för klassen vad de upptäckte.

Visa följande uppställning på tavlan. (För att spara tid skulle du kunna skriva den före lektionen.) Uppställningen är avsedd att hjälpa elevgrupper fokusera på olika detaljer i Enos upplevelse när de studerar Enos 1:2–8.

Vad Enos önskade	Vad Enos gjorde	Följder av det Enos gjorde
Enos 1:2	Enos 1:2	Enos 1:5
Enos 1:3	Enos 1:4	Enos 1:6
	Enos 1:8	Enos 1:8

Berätta att när Enos tänkte på det som hans far hade undervisat om, fick han andliga känslor som fick honom att göra vissa saker, som i sin tur fick vissa följder i hans liv.

Dela upp klassen i tre grupper. Läs Enos 1:2–8 högt. Låt grupp ett vara uppmärksam på uttryck som visar vad Enos önskade. Låt grupp två vara uppmärksam på vad Enos gjorde. Låt grupp tre vara uppmärksam på följderna av Enos önskningar och handlingar. (Framhåll att verserna i uppställningen innehåller upplysningar för varje grupps uppgift.)

Efter att du läst Enos 1:2–8 ber du eleverna i grupp ett att berätta om de uttryck de fann i fråga om Enos önskningar. Låt dem skriva dem på tavlan. Du kanske skulle kunna uppmuntra eleverna att markera dessa skriftställen i sina skrifter. Eleverna kanske nämner uttryck som "förlåtelse för mina synder", "evigt liv" och "de heligas glädje".

Efter att första spalten blivit ifylld ber du klassen ögna igenom början av Enos 1:4. Be dem ta reda på vad Enos upplevde när hans fars ord "om evigt liv och de heligas glädje sjönk in djupt i [hans] hjärta" (Enos 1:3). Eleverna bör lägga märke till uttrycket "och min själ hungrade". (Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det här uttrycket i sina skrifter.)

- Att ägna eftertanke åt en profets undervisning om evigt liv och de heligas glädje, hur tror ni att det skulle kunna få någons själ att hungra? (Det kan hjälpa honom eller henne



#### Finna detaljer i långa skriftställen

Några elever känner att det överstiger deras förmåga när de blir ombudade att finna många detaljer i långa skriftställen. För att hjälpa de här eleverna delar du upp klassen i flera grupper. Be varje grupp att leta efter en särskild detalj i ett långt skriftställe. Det här hjälper eleverna fokusera på huvudtankar när de läser. Det ger dem också tillfälle att undervisa varandra om viktiga detaljer som de upptäcker i skrifterna.

att önska att bli värdig att få vara hos Herren och önska den lycka som efterlevnad av evangeliet ger.)

Framhåll att Enos också ville få förlåtelse för sina synder. Förklara att uttrycket "min själ hungrade" kan tyda på en känsla av andlig tomhet till följd av synd. Det kan också tyda på en stark önskan att vilja komma Gud närmare och lära av honom.

- Varför får synden oss att känna andlig tomhet? (Synden får den Helige Anden att dra sig bort från oss och då känner vi inte samma närhet till Herren.)

För att hjälpa eleverna relatera Enos upplevelse till sig själva ber du dem att tyst fundera över om de också känner den andliga hunger som Enos beskrev.

För att hjälpa klassen förstå vad Enos gjorde för att stilla sin andliga hunger ber du eleverna i grupp två berätta om vad de hittade och att skriva svaren på tavlan. I svaren bör ingå: "kamp ... inför Gud", "ropade till honom i mäktig bön" och "[utövade] tro på Kristus".

- Hur kan uttrycket "kamp ... inför Gud" tänkas beskriva någons strävan att få syndernas förlåtelse? (Den här kampen vittnar om Enos ansträngningar att visa vår himmelske Fader att han hade en uppriktig önskan och var villig att omvända sig genom att göra nödvändiga förändringar i sitt liv.) Varför är *kamp* ett bra ord för att beskriva vår strävan att omvända oss?
- Vad finns det för bevis i Enos 1:4 för att Enos var uppriktig när han ville få förlåtelse för sina synder? (Du kan behöva hjälpa eleverna förstå att *vädjan* innebär att be ödmjukt och enträget.)
- På vilka sätt kan vi visa vår uppriktighet när vi söker förlåtelse för våra synder hos Herren? (Påpeka gärna att våra böner kanske inte behöver vara lika långa som Enos böner, men de måste vara uppriktiga.)

För att hjälpa klassen förstå följderna av det Enos gjorde, ber du eleverna i grupp tre berätta om vad de hittade och att skriva svaren på tavlan. I svaren bör ingå: "dina synder är dig förlåtna", "min skuld var utplånad" och "din tro har helat dig". (Förklara gärna att detta att bli helad innebär att bli botad eller renad från synd.)

- Vad var det enligt Enos 1:7–8 som gjorde det möjligt för Enos att bli förlåten och helad? (Hans tro på Jesus Kristus.)
- Vad lär vi oss av Enos skildring om vad som krävs för att vi ska få förlåtelse för våra synder? (När eleverna besvarar frågan, förvissa dig då om att de förstår att **när vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi få förlåtelse för våra synder och bli helade.**) Varför måste vi utöva tro på Jesus Kristus för att få dessa välsignelser? (Jesus Kristus sonade våra synder. Det är bara genom hans försoning som vi kan bli helade.)
- Hur visste Enos att han hade blivit förlåten, enligt Enos 1:5–6? (Framhåll gärna att den röst som nämns i Enos 1:5 var en röst som kom till Enos sinne [se Enos 1:10].)
- Hur vet man att man fått förlåtelse för sina synder?

I samband med att ni diskuterar den frågan läser du följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:

"När vi en gång verkligen har omvänt oss, tar Kristus bort vår syndaskulds börda. Vi kan för egen del få veta att vi fått förlåtelse och gjorts rena. Den Helige Anden bekräftar detta för oss. Han är Helgaren. Inget vittnesbörd om förlåtelse är större än detta" ("Återvänd med säkerhet", *Liahona*, maj 2007, s. 101).

- Varför är det till stor hjälp att veta att Kristus tar bort vår syndaskulds börda när vi en gång verkligen har omvänt oss?

Be eleverna tyst för sig själva begrunda följande frågor:

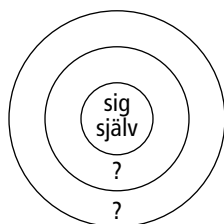
- När har du känt att Herren förlåtit dig dina synder?
- Hur utövade du tro på Jesu Kristi försoning?
- Hur visste du att du blivit förlåten?
- Har du upplevt Herrens förlåtelse nyligen?

Vitna om att vi får förlåtelse när vi utövar tro på Jesus Kristus och verkligen omvänder oss från våra synder. Tack vare Frälsaren kan vår skuld bli utplånad och vi bli helade.

## Enos 1:9–27

### Enos ber för nephiternas och lamaniternas andliga välfärd och arbetar flitigt för deras frälsning

Rita följande figur på tavlan. Berätta att efter att Enos hade bätt för egen del utökade han sina böner till att också omfatta andras välfärd. Dela upp eleverna i par. Be eleverna i varje par turas om att högt läsa ur Enos 1:9–14. Be dem ta reda på vilka två grupper Enos bad för och vad han bad om i vardera fallet. När eleverna berättar vad de hittat lägger du till orden *nephiter* och *lamaniter* i stället för frågetecknen i figuren.



- Vad hade lamaniterna enligt Enos 1:14 för avsikter i fråga om nephiterna?
- Vad lär vi oss om Enos med tanke på hans bön för lamaniterna?

Läs följande uttalande av president Howard W. Hunter. Be eleverna lyssna efter vilket samband det har med Enos upplevelse.

”Varje gång vi erfar försoningens välsignelser i vårt liv kan vi inte undgå att känna omtanke om andra människors välfärd ...

En viktig indikator på ens personliga omvändelse är önskan att dela med sig av evangeliet till andra” (*The Teachings of Howard W. Hunter*, sammanst. av Clyde J. Williams [1997], s. 248–249).

- Vad har det här uttalandet för samband med Enos upplevelse? (Enos visade att **när vi upplever Jesu Kristi försonings välsignelser, försöker vi hjälpa andra att få frälsning**. Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här principen i sina skrifter.)

Be eleverna studera Enos 1:12, 15–20 tyst för sig själva och leta efter vad Enos visade när det gällde förhållandet mellan bön, tro och flit.

- Vad tror ni menas med att be i tro?
- Hur visade Enos iver både när han bad och efter att han bätt, enligt Enos 1:12, 19–20?
- Vad kan vi lära oss om bön av Enos exempel? (Eleverna bör förstå att **Herren besvarar våra böner i enlighet med vår tro och iver**.)

För att hjälpa eleverna fundera på hur de kan följa Enos exempel skriver du följande meningar på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna välja en mening och besvara den i sina skriftdagböcker.

1. *Precis som Enos önskar jag få förlåtelse för mina synder. Jag ska visa Herren att jag önskar det uppriktigt genom att ...*
2. *Precis som Enos önskar jag hjälpa min familj och mina vänner att komma till Kristus. En person som jag ska försöka hjälpa är ... Jag ska försöka hjälpa den här personen genom att ...*
3. *Enos bad för lamaniterna, som betraktades som hans fiender. I likhet med Enos vill jag visa Herrens kärlek mot dem som är ovänliga mot mig. Ett sätt som jag ska göra det på är ...*

Efter att eleverna slutat skriva ber du en elev läsa Enos 1:26–27. Be klassen vara uppmärksam på bevis för glädjen som Enos kände på grund av sina ansträngningar. Efter att eleverna berättat vad de upptäckt uppmuntrar du dem att utföra det som de skrivit i sina skriftdagböcker. Vittna om att när vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi uppleva förlåtelse och glädje, och vi får en större önskan att hjälpa andra att komma till Kristus.



# Jaroms bok

### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar Jaroms bok ser de att Gud håller sitt löfte att välsigna dem som håller hans bud. De får också kunskap om nephitiska kungars, profeters, lärares och prästers strävan på Jaroms tid att hjälpa folket att omvända sig och undgå förintelse.

### Vem skrev den här boken?

Enos son Jarom skrev den här boken. Liksom sin far – och liksom sin farfar Jakob och farfars far Lehi – hade Jarom profetians och uppenbarelsens ande (se Jarom 1:2). Efter att ha avslutat sin uppteckning lämnade han över plåtarna till sin son Omni.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Jarom sade att han skrev "enligt befallningen från [sin] far, Enos, så att [deras] släktuppteckningar [kunde] bevaras" (Jarom 1:1). Han sade också att hans uppteckning "skrivits i avsikt att vara till nytta för [hans] bröder lamaniterna" (Jarom 1:2; se också Enos 1:13–18). Jarom tog inte med egna profetior och uppenbarelsen eftersom han tyckte att

hans fäder redan hade "uppenbarat frälsningsplanen" utförligt (Jarom 1:2). I stället beskrev han de nephitiska ledarnas verksamhet. Dessa ledare "var mäktiga män i tron på Herren" (Jarom 1:7) som ständigt uppmanade folket att omvända sig och hålla buden (se Jarom 1:3–5, 10–12). Jarom gjorde iakttagelsen att när folket valde att följa sina rättfärdiga ledares råd så hade de framgång och kunde befästa sig mot lamaniterna. Han vittnade och sade: "De ord besannades som Herren talade till våra fäder, då han sade: I den mån som ni håller mina bud skall ni få framgång i landet" (Jarom 1:9; se också 1 Nephi 2:19–20).

### När och var skrevs den?

Jaroms bok omspänner cirka 59 år, från omkring 420 f.Kr. till 361 f.Kr. (se Enos 1:25; Jarom 1:13). Den skrevs i Nephis land.

### Vad kännetecknar den här boken?

Jaroms bok är den kortaste boken i Mormons bok. Den innehåller detaljer om den nephitiska civilisationens tillväxt och säger att de "förökade [sig] storligen och spred

ut [sig] över landets yta" (Jarom 1:8). De hade värdefulla tillgångar, de var skickliga i att arbeta med trä och metall och uppförde byggnader, tillverkade maskiner, verktyg och vapen (se Jarom 1:8).

### Översikt

**Jarom 1:1–2** Jarom tar emot plåtarna och förklarar sin avsikt med att skriva.

**Jarom 1:3–12** Jarom skriver att Herrens löfte att välsigna nephiterna och låta dem få framgång uppfylldes när de höll hans bud. Han vittnar om Frälsarens makt att frälsa människor från synd till och med innan han föddes till världen, vilket gör det möjligt för människor att "tro på hans ankomst som om han redan kommit" (Jarom 1:11).

**Jarom 1:13–15** Jarom skriver att uppteckningen av kriget mellan nephiter och lamaniter fördes på Nephis större plåtar. Han lämnar över de mindre plåtarna till sin son Omni.

## INLEDNING TILL

# Omnis bok

### Varför studera den här boken?

Genom att studera Omnis bok lär sig eleverna att Herren beskyddade de nephiter som var rättfärdiga och förde dem till Zarahemlas land (se Omni 1:7, 12–13). De får också läsa om andra grupper – mulekiterna (eller Zarahemlas folk) och Jarediterna – som Herren förde till det utlovade landet.

### Vem skrev den här boken?

Omnis bok skrevs av fem olika män: Omni, Amaron, Chemish, Abinadom och Amaleki. Omni var son till Jarom och sonsons sonson till Lehi och Sariah. Han beskrev sig själv som en "ogudaktig man" som "inte hållit Herrens ... befallningar" (Omni 1:2). Amaron (Omnis son), Chemish (Amarons bror) och Abinadom (Chemishs son) lade var och en till några korta ord. Abinadoms son Amaleki skrev större delen av Omnis bok och var den siste som skrev på Nephis mindre plåtar. Han anförtrodde plåtarna åt kung Benjamin.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Omni sade att han blev "befalld av [sin] far, Jarom, att [han] skulle skriva ... för att bevara [deras] släktuppteckningar" (Omni 1:1). Det här tyder på att Omni skrev för sina efterkommandes skull. De

tre författare som kommer efter honom i Omnis bok vänder sig inte till någon särskild grupp, inte heller anger de någon särskild avsikt med att de skriver. Men Amalekis uppmaning till alla människor "att komma till Kristus ... och ta del av hans frälsning" (Omni 1:26) vittnar om att han var mån om allas frälsning som skulle läsa hans ord.

### När och var skrevs den?

De olika författarna till Omnis bok skrev någon gång mellan 361 f.Kr. och 130 f.Kr. De fyra första författarna skrev i Nephis land. Amaleki gjorde sin uppteckning i Zarahemlas land.

### Vad kännetecknar den här boken?

Omnis bok är den sista boken på Nephis mindre plåtar. Den sträcker sig över en längre tidsperiod än någon annan bok på de mindre plåtarna. I hela Mormons bok finns det bara två böcker som omspannar en längre tidsperiod än Omnis bok – 4 Nephi och Ethers bok.

Omnis bok innehåller också detaljer om den förste kung Mosiahs regeringstid. Han var far till kung Benjamin och farfar till den andre kung Mosiah. Den förste kung Mosiah förde rättfärdiga nephiter ut ur Nephis land. De förenades senare

med Zarahemlas folk (se Omni 1:12–23). Omnis bok berättar att Herren förde Zarahemlas folk (även kallade mulekiter) från Jerusalem till det utlovade landet inte långt efter att Lehi och hans familj hade lämnat Jerusalem (se Omni 1:15).

Omni är den första bok i Mormons bok som nämner Jarediterna. Den nämner också att några nephiter lämnade Zarahemla för att återvända till Nephis land och förebådar därmed de händelser som skildras i Mosiah 7–24. Omnis bok introducerar kung Benjamin och förklarar varför Amaleki anförtrodde de heliga uppteckningarna åt honom (se Omni 1:25).

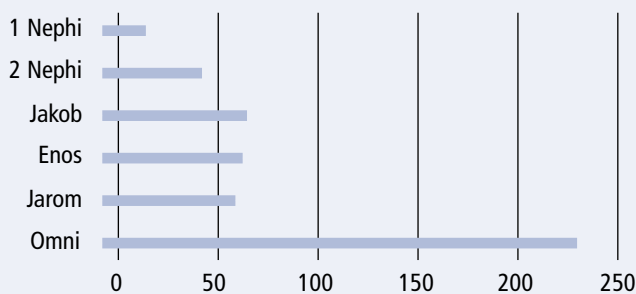
### Översikt

**Omni 1:1–3** Omni beskriver perioder av fred och krig mellan nephiter och lamaniter.

**Omni 1:4–11** Amaron, Chemish och Abinadom skriver på Nephis mindre plåtar. Vid den här tiden hade nephiterna avfallit.

**Omni 1:12–30** Amaleki skriver om viktiga händelser som ägde rum under kung Mosiahs och under kung Benjamins regering. Han uppmanar alla att komma till Kristus.

Ungefärligt antal år som varje bok på de mindre plåtarna omspannar



# Jarom och Omni

## Inledning

Jaroms bok och Omnis bok avslutar Nephis mindre plåtar. Jarom fick plåtarna av sin far Enos och förde en uppteckning av nephiternas kamp och välsignelser under en period av cirka 60 år. Han lämnade sedan över de mindre plåtarna till sin son Omni. Omnis bok

innehåller fem olika nephitiska författares skrifter och omspänner ungefär 230 år. Amaleki, den sista författaren i Omnis bok, avslutar sin uppteckning med följande uppmaning: "[Kom] till Kristus ... och frambär hela er själ som ett offer åt honom" (Omni 1:26).

### Visa bilder av kyrkans ledare

Genom att visa bilder av kyrkans ledare när du undervisar om deras ord hjälper du eleverna att känna igen dem som Herren kallat till profeter, siare och uppenbarare. Det gör deras ord intressantare för eleverna. Om du planerar att använda ett uttalande från en generalkonferens, fundera då på om ni inte ska titta eller lyssna på en fil som finns på LDS.org.

## Lektionsförslag

### Jarom 1:1–15

#### Jarom beskriver hur nephiterna hade framgång när de höll Herrens bud

Läs följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet. Visa om möjligt en bild av president Uchtdorf när du läser:

"Jag minns då jag förberedde mig för min utbildning till stridsflygare. En hel del av vår förberedande militärutbildning bestod av fysisk träning. Jag är fortfarande inte helt säker på varför ändlös löpning ansågs vara en så viktig förberedelse inför att bli pilot. Men vi sprang och vi sprang och vi sprang lite till.

När jag sprang började jag lägga märke till något som uppriktigt sagt oroade mig. Om och om igen blev jag omsprungen av män som rökte, drack och gjorde allt möjligt som stred mot evangeliet, och i synnerhet mot visdomsordet.

Jag minns att jag tänkte: 'Vänta lite nu! Är det inte meningen att jag ska kunna springa och inte bli trött?' Men jag *var* trött, och jag blev omsprungen av människor som definitivt inte levde efter visdomsordet. Jag medger att det oroade mig då. Jag frågade mig själv: 'Var löftet sant eller inte?' ("Fortsätt i tålmod", *Liahona*, maj 2010, s. 58.)

Be eleverna fundera på om de också känt på det viset och undrat om eller hur Herren skulle uppfylla sitt löfte att välsigna dem för att de håller hans bud.

Skriv ordet *besanna* på tavlan och be eleverna förklara vad ordet betyder (påvisa riktigheten av något). Berätta att Jarom, som var son till Enos, använde ordet *besannades* när han skrev om ett löfte som getts till hans förfäder. Be eleverna läsa Jarom 1:9 tyst för sig själva och leta efter det Herrens löfte som besannades. (Föreslå gärna att eleverna markerar det här löftet i sina skrifter.) Förvissa dig om att eleverna hittat löftet som lyder: "I den mån som ni håller mina bud skall ni få framgång i landet."

Skriv följande skriftställe hänvisningar och frågor på tavlan. (För att spara tid kan du gärna skriva dem på tavlan före lektionen.)

Jarom 1:4–5, 8	Vad är några exempel på hur nephiterna lydde och hur de blev välsignade?
Jarom 1:7, 10–12	Hur hjälpte ledare och profeter nephiterna att lyda och ha framgång?
Omni 1:5–7	Hur besannades senare Guds löfte på ett annat sätt?

Dela upp eleverna i grupper på tre personer. Låt en elev i varje grupp få en av skriftställe hänvisningarna på tavlan. Be dem läsa dessa skriftställen tyst för sig själva och leta efter svar på den dithörande frågan. Låt därefter varje person i gruppen få en eller två minuter att sammanfatta vad han eller hon har läst och att besvara frågan de fått. Be en eller två elever att för hela klassen sammanfatta en sanning de lärt sig genom att studera och diskutera dessa skriftställen. När eleverna gör sina sammanfattningar, förvissa dig då om att de förstår att **när vi håller Guds bud får vi framgång**.

- Om ni tänker på det ni lärt er av nephiternas erfarenheter, hur välsignar Gud dem som håller hans bud?

För att betona den här principen påminner du klassen om att president Uchtdorf undrade om Herrens löfte i visdomsordet skulle besannas. Läs därefter resten av hans uttalande:

”Svaret kom inte omedelbart. Men slutligen lärde jag mig att Guds löften inte alltid infrias lika snabbt eller på samma sätt som vi kanske hoppas – de infrias i enlighet med hans tidsplan och hans sätt. Flera år senare kunde jag se klara bevis på de timliga välsignelser som ges till dem som lyder visdomsordet – förutom de andliga välsignelser som omedelbart kommer när vi lyder en av Guds lagar. När jag ser tillbaka är jag övertygad om att Herrens löften, även om de kanske inte alltid är snabba, alltid är säkra” (“Fortsätt i tålmod”, s. 58).

Be eleverna begrunda följande frågor:

- När har Herren välsignat dig eller hjälpt dig att ha framgång därför att du håller hans bud? Vad kan du bära för vittnesbörd om Herren och hans löften med tanke på vad du upplevt?

## Omni 1:1–30

### *Upptecknare skildrar den nephitiska historien*

Inled Omnis bok med att berätta att den skrevs av avkomlingar till Jarom och omspanner ungefär 230 år. Be eleverna ögna igenom Omnis bok och hitta namnen på dem som förde de mindre plåtarna efter Jaroms död. För att hjälpa eleverna hitta namnen snabbt skulle du kunna ge dem följande skriftställe hänvisningar: Omni 1:1, 4, 8, 10, 12, 25.

Berätta att Omnis bok beskriver flera viktiga händelser i Mormons boks folks historia. Den talar om Zarahemlas folk (även kallade mulekiter) och Coriantumr (den sista Jarediten) och berättar om hur nephiterna vandrade till Zarahemla och förenade sig med mulekiterna. Be gärna eleverna titta på den kronologiska översikten på bokmärket till Mormons bok (art. nr 32336 180) och hjälp dem hitta nephiternas och mulekiternas förenande. Be dem också hitta namnet Coriantumr på bokmärket under rubriken ”jarediter”.

Rita av kartan i boken på tavlan men utan pilarna. Uppmuntra eleverna att rita av kartan i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.

Påminn eleverna om att på Nephis tid lämnade nephiterna lamaniterna och slog sig ner på en plats som de kallade Nephis land. Rita en pil från deras första arveland till Nephis land. Be eleverna läsa Omni 1:12–13 tyst för sig själva och ta reda på hur det kom sig att nephiterna slog sig ner i Zarahemlas land. När eleverna berättar vad de hittat ritar du en pil från Nephis land till Zarahemlas land. Framhåll att budskapet i Omni 1:12–13 är att **Herren vägleder de rättfärdiga**.

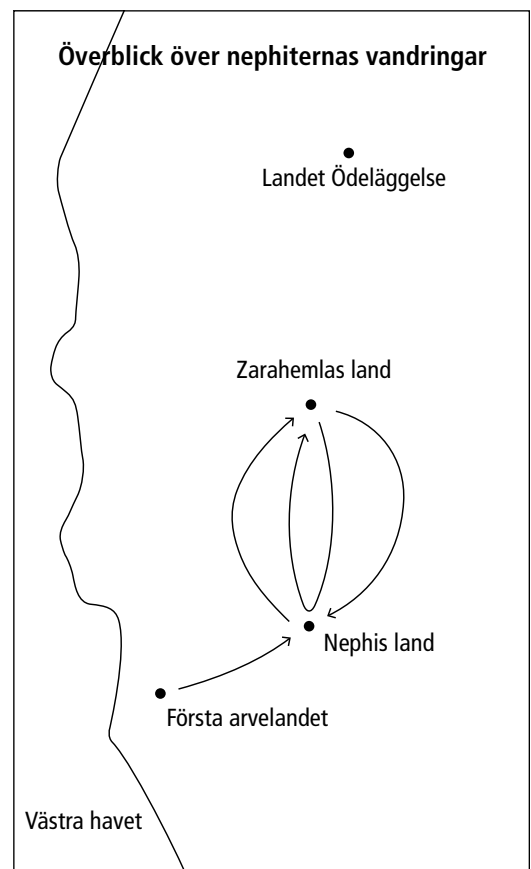
Be en elev läsa Omni 1:14–19 högt. Be klassen vara uppmärksam på likheter och olikheter mellan nephiterna och det folk de fann i Zarahemlas land. Be några elever berätta vad de upptäckte.

Sammanfatta Omni 1:20–22 genom att berätta att Zarahemlas folk stötte på Coriantumr, som var en av de två sista överlevande från den undergångna Jareditiska civilisationen (den andre var profeten Ether). Peka ut landet Ödeläggelse på kartan och tala om att det var den plats i landet norrut där Jarediternas ”ben låg kringspredda” efter att folket hade utplånats (Omni 1:22). Berätta för eleverna att de får veta mer om Jarediterna när de studerar Ethers bok. Uppmuntra gärna eleverna att skriva *Jarediter* i sina skrifter bredvid Omni 1:20–22.

Rita en pil från Zarahemlas land till Nephis land och tillbaka. Rita en annan pil från Zarahemlas land till Nephis land men bara i en enda riktning. Be eleverna förklara vad de här två pilarna står för. Behöver de hjälp, sammanfattar du Omni 1:27–30 och förklarar att två grupper från Zarahemla försökte återvända till Nephis land. Den första gruppen misslyckades och återvände till Zarahemla. När Amaleki avslutade sin uppteckning skrev han att han inte visste något om deras vidare öden. Berätta för eleverna att de kommer att läsa om den här gruppen, Zeniffs folk, när de studerar Mosiahs bok. Uppmuntra gärna eleverna att skriva *Zeniffs folk* i sina skrifter bredvid Omni 1:29–30.

### **Fokusera på läror och principer**

Även om historiska och geografiska fakta kan vara viktiga när du undervisar för att eleverna ska se skrifterna i sitt sammanhang, bör lektionerna fokuseras på att hjälpa eleverna att urskilja, förstå och tillämpa läror och principer i evangeliet. Försumma inte läran i Omnis bok genom att lägga ner för mycket tid på historia och geografi.



Förklara att Mormons bok inte hävdar att den är en uppteckning av alla folk som bebodde den amerikanska kontinenten i forna dagar. Förutom Jarediterna, mulekiterna och Lehis grupp kom sannolikt även andra grupper till den amerikanska kontinenten.

Berätta att Amaleki i slutet av sin uppteckning kommer med en viktig uppmaning till dem skulle läsa hans ord. Be eleverna läsa Amalekis uppmaning i Omni 1:25–26 tyst för sig själva och leta efter en tanke som han upprepade tre gånger. (Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar.)

- Vad innebär det för er att komma till Kristus?

Framhåll att när Amaleki uppmanade oss att komma till Kristus så rådde han oss samtidigt att göra vissa saker. Skriv följande på tavlan:

*Kom till Kristus och ...*

Låt eleverna läsa Omni 1:25–26 igen. Be flera av dem att avsluta meningen på tavlan med hjälp av uttryck i de här verserna.

- Hur blir vi enligt Omni 1:26 välsignade om vi gör de här sakerna? (Hjälp eleverna förstå att **om vi kommer till Kristus och håller ut intill änden blir vi frälsta**. Skriv gärna den här principen på tavlan.)

Be eleverna välja ett av uttrycken på tavlan. Be dem skriva eller göra ett utkast till ett kort tal i sina skriftdagböcker som de skulle kunna hålla på sakramentsmötet om hur de kan komma till Kristus på det sättet. Kom med förslaget att följande skulle kunna ingå i deras tal: 1) läsa Omni 1:25–26 och med egna ord förklara uttrycket de valt, 2) läsa andra skriftställen som klargör uttrycket, 3) berätta om en upplevelse som de själva eller vänner och bekanta haft som har att göra med uttrycket eller 4) delge tankar och känslor och bära vittnesbörd. (Skriv gärna de här förslagen på tavlan eller på ett utdelningsblad eller läs dem högt så att eleverna kan skriva dem i sina skriftdagböcker.)

Låt eleverna få sex till sju minuter på sig att förbereda sina tal. Be flera elever hålla dem inför klassen. (Om tiden är knapp skulle du kunna be några att hålla talen i början av nästa lektion eller vid klassinledningar i framtiden. Du skulle också kunna uppmuntra dem att hålla talen i samband med familjens hemmakväll eller framföra tankarna i dem i ett samtal med familjemedlemmar eller vänner.) Avsluta med att bära ditt vittnesbörd att om vi kommer till Kristus och håller ut intill änden så blir vi frälsta.

### Repetition av nyckelskriftställen

Ge eleverna några nya nyckelskriftställen. Gör det genom att skriva flera skriftställe hänvisningar på tavlan och be eleverna leta reda på och läsa dem i sina skrifter. Du skulle också kunna uppmuntra eleverna att markera dem på ett sådant sätt att de hittar dem lätt. För att hjälpa eleverna komma ihåg skriftställe hänvisningarna och nyckelord i skriftställen skulle du kunna göra en skriftställe jakt, vilket beskrivs i tillägget i slutet av den här handledningen.

*Obs:* Använd gärna den här aktiviteten en annan gång när ni har mer tid på er.

# Hemstudielektion

## Jakob 5–Omni (Studieavsnitt 10)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Jakob 5–Omni (studieavsnitt 10) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Jakob 5–6)

I lektionen om allegorin om olivträden i Jakob 5 fokuserade eleverna på principen att Herren älskar oss och arbetar flitigt för vår frälsning. Eleverna skrev ner vad de lärde sig i Jakob 5 om Herrens kärlek till dem. I Jakob 6 lärde sig eleverna att vi gör klokt i att redan nu förbereda oss för domen genom att omvända oss och ta emot Herrens barmhärtighet.

#### Dag 2 (Jakob 7)

Eleverna studerade Jakobs möte med Sherem, som var antikrist. De lärde sig att när vi förtröstar på Herren kan vi övervinna angrepp mot vår tro. Jakobs exempel lärde dem också att vi inte kan rubbas i vår tro om vårt vittnesbörd bygger på uppenbarelse och äkta andliga upplevelser. Därutöver såg eleverna ett belysande exempel på principen att när vi bemöter kritik mot vår tro på ett sätt som inbjuder Anden, kan vi hjälpa andra att vända sig till Herren. Eleverna skrev om hur de ska tillämpa en princip som de hittade i Jakob 7:15–23.

#### Dag 3 (Enos)

Enos exempel lärde eleverna att när vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi få förlåtelse för våra synder och bli helade. De lärde sig också att när vi upplever Jesu Kristi försonings välsignelser, försöker vi hjälpa andra att få frälsning. Eleverna skrev om ett sätt på vilket de skulle kunna tillämpa de här principerna.

#### Dag 4 (Jarom och Omni)

När de studerade Jarom och Omni fann eleverna följande sanning: När vi håller Guds bud får vi framgång. De skrev ner hur Herren välsignat dem därför att de håller hans bud. Eleverna studerade också nephiternas vandring till Zarahemlas land och fick kunskap om Zarahemlas folk, Jarediterna och en grupp nephiter (Zeniffas folk) som återvände till Nephis land. De lärde sig följande princip: Om vi kommer till Kristus och håller ut intill änden blir vi frälsta. De avslutade lektionen med att skriva ett två minuter långt tal om ett av de sätt som Amaleki uppmuntrade oss att komma till Kristus.

### Inledning

I den här lektionen får eleverna möjlighet att begrunda Herrens kärlek till dem så som den kommer till uttryck i Jakob 5. Om tiden medger kan du också undervisa dem ur Jakob 5 om deras roll som Herrens tjänare. Eleverna får tillfälle att diskutera sanningar i Jakob 7 som kan hjälpa dem när andra ifrågasätter eller kritiserar deras trosuppfattning. De får också möjlighet att berätta för klassen hur de tillämpat det de lärde sig i Enos bok. Dessutom kan eleverna hålla de tal som de förberett om hur vi kan följa uppmaningen i Omnis bok att komma till Kristus. Om du vill att de ska göra det, kan det vara bra att kontakta flera elever i förväg och be dem förbereda sig på att hålla sina tal i klassen.

### Lektionsförslag

#### Jakob 5–6

*Jakob citerar allegorin om olivträden för att visa att Herren arbetar flitigt för vår frälsning*

Påminn eleverna om att i allegorin om olivträden hade grenar från det odlade olivträdet skingrats över hela vingården. Det här symboliserar att Guds förbundsfolk – personer som tillhörde Israels hus – hade skingrats över hela världen. Till sist blir alla träd i vingården fördärvade (se Jakob 5:46). Förklara att det här symboliserar det stora avfallet.

Be eleverna läsa Jakob 5:61–62 tyst för sig själva och leta efter vad Herren sade åt sin tjänare (sin profet) att göra för att få träden att åter bära god frukt. Ställ därefter följande frågor:

- Vilka tror ni att dessa "tjänare" kan tänkas syfta på? (Kyrkans ledare, missionärer och alla medlemmar i kyrkan.)
- Vad är unikt för den tid när dessa tjänare kallats att verka?

Förklara kort att dessa bemödanden symboliserar Israels insamling. För att hjälpa eleverna förstå att de ingår i den grupp tjänare som kallats att arbeta i Herrens vingård, läser du följande uttalande av äldste Dean L. Larsen i de sjuttios kворum. Be eleverna lyssna efter vilka han säger är "de sista arbetarna i vingården".

"Det är under denna tid som Herren och hans tjänare utförde det stora slutliga arbetet att föra sanningens budskap till alla jordens folk och att insamla det forntida Israels avkomlingar vilka förlorat sin sanna identitet ...

Ni har kommit till jorden när grunden lagts för detta stora verk. Evangeliet har återställts för sista gången. Kyrkan har upprättats i nästan varje del av världen. Allt är klart för de avslutande dramatiska scenerna. Ni är huvudrollsinnehavarna. Ni är bland de sista arbetarna i vingården ... Detta är det tjänande som ni utvalts till" (se "Ett konungsligt släkte", *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 60).

Ställ följande frågor:

- Vilka säger äldste Larsen är tjänarna, eller de "sista arbetarna", som kallats att arbeta i vingården?
- Vad har ni för tillfällen att tjäna Herren och hjälpa andra bära "god frukt"?

Läs tillsammans med klassen Jakob 5:71 högt. Be eleverna urskilja vad Herren lovar dem som arbetar tillsammans med honom. Fråga eleverna när de känt att de blivit välsignade för att de strävat att tjäna Herren.

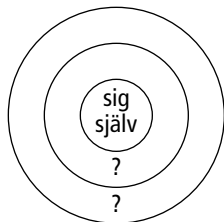
## Jakob 7

*Jakob förtröstar på Herren när han möter Sherem och får en nephitisk folkskara att vända tillbaka till Herren*

Obs: I Jakob 7 lärde sig eleverna hur Jakob övervann Sherems angrepp på hans tro på Jesus Kristus. Sherem var antikrist. Även om den här lektionen inte fokuserar på Jakobs möte med Sherem skulle du ändå kunna be eleverna sammanfatta händelserna och nämna en sanning de lärde sig av Jakobs exempel. Betona särskilt följande sanning: **Vi kan inte rubbas i vår tro om vårt vittnesbörd bygger på uppenbarelse och äkta andliga upplevelser.**

## Enos

*Efter att ha fått förlåtelse för sina synder ber Enos för andra och arbetar för deras frälsning*



Rita följande figur på tavlan eller på ett papper. Be eleverna förklara vad den har för samband med Enos upplevelse.

Dela upp eleverna i tre grupper. (Om klassen är liten kan en grupp utgöras av en enda person.) Be den första gruppen läsa Enos 1:4–6 och förbereda sig på att berätta om en sanning vi lär oss av Enos bön för hans egen del. Be den andra gruppen läsa Enos 1:9–10 och förbereda sig på att berätta om en sanning vi lär oss av den delen av Enos bön. Be den tredje gruppen läsa Enos 1:11–14 och förbereda sig på att berätta om en sanning vi lär oss av den här delen av Enos bön. Be därefter någon i varje grupp att kort återge vad de förberett. Be eleverna titta på dag 3, uppgift 9 i sina skriftdagböcker. Be några av dem berätta hur de valde att tillämpa sanningar i Enos bok.

## Jarom och Omni

*Upptecknare skildrar nephiternas kamp och välsignelser*

Om eleverna har frågor om olika folkgruppers emigration till västra halvklotet kan du gärna gå igenom materialet i elevboken om Omni 1:1–30, bland annat uttalandet av president Anthony W. Ivins i första presidentskapet.

Be eleverna titta på talen de förberedde om att komma till Kristus (dag 4, uppgift 4). Om tiden medger skulle du kunna be flera av dem att hålla talen för klassen. Om du redan i förväg bett elever hålla tal, se då till att det finns tillräcklig tid för dem att göra det.

Glöm inte att tacka eleverna för deras medverkan. Bär vittnesbörd om den kärlek som vår himmelske Fader och Jesus Kristus har för alla dina elever, och försäkra dem att när de kommer till Kristus med hela sin själ blir de frälsta i hans rike.

## Nästa studieavsnitt (Mormons ord–Mosiah 6)

I nästa studieavsnitt läser eleverna om att en Guds ängel visade sig för kung Benjamin och gav honom anvisningar och sade vad han skulle säga till sitt folk (se Mosiah 3). Kung Benjamin framförde ängels budskap till sitt folk, som upplevde en mäktig förändring i sina hjärtan.

# Mormons ord

### Varför studera den här boken?

Genom att studera Mormons ord kan eleverna få större tro på att "Herren vet allt" (Mormons ord 1:7) och att han leder sina tjänare att genomföra hans avsikter. Som historisk redogörelse utgör boken en länk mellan Nephis mindre plåtar (1 Nephi–Omni) och Mormons sammandrag av Nephis större plåtar (Mosiah–4 Nephi). Den kan hjälpa eleverna att få en klarare uppfattning om vilka uppteckningar Mormon förkortade när han sammanställde Mormons bok. Den ger eleverna en första förtrogenhet med kung Benjamins tro och insats.

### Vem skrev den här boken?

Mormon skrev den här boken. Han var en profet och upptecknare, han sammanställde och gjorde ett sammandrag av Mormons bok. Han var en rättfärdig far och militärbefälhavare bland nephiterna. Profeten Moroni var hans son.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon riktade sig till framtida läsare. Det var hans förhoppning att hans och Moronis skrifter skulle "bli till nytta för dem" (Mormons ord 1:2). Han skrev framför allt för att det skulle bli till nytta för lamaniterna. Han sade beträffande dem: "Min bön till Gud gäller mina bröder, att de än en gång skall komma till kunskap om Gud, ja, om Kristi återlösning, så att de än en gång må bli ett behagligt folk" (Mormons ord 1:8).

### När och var skrevs den?

Mormon skrev den här boken omkring 385 e.Kr. efter att ha "bevitnat nästan hela [sitt] folks, nephiternas, undergång" (Mormons ord 1:1). Mormon nämnde inte var han befann sig när han skrev boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

Den här korta boken avbryter böckernas kronologiska ordning i början av Mormons bok. Mormon skrev den mer än 500 år efter att Amaleki hade avslutat Omnis bok. I boken förklarar Mormon kortfattat sin sammanställning och sitt sammandrag av nephiternas uppteckningar. För att förstå hans förklaring är det till stor hjälp att komma ihåg att Herren i en "särskild" och "vis" avsikt befallde Nephi att göra två slags plåtar (se 1 Nephi 9:3, 5). De större plåtarna innehöll nephiternas världsliga historia, de mindre plåtarna en uppteckning av nephiternas predikningar, uppenbarelser och profetior (se 1 Nephi 9:2–4; Jakob 1:3–4).

Mormon upptäckte Nephis mindre plåtar efter att han redan hade gjort ett sammandrag av en del av de större plåtarna (se Mormons ord 1:3). Ledd av Herrens ande tog Mormon med de mindre plåtarna i sitt sammandrag av de större plåtarna. Han gjorde detta "i en vis avsikt", enligt Herrens vilja (se Mormons ord 1:4–7).

Många år senare skulle anledningen till den här ingivelsen bli uppenbar. När Joseph Smith satte igång med översättningen av Mormons bok började han med Mormons sammandrag av Nephis större plåtar – den världsliga historien. Martin Harris som var profetens skrivare under den här delen av arbetet blev av med 116 handskrivna sidor av översättningen. Herren uppenbarade för Joseph Smith att ogudaktiga människor hade fått tag i de här sidorna och ändrat orden (se L&F 10:8–10). Om Joseph hade översatt samma text på nytt skulle de ha hävdat att han inte var en profet eftersom han inte kunde översätta boken likadant en andra gång (se L&F 10:11–19). Herren sade åt Joseph att inte översätta den delen på nytt utan att översätta Nephis

mindre plåtar som Mormon tagit med i sitt sammandrag av de större plåtarna (se L&F 10:30–45). Mormons ord visar oss hur Herren beredde en utväg att omintetgöra de ogudaktigas plan och att ta med skrifter som inte bara omspände samma tidsperiod utan också "kasta[de] större ljus över [Herrens] evangelium" (L&F 10:45). Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum sade: "Självfallet skulle det vara spännande om någon en dag skulle hitta de 116 sidorna av översättningen av Mormons bok som gått förlorade. Men oavsett vad de där sidorna innehåller kan det inte vara viktigare eller mer grundläggande när det gäller syftet med Mormons bok än det som lärs ... och står skrivet på de mindre plåtarna" (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 35–36).

Förutom att redogöra för sin sammanställning av nephiternas heliga uppteckningar ger Mormon också en kortfattad beskrivning av kung Benjamins verksamhet (se Mormons ord 1:10–18). Den här beskrivningen förbinder Nephis mindre plåtar med Mormons sammandrag av de större plåtarna. Kung Benjamin omnämns i slutet av Omnis bok, som är den sista boken på de mindre plåtarna (se Omni 1:23–25). Den första boken i det vi fått av Mormons sammandrag av de större plåtarna är Mosiahs bok, som inleds med en beskrivning av slutet av kung Benjamins regering och verksamhet (se Mosiah 1:1, 9).

### Översikt

**Mormons ord 1:1–9** Mormon upptäcker Nephis mindre plåtar och lägger dem till sitt sammandrag av de större plåtarna.

**Mormons ord 1:10–18** Mormon sammanfattar kung Benjamins regering.



# Mosiahs bok

### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar Mosiahs bok får de läsa kraftfulla vittnesbörd om Jesu Kristi mission. De får också läsa om personer som Herren befriade ur syndens trældom eller ur förtryck. De får lära sig hur enskilda personers rättfärdiga strävan, som till exempel kung Benjamin, Abinadi och Alma, blev till stor välsignelse för andra. Omvänt får eleverna också se hur enskilda personers dåliga val som de som Zeniff och hans son kung Noa gjorde, fick negativa följder för dem själva och för folket.

### Vem skrev den här boken?

Mormon sammanställde och förkortade flera andra författares uppteckningar och skapade Mosiahs bok. Boken har fått sitt namn efter Mosiah som var son till kung Benjamin. Mosiah var en profet, siare, uppenbarare och kung som regerade i Zarahemla från cirka 124 f.Kr. till 91 f.Kr. Han uppkallades efter sin farfar Mosiah som också var kung av Zarahemla (Omni 1:12–13, 19).

Mormon använde flera uppteckningar när han sammanställde Mosiahs bok. Han förkortade och citerade ur uppteckningen som Mosiah fört på Nephis större plåtar och som utförligt redogjorde för nephiternas historia i Zarahemlas land (se Mosiah 1–7; 25–29). Han använde också Zeniffs uppteckning, som redogör för Zeniffs folks historia från den tidpunkt de lämnade Zarahemla tills de återvände (se Mosiah 7–22). Mormon citerade också och förkortade delar av Almas skrifter som bevarat Abinadis ord och fört en uppteckning över sitt eget folk (se Mosiah 17:4; 18; 23–24).

### För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon skrev inte Mosiahs bok för någon särskild läsargrupp. Han anger inte heller varför han skrev boken. Ändå bidrar Mosiahs bok i hög grad till att uppfylla

det övergripande syftet med Mormons bok: att vittna om att Jesus är Kristus och att ge kunskap om Herrens förbund (se titelbladet till Mormons bok). Mosiahs bok innehåller två mästerliga predikningar om Jesu Kristi mission: kung Benjamins ord i Mosiah 2–5 och Abinadis ord i Mosiah 12–16. Dessutom belyser Mosiahs bok gång på gång vikten av att sluta förbund med Herren och att hålla dem (se Mosiah 5:5–9; 18:5–10; 21:31–32; 24:13–15; 25:16–18; 26:20).

### När och var skrevs den?

De ursprungliga uppteckningarna som användes som källor till Mosiahs bok skrevs förmodligen mellan 200 f.Kr. och 91 f.Kr. Någon gång mellan 345 och 385 e.Kr. gjorde Mormon ett sammandrag av de här uppteckningarna. Mormon skrev inte var han befann sig när han sammanställde boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

Mosiah är den första bok i Mormons bok som är ett sammandrag av Nephis större plåtar. Den innehåller upplysningar om en siars förmåga (se Mosiah 8:13–18; 28:10–17). Mosiahs bok är dessutom ensam om att utförligt skildra olika grupper av nephiter och deras upplevelser och vandringar: nephiterna i Zarahemlas land, nephiterna som styrdes av Zeniff, Noa och Limhi och nephiterna som flydde från Nephis land med Alma. Se tillägget i slutet av handledningen för närmare upplysningar om de här grupperna. Där finns det en översikt över vandringarna i Mosiah 7–24.

Mosiahs bok beskriver hur grupperna som leddes av Limhi och Alma förenades med nephiterna i Zarahemlas land (se Mosiah 25:1–13). Den förklarar också förvaltningen av Jesu Kristi Kyrka i det landet (se Mosiah 25:14–24; 26). Den introducerar en styrelseform som består i att domare regerar (se Mosiah 29).

### Översikt

**Mosiah 1–5** Kung Benjamin utser sin son till efterträdare och redogör för sin regeringstid. Han undervisar om Jesus Kristus och uppmanar sitt folk att sluta förbund med Gud.

**Mosiah 6–8** Mosiah börjar regera. Ammon och femton andra letar efter avkomlingar till Zeniffs folk i Nephis land. Ammon träffar kung Limhi, en sonson till Zeniff, och får veta hur folket kommit i trældom.

**Mosiah 9–17** En historik ges över Zeniffs folk. Efter Zeniffs död regerar hans son Noa i ogudaktighet. Abinadi vittnar om Jesus Kristus och uppmanar kung Noa och hans folk att omvända sig. Abinadi avrättas genom eld.

**Mosiah 18–20** Alma, en av kung Noas präster, omvänder sig. Han undervisar om evangeliet och flyr med sina efterföljare ut i vildmarken. Nephiterna i Nephis land överfalls av lamaniterna och sätts i trældom. Noa dödas av sitt folk och efterträds av sin son Limhi.

**Mosiah 21–22** Limhi och hans folk omvänder sig. Herren befriar dem ur trälldomen och Ammon för dem till Zarahemlas land.

**Mosiah 23–24** Alma och hans efterföljare grundlägger staden Helam. De kommer i trældom under lamaniterna och förföljs av Amulon och hans bröder, före detta präster åt kung Noa. Herren befriar Alma och hans folk och för dem till Zarahemlas land.

**Mosiah 25–29** Nephiterna förenas under Mosiahs styre, och Alma leder kyrkan. Almas son (ofta kallad Alma den yngre) och Mosiahs söner blir omvända. Före sin död inför Mosiah en ny regeringsform och domarnas regering inleds.

## LEKTION 51

# Mormons ord–Mosiah 1

### Inledning

Boken Mormons ord utgör en länk mellan Nephis mindre plåtar och Mormons sammandrag av Nephis större plåtar. I den här boken, som Mormon skrev nästan 400 år efter Jesu Kristi födelse, sade Mormon att han sökte ledning hos Gud och vägledades av den Helige Anden i fråga om vad han skulle ta med i sin

uppteckning. Han skriver också om kung Benjamin och ger en värdefull inblick i hans andliga verksamhet och varför han hade ett sådant inflytande på sitt folk. Mosiah 1 innehåller kung Benjamins ord till sina söner. Han undervisade dem om att skrifterna hjälper oss att komma ihåg Gud och hålla hans bud.

## Lektionsförslag

### Mormons ord 1:1–11

#### *Mormon vittnar om att Gud bevarat olika uppteckningar i en vis avsikt*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när Anden manade dem att göra något. Låt dem gärna skriva om den här upplevelsen i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Berätta gärna om en personlig upplevelse för att hjälpa dem att komma på egna upplevelser. Tala om för eleverna att du senare i lektionen kommer att be några av dem att berätta för klassen om sina upplevelser.

Berätta för eleverna att de i dag ska studera ett exempel på någon som följde en maning trots att han inte förstod alla skäl till att det var nödvändigt att han gjorde det.

Be eleverna slå upp Mormons ord och ta reda på när Mormon skrev boken (står i kapitel- ingressen). Be dem jämföra den dateringen med dateringen av Omnis bok och Mosiahs bok.

- Vad lär vi oss om Mormons ord av de här tidsangivelseerna?

Visa bilden Mormon sammanfattar plåtarna (62520 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 73).

Be en elev läsa Mormons ord 1:1–2 högt. Hjälpe eleverna förstå att Mormon skrev boken Mormons ord långt efter att de flesta händelserna i Mormons bok hade ägt rum. Tala om att Mormons ord hjälper oss förstå att Mormons bok sammanställdes från olika uppteckningar. Hans ord visar också att den sammanställdes med hjälp av uppenbarelse.

För att åskådliggöra för eleverna hur Mormons ord, Nephis mindre plåtar och Mormons sammandrag av Nephis större plåtar passar in i Mormons bok, skulle du kunna visa dem illustrationen "Plåtarna i relation till den tryckta Mormons bok" i tillägget i slutet av den här handledningen. Du skulle också kunna förbereda följande åskådningsmaterial före lektionen:

Plocka fram två böcker och ett pappersark. Den ena boken bör vara dubbelt så tjock som den andra. Klistra fast en pappersremsa med påskriften *Nephis mindre plåtar* på den tunnare bokens rygg. Klistra fast en pappersremsa med påskriften *Mormons sammandrag av Nephis större plåtar* på den tjockare bokens rygg. Skriv *Mormons ord* på papperet.

Använd åskådningsmaterialet på följande sätt under lektionen: Håll fram boken som föreställer Mormons sammandrag av Nephis större plåtar. Förklara att uppteckningarna på Nephis större plåtar var den främsta källan till Mormons bok. Joseph Smith översatte böckerna Mosiah, Alma, Helaman, 3 Nephi och 4 Nephi från Mormons sammandrag av Nephis större plåtar.

Be eleverna läsa Mormons ord 1:3 tyst för sig själva. Be dem leta efter vad Mormon uppteckade efter att ha förkortat en del av Nephis större plåtar. När eleverna berättar vad de hittade, hjälp dem då förstå att uttrycket "dessa plåtar" syftar på Nephis mindre plåtar. Håll fram boken som föreställer Nephis mindre plåtar. Tala om att Joseph Smith översatte böckerna 1 Nephi till Omni från den här uppteckningen.



Låt eleverna läsa Mormons ord 1:4–6 och ta reda vad Mormon kände i fråga om Nephis mindre plåtar.

- Vad var det som glädde Mormon i fråga om Nephis mindre plåtar?
- Vad gjorde Mormon med Nephis mindre plåtar?

För att åskådliggöra för eleverna att Mormon lade Nephis mindre plåtar till sitt sammandrag av Nephis större plåtar lägger du den tunnare boken ovanpå den tjockare.

Be en elev läsa Mormons ord 1:7 högt. Be klassen vara uppmärksam på Mormons skäl till att lägga Nephis mindre plåtar till sitt sammandrag av Nephis större plåtar.

- Varför lade Mormon de mindre plåtarna till sitt sammandrag av de större plåtarna? (Han följde Andens maningar.) Förstod han alla skälen till att han skulle göra det här?

Hjälp eleverna se att Mormon förstod några skäl till att de mindre plåtarna skulle kunna vara viktiga. Han insåg deras stora värde i andligt avseende och glädde sig över profetierna de innehöll om Jesus Kristus (se Mormons ord 1:4–6). Men han visste inte alla skälen till att det var nödvändigt att han lade de mindre plåtarna till den del av de större plåtarna som omspände samma tidsperiod. (I inledningen till Mormons ord i den här handledningen beskrivs ett skäl som Mormon inte kände till vid tidpunkten i fråga.)

Låt eleverna läsa Mormons ord 1:7 tyst för sig själva och leta efter lärosatser som Mormon undervisade om i fråga om Herren. Förvissa dig om att eleverna förstår att **Herren vet allt** och att **Herren kan göra sin vilja genom oss**.

- Hur kan de här lärosatserna ha hjälpt Mormon att handla efter den mening han fick?
- Hur skulle de här sanningarna kunna hjälpa er när ni får maningar av Anden?

Uppmuntra eleverna att gå igenom situationen de skrev om eller tänkte på i början av lektionen. Be några av dem berätta om maningar de fått, hur de handlade på grund av dem och vad som blev följd. (Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta något som är alltför för personligt.) När eleverna berättar kan du gärna ställa några av följande frågor:

- Visste du hur allting skulle bli om du följde den här meningen?
- Vad var det som gav dig tro och gjorde dig beslutsam att handla efter meningen?

Håll fram boken som föreställer Mormons sammandrag av de större plåtarna med boken som föreställer Nephis mindre plåtar ovanpå den. Håll sedan fram papperet som föreställer Mormons ord.

- Var passar Mormons ord in någonstans i förhållande till de här andra uppteckningarna?

När eleverna besvarar frågan stoppar du in papperet som föreställer Mormons ord mellan de två böckerna. Förklara att Mormons ord utgör en länk som förbinder handlingen på Nephis mindre plåtar med handlingen i Mormons sammandrag av Nephis större plåtar.

Be en elev läsa Mormons ord 1:8 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Mormon hoppades skulle bli resultatet av att han följde meningen att ta med Nephis mindre plåtar i sin sammanställning av uppteckningarna.

Betona för eleverna att alla de böcker de studerat hittills i år i Mormons bok (1 Nephi–Omni) har de kunnat studera därför att Mormon följde den andliga meningen att ta med de mindre plåtarna.

- Hur har det varit till välsignelse i ert liv att Mormon lydde den Helige Andens maningar?
- Kan ni nämna några läror i 1 Nephi till Omni som ni är tacksamma för att ni har? Varför är ni tacksamma för dessa läror?
- Tänk på Mormons villighet att följa andliga maningar. Hur påverkas vårt liv av att vi är villiga att följa andliga maningar? Hur kan den här villigheten påverka andras liv? (Förklara att Herren kan välsigna andra genom oss när vi följer den Helige Andens maningar.)

Vittna om att när vi trofast följer den Helige Andens maningar så verkar Herren genom oss "enligt sin vilja" (Mormons ord 1:7).

## Mormons ord 1:12–18

### *Kung Benjamin upprättar fred i landet*

Skriv från *stridigheter till fred* på tavlan. Berätta att Mormons ord 1:12–18 låter oss stifta bekantskap med kung Benjamins regering. Denne rättfärdige man ställdes inför många svårigheter som profet och som folkets kung. Dela upp eleverna i par och be dem läsa Mormons ord 1:12–18 tillsammans med kamraten. Be dem ta reda på vad kung Benjamin och andra profeter gjorde för att upprätta fred i landet.

Efter att eleverna haft tid på sig att läsa ber du dem alla att skriva ett påstående i sina skriftdagböcker som sammanfattar vad kung Benjamin och hans folk gjorde för att gå framåt, från stridigheter till fred. Be några elever skriva sina påståenden på tavlan. Deras sammanfattningar kan uttrycka liknande tankar som följande påståenden:

**Vi kan upprätta fred när vi följer profeternas inspirerade ledning.**

**I Herrens kraft kan vi övervinna svårigheter.**

**Vi har blivit kallade att verka med alla krafter för att upprätta fred.**

Gör eleverna uppmärksamma på Mormons ord 1:17 där Mormon säger att kung Benjamin och "många heliga män i landet ... talade Guds ord med kraft och med myndighet". Berätta att de under de närmaste lektionerna ska studera en predikan av kung Benjamin som är ett exempel på den kraft och myndighet som hans undervisning hade.

## Mosiah 1:1–18

### *Kung Benjamin undervisar sina söner om skrifternas betydelse*

Be eleverna föreställa sig att de aldrig vetat något om skrifterna.

- Hur skulle ert liv vara om ni aldrig haft skrifterna?
- Vilka sanningar skulle det vara svårast för er att vara utan i livet?

Presentera Mosiahs bok kortfattat. Berätta att början av Mosiahs bok visar kung Benjamins önskan att hans söner skulle fortsätta att studera skrifterna (se Mosiah 1:2). När kung Benjamin undervisade sina söner förklarade han att allt hade varit annorlunda i deras liv om de inte hade haft skrifterna.

Låt några elever turas om att läsa högt ur Mosiah 1:3–8. Be klassen vara uppmärksam på olika sätt som nephiterna var välsignade på därför att de hade skrifterna. Be eleverna berätta vad de upptäckte.

- På vilket sätt trodde kung Benjamin att skrifterna skulle hjälpa hans söner?
- Vad sade kung Benjamin är förhållandet mellan att utforska skrifterna och att hålla Guds bud? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de förstå följande sanning: **Att utforska skrifterna hjälper oss att känna till och hålla buden.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Mosiah 1:3–8.)
- När har skriftstudier hjälpt er att hålla buden?

Bär vittnesbörd om att skrifterna är sanna och att de kan hjälpa oss att hålla buden.

Skriv följande frågor på tavlan. (Skriv dem gärna före lektionen.)

*Vad planerade kung Benjamin att tillkännage i fråga om sin son Mosiah?*

*Vad sade kung Benjamin om "ett namn" som skulle särskilja folket?*

*Varför hade nephiterna inte utplånats av lamaniterna?*

*Vilka föremål bad kung Benjamin Mosiah att ta hand om?*

Be eleverna se hur många av de här frågorna de kan finna svar på i Mosiah 1:10–18 på en minut.

Efter att eleverna gett kortfattade svar på frågorna säger du att de under de närmaste lektionerna kommer att studera den predikan i vilken kung Benjamin gav sitt folk "ett namn som aldrig [skulle] utplånas annat än genom överträdelse" (Mosiah 1:12).

### **Tillåt eleverna att använda egna ord**

När elever berättar om läror och principer som de hittar i skrifterna, säg då inte att deras svar är fel bara därför att de inte använder orden som står i den här handledningen. Men om en elevs svar inte stämmer överens med evangeliets lära, är det din skyldighet att vänligt hjälpa honom eller henne att korrigera felet. Det här kan utgöra en viktig lärupplevelse samtidigt som man bevarar en atmosfär av kärlek och förtroende.

# Mosiah 2

## Inledning

När hans liv närmade sig slutet ville kung Benjamin hålla en sista predikan för sitt folk. Hans predikan i Mosiah 2–5 är temat i den här lektionen och i lektion 53–55. I början av sin predikan berättade han om sin

verksamhet bland folket och betonade att vi tjänar Gud när vi tjänar andra. Han vittnade också om deras lyckliga tillstånd som håller Guds bud.

### Att ge översikter över långa predikningar

Den här handledningen ägnar särskild uppmärksamhet åt långa profetiska predikningar som Mosiah 2–5. Dessa predikningar behandlas ofta i fler än en lektion. Det kan vara till stor hjälp att ge korta översikter över de här predikningarna. När det gäller dagens lektion kan en översikt hjälpa eleverna få djupare insikt i syftet med kung Benjamins predikan och den "mäktiga[a] förändring" som folket upplevde i hjärtat när de lyssnade till den (se Mosiah 5:2).

## Lektionsförslag

*Obs:* Följande sammanfattning kan vara till stor hjälp om du väljer att ge en översikt över kung Benjamins predikan i början av lektionen.

Mot slutet av sitt liv talade kung Benjamin till sitt folk nära templet i Zarahemla. Han avlade räkenskap över sin verksamhet i folkets tjänst och sade att han hade ett rent samvete inför Gud. Han överlät kungariket åt sin son Mosiah. I sin sista predikan, som står i Mosiah 2–5, tog kung Benjamin upp flera ämnen, däribland vikten av att tjäna andra, vår eviga skuld till vår himmelske Fader, Jesu Kristi jordiska verksamhet och försoning, nödvändigheten av att lägga av den naturliga människan, tro på Gud för att få frälsning, ge av sina ägodelar till de fattiga, behålla syndernas förlåtelse och bli Kristi söner och döttrar genom tro och genomgående goda gärningar. Lägga märke till att Mosiah 3 innehåller ett budskap som kung Benjamin fick av en ängel.

### Mosiah 2:1–9

#### Familjer församlas och gör sig redo att höra kung Benjamins ord

Skriv följande frågor högst upp på tavlan: *Vilka? Var? Vad? Varför?*

Be eleverna tyst för sig själva utforska Mosiah 2:1–6 och leta efter detaljer som besvarar frågorna på tavlan. Efter att de läst ber du flera elever skriva så många detaljer som möjligt under varje fråga på tavlan. (Du kan behöva förklara att folket gjorde sig redo att höra kung Benjamins ord genom att offra offer föreskrivna i Moses lag. På så sätt visade folket sin tacksamhet mot Gud och helgade sig åt honom.)

Be eleverna läsa Mosiah 2:9 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som visar vad kung Benjamin ville att folket skulle göra när de lyssnade till hans ord.

- Med tanke på de ord och uttryck ni hittat, hur tror ni kung Benjamin såg på sitt budskap?
- Vad trodde kung Benjamin skulle hända, enligt slutet av Mosiah 2:9, om folket öppnade sina öron och hjärtan för hans budskap?
- Vad tror ni det innebär att öppna våra öron och vårt hjärta för dem som blivit kallade att undervisa?

Uppmuntra eleverna att tänka på kung Benjamins inbjudan när de studerar hans budskap och när de lyssnar till nutida profeters ord.

### Mosiah 2:10–28

#### Kung Benjamin undervisar om vikten av att tjäna Gud och varandra och om vår eviga skuld till Gud

Visa eleverna bilden Kung Benjamin talar till sitt folk (62298 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 74). Påminn eleverna om att kung Benjamin hade kallat samman sitt folk för att tillkännage att hans son Mosiah skulle efterträda honom som kung och för att ge dem ett "namn, för att de därigenom [skulle] kunna särskiljas från allt det folk som Herren Gud [hade] fört ut ur Jerusalems land" (se Mosiah 1:9–12).



Läs Mosiah 2:10–15 för klassen. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som visar att kung Benjamin ville tjäna folket och inte strävade efter status eller personligt erkännande. Be dem räkna upp handen när de hör ett av dessa uttryck. När de räcker upp handen slutar du läsa och ber dem berätta vad de upptäckte och vad det säger om kung Benjamin.

Läs följande uttalande av president Howard W. Hunter som del av diskussionen:

”Bry er inte för mycket om status ... Det är viktigt att få uppskattning. Men vår inriktning bör vara på rättfärdighet och inte erkänsla; på tjänande, inte status” (”Till kvinnorna i kyrkan”, *Nordstjärnan*, jan. 1993, s. 94).

Be eleverna läsa Mosiah 2:16–17 tyst för sig själva och ta reda på vad kung Benjamin ville att hans folk skulle lära sig. Hjälp dem förstå att **när vi tjänar andra, tjänar vi Gud**. Skriv det på tavlan. Framhåll att Mosiah 2:17 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

Be eleverna tänka på tillfällena när de tjänade andra.

- När ni tjänade andra, hur tjänade ni då också Gud?
- När har andra varit till välsignelse i ert liv genom tjänande? När de tjänade er, hur tjänade de då också Gud?

Be flera elever turas om att läsa högt ur Mosiah 2:18–24, 34.

- Varför tror ni att kung Benjamin kallade sig själv och sitt folk ”onyttiga tjänare”? (Vi är onyttiga tjänare därför att värdet av de välsignelser vår himmelske Fader ger oss vida överstiger värdet av det han får genom vårt tjänande.)
- Vilka välsignelser har ni fått som gör att ni känner att ni står i skuld till Gud?
- Varför är det viktigt att inse att vi står i ”evig skuld” till Gud? (I svaren kan ingå att när vi inser att vi står i skuld till Gud, då känner vi större tacksamhet, då vill vi hålla buden och då vill vi tjäna andra mer.)

Be eleverna fundera på hur de skulle kunna ”ge [vår himmelske Fader] allt [de] har och är”. Vittna om att när vi håller Guds bud och försöker tjäna uppriktigt så välsignar han oss.

## Mosiah 2:29–41

### *Kung Benjamin uppmanar sitt folk att lyda Gud*

Skriv *AKTA ER* på tavlan. Be eleverna berätta om tillfällena när de sett en skylt med den innebörden. Framhåll att sådana varningar kan skydda oss eller rädda livet på oss.

Be eleverna läsa Mosiah 2:32–33, 36–38 tyst för sig själva och leta efter vad kung Benjamin sade att hans folk skulle akta sig för. Du kan behöva förklara att i Mosiah 2:33 syftar ordet *ve* på sorg och elände.

- Vad sade kung Benjamin att hans folk skulle akta sig för?
- Hur vet vi att vi har börjat följa fel ande? Varför är det så viktigt att inse det på ett tidigt stadium?
- Vilka följder drabbar dem som dör i sina synder, enligt Mosiah 2:38?

Betona gärna det som sägs i Mosiah 2:36 om att människan genom sitt handlande kan dra sig undan Herrens ande. Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum talade om vikten av att vi inser när vi drar oss undan Anden:

Vi bör ... sträva efter att inse när vi drar [oss] undan Herrens Ande så att den inte kan få rum i [oss] och leda [oss] på visdomens vägar så att [vi] blir välsignade, framgångsrika och bevarade” (Mosiah 2:36) ...

Om någonting vi tänker på, ser, hör eller gör avlägsnar oss från den Helige Anden, bör vi sluta med att tänka på, se, lyssna på eller göra det. Om det som till exempel är avsett att roa oss fjärrar oss från den Helige Anden så är den typen av underhållning uppenbarligen inte lämplig för oss. Eftersom Anden inte kan stå ut med något som är vulgärt, grovt eller omoraliskt är sådant uppenbarligen inte lämpligt för oss. Eftersom vi vet att vi stöter bort Herrens Ande när vi deltar i aktiviteter som vi vet att vi bör undvika, är sådana verkligen inte lämpliga för oss” (se ”Att vi alltid må hava hans Ande hos oss”, *Liahona*, maj 2006, s. 30).

- Vad sade äldste Bednar avlägsnar oss från den Helige Anden?



**Mosiah 2:17** är ett nyckelskriftställe.

Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

- Hur vet vi om vi har avlägsnat oss från den Helige Anden?

Skriv *KOM IHÅG* och *BETÄNK* på tavlan bredvid *AKTA ER*.

Be en elev läsa Mosiah 2:40–41 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad kung Benjamin ville att hans folk skulle betänka och vad han ville att de skulle komma ihåg. Medan eleverna berättar vad de upptäckte skulle du kunna betona kung Benjamins undervisning genom att skriva följande sanning på tavlan: ***Om vi håller buden blir vi välsignade i både materiellt och andligt avseende.***

- När har ni fått bevittna eller själva uppleva den lycka som kommer av att hålla Herrens bud?

Vittna om att det som eleverna samtalat om i dag är sanning. Avsluta med att uppmantra eleverna att sätta klara mål att lyda bättre inom ett område där de har svårigheter eller att sträva efter att förbättra sig inom ett område i Personlig tillväxt (för unga kvinnor) eller Plikt mot Gud (för unga män).

### Nyckelskriftställe – Mosiah 2:17

Be eleverna läsa Mosiah 2:17, Matteus 22:36–40 och Matteus 25:40. Skriftställena i Matteus bidrar till att förklara läran, ge insikt och förtydliga innebörden i Mosiah 2:17. Uppmuntra gärna eleverna att göra en skriftställekedja och skriva *Matteus 22:36–40* bredvid Mosiah 2:17, *Matteus 25:40* bredvid Matteus 22:36–40 och *Mosiah 2:17* bredvid Matteus 25:40.

Be eleverna berätta om tillfällena när de kände att de tjänade Gud genom att tjäna andra.

Uppmana eleverna att tjäna någon före nästa seminariелеktion. Uppmuntra dem att förbereda sig på att berätta om sina upplevelser i samband med uppgiften (men förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta om upplevelser som är alldeles för personliga).

Du skulle också kunna uppmana eleverna att lära sig Mosiah 2:17 utantill innan ni träffas nästa gång som klass.

Vittna om att när vi tjänar andra uppriktigt så tjänar vi Herren.

*Obs:* Med tanke på lektionens karaktär och utsträckning kan du gärna använda den här aktiviteten en annan gång, när ni har tid över.

## Kommentar och bakgrundsinformation

**Mosiah 2:33, 38–39. "Eviggt straff", "outsläckt eld" och "oändliga kval"**

När kung Benjamin varnade för följderna av att göra uppror mot Gud använde han uttrycken "evigt straff"

(Mosiah 2:33), "outsläckt eld" (Mosiah 2:38) och "oändliga kval" (Mosiah 2:39). Herrens ord i Läran och förbunden 19:6–12 ger djupare insikt i de här uttrycken.

# Mosiah 3

## Inledning

Kung Benjamin fortsatte talet till sitt folk med att berätta vad en ängel hade sagt till honom om Jesu Kristi jordiska verksamhet. Kung Benjamin vittnade om att de som syndat kan få frälsning genom tro på Jesus

Kristus och omvändelse. Han sade också att om någon "ger efter för den Helige Andens maningar och lägger av den naturliga människan" så blir han eller hon "en helig genom Herren Kristi försoning" (Mosiah 3:19).

## Lektionsförslag

*Obs:* Om du under förra lektionen uppmuntrade eleverna att tillämpa och lära sig Mosiah 2:17 utantill, fundera då på att under lektionens gång ge dem tillfälle att kortfattat berätta om sina upplevelser. Men se till att det blir tillräcklig tid över att diskutera lärosatserna och principerna i Mosiah 3.

### Mosiah 3:1–10

#### *Kung Benjamin berättar vad en ängel sagt till honom om Jesu Kristi försoning*

Visa ett tomt glas och ett kärl med vatten. Be en elev visa hur mycket vatten han eller hon skulle hälla upp åt någon som bara vill smaka på det. Låt eleven sedan visa hur mycket vatten han eller hon skulle hälla upp åt någon som vill släcka sin törst. Be eleverna begrunda följande fråga:

- Om vattnet står för glädje, hur mycket skulle du då vilja ha i ditt glas?

Tala om för eleverna att läran i Mosiah 3 hjälper dem förstå hur de kan fyllas av glädje.

Be en elev läsa Mosiah 3:2–5 högt. Be klassen vara uppmärksam på källan till kung Benjamins budskap i Mosiah 3.

Betona att Mosiah 3 innehåller en ängels tillkännagivelse om "glada [budskap] om stor glädje" (Mosiah 3:3). Be några elever turas om att högt läsa ur Mosiah 3:5–10. Be klassen vara uppmärksam på ord eller uttryck som hjälper dem att förstå och uppskatta Jesu Kristi mission bättre. Föreslå gärna att de markerar dessa ord och uttryck. Låt några av eleverna få berätta vilka ord och uttryck de hittat.

- Vad hjälper er Mosiah 3:7 förstå om Frälsarens mission?
- Varför tror ni ängeln sade att det här budskapet skulle ge stor glädje?

Be eleverna att i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker sammanfatta Mosiah 3:5–10 i en enda mening. Efter att eleverna haft tillräcklig tid att skriva ber du några av dem berätta vad de skrivit. Elevernas sammanfattningar bör visa att de förstår ängeln budskap att **Jesus Kristus led så att vi kan bli frälsta från våra synder**.

Följ gärna upp elevernas svar med den här frågan:

- Vad känner ni när ni tänker på vad Frälsaren har gjort för er?

För att hjälpa eleverna få djupare insikt i Frälsarens lidande läser du följande uttalande av James E. Talmage i de tolv apostlarnas kворum:

"Kristi ångest i ortagården, både dess intensitet och orsak, är ofattbar för det begränsade mänskliga förnuftet ... Han led och dignade under en börda så ohygglig, att ingen annan på jorden ens skulle kunna föreställa sig något sådant. Det var inte en fysisk smärta och inte enbart en psykisk tortyr, som gjorde, att blod sipprade fram ur varje por, utan det var själsliga kval han led, en andlig pina, som endast Gud var i stånd att erfaras ... I denna ångestfyllda stund mötte Kristus och övervann alla de fador, som Satan, 'denna världens furste', kunde frammana ... På något sätt, som var faktiskt, förfärligt och verkligt, ehuru ofattbart för människan, tog Frälsaren på sig människoslaktets syndabörda alltifrån Adams dagar till världens ände" (*Jesus Kristus*, s. 600–601).

#### **Ställ frågor som får elever att berätta vad de känner och bära vittnesbörd**

För att få elever att berätta vad de känner och bära vittnesbörd kan du ställa frågor som hjälper dem att tänka på upplevelser de haft i samband med principen eller läran ni samtalar om. Du skulle kunna fråga: "Hur fick ni ett vittnesbörd om att ... ?" eller "När har ni känt ... ?" Be dem sedan berätta om sina upplevelser och känslor. Om de gör det kan den Helige Anden vittna om sanningen för dem och för klasskamraterna.



## Mosiah 3:11–27

### *Kung Benjamin vittnar om att vi genom Jesu Kristi försoning kan lägga av den naturliga människan och bli heliga*

Tala om för eleverna att kung Benjamin berättade vad ängeln sade om skilda grupper av människor och hur Jesu Kristi försoning är tillämplig på varje grupp. Skriv följande frågor på tavlan. Be eleverna läsa Mosiah 3:11–13, 16 tyst för sig själva och leta efter svar på dessa frågor:

*Hur är försoningen tillämplig:*

*På dem som dör utan kännedom om evangeliet?*

*På dem som gör uppror mot Gud och syndar medvetet?*


*På barn som dör innan de uppnått ansvarighetsåldern?*

När eleverna haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de kommit fram till. (För att hjälpa dem besvara den första frågan kan du gärna låta dem läsa Läran och förbunden 137:7–10, och för den tredje frågan Moroni 8:8, 17 och Läran och förbunden 29:46–47.)

Läs följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum om försoningens inverkan på alla vår himmelske Faders barn:

”Vi ... läs[er] att 'hans blod sonar ... deras synder som ... har dött utan att känna till Guds vilja rörande dem eller som har syndat ovetande' (Mosiah 3:11). Likaså 'sonar Kristi blod [för små barn]' (Mosiah 3:16). Denna lära att försoningens makt ger alla uppståndelsens och renhetens gåva, motsäger påståendet att Guds nåd endast kan frälsa ett utvalt fåtal. Han nåd är till för alla. Denna lära i Mormons bok utvidgar vår syn och ökar vår kunskap om Guds allomfattande kärlek och hans försonings universella inverkan på alla människor överallt” (se ”Alla människor överallt”, *Liahona*, maj 2006, s. 77).

- Vilken princip lär vi oss i Mosiah 3:12 om hur försoningen är tillämplig på oss? (**Vi blir frälsta från våra synder när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss.**)
- Vad händer enligt den här versen med dem som väljer att inte utöva tro på Jesus Kristus och omvända sig?

 **Mosiah 3:19** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

Framhåll att Mosiah 3:19 är ett nyckelskriftställe. (Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.) Fäst också elevernas uppmärksamhet på Mosiah 3:19 och hur ängeln använder uttrycket ”den naturliga människan”. För att hjälpa eleverna förstå det här uttrycket läser du följande förklaring i Handledning för skriftstudier:

En naturlig människa ”är en person som väljer att påverkas av köttets begär, lustar, önsningar och känslor hellre än av den Helige Andens maningar. En sådan människa förstår det fysiska men inte det andliga. Alla människor är köttliga, eller dödliga, till följd av Adams och Evas fall. Var och en måste födas på nytt genom Jesu Kristi försoning” (Handledning för skriftstudier, ”Naturliga människan, Den”, scriptures.lds.org).

Skriv följande frågor på tavlan. Låt eleverna utforska Mosiah 3:19 tyst för sig själva och leta efter svar på frågorna.

*Hur beskrev ängeln den naturliga människans relation till Gud?*

*Hur lägger vi av den naturliga människan enligt den här versen?*

Framhåll att man genom Jesu Kristi försoning inte endast lägger av ”den naturliga människan” utan också blir ”en helig”. Förutom att frälsa oss från våra synder gör Frälsaren oss till bättre människor än vi någonsin kan bli av egen kraft. Han hjälper oss att bli mer lika honom. För att hjälpa eleverna förstå den här läran läser du följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:



”Lägg märke till att både oskyldiga händer och rent hjärta krävs för att man ska få gå upp på Herrens berg och träda in i hans helgedom [se Ps 24:3–4].

Vi får oskyldiga händer i en process som består i att vi avkläder oss den naturliga människan samt genom Frälsarens försoning övervinner synd och dåligt inflytande i vårt liv. Vårt hjärta renas när vi får hans stärkande kraft att göra gott och bli bättre. Alla våra värdiga önsningar och goda gärningar, hur nödvändiga de än må vara, kan aldrig ge oss oskyldiga händer och rent hjärta. Det är Frälsarens försoning som ger oss den både *renande och återlösande kraft* som hjälper oss att

övervinna synd och den *helgande och stärkande kraft* som hjälper oss att bli bättre än vi någonsin skulle kunna bli genom att enbart förlita oss på vår egen kraft. Den oändliga försoningen är både till för syndaren och den heliga i oss” (“Oskyldiga händer och rent hjärta”, *Liahona*, nov. 2007, s. 82).

För att hjälpa eleverna sammanfatta de lärosatser de lärt sig i Mosiah 3:19 ställer du följande fråga:

- Vilka sanningar i evangeliet hittar ni i Mosiah 3:19?

Bland de sanningar som eleverna kan nämna ingår följande lärosatser:

**Den naturliga människan är en fiende till Gud.**

**När vi ger efter för den Helige Andens maningar, lägger vi av den naturliga människan.**

**Genom Jesu Kristi försoning kan vi lägga av den naturliga människan och bli heliga.**

Be eleverna att i sina skriftdagböcker besvara en av följande frågor. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva dem i sina skriftdagböcker.)

- Vad kan du göra för att i högre grad ge efter för ”den Helige Andens maningar”? Vad tänker du göra den närmaste veckan för att förbättra dig inom det här området?
- Vilket av barnets egenskaper som räknas upp i Mosiah 3:19 behöver du mest av allt utveckla? Vad tänker du göra den närmaste veckan för att utveckla den egenskapen?

För att hjälpa eleverna att bättre förstå och uppskatta Frälsarens försoning läser du Mosiah 3:23–26 för dem. Förklara att uttrycket ”Guds vredes bägare” i vers 26 syftar på det lidande som drabbar dem som medvetet syndar och inte omvänder sig. Be därefter en elev läsa Läran och förbunden 19:16–19. Be eleverna lyssna efter ordet *kalken* i vers 18. En kalk är en större bägare.

- Vad har Jesus Kristus gjort så att vi inte måste dricka ur ”Guds vredes bägare”? (Han har själv druckit ur den och tagit på sig straffet för våra synder. Om vi verkligen omvänder oss behöver vi inte utstå det straffet.)

Avsluta med att bära vittnesbörd om sanningarna som togs upp i den här lektionen.

### Nyckelskriftställe – Mosiah 3:19

För att hjälpa eleverna lära sig Mosiah 3:19 utantill delar du upp dem i par. Be klasskamraterna i varje par högt läsa Mosiah 3:19 på följande sätt: en av dem läser det första ordet, den andra det andra ordet, den första det tredje ordet och så vidare. Be dem upprepa det här några gånger. Du kan gärna variera det hela genom att låta kamraterna läsa två eller tre ord åt gången i stället för bara ett.

Repetitionen av den här aktiviteten hjälper eleverna att bekanta sig med versens innehåll och gör det lättare för dem att lära sig hela versen utantill. Uppmana dem att slutföra inläringen av Mosiah 3:19 på egen hand.

*Obs:* Med tanke på lektionens karaktär och utsträckning kan du gärna använda den här aktiviteten en annan gång, när ni har tid över.

# Mosiah 4

## Inledning

Kung Benjamins predikan påverkade folket så att de omvände sig och fick förlåtelse för sina synder. De var "fylld[a] med glädje" och hade "samvetsfrid" (Mosiah 4:3). Kung Benjamin fortsatte att undervisa dem och hjälpte dem förstå vad de måste göra för att "behålla

[sina] synders förlåtelse" (Mosiah 4:12). Han jämförde dem med tiggare och sade att de var beroende av Gud för att få frälsning. Han varnade dem också för att glömma bort att ge akt på sina tankar, ord och gärningar.

## Lektionsförslag

### Mosiah 4:1–8

#### *Kung Benjamins folk får förlåtelse för sina synder och fylls med glädje och frid*

Be eleverna begrunda följande fråga:

- Hur vet vi att vi fått förlåtelse för våra synder?

Läs följande uttalande av president Harold B. Lee:



"Om den tid kommer när du har gjort allt du kan för att omvända dig från dina synder, vem du än är, var du än är, och har gottgjort efter bästa förmåga – och är det något som påverkar din ställning i kyrkan så har du gått till de rätta auktoriteterna – då vill du få bekräftelse på om Herren godtagit dig. Om du i din självrannsakan söker och du finner den samvetsfriden, då vet du därigenom att Herren godtagit din omvändelse" (se "Stån på heliga platser",

*Nordstjärnan*, mars 1974, s. 125).

Påminn eleverna om att kung Benjamin citerade en ängels ord till honom om hur man får förlåtelse för sina synder. Du skulle särskilt kunna påminna dem om ängels ord att den naturliga människan är en fiende till Gud och vad som väntar dem som dör utan att ha omvänt sig från sina synder (se Mosiah 3:19, 23–27).

Be eleverna läsa Mosiah 4:1–2 tyst för sig själva och leta efter uttryck som visar hur kung Benjamins folk reagerade på ängels ord. Låt några elever få berätta vad de hittat. Om eleverna behöver hjälp med att förstå uttrycket "köttslig[t] tillstånd" förklarar du att ordet *köttslig* är motsatsen till *andlig*. Det syftar på våra kroppsliga begär i kontrast till vår andliga önskan att komma Herren närmare. Du skulle kunna låta eleverna läsa Alma 41:11 och sedan be dem förklara uttrycket "köttsligt tillstånd" med egna ord. För att hjälpa eleverna förstå uttrycket "ringare än jordens stoft" ber du dem läsa Helaman 12:4–8. Be dem sedan förklara med egna ord hur någon som vägrar att följa Herrens råd kan sägas vara ringare än jordens stoft. Förvissa dig om att de förstår att vår himmelske Fader inte anser sina barn vara ringare än jordens stoft.

Framhåll att när folket insåg att de var syndare, då omvände de sig och gav uttryck åt sin tro på Jesus Kristus och hans försoning. Be en elev läsa Mosiah 4:3 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur folket visste att de hade fått förlåtelse för sina synder.

- Vilka känslor får de som Herren har förlåtit, enligt Mosiah 4:3?
- Folket fick förlåtelse för sina synder tack vare den "stora tro som de hade på Jesus Kristus". Vilka handlingar visade att de hade stor tro? (Se Mosiah 4:1–2.)
- Med era egna ord, vad lär vi oss i Mosiah 4:1–3 om att få förlåtelse för våra synder? (Ett möjligt svar är att **när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss uppriktigt får vi förlåtelse för våra synder**. Be gärna eleverna att markera nyckelord och viktiga uttryck i Mosiah 4:1–3 som betonar den här principen.)

Läs följande uttalande av äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kvorum som sammanfattar vad vi måste göra för att få förlåtelse för våra synder:



”När vi ärligt bekänner våra synder, återställer det vi kan till dem som vi har syndat mot och överger våra synder genom att hålla buden, då är vi inne i förlåtelseprocessen. Med tiden kommer vi att märka hur sorgens kval lägger sig, vilket tar ’bort skulden från våra hjärtan’ (Alma 24:10) och ger ’samvetsfrid’ (Mosiah 4:3).

Du som är uppriktigt ångerfull men inte tycks kunna känna någon lindring, fortsätt att hålla buden. Jag lovar dig att lindring kommer – men enligt Herrens tidsplan. Helandet tar också tid’ (”Bli omvända ... så att jag kan hela er”, *Liahona*, nov. 2009, s. 42). Be eleverna skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om vad de lärde sig om omvändelse när de diskuterade Mosiah 4:1–3. Be dem också skriva hur de kan utöva tro när de strävar efter att få förlåtelse för sina synder.

Berätta att kung Benjamin efter att ha sett att folket var ångerfullt, påminde dem om deras beroende av Herren. Be flera elever turas om att läsa högt ur Mosiah 4:4–8. Be klassen vara uppmärksam på vad kung Benjamin ville att hans folk skulle förstå efter att de fått förlåtelse för sina synder.

- Vad är enligt de här verserna de enda ”villkor varigenom [vi] kan bli frälst[a]”?

Efter att eleverna besvarat den här frågan ber du dem läsa Mosiah 4:4–8 tyst för sig själva och leta efter uttryck som beskriver människor som får frälsning. Föreslå gärna att de markerar dessa uttryck. Fundera på att ställa följande frågor:

- Vad tror ni det innebär att vara ”noga med att hålla [Herrens] bud”?
- Vilka handlingar visar exempelvis att någon har ”[satt] sin lit till Herren”?
- På vilka sätt har ni sett ”Guds godhet” och hans ”ojämförliga makt”?

Framhåll att omvändelse och lydnad kräver personlig ansträngning. Men hur mycket vi än ansträngde oss kunde vi aldrig få förlåtelse för våra synder och få frälsningens gåva utan Jesu Kristi försoning.

## Mosiah 4:9–30

### *Kung Benjamin undervisar om hur man behåller syndernas förlåtelse*

Skriv *behålla våra synders förlåtelse* på tavlan. Tala om för eleverna att när folket hade fått förlåtelse för sina synder berättade kung Benjamin hur man behåller eller bevarar detta rena tillstånd.

- Varför är det viktigt att vi också vet det?

Be eleverna utforska Mosiah 4:9–11 tyst för sig själva och leta efter vad vi måste göra för att behålla våra synders förlåtelse. När eleverna haft tillräcklig tid låter du dem berätta vad de hittat. Fundera på att skriva deras svar på tavlan. I svaren kan ingå att vi måste komma ihåg Guds storhet, ödmjuka oss, be dagligen och stå fasta i tron.

Fundera på att ställa följande frågor för att hjälpa eleverna fördjupa sin insikt och tillämpa vad de läst:

- Kung Benjamin sade att vi måste ”tro på Gud” (Mosiah 4:9). Han talade också om att smaka av Guds kärlek och alltid hålla i minnet ”Guds storhet” (Mosiah 4:11). Vilka erfarenheter har hjälpt er inse att Gud är verklig och kraftfull och att han älskar er?
- Att alltid hålla Guds kraft, godhet och kärlek i minnet, hur påverkar det vår villighet att lyda honom?

Läs Mosiah 4:12 för eleverna. Be dem vara uppmärksamma på de välsignelser som nämns i den här versen och som de människor får som gör det som sägs i Mosiah 4:5–11.

Förklara att Mosiah 4:13–16 innehåller kung Benjamins beskrivning av de människor som behåller sina synders förlåtelse. Dela upp klassen i tre grupper. Be den första gruppen att utforska Mosiah 4:13, den andra gruppen Mosiah 4:14–15 och den tredje gruppen Mosiah 4:16. Låt varje elev tyst för sig själv läsa versen eller verserna du gett dem och leta efter egenskaper eller en inställning som kung Benjamin beskrev hos dem som strävar efter att behålla sina synders förlåtelse.

När eleverna haft tillräcklig tid ber du dem berätta vad de hittat. När de gör det betonar du sanningen att **om vi ödmjukar oss inför Gud och strävar efter att utveckla kristliga egenskaper, kan vi behålla våra synders förlåtelse**. Hjälプ eleverna tillämpa vad de lär

sig genom att ställa dem en av följande frågor eller båda i samband med varje egenskap eller inställning som nämns:

- Varför tror ni den här inställningen (eller egenskapen) hjälper oss att behålla våra synders förlåtelse?
- När har ni sett exempel på den här inställningen (eller egenskapen)?

Kung Benjamin använde en stark analogi som kan hjälpa eleverna uppskatta välsignelserna de fått av Herren och få dem att vilja utveckla de egenskaper de studerat i Mosiah 4:13–16. Be eleverna läsa Mosiah 4:16–23 tyst för sig själva.

- Hur är vi alla tiggare enligt kung Benjamin?
- Hur kan den här insikten hjälpa oss att vara barmhärtigare mot andra?
- Vilket råd ger kung Benjamin i Mosiah 4:24–26 till dem som inte har något att ge till tiggaren eller bara lite?
- Hur hjälper oss fasteoffret i kyrkan i dag att följa rådet i Mosiah 4:26? Hur kan ungdomar delta när det gäller fasteoffret? (I svaren kan ingå att de kan fasta, några kan bidra med fasteoffer, i några delar av världen samlar bärare av aronska prästadömet in fasteoffer från församlings- eller grensmedlemmar.)

Framhåll att det med tanke på allt det goda vi uppmanas att göra ibland är svårt att ha balans i livet. Låt en elev läsa Mosiah 4:27 högt.

- Vad tror ni menas med att allt bör ske med "visdom och ordning"?
- Hur kan det här rådet hjälpa er?

Be en elev läsa Mosiah 4:29–30 högt. Framhåll att Mosiah 4:30 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

- Vad är förhållandet mellan våra tankar, ord och gärningar? Vad kan vi göra för att ge akt på oss själva? På vilka sätt kan vi hjälpa varandra?

Fundera på att ge eleverna några minuter att skriva i sina skriftdagböcker om hur principerna i Mosiah 4:9–30 kan hjälpa dem i deras strävan att behålla sina synders förlåtelse. Vittna om Herrens kärlek till var och en av dem och hans önskan att de ska omvända sig och behålla sina synders förlåtelse.

### **Nyckelskriftställe – Mosiah 4:30**


För att hjälpa eleverna förstå förhållandet mellan tankar, ord och gärningar, vilket tas upp i Mosiah 4:30, läser du följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"Ha rena tankar. De som har rena tankar gör inga smutsiga gärningar. Du är inte bara ansvarig inför Gud för dina handlingar utan också för hur du styr dina tankar. Lev på ett sådant sätt att du inte skulle rodna av skam om dina tankar och handlingar skulle visas på en filmduk i ditt möteshus. Det gamla talesättet är fortfarande sanning att du sår tankar och du skördar handlingar, du sår handlingar och du skördar vanor, du sår vanor och du skördar en karaktär, och din karaktär avgör ditt eviga öde. Som en människa tänker så är hon" (Conference Report, okt. 1964, s. 60).

Förklara att ljus och mörker inte kan finnas på samma plats samtidigt. Ljuset skingrar mörkret. Lämplig musik, upplyftande bilder, sunda aktiviteter, rena ord och tankar är exempel på sådant som bjuder in Anden till vårt liv och driver bort ovärdiga tankar. Hjälpa eleverna förstå att de kan bekämpa mörkret genom att fylla sitt liv med ljus.

- Vad kan vi göra så att våra tankar, ord och handlingar är och förblir rena?

Uppmuntra eleverna att var och en göra upp en plan för hur de ska fylla sitt liv med ljus. Be dem gärna skriva planen i sina skriftdagböcker.

 **Mosiah 4:30** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

### **Skriva ner ingivelser**

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum uppmanade elever att skriva ner de ingivelser de får: "Utveckla förmågan att lära er av det ni ser och i synnerhet av det som den Helige Anden påverkar er att känna ... Skriv på något säkert ställe ner de viktiga saker ni lär er av Anden. Ni kommer att upptäcka att när ni skriver ner dessa dyrbara ingivelser, kommer det ofta fler" (se "Att förvärva kunskap och förmågan att använda den förståndigt", *Liahona*, aug. 2002, s. 12–13).

## LEKTION 55

# Mosiah 5–6

### Inledning

Mosiah 5 innehåller slutet av kung Benjamins predikan för sitt folk, vilken började i Mosiah 2. Folket upplevde en mäktig förändring i hjärtat därför att de trodde på hans ord. De ingick ett förbund med Gud och tog på sig

Jesu Kristi namn. I Mosiah 6 finns upptecknat att kung Benjamin överlät riket till sin son Mosiah, som följde sin fars exempel i sin regeringsutövning.

## Lektionsförslag

### Mosiah 5:1–4

*Kung Benjamins folk beskriver den mäktiga förändring de upplevt i hjärtat genom Anden*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Har du någonsin känt att du behövde förändras andligen?*

*Vad gjorde du åt det?*

*Om du upplevt en förändring, består den förändringen än i dag?*

Be eleverna besvara frågorna i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Läs därefter följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:

”Ja, kärnan i Jesu Kristi evangelium innefattar en fundamental och bestående förändring i vårt hela väsen, en förändring som möjliggörs genom att vi litar till ’den helige Messias förtjänster och barmhärtighet och nåd’ (2 Nephi 2:8). När vi väljer att följa Mästaren väljer vi att förändras – att andligen födas på nytt” (se ”Vi måste födas på nytt”, *Liahona*, maj 2007, s. 20).

Du skulle kunna föreslå att eleverna skriver följande citat i sina skrifter bredvid Mosiah 5:2 eller i sina skriftdagböcker: *”När vi väljer att följa Mästaren väljer vi att förändras”* (äldste David A. Bednar).

- På vilka sätt väljer vi att förändras när vi väljer att följa Jesus Kristus?

Ge eleverna några minuter att ögna igenom Mosiah 2–4. Du skulle kunna föreslå att de läser kapitelingresserna. Fråga dem vad de kommer ihåg av innehållet i de här kapitlen. Be dem därefter läsa Mosiah 5:1 tyst för sig själva.

- Vad ville kung Benjamin få veta av sitt folk?

Be eleverna läsa Mosiah 5:2–5 tyst för sig själva och leta efter folkets reaktion på kung Benjamins fråga. Innan eleverna börjar läsa kan du gärna förklara att i vers 2 syftar ordet *benägenhet* på en persons önsknings och läggning. När de läst färdigt ställer du följande frågor för att hjälpa dem analysera verserna:

- Vad sade folket om sin benägenhet?
- Vad var det som åstadkom den här förändringen i deras benägenhet? (De trodde på det som kung Benjamin hade lärt dem om Jesus Kristus och försoningen, och Anden åstadkom en förändring i deras hjärtan.)

Betona att en hjärtats förändring är mer än bara en beteendeförändring. När vi upplever en förändring i hjärtat blir vi en ny människa – vi har förändrats genom Frälsarens försonings kraft. För att hjälpa eleverna förstå den här sanningen läser du följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:

”Jesu Kristi evangelium omfattar mycket mer än att undvika, övervinna och renas från synd och från dåligt inflytande i vårt liv. Det innebär också i hög grad att göra gott, vara god och bli bättre ... Denna mäktiga förändring är inte bara resultatet av att man anstränger sig mer eller utvecklar större självdisciplin. Den är snarare följden av en grundläggande förändring i våra önsknings, motiv och vår natur, som möjliggörs av Herren Kristi försoning.

Vårt andliga mål är att övervinna både synden och önskan att synda, både syndens orenhet och syndens tyranni" ("Oskyldiga händer och ett rent hjärta", *Liahona*, nov. 2007, s. 81–82).

- Varför tror ni att vi behöver Jesu Kristi försoning för att verkliga förändras?

Fäst elevernas uppmärksamhet på orden "tack vare Herren den Allsmäktiges Ande" i Mosiah 5:2. Betona att *allsmäktig* betyder någon som har all makt och förmåga.

- Vad lär vi oss i Mosiah 5:2–4 om hur vi kan få uppleva en mäktig förändring i vårt liv?

När eleverna diskuterar den här frågan, förvissa dig då om att de förstår att **när vi utövar tro på Jesus Kristus och tar emot den Helige Anden, kan vi uppleva en mäktig förändring i hjärtat.**

Förklara att den här mäktiga förändringen i hjärtat är en process som pågår livet ut och inte en engångshändelse. Läs följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"Att bli kristuslik är en livstids strävan och mycket ofta handlar det om långsam tillväxt och förändring, nästan omärklig ...

Sann omvändelse [innebär] en förändring i hjärtat och inte enbart ett ändrat beteende ... Omvändelse [innebär] för det mesta inte några sensationella eller dramatiska förändringar, utan det är i stället att steg för steg, stadigt och konsekvent gå mot gudaktighet" (se "En mäktig förändring i hjärtat", *Nordstjärnan*, mars 1990, s. 7).

För att hjälpa eleverna tillämpa den här principen och utvärdera hur långt de kommit i fråga om att uppleva den här mäktiga förändringen i hjärtat, ber du dem begrunda följande frågor och skriva svaren i sina skriftdagböcker. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva dem i sina skriftdagböcker.)

- Hur har din benägenhet förändrats när du följt Frälsaren?
- Vad behöver du göra för att Herren ska fortsätta att hjälpa dig uppleva den här förändringen?

Ge en eller två elever tillfälle att berätta hur de besvarat frågorna. Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta något som är alldeles för personligt.

## Mosiah 5:5–15

### *Kung Benjamins folk ingår ett förbund med Gud och ges ett nytt namn*

Be en elev läsa Mosiah 5:5 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad kung Benjamins folk var villiga att göra på grund av den förändring de hade upplevt i hjärtat.

- Vad var folket villiga att göra efter att deras benägenhet hade förändrats genom Jesu Kristi försoning?

För att hjälpa eleverna få djupare insikt i vad förbund innebär, ger du dem några minuter att studera ämnet på egen hand. Du skulle kunna föreslå att de studerar ämnet i Handledning för skriftstudier eller i *Stå fast i din tro*. När de haft tillräcklig tid att studera delar du upp dem i par och låter eleverna i varje par förklara för varandra med egna ord vad förbund är.

- Vilka ord eller uttryck i Mosiah 5:5 visar att folket var uppriktigt i sin önskan att sluta förbund med Gud och att hålla dem? (I svaren kan ingå "göra hans vilja", "i allt" och "alla våra återstående dagar".)
- Vilka ord eller uttryck i Mosiah 5:5 påminner er om de löften vi förnyar varje gång vi tar sakramentet?
- Hur tror ni detta att sluta och att hålla förbund hjälper oss att fortsätta i processen att uppleva en hjärtats förändring?

Be eleverna läsa Mosiah 1:11 tyst för sig själva. Be dem leta efter ett skäl till att kung Benjamin kallade samman folket. (För att ge dem ett namn.) Förklara att i Mosiah 5:7–15 finns upptecknat att kung Benjamin förklarade det namn som han hade lovat att ge sitt folk. Ge eleverna några minuter att ögna igenom Mosiah 5:7–14 och leta efter ordet *namn* och olika verbformer av ordet *kalla*. Föreslå gärna att eleverna markerar dessa ord varje gång de förekommer.

Be några elever berätta varför de fick just det namn de fått. Du skulle till exempel kunna be dem berätta hur deras föräldrar kom fram till det namnet eller fråga dem om deras namn har en särskild innebörd. Ställ därefter följande fråga till klassen:

#### Låt eleverna förklara

Be eleverna då och då att förklara lära och principer för varandra. På så sätt hjälper du eleverna att stärka sin tro och få djupare insikt i Jesu Kristi evangelium. Du hjälper dem också lära sig att berätta för andra om evangeliets sanningar.

- Vilken betydelse har ett namn? (Sammanfatta elevernas svar på tavlan. I svaren kan ingå att det är med det man känner oss, det förknippas med vår identitet, det särskiljer oss från andra, det för ofta med sig anseende och förväntningar på grund av familjen eller släkten som är förknippad med det.)

Be en elev läsa Mosiah 5:7–8 högt. Be klassen vara uppmärksam på namnet som kung Benjamin gav sitt folk. Be också eleverna vara uppmärksamma på ord och uttryck som visar vikten av det namnet. Uppmuntra gärna eleverna att markera dessa ord och uttryck.

- Vilket namn gav kung Benjamin sitt folk?
- Vilka ord och uttryck lade ni märke till? Vad lär er de här orden och uttrycken om Kristi namn?
- När tar vi på oss Jesu Kristi namn? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **vi tar på oss Jesu Kristi namn när vi sluter och håller heliga förbund.**)

När eleverna diskuterar de här verserna kan de behöva hjälp med att förstå läran att vi kan bli "Kristi barn" (Mosiah 5:7). Påpeka gärna att en far ger livet åt ett barn. Vi är andebarn till vår himmelske Fader. Vi är också barn till vår jordiske far som tillsammans med vår mor gav oss möjlighet att leva här i en jordisk kropp. I fråga om Mosiah 5:7 sade president Joseph Fielding Smith att Jesus Kristus "blir vår Fader" eftersom han "erbjuder oss liv, evigt liv, genom den försoning som han åstadkom för oss". Han förklarade: "Vi [blir] Jesu Kristi barn, hans söner och döttrar, genom våra lydndsförbund med honom" (*Frälsningens lära*, sammanst. av Bruce R. McConkie, 3 delar, 1:30).

Rikta elevernas uppmärksamhet på orden på tavlan som beskriver betydelsen av ett namn.

- Hur kan orden på tavlan hjälpa oss förstå betydelsen av att ta på oss Jesu Kristi namn?

Be eleverna läsa Mosiah 5:9–13 tyst för sig själva och leta efter fler råd från kung Benjamin i fråga om att ta på oss Jesu Kristi namn. Föreslå gärna att eleverna läser de här verserna som om kung Benjamin talade till dem. Dela upp eleverna i par och be dem diskutera följande frågor utifrån vad de läst. (Skriv gärna frågorna på tavlan eller på ett utdelningsblad.)

- Tänk på betydelsen av att ta på oss Kristi namn. Vad tror ni det innebär att ha Herrens bud "skriv[na] i [våra] hjärtan"? Vilka välsignelser får de som har Kristi namn skrivna i sina hjärtan?
- Tänk på personer som ni vet ärar Kristi namn. Vad gör de här personerna för att visa den vördnad och kärlek de hyser för Kristi namn?

Be en elev läsa Mosiah 5:15 högt. Be klassen vara uppmärksam på handlingar som kännetecknar dem som håller sina förbund.

- Vilka frågor skulle vi till exempel kunna ställa oss själva för att utvärdera hur väl vi tagit på oss Kristi namn?

Berätta för eleverna vad det innebär för dig att ha tagit på sig Jesu Kristi namn. Vittna om betydelsen av att ha gjort det här i ditt liv.

## Mosiah 6:1–7

### *Mosiah börjar regera*

Be eleverna läsa Mosiah 6:1–3 tyst för sig själva och ta reda på vad kung Benjamin gjorde innan han upplöste folkmängden.

- Varför tror ni det var viktigt att uppteckna namnen på alla som ingått förbundet? Varför utsåg kung Benjamin präster bland folket?

Berätta att kung Benjamin efter sin predikan överlät kungariket till sin son Mosiah. Tre år senare dog kung Benjamin. Be en elev läsa Mosiah 6:6–7 högt. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som visar att Mosiah följde sin fars exempel och hjälpte folket att fortsätta att uppleva en mäktig förändring i hjärtat.



# Hemstudielektion

## Mormons ord–Mosiah 6 (Studieavsnitt 11)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mormons ord–Mosiah 6 (studieavsnitt 11) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Mormons ord–Mosiah 2)

Genom att studera de erfarenheter Mormon gjorde när han följde Andens mening och tog med Nephis mindre plåtar i sin uppteckning fick eleverna lära sig att Herren vet allt. Kung Benjamin undervisade och sade att om nephiterna inte hade haft skrifterna skulle de ha nedsjunkit i otro och att vi genom att utforska skrifterna kan känna till och hålla buden. Han undervisade sitt folk om viktiga principer som: När vi tjänar andra, tjänar vi Gud. När vi inser att vi står i skuld till Gud, då vill vi tjäna andra och känner större tacksamhet. Om vi håller buden blir vi välsignade i både materiellt och andligt avseende.

#### Dag 2 (Mosiah 3)

Kung Benjamin citerade en ängels ord vilken kom med "glada [budskap] om stor glädje" om att Herren skulle födas till världen. Eleverna lärde sig att det över hundra år innan det hände blev profeterat att Jesus Kristus skulle lida så att vi kunde bli frälsta från våra synder. Vi kan bli frälsta från våra synder när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss. Om vi ger efter för den Helige Andens mening kan vi övervinna den naturliga människan genom Jesu Kristi försoning.

#### Dag 3 (Mosiah 4)

Kung Benjamins budskap fyllde hans folk med Herrens ande. Eleverna lärde sig att när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss uppriktigt får vi förlåtelse för våra synder. Kung Benjamin undervisade sitt folk och sade att om vi ödmjukar oss inför Gud och strävar efter att utveckla kristliga egenskaper, kan vi behålla våra synders förlåtelse.

#### Dag 4 (Mosiah 5–6)

När eleverna läste om den förändring som kom över kung Benjamins folk lärde de sig att när vi utövar tro på Jesus Kristus och tar emot den Helige Anden, kan vi uppleva en mäktig förändring i hjärtat. Kung Benjamins folk ingick förbund att göra Herrens vilja och hålla hans bud och visade att vi tar på oss Jesu Kristi namn när vi sluter och håller heliga förbund.

### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna förstå det som kung Benjamin undervisade sin son och sitt folk om tre år innan han dog. Kung Benjamin undervisade sitt folk om hur de genom att utöva tro på Jesus Kristus kunde få och behålla sina synders förlåtelse.

### Lektionsförslag

#### Mormons ord

##### *Nephi och Mormon ger uttryck åt sin förtröstan på Gud*

Be en elev läsa 1 Nephi 9:2–3 för att påminna eleverna om att Nephi fick befallning att göra två slags plåtar. Hjälp dem förstå att orden "dessa plåtar" i det här skriftstället syftar på Nephis mindre plåtar, som innehöll en uppteckning om huvudsakligen heliga ting. Be en elev läsa 1 Nephi 9:4 högt. Be klassen vara uppmärksam på syftet med de större plåtarna (att redogöra för kungarnas regering och folkets krig).

Påminn eleverna om att när Mormon förkortade Nephis större plåtar så upptäckte han de mindre plåtarna bland de andra uppteckningarna. Han inspirerades av den Helige Anden att lägga det han hittade på de mindre plåtarna till sitt sammandrag, även om han inte visste varför han skulle göra det (se Mormons ord 1:7).

Be hälften av klassen utforska 1 Nephi 9:5–6 och leta efter varför Nephi fick befallning att göra de mindre plåtarna. Be den andra hälften utforska Mormons ord 1:6–7 och leta efter varför Mormon beslöt sig för att lägga de mindre plåtarna till sitt sammandrag. Efter att eleverna kommit med sina svar frågar du dem vad de här skriftställerna lär dem om Herren. (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt är det viktigt att de förstår att **Herren vet allt.**)

- Vad var det för framtida "vis avsikt" som både Nephi och Mormon nämnde? (Herren visste att år 1828 skulle de mindre plåtarna ersätta de 116 handskrivna sidorna av översättningen som gått förlorade. Se studieavsnitt 6, dag 1 i elevens studievägledning.)
- Hur kan insikten om att Herren vet allt om framtiden ge er tro att lyda de andliga meningarna ni får?

Om du känner att du behöver dröja vid den här delen av lektionen, frågar du eleverna om de kan berätta om tillfällen när de kände sig manade av Anden att göra något och inte förrän senare fick veta syftet med meningarna.

#### Mosiah 1

##### *Kung Benjamin kallar samman folket*

Berätta att Nephis mindre plåtar omspanner nephiternas historia från Lehis dagar till den tid då Nephis och Zarahemlas folk förenades under kung Mosiahs regering och då Mosiahs son

Benjamin regerade över folket i rättfärdighet. De heliga uppteckningarna anförtröddes åt kung Benjamin. (Se Omni 1:23, 25.)

Mot slutet av sitt liv bad kung Benjamin sin son Mosiah att kalla samman folket. Be eleverna läsa Mosiah 1:10–11 och leta efter skälen till att kung Benjamin ville tala till folket. (Han ville tillkännage att Mosiah skulle efterträda honom som kung och också ge folket ett namn.)

## Mosiah 2–6

### *Kung Benjamin undervisar sitt folk om Frälsarens försoning*

Visa bilden Kung Benjamin talar till sitt folk (62298 180; *Evangeliabilder* [2009], nr 74). Läs Mosiah 2:12–19 för klassen. Be eleverna räkna upp handen när de hör ord eller uttryck som visar kung Benjamins karaktär. När de räcker upp handen slutar du läsa och ber dem berätta vad de upptäckt och hur det visar kung Benjamins karaktär.

Fråga gärna eleverna vad de lärde sig om tjänande i Mosiah 2:17. (Elevernas svar bör visa att de förstår att **när vi tjänar andra, tjänar vi Gud.**) Du skulle också kunna be klassen att läsa upp nyckelskriftstället Mosiah 2:17 ur minnet. Fundera på att be eleverna berätta hur de tjänat Gud nyligen genom att tjäna andra.

Skriv följande skriftställen på tavlan eller på ett pappersark. Ta inte med svaren inom parentes. Ge varje elev i uppgift att utforska ett av skriftställena. Påminn dem om att kung Benjamins predikan inriktades på det här temat: "Inget annat namn kommer att ges, och inte heller något annat sätt eller medel varigenom frälsning kan komma till människobarnen, än i och genom Kristi namn, han som är Herren den Allsmäktige" (Mosiah 3:17). Vart och ett av skriftställena lär oss något om det namnet.

1. Mosiah 2:20–25, 34. (När vi inser att vi står i skuld till Gud, då känner vi större tacksamhet.)
2. Mosiah 3:7–11, 17–18. (Jesus Kristus led så att vi kan bli frälsta från våra synder. Om vi utövar tro på Jesus Kristus genom omvändelse, kan vi bli frälsta från våra synder.)

3. Mosiah 3:12–16, 19–21. (Om vi ger efter för den Helige Andens maningar, kan vi genom Jesu Kristi försoning övervinna den naturliga människan och bli en helig.)

4. Mosiah 4:5–8, 19–21, 26. (Om vi ödmjucar oss inför Gud och strävar efter att utveckla kristliga egenskaper, kan vi behålla våra synders förlåtelse.)

Efter att eleverna haft tillräcklig tid ber du dem berätta för klassen eller i mindre grupper vad de lärt sig. Be därefter flera elever välja en av principerna och förklara hur de kan tillämpa den i det dagliga livet.

Be en elev läsa Mosiah 4:1–3 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur folket reagerade på kung Benjamins ord. Be därefter en annan elev läsa Mosiah 5:1–2, 5–8 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur vi kan ta på oss Herrens namn. Förvissa dig om att eleverna förstår följande princip: **Vi tar på oss Jesu Kristi namn när vi sluter och håller heliga förbund.** Påminn gärna eleverna om att ett av skälen till att kung Benjamin kallade samman folket var att undervisa dem om principen att ingå förbund. Han invigde också sin son Mosiah till att vara kung över folket (se Mosiah 6:3).

Avsluta med att fråga eleverna om någon av dem skulle vilja berätta hur det känns för dem att ha tagit på sig Jesu Kristi namn vid dopet. Be dem begrunda följande frågor:

- Hur kan du tillämpa principerna i kung Benjamins predikan personligen?
- Vad innebär det för dig att ta på dig Jesu Kristi namn?

Du skulle också själv kunna vittna om den glädje som kommer av att tro på Jesus Kristus och förtrösta på hans försoning.

## Nästa studieavsnitt (Mosiah 7–17)

Fråga eleverna: Skulle ni stå för er tro på Jesus Kristus även om det innebar att ni skulle bli avrättade? Berätta för eleverna att de nästa vecka ska studera profeten Abinadis ord. Uppmuntra dem att leta efter det budskap som Abinadi var villig att överlämna till nephiterna trots att han visste att han skulle bli avrättad.

# Mosiah 7–8

## Inledning

Omkring 80 år innan kung Benjamins son Mosiah blev kung lämnade en man som hette Zeniff tillsammans med en grupp nephiter Zarahemla för att bosätta sig i Nephis land, som de ansåg vara "sitt arveland" (se Omni 1:27–30). Kung Mosiah tillät en man som hette Ammon att föra en liten grupp till Nephis land för att ta reda på vad som hade hänt med Zeniffs grupp. När de kom dit fann de att avkomlingarna till Zeniffs

grupp var i trälldom under lamaniterna. Zeniffs sonson var deras kung. Ammons ankomst gav Limhi och hans folk nytt mod. Limhi frågade Ammon om han kunde översätta inristningarna på 24 guldplåtar som hans folk hade hittat. Ammon sade att kungen i Zarahemla, kung Mosiah, var en siare och kunde översätta dessa forntida uppteckningar.

## Lektionsförslag

### Mosiah 7

*Ammon finner Lehi-Nephis land och får veta hur kung Limhis folk kom i trälldom*

Skriv följande på tavlan: *sörja: att känna ledsnad eller sorg*

- Vad kan det finnas för anledningar till att människor sörjer?

Be en elev läsa Mosiah 7:24 högt, och be också klassen att följa med i texten. Framhåll orden "allt till följd av ondska". Förklara att den här versen syftar på förhållanden som uppstod på grund av en grupps orättfärdiga val. Be eleverna fundera på om de någonsin sörjt över en situation som uppstod "till följd av ondska". Berätta att de i dag ska studera Mosiah 7–8 om en kung som hette Limhi och om anledningarna till att hans folk sörjde. Be eleverna vara uppmärksamma på vad Limhi uppmuntrade sitt folk att göra för att övervinna sin sorg.

Be en elev läsa Mosiah 7:1 högt. Be dem hitta vilka två platser som nämns i den här versen. Skriv av den första översikten till den här lektionen på tavlan och be eleverna att skriva av den i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. När du använder översikten förklara då att kyrkan inte har någon officiell ståndpunkt i fråga om Mormons boks geografi annat än att händelserna ägde rum på den amerikanska kontinenten.

*Obs:* Allteftersom de studerar Mosiahs bok kommer eleverna lägga till ytterligare detaljer till översikten. För att de ska ha plats att lägga till de här detaljerna är det viktigt att du följer översikten i handledningen när du skriver av den på tavlan. Betona för eleverna innan de börja skriva att de behöver plats att lägga till detaljer. (Den fullständiga översikten över vandringarna finns i tillägget i slutet av handledningen.)

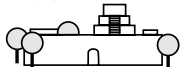
Berätta att när Lehis familj kom fram till det utlovade landet så slog de sig ner i Nephis land (kallas ibland Lehi-Nephis land eller första arvelandet). Kort efter Lehis död befallde Herren Nephi att fly ut i vildmarken med alla som ville följa med honom. Nephis folk fortsatte att bo i Nephis land men var åtskilda från dem som följde Laman och

Lemuel. Många år senare befallde Herren en grupp nephiter att fly från Nephis land. Den här gruppen slog sig ner i Zarahemlas land, som låg norr om Nephis land.

Flera generationer senare ledde en man som hette Zeniff en grupp nephiter till Nephis land för att "besitta sitt arveland" (se Omni 1:27–30). Zeniff hade tillhört en annan grupp

### Översikt över vandringar i Mosiah 7–24

Zarahemlas  
land



Nephis (Lehi-  
Nephis) land



som inte hade lyckats slå sig ner där (se Mosiah 9:1–2). Be eleverna rita en pil från Zarahemlas land till Nephis land och benämna den "Nephitisk grupp ledd av Zeniff". Den här gruppen lämnade Zarahemla omkring 80 år efter att Mosiah blivit kung.

Be eleverna ögna igenom Mosiah 7:1 och leta efter vad Mosiah ville veta. Efter att de berättat vad de hittat ber du dem läsa Mosiah 7:2–3 och ta reda på vad Mosiah gjorde för att få svar på sin fråga. Be eleverna rita en andra pil från Zarahemla till Nephis land och benämna den "Sökpattull ledd av Ammon". Pilen betecknar den vandring som Ammon och hans följeslagare företog.

Sammanfatta Mosiah 7:4–11 genom att berätta att Ammon hittade staden där avkomlingarna till Zeniffs folk bodde under Zeniffs sonson Limhis regering. Limhi såg Ammons grupp utanför stadsmuren. Han trodde att det var några av hans döde far Noas ogudaktiga präster och befallde sina livvakter att gripa dem och sätta dem i fängelse (se Mosiah 21:23). Två dagar senare förhörde han dem. Be eleverna läsa Mosiah 7:12–15 tyst för sig själva och leta efter hur Limhi reagerade när han fick veta vem Ammon var och var han kom från.

- Varför blev Limhi glad när han fick veta att Ammon kom från Zarahemlas land?

Rikta elevernas uppmärksamhet mot ordet *sörja* på tavlan. Sammanfatta Mosiah 7:16–19 genom att berätta att kung Limhi kallade samman sitt folk för att presentera Ammon för dem och för att tala till dem om orsaken till deras lednad och sorg och för att berätta för dem vem de skulle vända sig till för att bli befriade.

Skriv ordet *anledning* på tavlan under definitionen av ordet *sörja*. Be flera elever turas om att läsa högt ur Mosiah 7:20–28. Be klassen hitta handlingar som Limhi sade var anledningen till hans folks prövningar och sorger. (Berätta för eleverna att den profet som nämns i Mosiah 7:26 är Abinadi som brändes till döds under Limhis far Noas regering.) Efter att verserna lästs ber du några elever skriva på tavlan vad de hittat, under *anledning*.

- Vad tycks ha varit huvudanledningen till det här folkets sorg? (Ogudaktighet, synd.)

Be eleverna läsa Mosiah 7:29–32 tyst för sig själva. Be dem välja ett uttryck i texten som visar att Limhi förstod sambandet mellan folkets synder och folkets sorg. (Du kan behöva förklara att ordet *agnar* syftar på de värdelösa skal som blir över efter att sädeskornen frigjorts från halm. Med uttrycket "skörda agnarna" menas i Mosiah 7:30 att få något värdelöst.) Be några elever läsa och förklara de uttryck de valt i texten.

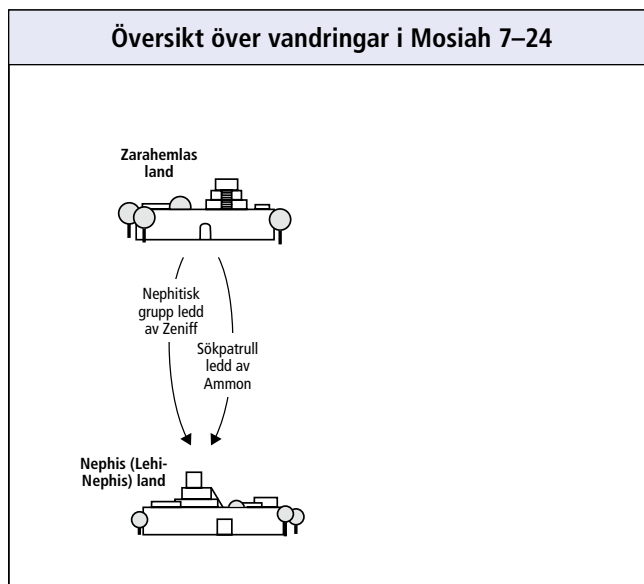
- Hur kan det vara till stor hjälp för oss att inse följderna av våra synder?

Be en elev läsa Mosiah 7:33 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Limhi uppmanade sitt folk att göra.

- Vilka principer lär vi oss av Limhi och hans folk om verkan av att inse och känna sorg över våra synder? (När eleverna hittar och berättar om sanningar i det här kapitlet, hjälp dem då förstå följande: **att inse och känna sorg över våra synder kan få oss att vända oss till Herren för att bli befriade.** Skriva gärna den här principen på tavlan.)

För att hjälpa eleverna förstå den här principen bättre ber du dem föreställa sig att någon i familjen känner ånger över sina synder och vill omvända sig och vända sig till Herren men inte riktigt vet hur han eller hon ska gå till väga. Vittna om att Limhis råd till sitt folk i Mosiah 7:33 innehåller nycklar till hur man övervinner den sorg och ånger som åtföljer synd. Be eleverna att utforska Mosiah 7:33 tyst för sig själva och leta efter uttryck i texten som skulle kunna hjälpa någon veta hur han eller hon kan "vända [sig] till Herren". (Du skulle kunna föreslå att de markerar dessa uttryck.)

När de haft tillräcklig tid på sig ber du några elever berätta för klassen vilka uttryck som gör starkt intryck på dem. Låt varje elev förklara innebörden av det uttryck han eller hon valde genom att 1) säga det med egna ord eller 2) ge exempel på någons handlingar eller inställning som strävar efter att tillämpa principen som kommer till uttryck i de orden.



Be eleverna fundera på om de har synder som de inte omvänt sig från och som skulle kunna förorsaka dem själva eller nära och kära ledsnad och sorg. Be eleverna att i sina skriftdagböcker besvara följande fråga:

- Hur kan du tillämpa Mosiah 7:33 i ditt liv i dag?

Bär vittnesbörd om att när vi vänder oss helhjärtat till Herren så befriar han oss från den sorg som våra synder har lett till.

## Mosiah 8

### *Ammon hör talas om de 24 guldplåtarna och berättar för Limhi om en siare som kan översätta inristningarna på dem*

Be två elever komma och ställa sig framför klassen. Bind för ögonen på den ena eleven och lägg därefter böcker, papper eller andra ofarliga föremål tvärsöver golvet i rummet. Be den andra eleven att genom anvisningar hjälpa den första eleven att gå tvärsöver rummet utan att beröra något av föremålen på golvet. Bind sedan för ögonen på den andra eleven. Flytta omkring sakerna på golvet och låt därefter den första eleven ge anvisningar. Men den här gången kommer eleven med ögonbindeln inte bry sig om anvisningarna. (Tala med den här eleven i hemlighet före lektionen och be honom eller henne att inte bry sig om anvisningarna.)

- Vad har det för fördel att lyssna på någon som ser saker som vi inte kan se?

Sammanfatta Mosiah 8:5–12 genom att berätta att innan Ammon kom dit hade kung

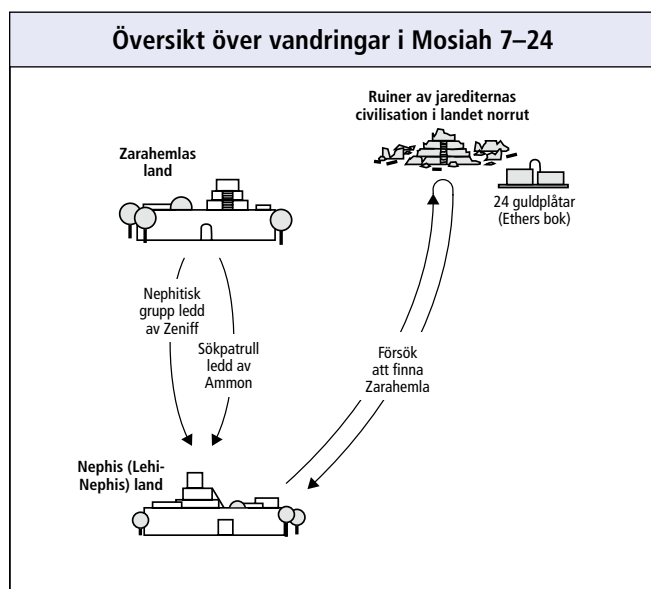
Limhi skickat ut en expedition för att skaffa hjälp i Zarahemla. Gruppen vandrade i vildmarken, men i stället för att finna Zarahemla fann de ruinerna av en civilisation som gått under. Där fann de 24 guldplåtar med inristningar. (Förklara gärna att ruinerna som Limhis folk upptäckte var allt som återstod av den Jareditiska civilisationen. Mormons bok innehåller en berättelse om Jarediterna. Den står att läsa i Ethers bok och har hämtats från de 24 guldplåtarna.) Lägg till vandringen till översikten på tavlan enligt illustrationen på den här sidan. Låt också eleverna göra det i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Berätta att kung Limhi ville förstå inristningarna på de 24 guldplåtarna. Han frågade Ammon om han kände någon som kunde översätta dem.

Be en elev läsa Ammons svar i Mosiah 8:13–15. Be klassen vara uppmärksam på den titel som Ammon använde när han talade om en person som hade förmåga att översätta sådana uppteckningar. Be eleverna utforska Mosiah 8:16–19 tyst för sig själva och leta efter ytterligare förmågor som en siare har. Be flera elever berätta vad de hittat.

Skriv följande på tavlan: **Herren tillhandahåller profeter, siare och uppenbarare till människornas nytta.**

- Hur många siare finns det på jorden i dag? (Femton – medlemmarna av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum.)
- Vad finns det till exempel för något som profeter, siare och uppenbarare kan tillkännage för oss? (Om eleverna har svårt att svara, frågar du dem vad siare har tillkännagett när det gäller ämnen som äktenskap och familj, utbildning, underhållning och medier eller sexuell renhet.)
- Hur har nutida profeter, siare och uppenbarare varit till välsignelse i ert liv?

Berätta gärna hur profeter, siare och uppenbarare varit till välsignelse i ditt liv. Uppmana eleverna att på egen hand läsa och begrunda ett tal som hållits nyligen vid generalkonferensen av en medlem av första presidentskapet eller de tolv apostlarnas kворum och att följa råden i det talet.



# Mosiah 9–10

## Inledning

Under kung Mosiah I:s regering ledde Zeniff en grupp nephiter från Zarahemla för att bosätta sig bland lamaniterna i Nephis land. Mosiah 9–22 innehåller en berättelse om de erfarenheter som den här gruppen gjorde. Lamaniternas kung tillät Zeniffs folk att bosätta

sig bland dem därför att han planerade att sätta dem i träldom. Lamaniternas falska traditioner och hat till nephiterna ledde så småningom till krig. Zeniffs folk litade på att Herren skulle ge dem styrka och lyckades driva ut lamaniterna ur landet.

## Lektionsförslag

### Mosiah 9:1–13

#### Zeniff leder en grupp nephiter i avsikt att återvända till Nephis land

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de ville ha något väldigt mycket. Be några av dem berätta om det. Förklara att de i dag ska läsa och diskutera om en man som ville något så intensivt att han inte såg följderna som hans önsknings skulle kunna få.

Be eleverna titta på översikten av vandringar som de började rita under förra lektionen. Påminn dem om att en man som hette Ammon ledde en grupp som färdades från Zarahemla och fann Limhi och hans folk i Nephis land. (Förklara gärna att Mormons bok berättar om två män som hette Ammon. En av dem ska de prata om i dagens lektion. Den andre var Mosiahs son som blev en stor missionär bland lamaniterna. Eleverna kommer läsa om honom i Mosiah 27.) Be eleverna slå upp Mosiah 7–8 och titta på årtalet som står längst ner på sidorna eller i kapitelingresserna (omkring 121 f.Kr.). Be dem jämföra det året med året i Mosiah 9 (omkring 200 f.Kr., cirka 80 år tidigare). Fråga om någon kan förklara det plötsliga hoppet.

Tala om att från Mosiah 8 till Mosiah 9 går handlingen 80 år tillbaka i tiden till kung Limhis farfar Zeniff. Be en elev högt läsa Mormons förord till Zeniffs berättelse i början av Mosiah 9 (förordet står omedelbart efter kapitel 8). Be därefter en annan elev läsa Mosiah 9:1–2 högt.

Låt eleverna rita en pil i den egna översikten och visa den vandring som företogs av den första gruppen som lämnade Zarahemla och begav sig till Nephis land. Framhåll att Zeniff ingick i den gruppen. Precis som i översikten på den här sidan ska pilen visa att gruppen också återvände till Zarahemlas land. Be dem benämna pilen "Några nephiter strävar efter att återta Nephis land". (Den fullständiga översikten över vandringarna finns i tillägget i slutet av handledningen.)

Be en annan elev läsa Mosiah 9:3–4 högt. Be resten av klassen följa med i texten och vara uppmärksam på 1) vad Zeniff var så ivrig att få och 2) vad han var sen att komma ihåg.

- Vad menas med att vara "alltför ivrig"? (Att känslomässigt uppgå så intensivt i något man önskar att man inte längre inser följderna av det eller blir blind för dem.)
- Vad tror ni menas med att vara sen att komma ihåg Herren?

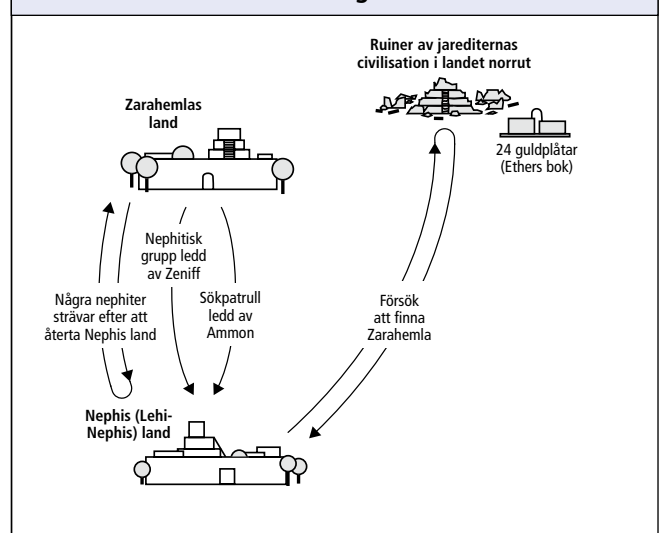
Förklara att eftersom Zeniff var alltför ivrig och också sen att komma ihåg Herren så gjorde han ett misstag. Be eleverna läsa Mosiah 9:5–7, 10 och leta efter det misstaget.

- Vad var det Zeniff inte begrep därför att han var alltför ivrig att ärva Nephis land?

### Årtal i fotnoter och kapitelingresser

Visa eleverna att det finns årtalsangivelser längst ner på varje sida i Mormons bok (eller i kapitelingresserna) som hjälper dem att se händelserna som beskrivs på dessa sidor i ett historiskt sammanhang. När eleverna bekantar sig med de årtalen ser de att det finns ett samband mellan händelserna i Mormons bok och även med andra händelser i historien.

### Översikt över vandringar i Mosiah 7–24



- Vad finns det för faror med att vara alltför ivrig när man fattar beslut?
- Vad finns det för faror med att fatta beslut utan att rådgöra med Herren?

Sammanfatta Mosiah 9:11–13 genom att berätta för eleverna att efter tolv år hade Zeniffs folk blivit så framgångsrikt att lamaniternas kung började oro sig för att han inte längre skulle kunna sätta dem i träldom, så han "började hetsa sitt folk till att strida mot [Zeniffs folk]" (Mosiah 9:13).

### Mosiah 9:14–10:22

#### *Lamaniterna försöker sätta Zeniffs folk i träldom*

Skriv följande på tavlan: *skolarbete, stå emot frestelser, problem med kamrater, ledarskap, arbete, konflikter med familjemedlemmar, idrott.* (Beroende på elevernas behov och intressen kan du behöva lägga till annat till listan.)

Be en elev ställa sig framför klassen och sträcka ut armarna. Lägg små föremål som böcker eller stenar i elevens händer och be honom eller henne att fortsätta att hålla armarna utsträckta. Förklara att föremålen symboliserar utmaningarna och svårigheterna som står på tavlan. Fråga klassen:

- Inom vilket eller vilka av de här områdena skulle ni vilja ha större kraft och styrka och mer stöd?

Lägg ytterligare ett par föremål i elevens båda händer. Fråga klassen:

- Har det någonsin känts som om ni bär på för mycket och önskade att ni hade större förmåga eller kraft och styrka att hantera era utmaningar och svårigheter?

Be två elever komma fram och stötta elevens armar. Berätta att resten av dagens lektion handlar om en grupp som insåg att de behövde större kraft och styrka. Uppmuntra eleverna att under lektionens gång vara vakna för hur de själva kan få större kraft och styrka i livet. (Låt eleverna som hjälpt dig återvända till sina platser.)

Tala om att Mosiah 9 och 10 skildrar två tillfällen när lamaniterna kom för att strida mot Zeniff och hans folk. Skriv följande uppställning på tavlan men utan att ta med svaren inom parentes. Tala om för eleverna att de ska utforska skriftställena på tavlan och leta efter svar på frågorna överst i uppställningen. Be hälften av klassen använda skriftställena i den första raden och leta efter svar om Zeniff och hans folk. Be den andra hälften utforska skriftställena i den andra raden och leta efter svar om lamaniterna. Låt en elev från varje grupp skriva svaren på tavlan allteftersom gruppen hittar dem.

	Hur förberedde sig folket?	Hur visade de att de satte sin lit till Herren?	Vad blev följden?
Zeniff och hans folk	Mosiah 9:14–16; 10:1–2, 7, 9–10 (De beväpnade sig och gick ut till kamp.)	Mosiah 9:17; 10:19 (De bad och kom ihåg att Herren hade befriat deras förfäder.)	Mosiah 9:18; 10:20 (Herren styrkte dem, och de lyckades driva ut lamaniterna ur landet.)
Lamaniterna	Mosiah 10:6–8 (De beväpnade sig och gick ut till kamp.)	Mosiah 10:11 (Inte alls. De litade till sin egen styrka.)	Mosiah 10:19–20 (Lamaniterna drevs ut ur landet i ett stort blodbad.)

När eleverna besvarat frågorna i uppställningen frågar du:

- Vilka likheter och skillnader ser ni mellan hur Zeniffs folk och lamaniterna förberedde sig för och utkämpade sina strider?
- Vad lär vi oss av denna jämförelse?

Skriv följande princip på tavlan: **Herren ger oss kraft och styrka när vi gör allt vi kan och sätter vår lit till honom.**

Rikta elevernas uppmärksamhet på utmaningarna och svårigheterna som står på tavlan och påminn dem om åskådningsundervisningen.

- Hur tror ni att den här principen kan tillämpas på några av de här utmaningarna och svårigheterna?

Fundera på att använda följande exempel för att hjälpa eleverna tänka på hur de kan göra sin del och lita på Herren när de söker kraft och styrka.

1. Du har snart ett viktigt prov i skolan och vill få kraft och förmåga att göra bra ifrån dig.
2. Du har försökt lägga bort en dålig vana men känner att du inte är stark nog att göra det utan hjälp.
3. Du upplever familjeproblem och känner att du inte kan hantera de starka känslor som är följden utan hjälp.

Be eleverna läsa de tre första raderna i Mosiah 9:18. (Föreslå gärna att de markerar de här raderna i sina skrifter.)

- När har ni upplevt den sanning som uttrycks i de här raderna?

Berätta gärna om en egen upplevelse som visar Herrens villighet att styrka oss när vi gör allt vi kan och sätter vår lit till honom.

Berätta att innan Zeniff och hans folk gick ut till kamp för andra gången förklarade Zeniff för sitt folk varför lamaniterna var hatiska mot nephiterna. Skriv orden *vredgas* och *behandlas illa* på tavlan och be eleverna förklara vad de betyder eller komma med exempel. (Att *vredgas* är att ha en djup och stark känsla av att ha blivit förorättad på något sätt, att andra betett sig orättvist mot en.)

För att hjälpa eleverna inse att detta **att bli stött, att hysa agg och vägra förlåta kan påverka många släktled**, delar du upp dem i par och låter varje par läsa Mosiah 10:12–18. Be dem leta efter skäl till att Lamans och Lemuels efterkommande fortsatte att hata Nephis efterkommande.

När varje par läst verserna tillsammans låter du dem diskutera svar på följande frågor. (Du skulle kunna skriva frågorna på tavlan medan eleverna läser verserna eller låta varje par få ett utdelningsblad med frågorna.)

- Varför hade lamaniterna ett sådant hat till nephiterna?
- Vem skadar det när vi är arga eller vägrar att förlåta?
- På vilket sätt påverkar en persons vrede hans eller hennes familj, nu och i framtiden?

Läs följande uttalande av äldste Donald L. Hallstrom i de sjuttios kvorum. Be eleverna lyssna efter vad vi kan göra när vi känner oss förorättade eller är arga på någon.

”Om du tycker att du blivit orättvist behandlad – av någon (en familjemedlem, en vän, en medlem i kyrkan, en ledare i kyrkan, en arbetskamrat) eller någonting (en närståendes död, hälsoproblem, ekonomiska svårigheter, övergrepp, missbruk) – ta itu med problemen rakt på sak och med all din kraft ... Och vänd dig genast till Herren. Utöva all den tro du har på honom. Dela din börda med honom. Låt hans nåd lätta på dina bördor ... Låt aldrig en jordisk omständighet göra dig andligt handikappad” (”Vänd dig till Herren”, *Liahona*, maj 2010, s. 80).

Be eleverna begrunda var och en av följande frågor. (Uppmuntra dem gärna att skriva svaren i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.)

- Känner du dig illa behandlad eller är arg på någon?
- Vem kan du vända dig till för att få hjälp när du försöker förlåta? Hur kan du i framtiden undvika att bli stött och arg?

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de förlät någon. Be att några av dem berättar hur det kändes att förlåta och inte längre hysa agg. Fundera på att bära ditt eget vittnesbörd om att söka hjälp hos Herren för att kunna förlåta andra.



# Mosiah 11–12:17

## Inledning

Eftersom kung Noas högmod och utsvävningar fick många bland hans folk att synda skickade Herren profeten Abinadi till Noa och hans folk. Abinadi varnade

dem och sade att om de inte omvände sig skulle de försättas i trældom. Folket valde att inte bry sig om varningarna, och kung Noa lät fångsla Abinadi.

### Anpassa lektioner efter elevernas behov

De flesta lektioner innehåller fler sanningar ur skrifterna än du kan behandla under tiden du har till förfogande. När du studerar skriftställena och kursmaterialet sök då den Helige Andens ledning för att få veta vilka läror och principer som är viktigast för eleverna att lära sig och samtala om på lektionen. Den Helige Anden kommer hjälpa dig att anpassa varje lektion efter elevernas behov.

## Lektionsförslag

### Mosiah 11:1–19

#### Kung Noa får sitt folk att synda

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Hur skulle du reagera om dina föräldrar sade att somliga av dina kamrater hade dåligt inflytande på dig?*

*Hur skulle du reagera om en ledare i kyrkan sade att en av dina favoritaktiviteter hämmade din andliga utveckling?*

*Hur skulle du reagera om profeten yttrade sig emot en viss typ av underhållning som du tyckte om?*

Be eleverna begrunda de här frågorna tyst för sig själva. Fråga därefter:

- Varför är de här situationerna knepiga?
- Vad skulle du kunna göra för att följa dina föräldrars eller ledares råd i sådana här situationer?
- Varför är rättfärdiga personer villiga att följa råd även om det innebär en svår anpassning för dem?

Tala om att eleverna under den här lektionen får lära sig om en grupp som inte var villig att följa en profets råd.

Skapa en ram för lektionen genom att påminna eleverna om att Zeniff ledde en grupp till Nephis land, där de kom i trældom under lamaniterna. Även om Zeniff var alltför ivrig och därför hade blivit bedragen av lamaniterna så var han en god människa som lärde sitt folk att sätta sin lit till Herren. Innan Zeniff dog överlät han riket åt sin son Noa. (Se Mosiah 9–10.)

Berätta att Noa var en ogudaktig människa. För att visa hur hans ogudaktighet påverkade hans folk delar du upp klassen i två grupper. Be den första gruppen läsa Mosiah 11:1–2, 5–7 och den andra gruppen Mosiah 11:14–19. Be båda grupperna leta efter detaljer som visar hur folket påverkades av kung Noas ogudaktighet. Hjälpe eleverna analysera de här verserna genom att ställa följande eller liknande frågor till dem:

- Varför tror ni att folket var villigt att understödja kung Noa i hans ogudaktighet?
- Varför kan "fåfängliga och smickrande ord" leda till att människor blir bedragna? (I samband med att eleverna diskuterar den här frågan kan du gärna framhålla att smicker är inställsamt beröm som oftast ges i avsikt att manipulera den som beröms.)
- Vad kan vi lära oss av den här skildringen av Noas folk om hur vi bör reagera på "fåfängliga och smickrande ord"? (Om vi tror på andras "fåfängliga och smickrande ord" blir vi lätt vilseledda.)
- Vad kan vi göra när människor runtomkring oss lever orättfärdigt?

## Mosiah 11:20–12:17

*Abinadi varnar folket och säger att de kommer att försättas i trældom om de inte omvänder sig*

Be en elev läsa Mosiah 11:20 högt.

- På vilket sätt hjälpte Herren Noas folk? (Han sände en profet som skulle kalla dem till omvändelse.)

Skriv följande princip på tavlan: **Gud sänder profeter för att hjälpa oss att omvända oss och undgå elände.** Berätta att Herren sände profeten Abinadi två gånger för att varna folket.

Skriv följande uppställning på tavlan. Lämna tillräcklig plats för en sammanfattning under varje skriftställehänvisning.

	Abinadis budskap	Folkets reaktion
Första varningen	Mosiah 11:20–25	Mosiah 11:26–29
Andra varningen	Mosiah 12:1–8	Mosiah 12:9–17

För att hjälpa eleverna förstå Abinadis budskap ber du halva klassen läsa Mosiah 11:20–25, som berättar om Abinadis första varning, och den andra halvan läsa Mosiah 12:1–8, som berättar om hans andra varning. Be eleverna i vardera gruppen sammanfatta Abinadis budskap medan en elev skriver deras sammanfattningar under de tillämpliga skriftställehänvisningarna.

- Vad ser ni för skillnader mellan Abinadis två varningar?

För att hjälpa eleverna att se de här skillnaderna skulle du kunna fästa deras uppmärksamhet på uttrycken som upprepas i Mosiah 11:20–25: "om de inte omvänder sig" och "om detta folk inte omvänder sig". Uppmuntra gärna eleverna att markera dessa uttryck. Be dem därefter hitta skillnaden mellan ordalydelsen i de här uttrycken och ordvalet i Mosiah 12:1–8. Du skulle kunna föreslå eleverna att vara särskilt uppmärksamma på ordet *skall* i de här verserna. (Hjälp eleverna förstå att folket hade kunnat slippa dessa följder om de hade omvänt sig efter den första varningen. Eftersom folket vägrade att omvända sig måste de nu drabbas av följderna, som också skulle bli mer kännbara än i Abinadis första varning.)

- Vad lär er de här skillnaderna om följderna av att inte hörsamma en profets varning?
- Vad är faran med att fortsätta att synda och inte omvända sig?

För att hjälpa eleverna förstå folkets reaktion på Abinadis budskap ber du hälften av klassen läsa Mosiah 11:26–29 och lägga märke till hur folket och kungen reagerade på Abinadis första budskap. Be den andra hälften läsa Mosiah 12:9–17 och lägga märke till reaktionen på Abinadis andra budskap. Be eleverna i vardera gruppen sammanfatta reaktionerna och en elev skriva ner dem i uppställningen.

- Varför tror ni att folket reagerade mot Abinadis budskap och "vredgades" på honom, som ju försökte hjälpa dem? Varför tror ni att de försvarade kung Noa, som ju var på väg att störta dem i elände?
- I Mosiah 11:29 läser vi att "folkets ögon [var] förblindade". Hur hade folket blivit blint för sanningen?

Be eleverna diskutera frågorna och hjälp dem förstå följande princip: **Synden kan förblinda oss så att vi inte inser sanningen i det som profeterna säger.** Förklara att folket i sin blindhet trodde att Noa var deras vän och Abinadi deras fiende. Be eleverna tyst för sig själva begrunda följande frågor:

### Be elever skriva på tavlan

När elever skriver på tavlan kan du själv stå värd mot klassen, vilket underlättar diskussion. Det riktar elevernas uppmärksamhet på skrivtavlan och uppmuntrar till medverkan. Påminn eleverna om att de inte behöver skriva fullständiga svar utan bara några få nyckelord av det som sägs. För att ge fler elever möjlighet att medverka skulle du kunna låta en av dem skriva i några minuter och sedan ge en annan elev tillfälle att skriva åt er.

- Har du någonsin blivit arg eller försvarat dina fel när någon tillrättavisade dig, trots att du visste att han eller hon hade rätt?
- Vad kan du göra för att ta emot råd från familjemedlemmar, lokala ledare i kyrkan och profeter när de råder dig hur du ska följa Guds ord?

Framhåll att det finns många som uppmuntrar oss att leva efter Guds ord. För att hjälpa eleverna fundera ytterligare på hur de bör reagera inför dem som uppmantar oss att ändra eller omvända oss, gå du tillbaka till de tre frågorna som du skrev på tavlan före lektionen. Be eleverna besvara en av de här frågorna i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. När de haft tillräcklig tid att skriva ber du några av dem berätta om ett tillfälle då de blev välsignade därför att de följde föräldrars eller ledares råd. Uppmuntra dem att lita på föräldrar, lokala ledare i kyrkan och profeter och följa deras råd.

### **Repetition av nyckelskriftställen**

Elevernas insikter i skriftställen fördjupas när de ställer egna frågor om dem. Be eleverna samarbeta som klass eller i mindre grupper och skriva nyckelord som pekar mot bestämda nyckelskriftställen. (Välj en grupp skriftställen som du vill att eleverna ska lära sig eller repetera.) Låt dem därefter läsa sina nyckelord för dig. Du får poäng om du gissar rätt på ett nyckelskriftställe. Klassen får poäng om du gissar fel.

*Obs:* Om ni inte har tid att göra aktiviteten som del av den här lektionen, kan ni göra den en annan dag. Se tillägget i slutet av handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

# Mosiah 12:18–14:12

### Inledning

När kung Noa och hans präster frågade ut Abinadi, tillrättavisa profeten dem för att de inte undervisade om och höll buden. Kung Noa befallde sina präster att

döda Abinadi, men Gud beskyddade Abinadi och gav honom kraft att framföra sitt budskap. Abinadi citerade Jesaja och vittnade om Jesus Kristus och hans försoning.

## Lektionsförslag

### Mosiah 12:18–13:26

*Abinadi tillrättavisar kung Noa och hans präster för att de vägrar att hålla och undervisa om buden*

Börja lektionen med att skriva följande påståenden på tavlan:

Jag VET vad det betyder att leva efter Jesu Kristi evangelium.

Jag LEVER EFTER Jesu Kristi evangelium.

Be eleverna fundera över i vilken mån de beskrivs av de här påståendena, på en skala från 1 till 10 (10 innebär att påståendet passar utmärkt in på dem).

- Varför tror ni att det är viktigt att man ärligt kan göra båda påståendena?

Berätta för eleverna att allteftersom de diskuterar Abinadis ord lär de sig mer om vikten av att känna till och leva efter evangeliet. Påminn dem om att de i förra lektionen studerade skildringen av hur kung Noa och hans präster kastade Abinadi i fängelse därför att han hade profeterat mot dem (se Mosiah 12:1–17). Sammanfatta Mosiah 12:18–24 genom att berätta att Abinadi senare fördes inför kung Noa och hans präster. Prästerna frågade ut honom och försökte förvillia honom så att han skulle säga något som de kunde använda emot honom. En av dem bad honom att förklara ett skriftställe.

Be eleverna läsa Mosiah 12:25–30 tyst för sig själva och leta efter varför Abinadi tillrättavisa Noa och hans präster. Efter att eleverna berättat vad de hittat, frågar du:

- Abinadi sade att Noa och hans präster hade förvrängt Herrens vägar (se Mosiah 12:26) eller med andra ord: förvanskade det som är heligt och vänt sig bort från det rätta levnads-sättet. På vilka sätt förvrängde Noa och hans präster Herrens vägar?

För att hjälpa eleverna besvara frågan skulle du kunna framhålla att prästerna sade att frälsning kom genom Moses lag (se Mosiah 12:32). Men de höll inte de tio budorden, som ingick i den lagen, och de lärde inte folket att hålla buden (se Mosiah 11:1–15; 12:27–29, 37; 13:25–26).

Peka på påståendena som står på tavlan.

- Hur bra tror ni varje påstående beskriver kung Noa och hans präster, på en skala från 1 till 10?

Be en elev läsa Mosiah 12:31–33 högt. Be klassen vara uppmärksam på och berätta vilken princip som Abinadi undervisade kung Noa och hans präster om. (Han lärde att **om vi håller Guds bud blir vi frälsta.**)

Läs följande exempel som äldste F. Melvin Hammond i de sjuttios kvorum berättade om. Uppmuntra eleverna att lyssna efter vikten av att både känna till och hålla buden.

”För många år sedan stod en återvänd missionär på ett sakramentsmöte och förkunnade djävt att han, på grund av sina studier i skrifterna, visste att evangeliet var sant och att han skulle ge sitt liv för Herren och hans kyrka. Två veckor senare stod han framför sin biskop i en studentförsamling, förödmjukad och rädd, och bekände att han i ett svagt ögonblick hade förlorat sin dygd. På något sätt hade hans förkunnelse om hängivenhet mot Frälsaren glömts bort i passionens virvlar. Trots att han studerade Guds ord hade han inte sett sambandet mellan sina studier och ett dagligt, praktiskt, kristligt liv.



### Lästeater

Framförande av skrift-erna i lästeaterform hjälper eleverna att föreställa sig människor och händelser i skrifterna. Uppmuntra eleverna att göra läsningen intressant och underhållande men utan att glömma att det rör sig om helig skrift.

En vacker flicka arbetade sig igenom kraven för att få Unga kvinnors utmärkelse. Hon hade omsorgsfullt skrivit ner sina personliga mål i sin dagbok. Obevekligt skrev hon att hon bara skulle gå ut med värdiga unga män och träffa den där speciella personen som skulle ta henne till templet. När hon var arton år hade hon glömt sina mål och rymde med en pojke som inte var medlem i kyrkan. Många tårar fälldes bland dem som älskade henne mest – hennes föräldrar, lärare och vänner. Hon hade ramlat ner i det hemska tomrummet mellan lagens krav och verkligheten som ett sant lärjungeskap utgör” (“Ta bort tomrummet mellan information och tillämpning”, KUV:s satellitutbildningsmöte, aug. 2003, si.lds.org).

- Varför räcker det inte att känna till buden för att bli frälst?

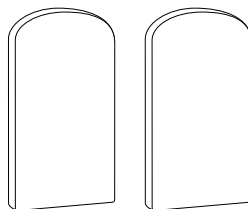
Visa bilden Abinadi inför kung Noa (62042 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 75). Be eleverna beskriva vad som händer på bilden. (Kungen har gett befallning om att döda Abinadi. Herren beskyddar Abinadi.) För att hjälpa eleverna förstå den här skildringen skulle du kunna be tre elever att ställa sig upp och framföra den i lästeaterform. En av eleverna är berättaren. En annan elev läser kung Noas ord. Den tredje eleven läser Abinadis ord. Börja med att be berättaren och den elev som spelar kung Noa att läsa vardera rollen ur Mosiah 13:1–2. Be därefter den elev som spelar Abinadi att svara med att läsa Mosiah 13:3–4. Berättaren läser därefter Mosiah 13:5–6. Och eleven som spelar Abinadi avslutar med att läsa Mosiah 13:7–11.

Rikta elevernas uppmärksamhet på Mosiah 13:11.

- Vad tror ni det innebär att buden står skrivna i våra hjärtan? (Hjälp eleverna förstå att för att buden ska kunna stå skrivna i våra hjärtan måste vi känna till *och* leva efter evangeliet.)

Framhåll att innan kung Noa befalldes att man skulle döda Abinadi hade Abinadi börjat citera ett skriftställe som sannolikt inte var obekant för kungen och hans präster och som vittnade om deras ogudaktighet. Be eleverna läsa Mosiah 12:34–36 tyst för sig själva och se om skriftstället som Abinadi läste för kung Noa och hans präster verkar bekant. Hjälプ dem förstå att Abinadi hade börjat citera de tio budorden.

Rita två stora, tomma stentavlor på tavlan. Be en elev skriva ett av de tio budorden på endera stentavlan. Be eleven ge kritan till en annan elev, som skriver ett annat av de tio budorden. Upprepa det här ända tills eleverna har skrivit alla bud de kommer ihåg. Be dem jämföra sina svar med Mosiah 12:34–36 och 13:12–24. Uppmuntra dem gärna att markera de tio budorden i dessa verser och i 2 Mosebok 20:3–17 (ett nyckelskriftställe).



Läs följande uttalande av president Gordon B. Hinckley:

“[De] tio budorden skrevs av Jehovas finger på stentavlor för Israels barns frälsning, trygghet och lycka, och för alla de generationer som skulle komma efter dem” (se “En rapport om förvaltarskap”, *Nordstjärnan*, jan. 1992, s. 58).

Uppmuntra eleverna att var och en gå igenom de tio budorden och fundera över hur de själva håller dem.

### Mosiah 13:27–14:12

#### *Abinadi undervisar om att frälsning kommer genom Jesu Kristi försoning*

Skriv följande på tavlan (gärna före lektionen). Be eleverna fundera över hur man skulle kunna avsluta meningen.

*”Trots all vår lydnad och våra goda gärningar kan vi inte bli frälsta från döden eller följder av våra personliga synder utan ...”*

Läs följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks för eleverna:

”Trots all vår lydnad och våra goda gärningar kan vi inte bli frälsta från döden eller följderna av våra personliga synder utan den nåd som ges genom Jesu Kristi försoning. Det här klargör Mormons bok. Den lär att ’frälsning inte kommer enbart genom lagen’ (Mosiah 13:28). Med andra ord är frälsningen inte enbart en följd av att hålla buden ... Även de som försöker lyda och tjäna Gud med hela sitt hjärta och med all kraft, sinne och styrka är ’onyttiga tjänare’ (Mosiah 2:21). Människan kan inte förvärva sin egen frälsning” (“Another Testament of Jesus Christ”, *Ensign*, mars 1994, s. 67).

Avsluta meningen på tavlan genom att skriva *den nåd som ges genom Jesu Kristi försoning*. Be flera elever turas om att läsa högt ur Mosiah 13:28, 32–35. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som relaterar till äldste Oaks uttalande. Be flera elever berätta vad de funnit. (I svaren kan ingå ”försoning”, ”Guds återlösning”, ”Messias ankomst” och löftet att ”Gud själv skulle komma ned bland människobarnen”.)

Förklara att Abinadis ord om ”lagen” i Mosiah 13:28 och 32 syftar på Moses lag, som innehöll rigorösa bud och bestämmelser och inbegrep offer, högtider och andra bruk. Lagen gavs för att hjälpa israeliterna att komma ihåg Gud och se fram emot Jesu Kristi försoning. Många israeliter förstod inte Jesu Kristi roll som deras Frälsare och trodde att de kunde bli frälsta bara de lydde Moses lag.

- Abinadi vittnade om att **ingen kan bli frälst utom genom Jesu Kristi försoning** (se Mosiah 13:28, 32). Varför är det så viktigt att vi förstår den här sanningen?

Berätta att Abinadi citerade några av Jesajas profetior när han talade till kung Noa och hans präster. Be eleverna läsa Mosiah 14:3–12 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord eller uttryck som beskriver vad Frälsaren har gjort för att åstadkomma deras frälsning.

Efter att eleverna studerat verserna i några minuter ber du dem berätta vad de hittat. Du skulle kunna skriva deras svar på tavlan. För att hjälpa dem tänka på de sorger och smärtor som Frälsaren bar för deras del och hjälpa dem tänka på hans lidande för deras synder, läser du följande för dem. Be dem avsluta dessa meningar i tankarna:

Jesu Kristus har burit mina sorger, som till exempel ...

Jesu Kristus blev sargad och slagen för mina överträdelsers skull, som till exempel ...

Fråga eleverna vad följande ord betyder för deras del: ”Genom hans sår är vi helade” (Mosiah 14:5). Du kan behöva förklara att ordet *sår* syftar dels på såren som Frälsaren fick på sin kropp när man gisslade (piskade) honom (se Joh. 19:1) men också mer allmänt på allt lidande han genomgick.

Efter att eleverna delgett sina tankar om de här orden vittnar du om att vi genom Frälsarens lidande och vår egen strävan att hålla buden, kan få frid och förlåtelse i det här livet och frälsning i den tillkommande världen (se L&F 59:23; Trosart 1:3). Uppmana eleverna att visa sin uppskattning och sin kärlek till Frälsaren genom att hålla buden.

# Mosiah 15–17

## Inledning

Abinadi fortsatte att predika för kung Noa och hans präster och vittnade om Jesu Kristi roll som Återlösaren. Alma, en av kung Noas präster, trodde på Abinadi. Kung Noa jagade i väg Alma och skickade sina tjänare att döda honom, men Alma lyckades undkomma och skrev ner vad han hade hört Abinadi säga. Efter att

Abinadi hade framfört budskapet från Herren hotade kung Noa och hans präster att döda honom om han inte tog tillbaka vad han hade sagt. Men Abinadi vägrade att förneka sitt vittnesbörd och "[led] döden genom eld" och "beseglade sanningen i sina ord med sin död" (Mosiah 17:20).

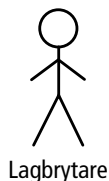
## Lektionsförslag

### Mosiah 15–16

#### Abinadi undervisar om Jesu Kristi roll som Återlösare

Låt eleverna få två minuter på sig att hitta orden *återlösa*, *återlöser*, *återlöst*, och *återlösning* i Mosiah 15–16. Föreslå gärna att de markerar de här orden. Förklara att när olika former av samma ord upprepas i ett skriftavsnitt kan det betyda att ordet är viktigt i författarens budskap. Uppmuntra eleverna att under lektionen vara uppmärksamma på Abinadis undervisning om återlösning.

Rita och skriv följande på tavlan:



Böter

Straff

Peka på streckgubben och be eleverna föreställa sig att de brutit mot lagen. De har dömts till höga böter som straff, och det finns ingen laglig och ärlig möjlighet att slippa ifrån att betala böterna. Fråga eleverna hur de skulle känna sig i en sådan situation. Be dem därefter föreställa sig att någon i familjen eller en god vän erbjuder sig att betala böterna åt dem.

- Vilka känslor skulle ni ha för den här personen?

Förklara att genom att betala böterna skulle familjemedlemmen eller vännen friköpa dem eller återlösa dem från deras straff. Ordet *återlösa* betyder att befria från skuld eller betala lösen så att någon kan frigges. Uppmuntra gärna eleverna att skriva de här definitionerna i sina skrifter bredvid en av verserna i Mosiah 15 som innehåller en form av ordet *återlösa*.

Skriv *vi* under *Lagbrytare*. Skriv *rättvisan* under *Straff*. Förklara att eftersom vi syndat och brutit mot Guds lagar så måste vi bestraffas. Med andra ord, vi måste uppfylla rättvisans krav. Läs följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum. Be eleverna vara uppmärksamma på några följder av att bryta mot Guds lagar:

”Rättvisan kräver ... att varje bruten lag gottgörs. Du välsignas när du lyder Guds lagar, men du kan inte förtjäna några extrapoäng som kan rädda dig från att gottgöra de lagar du bryter mot. Om de inte åtgärdas kan brutna lagar göra ditt liv eländigt och hindra dig från att komma tillbaka till Gud” (se ”Försoningen kan säkra din frid och lycka”, *Liahona*, nov. 2006, s. 42).

- Vilka är några av följderna av att bryta mot Guds lagar, enligt äldste Scott?

När eleverna berättar om följderna av att bryta mot Guds lagar suddar du bort ordet *böter* på tavlan. Skriv *elände* och *utestängda från Guds närhet* under *Straff*. Låt eleverna läsa Mosiah

15:1, 8–9 tyst för sig själva. Ställ gärna följande frågor för att hjälpa dem förstå läran i de verserna:

- Ordet *medla* betyder att söka åstadkomma överensstämmelse eller försoning mellan två personer eller grupper, att skapa harmoni mellan dem. Vad tror ni menas med att Jesus Kristus kom för att "medla för" oss?
- Vad tror ni menas med att Frälsaren står "mellan [oss] och rättvisan"? Vad tror ni det innebär att tillfredsställa "rättvisans krav"?

Hjälp eleverna förstå att rättvisan kräver att vi straffas för våra synder. Frälsaren tar inte bort rättvisans krav utan står mellan oss och rättvisan för att tillfredsställa rättvisans krav genom att ta vårt straff. Han betalade priset för att återlösa oss – för att befria oss från straff. Sätt upp en bild av Frälsaren på tavlan (till exempel bilden Herren Jesus Kristus [64001 180] mellan lagbrytaren och straffet.



Straff  
rättvisan  
elände  
utestängda från Guds  
närhet

Be eleverna läsa Mosiah 15:5–7 tyst för sig själva och tänka på priset Jesus Kristus betalade för att återlösa dem – för att stå mellan dem och rättvisan.

Skriv följande på tavlan:

<i>De som väljer att bli återlösta</i>	<i>De som vägrar att bli återlösta</i>
Mosiah 15:11–12	Mosiah 16:2–5, 12

Dela upp klassen i två hälften. Be den ena hälften utforska Mosiah 15:11–12 och leta efter vad som kännetecknar personer som väljer att bli återlösta. Be den andra hälften utforska Mosiah 16:2–5, 12 och leta efter vad som kännetecknar personer som vägrar att bli återlösta. När eleverna haft tillräcklig tid på sig ber du den första gruppen berätta vad de hittat.

- Vilka blir enligt Mosiah 15:11–12 återlösta från sina synder? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **Jesus Kristus tillfredsställer rättvisans krav för dem som hörsammar profeternas ord, tror på hans återlösande kraft och omvänder sig från sina synder.**)

Förklara att priset Frälsaren betalade är en personlig gåva till alla som väljer att göra sig berättigade till återlösning genom att omvända sig och anstränga sig att hålla buden och sina förbund med Gud.

För att betona försoningens personliga karaktär ber du en elev läsa Mosiah 15:10 högt. Rikta därefter elevernas uppmärksamhet på uttrycket "skall han se sina avkomlingar" i den versen. Föreslå gärna att de markerar det här uttrycket.

- När talade vi om att bli "Kristi barn"? (Påminn eleverna om kung Benjamins ord i Mosiah 5. Se också lektion 55.)

Föreslå gärna att eleverna tillämpar Mosiah 15:10 på sig själva genom att byta ut orden "hans avkomlingar" mot sina egna namn. Be dem begrunda ett ögonblick vad det här innebär för deras del.

- Hur påverkar den här läran er förståelse av försoningen?

Be eleverna som läste Mosiah 16:2–5, 12 berätta vad de lärde sig om dem som vägrar att bli återlösta. För att betona hur allvarligt det är att vägra att bli återlöst ber du alla elever läsa Mosiah 16:5 tyst för sig själva.

- Vad händer i illustrationen på tavlan om lagbrytaren fortsätter att synda och vägrar att omvända sig? (När eleverna besvarar frågan tar du bort bilden av Jesus Kristus. Du skulle kunna framhålla att för den personen vore det "som om ingen återlösning hade skett".)



Be eleverna läsa Läran och förbunden 19:16–17 och ta reda på vad som händer med dem som vägrar att omvända sig och ta emot Frälsarens återlösning. Uppmuntra gärna eleverna att skriva *L&F 19:16–17* i sina skrifter bredvid Mosiah 16:5.

Sätt tillbaka bilden av Frälsaren på dess plats på tavlan.

- Vilka sanningar har ni lärt er i dag om er Återlösare?

Efter att eleverna besvarat frågan berättar du att Abinadi, förutom att undervisa om att Frälsaren erbjuder sig att återlösa oss från straffet för våra synder, också undervisade om att Frälsaren återlöser oss från död. Be några elever turas om att läsa ur Mosiah 16:6–11. Bär vittnesbörd om följande: **På grund av Jesu Kristi försoning uppstår alla människor.** Framhåll gärna att de rättfärdiga uppstår till ett tillstånd av rättfärdighet.

Be eleverna skriva om sina känslor för Frälsaren i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker och vad de kommer göra för att få den återlösning som han erbjuder.

## Mosiah 17

### *Alma tror på Abinadi och blir bortjagad, Abinadi blir bränd till döds*

Fråga eleverna:

- Har ni någonsin sett någon stå för det som är rätt när det var svårt för dem att göra det? Vad hände?



Visa bilden Abinadi inför kung Noa (62042 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 75). Sammanfatta Mosiah 17:1–6 genom att berätta att när Abinadi hade framfört sitt budskap försökte en präst som hette Alma övertya kungen om att Abinadi hade talat sanning och att de borde frige honom. Kungen jagade i väg Alma och sände sina tjänare att döda honom. Alma gömde sig och skrev ner Abinadis ord. Tre dagar senare dömde kungen och hans präster Abinadi till döden.

Dela upp eleverna i par. Be varje par studera följande skriftställen: Mosiah 17:7–10, som handlar om Abinadis val, och Mosiah 17:11–12, som handlar om kung Noas val. Be dem jämföra Abinadis val med kung Noas val. Be dem också diskutera följande frågor. (Skriv gärna frågorna på tavlan.)

- Varför tror ni att Abinadis ord påverkade kung Noa så som de gjorde? (Se Mosiah 17:11.) Hur påverkade kung Noas präster honom? (Se Mosiah 17:12–13.)
- Vad lär vi oss av Abinadis exempel? (Ett svar som eleverna kanske ger är att **vi kan vara trofasta mot Gud i varje situation.**)

Ge om möjligt eleverna en kopia av följande uttalande av president Gordon B. Hinckley:

*"Var starka – i att stå för det som är rätt. Vi lever i en tid av kompromisser ... I situationer som vi dagligen konfronteras med vet vi vad som är rätt ... Vi [måste] utveckla styrkan att följa vår övertygelse" ("Bygg ert tabernakel", *Nordstjärnan*, jan. 1993, s. 49).*

Be gärna eleverna skriva *jag ska vara trofast mot Gud i varje situation* i sina skrifter bredvid Mosiah 17:9–12. Rikta elevernas uppmärksamhet på Abinadis sista ord, som står i Mosiah 17:19: "O Gud, ta emot min själ!" Be därefter en elev att läsa Mosiah 17:20 högt.

- Vad gör intryck på er när det gäller Abinadis sista ord?

Be eleverna besvara följande fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker:

- Vad kommer du göra för att vara trofast mot Gud i varje situation?

Efter att eleverna haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever berätta vad de skrivit. Fråga eleverna om någon av dem skulle vilja berätta vad evangeliet betyder för dem och vad de gjort för att vara trofasta mot Herren i varje situation. Avsluta med ditt vittnesbörd.

# Hemstudielektion

## Mosiah 7–17 (Studieavsnitt 12)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mosiah 7–17 (studieavsnitt 12) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Mosiah 7–8)

När de studerade Mosiah 7–8 fokuserade eleverna på sambandet mellan ogudaktighet och trældom. De lärde sig också följande av kung Limhis ord: att inse och känna sorg över våra synder kan få oss att vända oss till Herren för att bli befriade. Ammon betygade för Limhi att Herren tillhandahåller profeter, siare och uppenbarare till människornas nytta.

#### Dag 2 (Mosiah 9–10)

Eleverna fick lära sig mer om en grupp nephiter som kallades Zeniffs folk och som slog sig ner bland lamaniterna. Följande sanning belystes när Zeniff och hans folk gick ut till kamp mot angripande lamaniter: Herren ger oss kraft och styrka när vi gör allt vi kan och sätter vår lit till honom.

#### Dag 3 (Mosiah 11–14)

Kung Noa fick sitt folk att begå synder och avskyvärdheter. Eleverna lärde sig att Gud sänder profeter för att hjälpa oss att omvända oss, undgå elände och få frälsning. När de studerade profeten Abinadis ord lärde sig eleverna också att om vi håller Guds bud blir vi frälsta. De lärde sig att Jesu Kristi försoning är källan till frälsning.

#### Dag 4 (Mosiah 15–17)

Före sin martyrdöd vittnade Abinadi frimodigt om att Jesu Kristi försoning tillfredsställer rättvisans krav för dem som tror på Frälsarens återlösande kraft, omvänder sig från sina synder och håller buden. Abinadi lärde också att på grund av Jesu Kristi försoning uppstår alla människor. Genom att studera dessa läror funderade eleverna över vikten av att förtrösta på Frälsaren och vara trofast mot Gud i varje situation.

### Inledning

Mosiah 7–17 beskriver olika personers och gruppers vandringar och upplevelser. Zeniffs val att leda en grupp nephiter för att slå sig ner bland lamaniterna kom att påverka båda folken. Så till exempel upplevde Zeniffs folk och deras efterkommande prövningar, avfall, trældom, andlig pånyttfödelse och befielse. Den första delen av lektionen ger eleverna tillfälle att repetera namnen, platserna och händelserna som de studerade den här veckan. Den andra delen av lektionen hjälper eleverna komma till insikt om att Jesus Kristus och hans försoning är huvudtemat i Abinadis budskap. Abinadi var villig att dö för det budskapet.

### Lektionsförslag

#### Mosiah 7–17

##### Repetition av den historiska ramen och av läran

För att få hjälp att redogöra för händelserna i den här lektionen repeterar du "Överblick över Mosiah 7–24" i studieavsnitt 12, dag 1 i elevens studievägledning. Be eleverna läsa Mosiah 7:1–2 och ta reda på vilka två länder som nämns här. Be dem förklara varför olika grupper av nephiter ville färdas från det ena landet till det andra.

Skriv namnen på de två länderna på motsatta sidor av tavlan (eller på ett stort papper):

Zarahemlas land	Nephis (Lehi-Nephis) land
-----------------	---------------------------

Följande frågor kan vara till hjälp när du och dina elever repeterar händelserna. Skriv upp deras namn på tavlan som ni pratar om. Använd några av eller samtliga följande frågor beroende på vad eleverna säger:

- Varför ville Zeniff lämna Zarahemlas land? (Se Mosiah 9:1, 3.)
- Hur var Zeniff, Noa och Limhi släkt? (Se Mosiah 7:9.)
- Vad för slags kung var Noa? (Se Mosiah 11:1–5, 11.)
- Vad gjorde Gud för att förmå Noa och hans folk att omvända sig från sin stora ogudaktighet och sina avskyvärdheter? (Han sände sin profet Abinadi för att kalla dem till omvändelse.)
- Vad kan ni berätta om Alma? (I svaren kan ingå att han var en av kung Noas präster, att han trodde på och skrev ner Abinadis ord, att han flydde för att inte bli dödad.)
- Varför är Mose och Jesaja viktiga i de här kapitlen trots att de levde långt före Abinadi och i en annan del av världen?

- Varför skickade Limhi ut 43 män i vildmarken? (Limhi och hans folk var i trälldom under lamaniterna och ville få hjälp av Zarahemlas folk.) Vad fann de i stället för Zarahemla? (De fann ruinerna av en undergången civilisation och 24 guldplåtar med inristningar.)
- Vad gjorde Ammon och femton andra män? (De sändes ut av Mosiah för att ta reda på vad som hänt med Zeniffs folk. De fann deras efterkommande, som var i trälldom. Zeniffs sonson Limhi var deras kung.)
- Vem var kung i Zarahemla och också profet, siare och uppbarare? (Mosiah.) Varför var hans roll som siare viktig för Limhi? (Limhi fick veta att Mosiah kunde översätta inristningarna på de 24 guldplåtarna.)

Framhåll att Ammon och hans följeslagare kom till Nephis land omkring åttio år efter att Zeniffs folk lämnade Zarahemla.

Efter att du hjälpt eleverna förstå det historiska sammanhanget påminner du dem om att det finns en annan person som de läst om under veckan och vars namn saknas på tavlan.

Be eleverna läsa Mosiah 16:6–8 tyst för sig själva och ta reda på vem du menar. Berätta för eleverna att även om den här delen av Mormons bok innehåller en mängd historia så framhäver den också läran om frälsning genom Jesus Kristus.

För att betona vikten av frälsning genom Jesus Kristus skriver du följande uppställning på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna arbeta två och två och studera skriftställe hänvisningarna som står på tavlan och diskutera vad de hittar. Eftersom några av tillämpningsfrågorna är mycket personliga kan eleverna välja om de ska besvara dem högt för varandra, skriva svaren i sina skriftdagböcker eller begrunda svaren tyst för sig själva.

För att hjälpa eleverna tänka på vad de studerat under den här skriftställeaktiviteten och under veckans lektioner, ställer du följande fråga: Hur hjälper er principerna och lärorna som ni studerat den här veckan att se fram emot att få era synders förlåtelse?

Ge eleverna tillfälle att vittna om Jesus Kristus.

Som avslutning på dagens lektion skulle du kunna läsa Mosiah 16:13–15 och bära vittnesbörd om vårt behov av Frälsaren. Eller också skulle du kunna betona två läror eller principer som de lärde sig den här veckan: att **Jesu Kristi försoning är källan till frälsning** och att **Jesus Kristus tillfredsställer rättvisans krav för alla som omvänder sig**.

### Nästa studieavsnitt (Mosiah 18–25)

Mosiah 18–25 berättar hur två grupper lyckades fly ur trälldomen undan fienderna och återvända till Zarahemla i säkerhet. Ni får veta hur Gud hjälpte de båda grupperna att fly. En grupp följde Gideons plan att få vakterna berusade, den andra gruppen flydde genom att följa Alma medan lamaniterna sov. Vem gjorde så att lamaniterna föll i djup sömn?

Skriftställe	Leta efter	Tillämpningsfrågor
Mosiah 7:33	Hur vi befrias från andlig och fysisk trälldom.	Vilken av de tre punkter som Limhi betonade känner du att du behöver arbeta på?
Mosiah 13:11	Varför kung Noa och många i hans folk inte förstod Jesu Kristi mission.	Vad finns det för bevis i ditt liv på att buden är skrivna i ditt hjärta? Hur kan du studera och undervisa om rättfärdighet?
Mosiah 14:3–7	Viktiga ord och uttryck om Frälsarens lidande och att han var övergiven.	På vilka sätt föraktar man och överger Frälsaren i vår tid? Hur döljer någon sitt ansikte för honom? Hur skulle någon kunna göra motsatsen?
Mosiah 15:6–9, 11	Vad Jesus "bröt" och vad han "vann". Vad vi vinner på grund av Frälsarens offer.	På vilka sätt har Herren nyligen gått emellan för din del? Hur har han stått mellan dig och rättvisans krav?

## LEKTION 61

# Mosiah 18

### Inledning

Efter Abinadis död undervisade Alma i hemlighet om Abinadis ord bland folket. De som trodde på honom samlades vid Mormons vatten för att få lära sig mer. Alma predikade för dem om "omvändelse och återlösning och tro på Herren" (Mosiah 18:7). De som tog

emot hans budskap och omvände sig från sina synder ingick dopets förbund. De höll det här förbundet trofast och hjälpte varandra både i andligt och materiellt avseende.

### Lektionsförslag

#### Mosiah 18:1–16

##### Alma undervisar och döper folket

Visa bilden Abinadi inför kung Noa (62042 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 75). Peka på prästerna i bakgrunden. Berätta att Mosiah 18 skildrar Almas upplevelser, en av kung Noas präster.

Be en elev läsa Mosiah 18:1, 3–6 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma gjorde efter att ha hört Abinadis vittnesbörd. Efter att eleverna berättat det ber du dem titta på sin översikt över vandringarna i Mosiah 7–24. Be dem rita Mormons vatten på rätt ställe. (Den fullständiga översikten över vandringarna finns i tillägget i slutet av handledningen.)

Tala om att Alma ville att hans undervisning skulle bereda folket för dop. Be eleverna tänka på sitt eget dop. För att hjälpa dem begrunda vad deras dop betyder för dem skulle du kunna ställa följande eller liknande frågor:

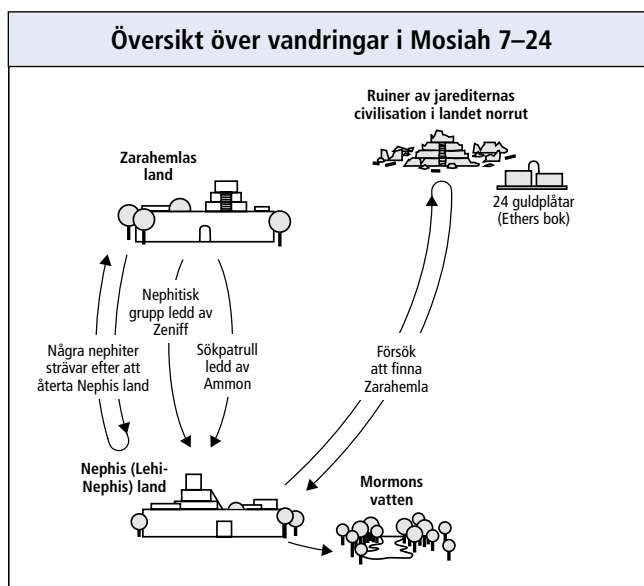
- Vilka detaljer kommer du ihåg från den här upplevelsen?
- Hur hjälpte dig dina föräldrar, lärare och ledare att förbereda dig för dopet?
- Vad värdesätter du nu mer i fråga om dopet än när du blev döpt?

Tala om att berättelsen om hur Alma undervisar och döper folket vid Mormons vatten hjälper oss att få djupare insikt i dopets förbund.

Be eleverna läsa Mosiah 18:2, 7 tyst för sig själva och leta efter vad Alma undervisade folket om när han förberedde dem för dopet.

- Vilka läror och principer betonade Alma enligt de här verserna?
- Att någon förstår de här sanningarna, hur tror ni att det kan hjälpa honom eller henne att förbereda sig för dopet?

För att hjälpa eleverna förstå vad de kan göra för att hålla dopets förbund och hjälpa dem inse de välsignelser de får om de gör det, skriver du följande uppställning på tavlan men utan utsagorna eller skriftställe hänvisningarna.



<i>Jag är villig att ...</i>	<i>Gud lovar ...</i>
Hjälpa till att bära andras bördor så att de kan bli lätta (se Mosiah 18:8). Sörja med dem som sörjer (se Mosiah 18:9). Trösta dem som står i behov av tröst (se Mosiah 18:9). Stå som vittne om Gud alltid och i allting och överallt (se Mosiah 18:9). Tjäna Gud och hålla hans bud (se Mosiah 18:10).	Att jag ska återlösas av Gud (se Mosiah 18:9). Att jag ska vara del av den första uppståndelsen (se Mosiah 18:9). Att jag ska få evigt liv (se Mosiah 18:9). Att han ska utgjuta sin Ande över mig (se Mosiah 18:10).

Berätta att innan Alma inbjöd folket att bli döpt så talade han till dem om handlingar och en inställning som skulle visa att de var redo att sluta det här förbundet med Gud och hålla det. (Påminn gärna eleverna om att ett förbund är en överenskommelse mellan Gud och människa men att Gud och människa "inte [handlar] som jämlika i överenskommelsen. Gud anger villkoren för förbundet och människan samtycker till att göra det Gud ber henne göra. Gud lovar sedan människorna vissa välsignelser för deras lydnad" [Handledning för skriftstudier, "Förbund", scriptures.lds.org]. I Läran och förbunden 20:37 finns en sentida förklaring av fordringarna för dop.)

Dela upp klassen i två hälfter. Be den ena hälften utforska Mosiah 18:8–11 och ta reda på vad Alma sade att vi bör vara villiga att göra när vi döps. Be den andra hälften utforska samma skriftställe och ta reda på hur Herren lovar att välsigna oss om vi håller vårt förbund. Efter att eleverna haft tid att studera de här verserna ber du flera av dem att komma fram till tavlan och skriva det de hittat i rätt kolumn.

För att hjälpa eleverna värdesätta dopförbundet de ingått ställer du följande fråga:

- Vad betyder inställningen och handlingarna i den första kolumnen för er?
- Varför är löftena i den andra kolumnen viktiga för er?

Be eleverna läsa Mosiah 18:12–16 tyst för sig själva och leta efter olika sätt som Alma och hans folk blev välsignade på när de ingick förbund att tjäna Herren. Be eleverna berätta vad de hittar. Framhåll gärna att Herrens ande kom över Alma när han gjorde sig redo att döpa Helam och att både Alma och Helam fylldes av Anden efter dopet, vilket visar att Herren redan hade börjat uppfylla sitt förbund att utgjuta sin Ande över folket.

Bär vittnesbörd om att **vi får Herrens ande och löfte om evigt liv genom att ingå och hålla dopets förbund.**

### Mosiah 18:17–30

#### *Alma grundar Jesu Kristi Kyrka bland folket*

Läs följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet:

"Från dopdagen och vid vårt livs andliga milstolpar ger vi löften till Gud, och han ger löften till oss. Han håller alltid sina löften som getts genom hans bemyndigade tjänare, men vårt livs avgörande prov är huruvida vi kommer att ingå och hålla våra förbund med honom" ("Stå som vittnen om Gud", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 29).

Be eleverna att titta på uppställningen på tavlan. Berätta att de nu ska få veta hur Almas folk efterlevde dopförbundet och hur de därigenom blev välsignade. Dela upp eleverna i två grupper. Be den ena gruppen studera Mosiah 18:17–23 och den andra gruppen Mosiah 18:24–30. Be dem leta efter vad Alma undervisade folket om och sade att de skulle göra för att hålla dopets förbund. Be enskilda elever från varje grupp berätta vad de hittat för någon elev de valt ut från den andra gruppen. Eller låt en företrädare från vardera gruppen berätta för hela klassen vad han eller hon har lärt sig.

- Hur påverkar ert dopförbund hur ni lever varje dag? (Du skulle kunna be eleverna att besvara den här frågan genom att berätta hur deras dopförbund påverkar hur de behandlar familjemedlemmar, vilket slags underhållning de väljer eller hur de betar sig i kamratrekset.)

Be eleverna läsa Mosiah 18:17, 22, 29 och leta efter ord och uttryck som visar hur folket blev välsignat därför att de höll sina förbund. Skriv de välsignelserna på tavlan under uppställningen över vad som ingår i dopets förbund. (Du kan behöva påminna eleverna om att uttrycket "Guds barn" [Mosiah 18:22] syftar på att vi genom Jesu Kristi försoning blir arvingar till evigt liv [se Mosiah 5:6–8, 15].)

För att hjälpa eleverna förstå att **de som håller dopets förbund får stora välsignelser** riktar du elevernas uppmärksamhet på uppställningen på tavlan och frågar:

- På vilka sätt har ni upplevt att era vänner, era familjer eller medlemmar i församlingen blivit välsignade därför att de hållit sina förbund?
- Hur har Herren välsignat er därför att ni hållit ert dopförbund?

Bär vittnesbörd om hur du blivit välsignad därför att du hållit förbund.

## Mosiah 18:31–35

### *De som tillhör kyrkan flyr från kung Noas förföljelse*

Sammanfatta Mosiah 18:31–33 genom att berätta att en dag när och Alma och hans folk hade samlats för att höra Guds ord upptäcktes de av kung Noas tjänare. Då sände kungen sin här för att förgöra dem.

Be en elev läsa Mosiah 18:34 högt. Tala om att fotnot *a* hänvisar till Mosiah 23:1. (Uppmuntra gärna eleverna att markera den här fotnoten.) Berätta att skildringen i Mosiah 18:34 fortsätter i Mosiah 23:1 efter att kapitlen 19–22 redogjort för Limhis folk öden. Be en elev läsa Mosiah 23:1–2 högt.

- Hur "under rättades" Alma om den fara som hotade hans folk?

Skriv följande princip på tavlan: **Herren kan varna de rättfärdiga när de är i fara.** (Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen i marginalen bredvid Mosiah 18:34.) För att belysa den här sanningen läser du vad äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kvorum berättade:

"Min vän arbetar som agent för FBI och han undersökte organiserade brottsgrupper som transporterade illegala droger till Förenta staterna.

Vid ett tillfälle var han och en annan agent på väg till en lägenhet där de trodde att en känd narkotikalangare distribuerade kokain. Min vän beskrev det som hände:

"Vi knackade på knarklangarens dörr. Langaren öppnade dörren och när han såg oss försökte han hindra oss från att se in. Men det var för sent, vi såg kokainet som låg på bordet.

En man och en kvinna som satt vid bordet började genast plocka bort kokainet. Vi måste hindra dem från att förstöra bevisen, så jag knuffade snabbt undan knarklangaren som blockerade dörröppningen. När jag knuffade undan honom såg jag in i hans ögon. Konstigt nog verkade han inte arg eller rädd. Han log mot mig.

Hans ögon och avväpnande leende gav mig intrycket att han var ofarlig och därför gick jag snabbt förbi honom och bort mot bordet. Knarklangaren var nu bakom mig. Just i det ögonblicket fick jag en tydlig och stark maning: "Akta dig för ondskan bakom de leende ögonen."

Jag vände mig genast om mot knarklangaren. Han hade stoppat handen i en stor ficka framtill. Instinktivt grep jag tag i hans hand och drog fram den ur fickan. Först då såg jag att han höll en halvautomatisk pistol i handen färdig att fyras av. Under det snabba händelseförloppet som följde avväpnade jag mannen' ...

Den Helige Anden varnade min vän för fysisk fara, den Helige Anden kan också varna er för andlig fara" ("Akta er för ondskan bakom leende ögon", *Liahona*, maj 2005, s. 46–47).

Försäkra att Herren ofta varnar de rättfärdiga för hotande fara, men vi bör inte utgå från att vi är orättfärdiga om vi inte känner att den Helige Anden varnar oss varje gång vi ställs inför en farlig situation.

- När har ni känt att Herren varnade er för kroppslig eller andlig fara? (Berätta gärna om en personlig upplevelse efter att eleverna besvarat frågan.)

# Mosiah 19–20

## Inledning

Efter att Alma och hans folk hade lyckats undkomma kung Noas här började kung Noa och hans folk drabbas av följderna av sin orättfärdighet. Det gick som Abinadi hade profeterat: de anfölls av lamaniterna och sattes i trældom, och kung Noa led döden genom eld. Noas son Limhi blev kung efter Noas död. När kung Noas präster

förde bort några av lamaniternas döttrar gav lamaniterna Limhis folk skulden och gjorde sig redo att anfalla dem. Limhis folk kämpade tappert och sårade och tog lamaniternas kung till fånga. Limhi gjorde kungen fredligt sinnad som sedan förmådde sitt folk att återvända till deras eget land i frid.

## Lektionsförslag

### Mosiah 19–20

#### *Nephiterna i Lehi-Nephis land upplever hur Abinadis profetior går i uppfyllelse*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när någon varnade dem för en fara som de inte kunde förutse. Be dem berätta hur de blivit välsignade därför att de följde en varning. Hjälpe eleverna diskutera syftet med varningar genom att ställa följande frågor till dem:

- Vad är syftet med en varning? Vem varnar er för sådant som ni ska undvika eller sådant som kan vara skadligt för er?
- Till vem uppenbarar Gud andliga varningar för sin kyrka?

Påminn eleverna om att Herren sände Abinadi för att varna nephiterna för följderna av deras synder. För att hjälpa eleverna gå igenom Abinadis profetior för nephiterna i Lehi-Nephis land skriver du följande uppställning på tavlan. Se till att lämna tillräckligt utrymme under skriftställehänvisningarna så att eleverna har plats att skriva där.

Profetia om kung Noas folk (Mosiah 12:1–2; 17:17)	Uppfyllelse (Mosiah 19:10, 14–15; 20:20; 21:2–4)
Profetia om kung Noa (Mosiah 12:3; 17:18)	Uppfyllelse (Mosiah 19:18–20)

Be en elev läsa Mosiah 12:1–2 högt. Be klassen berätta vad Abinadi profeterade skulle hända med kung Noas folk eftersom de inte omvände sig. Be en elev skriva följderna i den övre vänstra rutan i uppställningen på tavlan. Be en annan elev läsa Mosiah 12:3 högt. Be klassen berätta vad Abinadi profeterade skulle hända med kung Noa. Be en elev skriva den här följden i uppställningen.

För att hjälpa eleverna tänka på betydelsen av de andliga varningar profeterna ger oss, läser du följande som äldste David R. Stone i de sjuttios kvorum berättade:

”En söndagsmorgon för drygt ett år sedan vaknade vi till en vacker dag i Santo Domingo i Dominikanska republiken. Den karibiska solen sken och himlen var klar. Vinden var svag, knappt ett löv rörde sig i träden. Det var varmt och fridfullt och stilla. Men långt ute till havs, utom räckhåll för våra fysiska sinnen den dagen, nalkades en dödlig förstörare, som var obevlig och omöjlig att motstå. Orkanbevakningscentret, som hade ansvaret att följa och förutsäga orkanen Georges bana, uppdaterade ständigt informationen som fanns att få på Internet. Denna fridfulla, stilla morgon såg jag, på grund av de ögon som centret sänt upp i skyn, vilken väg stormen väntades ta. Den skulle som en pil träffa Santo Domingo i hjärtat.

Inom 48 timmar slog den till mot ön med våldsamt ... raseri, och lämnade efter sig förstör-else, ödeläggelse och död ...

Hur hemsk den skadegörelse och förstörelse och död som dessa skräckfyllda fysiska kraft-fenomen än kan orsaka, åstadkoms det ännu värre förödelse i människors liv genom and-liga orkaner. Dessa ursinniga krafter orsakar ofta långt större förödelse än fysiska cykloner, eftersom de förstör våra själar och berövar oss våra eviga perspektiv och löften ...

Men vi har också andliga orkanväktare, vars ansvar det är att övervaka och varna, hjälpa oss att undvika andlig skadegörelse, ödeläggelse och till och med död. Våra väktare på tornet känner vi som apostlar och profeter. De är våra andliga ögon i skyn, och de vet, genom inspiration och insikt och ren intelligens, vilken riktning dessa oväder kan ta. De fortsätter att höja sin varnande röst för att berätta för oss om de tragiska konsekvenserna av att uppsåtligt och lätt sinnigt överträda Herrens bud. Att avsiktligt ignorera deras varn-ingar är att inbjuda elände, sorg och undergång. Att rätta sig efter dem är att följa Herrens utvalda tjänare till andliga betesmarker av frid och välstånd" ("Andliga orkaner", *Liahona*, jan. 2000, s. 36–37).

- Hur relaterar den här berättelsen till Abinadis roll bland kung Noas folk?

Berätta för eleverna att följande aktivitet hjälper dem att bekanta sig med handlingen i Mosiah 19–20 och se hur Abinadis profetior går i uppfyllelse i de här kapitlen. Efter aktiv-iteten fyller elever i den högra kolumnen av uppställningen på tavlan.

Skriv följande elva meningar på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad till varje elev. Be eleverna ögna igenom Mosiah 19–20. Allteftersom de läser låter du dem numrera händelsernas ordningsföljd. Du skulle kunna berätta för eleverna att kapitelningresserna ger bra ledtrådar.

- \_\_\_\_\_ *Gideon försöker döda kung Noa.*
- \_\_\_\_\_ *Nephiternas kvinnor och barn vädjar till lamaniterna att inte döda dem.*
- \_\_\_\_\_ *Kung Noa lider döden genom eld.*
- \_\_\_\_\_ *Lamaniternas här är inom landets gränser.*
- \_\_\_\_\_ *Noas präster för bort 24 av lamaniternas döttrar.*
- \_\_\_\_\_ *Lamaniternas kung vädjar till sin här att skona Limhis folk.*
- \_\_\_\_\_ *Noa och några av hans män överger sina hustrur och barn och flyr från lamaniterna.*
- \_\_\_\_\_ *Limhi befäller sitt folk att inte döda lamaniternas kung.*
- \_\_\_\_\_ *Det är fred mellan nephiterna och lamaniterna i två år.*
- \_\_\_\_\_ *Limhi lovar att han och hans folk ska betala hälften av sina ägodelar i skatt till lamaniterna.*
- \_\_\_\_\_ *Nephiterna slår tillbaka lamaniternas anfall och tar deras kung till fånga.*

Låt eleverna få 5 till 10 minuter på sig att göra den här aktiviteten. Använd sedan listan på tavlan eller utdelningsbladet för att gå igenom handlingen i Mosiah 19–20. (Händelsernas rätta ordningsföljd, med början uppifrån, är 1, 4, 5, 2, 8, 11, 3, 10, 7, 6, 9.)

Rikta elevernas uppmärksamhet på uppställningen på tavlan. Dela upp klassen i två grupper. Be den ena gruppen att utforska Mosiah 19:10, 14–15; 20:20; 21:2–4 och ta reda på hur Abinadis profetior om kung Noas folk gick i uppfyllelse. Be den andra gruppen att utforska Mosiah 19:18–20; och ta reda på hur Abinadis profetia om kung Noa gick i uppfyllelse. Be en elev från vardera gruppen att sammanfatta hur Abinadis profetior gick i uppfyllelse. Be en annan elev att skriva deras sammanfattningar i uppställningen.

Be eleverna läsa Mosiah 20:21 tyst för sig själva.

- Vad sade Gideon var orsaken till folkets lidande?

Be eleverna att med egna ord förklara vad Gideon ville att folket skulle inse. Även om eleverna kanske använder andra ord än i skrifterna bör de visa att de förstår följande: **att förkasta Herrens tjänares ord leder till lidande och sorg.** (Du skulle kunna skriva den här principen på tavlan.)

Berätta för eleverna att Herren har gett en liknande varning till människor i de sista dag-arna som inte lyder hans röst. Be en elev läsa Läran och förbunden 133:70–72 högt. Du skulle kunna föreslå att eleverna skriver den här skriftställehänvisningen i marginalen i sina skrifter bredvid Mosiah 20:21.



- Vad undervisar oss profeter och apostlar om i vår tid som hjälper oss undgå att drabbas av lidande och sorg? Vad undervisar de om som hjälper oss att få frid och lycka och hjälper oss att återvända till Guds närhet? (Du skulle kunna visa eleverna ett nyare generalkonferensnummer av *Liahona* och nämna några av titlarna på tal som hölls av profeterna.)

Be eleverna berätta om tillfällena när de blev välsignade därför att de följde kyrkans ledares råd.

Läs följande uttalande av äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum för att hjälpa eleverna förstå att om vi lyssnar till profeternas ord så hjälper det oss att få frid och att kunna återvända till Guds närhet.



”Vår andliga trygghet ligger i att följa den levande profetens tydliga röst. Om vi lyssnar till hans röst och lyder hans råd, kommer vi att kunna leva som Kristus vill att vi skall leva och uthärda intill änden, så att vi en dag, tillsammans med våra familjer, kommer att återvända till vår himmelske Faders och vår Frälsares Jesu Kristi närhet” (*”Lyssna till profetens röst och lyd”, Nordstjärnan, juli 1995, s. 16*).

Avsluta lektionen med att vittna om den frid och andliga trygghet vi får om vi följer Herrens tjänares råd.

### Repetition av nyckelskriftställen

Om tiden medger kan du gärna repetera nyckelskriftställena som du undervisat om hittills i år och hjälpa eleverna att erinra sig nyckelord i varje skriftställe.

Låt eleverna få några minuter på sig att repetera nyckelskriftställena de lärt sig hittills under skolåret. Be en elev ta med sig skrifterna och komma och ställa sig framför klassen. Be eleven slå upp ett av nyckelskriftställena utan att visa det för någon annan. (Om ni har kort med nyckelskriftställena så skulle eleven också kunna använda dem.) Be eleven skriva ett ord i nyckelskriftstället på tavlan. (Uppmuntra eleven att välja nyckelord i skriftstället och inte ord som *och* eller *att*.) Be resten av klassen leta i sina skrifter efter det nyckelskriftställe som de tror ordet kommer från. Om ingen hittar rätt skriftställe med hjälp av det här ordet, ber du eleven välja ett annat ord från nyckelskriftstället och skriva det på tavlan. Upprepa det här ända tills minst en elev har hittat rätt skriftställe. Be resten av klassen slå upp skriftstället och läsa upp det tillsammans. Upprepa aktiviteten med en annan elev och med ett annat nyckelskriftställe.

# Mosiah 21–22

### Inledning

Efter att ha misslyckats tre gånger med att befria sig själva ur trældomen under lamaniterna vände sig Limhis folk slutligen till Herren för att få hjälp att bli befriade. Därefter kom Ammon och hans bröder till Lehi-Nephis

land. Efter att ha slutit förbund att tjäna Herren lyckades Limhis folk fly från lamaniterna, och Ammon förde dem till Zarahemla.

## Lektionsförslag

### Mosiah 21:1–22

*Efter att Limhis folk gör uppror mot lamaniterna och besegras tre gånger, ödmjukar de sig inför Herren och börjar få framgång*

Skriv orden *fångenskap* och *befrielse* på tavlan.

- Vad ser ni för er inre syn när ni tänker på de här orden?
- Vilka känslor framkallar de hos er?
- Vad skulle de här orden kunna ha att göra med frälsningsplanen?

Tala om att Mosiah 21–24 innehåller berättelserna om två grupper som var i trældom under lamaniterna och som till sist befriades av Herren. I Mosiah 21–22 läser vi om Limhi och hans folk som kom i fångenskap på grund av sin ogudaktighet. Deras fångenskap speglade den andliga fångenskap de befann sig i på grund av sina synder. Berättelsen om den andra gruppen, i Mosiah 23–24, tas upp i nästa lektion. Den redogör för Almas folk, som upplevde fångenskap och bedrävelser efter att de blivit döpta. Båda skildringarna lär oss viktiga sanningar om Herrens kraft att befria oss från synd och lidande. Uppmuntra eleverna att när de läser om folkets fångenskap och befrielse i Mosiah 21–22 också tänka på Herrens kraft att befria oss från synd.

Be eleverna läsa Mosiah 21:2–6 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som beskriver vad som hände Limhi och hans folk och deras reaktion. För att betona den svåra situation Limhis folk befann sig i uppmuntrar du eleverna att markera orden "det fanns inget sätt för dem att befria sig" i Mosiah 21:5.

- Vilka detaljer i Mosiah 21:6 tyder på att folket ännu inte hade ödmjukat sig och vänt sig till Herren?
- Hur ville Limhis folk befria sig från sitt lidande?

Sammanfatta Mosiah 21:7–12 genom att berätta för eleverna att Limhis folk drog ut i strid tre gånger för att befria sig från lamaniterna, men de besegrades varje gång och led stora förluster.

- På vilka sätt skulle folket ha kunnat reagera efter det tredje misslyckade försöket att befria sig?

Be några elever turas om att läsa högt ur Mosiah 21:13–16 där det står hur folket reagerade. Du skulle kunna ställa några av eller samtliga följande frågor:

- Hur förändrades folket efter det tredje nederlaget?
- Varför var Herren sen att höra deras böner enligt Mosiah 21:15?
- Vad läser vi i Mosiah 11:23–25 att Abinadi sade att folket måste göra för att Herren skulle höra deras böner om befrielse?
- Även om Herren inte befriade dem genast ur fångenskapen så hur välsignade han dem när de började omvända sig? (Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera orden "så småningom började få framgång i landet" i Mosiah 21:16.)

- Vad lär vi oss av det här om vad Herren gör när människor ödmjukar sig, börjar omvända sig och åkallar honom om hjälp?

Sammanfatta Mosiah 21:16–22 genom att berätta att Herren därefter lät Limhis folk "få framgång" under fångenskapen så att de inte behövde svälta. Det förekom inte heller "fler oroligheter mellan lamaniterna och Limhis folk" (Mosiah 21:22).

Be eleverna berätta vilka evangelieprinciper de lärt sig av berättelsen om Limhis folk. Även om eleverna kanske berättar om olika principer så förvissa dig om att de förstår följande princip: **när vi ödmjukar oss, åkallar Herren och omvänder oss från våra synder, hör han våra böner och lättar vår syndabörda i sin egen tid.** (Du skulle kunna skriva den här principen på tavlan. Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver den i sina skrifter bredvid Mosiah 21:15–16 eller i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.)

- Hur tror ni att det kan vara bra att vi måste vänta på att Herren ska befria oss från vår syndabörda?

För att hjälpa eleverna tillämpa det de lärt sig låter du dem få några minuter på sig att begrunda följande fråga och skriva svaren i sina skriftdagböcker. (Du skulle kunna skriva frågorna på tavlan.)

- Vad gör du för att Herrens kraft ska befria dig från dina synder?
- Hur har du "så småningom" fått framgång när du sökt hjälp hos Herren?

### Mosiah 21:23–22:16

#### *Limhi, Ammon och Gideon samarbetar för att hjälpa folket undkomma fångenskapen och återvända till Zarahemla*

Obs: Påminn gärna eleverna om att Mosiah 7 och 8 innehåller berättelsen om hur Ammon och hans bröder finner kung Limhi och hans folk. De fjorton nästa kapitlen, Mosiah 9–22, redogör för Limhis folks historia och börjar omkring 80 år innan Ammon upptäckte det här folket. Mot slutet av dem ges en rekapitulation av några händelser som skildrades i tidigare kapitel. Av den anledningen togs större delen av Mosiah 21:23–30 upp i lektionerna om Mosiah 7–8 och Mosiah 18. För att hjälpa eleverna att erinra sig händelserna i Mosiah 21:23–30 kan det vara till stor hjälp att kort titta på översikten över vandringar i Mosiah 7–24 i tillägget i slutet av den här handledningen.

Påminn eleverna om att Limhis folk insåg att deras lidande var en följd av att de hade avvisat Herrens inbjudan till dem att omvända sig (se Mosiah 12:1–2; 20:21). I och med att de insåg och medgav att de hade syndat så påbörjade Limhis folk omvändelseprocessen. Ge följande definition av omvändelse:

"[Omvändelse] är väsentlig för din lycka i detta liv och i evigheten. Omvändelse är mycket mer än att erkänna att man gjort fel. Den innebär en sinnets och hjärtats förändring ... Den innefattar att vända sig från synden och vända sig till Gud för att be om förlåtelse. Den motiveras av kärlek till Gud och en uppriktig önskan att lyda hans bud" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 109).

Be eleverna läsa Mosiah 21:32–35 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som visar att Limhi och hans folk hade omvänt sig och vänt sina hjärtan till Herren. Du skulle kunna föreslå att de markerar de här orden och uttrycken. Be några elever berätta vad de hittat. (I deras svar bör ingå att Limhi och många bland hans folk hade ingått förbund att tjäna Gud och att hålla hans bud, att de önskade bli döpta och att de var villiga att tjäna Gud av hela sitt hjärta.)

Följande aktivitet hjälper eleverna förstå att Herren hjälpte Limhis folk att undkomma träl- domen när de höll förbundet de ingått att tjäna honom och hålla hans bud. Skriv följande frågor och skriftställehänvisningar på tavlan före lektionen:

*På vilket sätt var Ammons och hans bröders ankomst ett svar på Limhis folks böner? (Se Mosiah 7:14–15, 18–20; 21:14–15, 22–24.)*

*Vad gjorde Limhis folk under Gideons ledning för att bli befriade förutom att be Herren om hjälp? (Se Mosiah 21:36; 22:1–10.)*

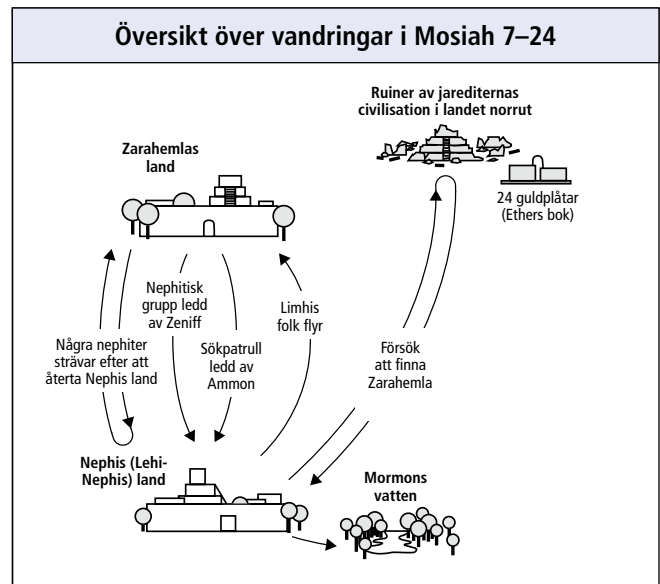
*Vilka detaljer i de här verserna visar att Herren hjälpte Limhis folk att undkomma i säkerhet? (Se Mosiah 22:11–16; 25:15–16.)*

Dela upp eleverna i tre grupper. Be varje grupp förbereda sig på att besvara en av frågorna på tavlan genom att studera dithörande skriftställe. Efter några minuter ber du en elev från varje grupp redogöra för gruppens svar. Det här skulle också vara ett bra tillfälle att låta eleverna lägga till "Limhis folk flyr" till översikten över vandringar i Mosiah 7–24. (Den fullständiga översikten finns i tillägget i slutet av den här handledningen.) Du skulle också kunna be eleverna titta på bokmärket till Mormons bok för att få veta vad som hände med Limhis folk (se Mosiah 22:13–14).

Framhåll att även om vi kanske inte som Limhis folk behöver bli befriade ur trældom så behöver vi alla bli befriade från synd.

- Vad har ni lärt er i Mosiah 21–22 som skulle kunna uppmuntra någon som behöver få uppleva Herrens kraft att befria oss från synd?

Avsluta med att bära vittnesbörd om Herrens kraft att befria oss från synd. Betona att när vi ödmjukar oss, åkallar Herren och omvänder oss från våra synder, hör han våra böner och lättar vår syndabörda i sin egen tid.



## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mosiah 21:15, 29–30. Det lidande som kommer av att synda kan tjäna ett syfte

Om vi i likhet med kung Limhis folk syndar och vägrar att omvända oss så ådrar vi oss ytterligare smärta, ibland i kroppsligt men alltid i andligt avseende. Äldste Kent F. Richards i de sjuttios kворum förklarade hur smärta kan vara en nödvändig del av vår andliga läkning och utveckling:

”Smärta är ett slags mätinstrument i läkningsprocessen. Smärta lär oss ofta tålmod ...

Äldste Orson F. Whitney skrev: ’Ingen smärta vi genomlider, ingen prövning vi utstår är bortkastad. Den bidrar till vår fostran, till att utveckla egenskaper som tålmod, tro, själstyrka och ödmjukhet ... Det är genom sorg och lidande, hårt arbete och prövningar som vi får den utveckling som vi kom hit för att få.’

Äldste Robert D. Hales har på liknande sätt sagt:

’Smärtan gör oss ödmjuka, vilket bringar till eftertanke. Det är en erfarenhet som jag är tacksam för att ha gått igenom ...

Jag lärde mig att fysisk smärta och kroppens läkning efter en stor operation är anmärkningsvärt lik den andliga smärtan och själens läkning i

omvändelseprocessen’” (”Försoningen täcker all smärta”, *Liahona*, maj 2011, s. 15).

### Mosiah 21:15–16. Vilken inställning har vi när vi drabbats av lidanden?

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum sade vilket slags inställning vi ska försöka undvika i lidanden och vilket slags inställning vi i stället ska försöka tillägna oss:

”Herren ger lindring med gudomlig kraft när du söker räddning i ödmjukhet och med *tro på Jesus Kristus*.

Säg inte: ’Ingen förstår mig, jag kan inte klara av det eller få den hjälp jag behöver.’ Sådana kommentarer är självförgörande. Ingen kan hjälpa dig utan tro och ansträngningar från din sida. Din personliga tillväxt kräver det. Sök inte efter ett liv som praktiskt taget är fritt från obehag, smärta, påtryckningar, prövningar eller bedrövelse, ty detta är de verktyg en kärleksfull Fader använder för att stimulera vår tillväxt och förståelse. Som skrifterna upprepade gånger försäkrar, får du hjälp när du utövar *tro på Jesus Kristus* ... Tro på Kristus innebär att vi förtröstar på honom, vi litar på hans lärdomar. Detta leder till hopp, och hopp ger kärlek, Kristi rena kärlek – denna fridfulla känsla som kommer när vi känner hans omsorg, hans kärlek och hans förmåga att bota oss, eller lätta våra bördor med sin helande kraft” (”Att bli helad”, *Nordstjärnan*, juli 1994, s. 8.)

# Mosiah 23–24

## Inledning

Alma och hans folk flydde från kung Noas här och grundade en rättfärdig stad. Även om de hade omvänt sig till evangeliet så upplevde de prövningar och svårigheter. Lamaniterna satte dem i träldom. Allteftersom Alma och hans folk utövade tro och visade tålamod

lättade Herren på deras bördor och befriade dem så småningom ur träldomen. (Observera att Mosiah 23–24 omspänner ungefär samma tidsperiod som Mosiah 19–22.)



## Lektionsförslag

### Mosiah 23:1–20

#### Herren hjälper Alma och hans folk att fly från kung Noas här och grunda en rättfärdig stad

Visa eleverna bilden Alma döper i Mormons vatten (62332 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 76). Be en elev berätta för klassen vad han eller hon vet om mannen som döper andra på bilden. (Om eleverna har svårt att göra det, skulle du kunna föreslå att de läser ingressen till Mosiah 18, det kapitel som berättar om Alma och hans folk vid Mormons vatten.)

Dela upp eleverna i par. Be varje par turas om att läsa för varandra ur Mosiah 23:1–5, 19. Be dem leta efter uttryck som visar hur Herren välsignade Alma och hans folk när de omvände sig och valde att leva rättfärdigt. (Du skulle kunna föreslå att de markerar dessa uttryck.) Be eleverna berätta vad de hittat.

Be eleverna titta på sin översikt över vandringar i Mosiah 7–24. Be dem rita Helams land på rätt ställe. Be dem också rita en pil från Mormons vatten till Helams land och benämna den "Alma och hans folk ger sig av". (Den fullständiga översikten över vandringarna finns i tillägget i slutet av handledningen.)

Berätta kortfattat att vi i Mosiah 23:6–14 läser att Alma avslög folkets begäran att han skulle bli deras kung. Be en elev läsa Mosiah 23:9–10, 12 högt. Be klassen vara uppmärksam på Almas beskrivning av det inflytande som kung Noa hade på honom och folket. Be eleverna berätta vad de upptäckt.

- Vad lär oss uttrycken "fångad i en snara" och "bundna med onskans band" om syndens följder?
- Varför är det till stor hjälp att inse vad som tidigare förlodde oss att synda?
- När vi har omvänt oss, varför kan det då vara viktigt att komma ihåg hur "smärtsam" omvändelse kan vara?

Be en elev läsa Mosiah 23:13 högt. Betona Almas råd att "stå fasta i denna frihet varigenom ni har gjorts fria".

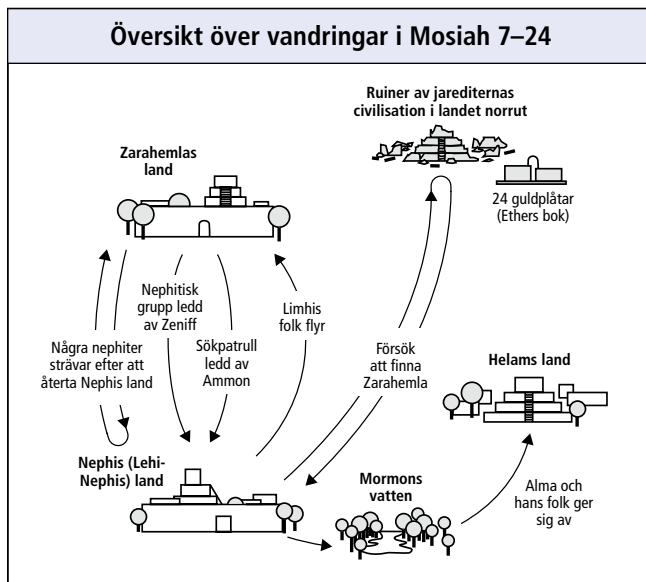
- Hur gäller det här rådet för omvändelseprocessen?

(Hjälp eleverna förstå att när Herren har befriat oss från synd och vi får uppleva förlåtelsens frihet så måste vi göra rättfärdiga val för att kunna bevara den friheten.)

Be eleverna utforska Mosiah 23:14–18 tyst för sig själva och leta efter vad Alma sade att folket måste göra för att bevara den friheten. Be några elever berätta vad de hittat.

Be en elev läsa Mosiah 23:19–20 högt. Be klassen vara uppmärksam på det uttryck som visar att Herren välsignade folket när de valde att leva rättfärdigt ("de började få stor framgång").

### Översikt över vandringar i Mosiah 7–24



- Hur skulle ni sammanfatta det ni lärt er av de erfarenheter som Alma och hans folk gjorde? (Eleverna kanske bland annat säger att **Herren välsignar oss och befriar oss från ondskans bojar när vi omvänder oss och väljer att leva rättfärdigt.**)
- När har ni upplevt att den här principen besannats i ert liv eller i någon väns eller kamrats eller familjemedlems liv? (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alltför personliga.)

### Mosiah 23:21–29

#### *Lamaniternas här och kung Noas ogudaktiga präster sätter Alma och hans folk i träldom*

För att hjälpa eleverna förstå att också rättfärdiga människor måste utsättas för provningar ber du dem tänka på ett tillfälle när de kände igen sig i följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum:

”Prövningar ... är nödvändiga, även om du lever ett värdigt och rättfärdigt liv och lyder hans bud. Just när allt verkar gå bra kommer ofta många provningar samtidigt” (“Förtrösta på Herren”, *Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 16).



Be eleverna utforska Mosiah 23:21–22 och ta reda på varför Herren tillåter att de som väljer att leva rättfärdigt utsätts för provningar och motgångar. Allt eftersom eleverna berättar vad de upptäckt hjälper du dem förstå att **Herren prövar vårt tålmod och vår tro för att hjälpa oss att lita mer honom.**

Be eleverna skriva följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Be dem begrunda de här frågorna när de studerar resten av Mosiah 23. De bör inte skriva svaren förrän du ber dem göra det senare under lektionen.

- Vilka provningar har du för tillfället?
- Hur kan du utöva tro på och förtrösta på Gud i dina provningar?

Be eleverna läsa Mosiah 23:23–29 tyst för sig själva och leta efter olika sätt som Alma och hans folk provades på och vad de gjorde för att visa att de satte sin lit till Gud.

- Att be och att följa en profets råd, hur kan det hjälpa oss när vi utsätts för provningar? (Det kan ge oss större tålmod och tro. Det kan hjälpa oss att få kraft, uppenbarelse, frid och tillförsikt så att vi kan uthärda våra provningar eller bli befriade från dem.)

### Mosiah 23:30–24:25

#### *Alma och hans folk blir förföljda, men Herren lättar på deras bördor och befriar dem på ett förunderligt sätt*

För att hjälpa eleverna förstå Amulons förhållande till lamaniterna och deras kung sammanfattar du Mosiah 23:30–39 och 24:1–7. Berätta att Amulon var ledare för Noas ogudaktiga präster som hade jagat i väg Alma för att han stödde Abinadi. Amulon hade tillsammans med de andra ogudaktiga prästerna och deras hustrur förenat sig med lamaniterna. Amulon fann nåd inför lamaniternas kung, som satte honom att regera över nephiterna i Helams land, däribland Almas folk.

Be en elev komma fram och ställa sig framför klassen och hänga på sig en tom ryggsäck. (Eleven kommer att behöva sina skrifter.) Fråga eleven om det skulle vara lätt att bära på den här tomma ryggsäcken resten av dagen. Be eleven läsa Mosiah 24:8–11 högt. Varje gång eleven läser om något som skulle ha varit en provning för Alma och hans folk lägger du en sten eller någonting annat tungt i ryggsäcken. När eleven slutat läsa frågar du honom eller henne om det skulle vara lätt att bära på den här packade ryggsäcken resten av dagen. (Eleven bör stå kvar framför klassen och bära den tunga ryggsäcken ända tills du säger att han eller hon kan sätta sig ner.) Fråga klassen:

- Vad skulle stenarna och de andra tunga sakerna i ryggsäcken kunna symbolisera i ert liv?
- Hur påverkas vi av sådana bördor?

Be en elev läsa Mosiah 24:10–12 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Almas folk gjorde för att få hjälp med sina bördor. Be eleverna berätta vad de upptäckt.

- Hur kan bönen hjälpa oss när vi har besvärliga bördor?

#### **Elevdeltagande**

Ber du elever delta i aktiviteter inför klassen känner sig alla elever mer delaktiga i lärandet eftersom en av deras kamrater hjälper till att undervisa. Ska de delta i en längre aktivitet inför klassen ber du dem att ta med sig skrifterna så att de fortfarande kan läsa och diskutera skrifterna tillsammans med resten av klassen.

- När vi går igenom provningar, varför kan det då vara trösterikt att veta att Gud känner "[våra] hjärtans tankar"?

Be eleverna läsa Mosiah 24:13–15 och ta reda på vad som hände med Almas folk när de fortsatte att be om hjälp.

- Vad lovade Herren att han skulle göra för Almas folk? (När eleverna besvarar frågan skulle du kunna be en eller två elever att lyfta ryggsäcken underifrån för att lätta på elevens börda, vilket skulle symbolisera hur Herren kan lätta på våra bördor.) Vilket samband hade det här löftet med förbundet de ingick vid Mormons vatten? (Se Mosiah 18:8–10.)
- Varför är det till stor hjälp att veta att Herren inte alltid genast tar bort våra bördor eller våra svårigheter?
- Vad lär vi oss av hur Alma och hans folk reagerade på sina provningar?
- När har ni upplevt att Herren gav er kraft att uthärda en provning eller bära en börda?

Be eleverna läsa Mosiah 24:16–17, 21 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som ytterligare beskriver hur folket reagerade på sina provningar och hur Herren hjälpte dem. Be en eller två elever att med egna ord berätta om samband som de finner mellan

folkets handlingar och Herrens handlingar. Skriv följande princip på tavlan: **När vi tålmodigt underkastar oss Herrens vilja stärker han oss och befriar oss från våra provningar i sin egen tid.**

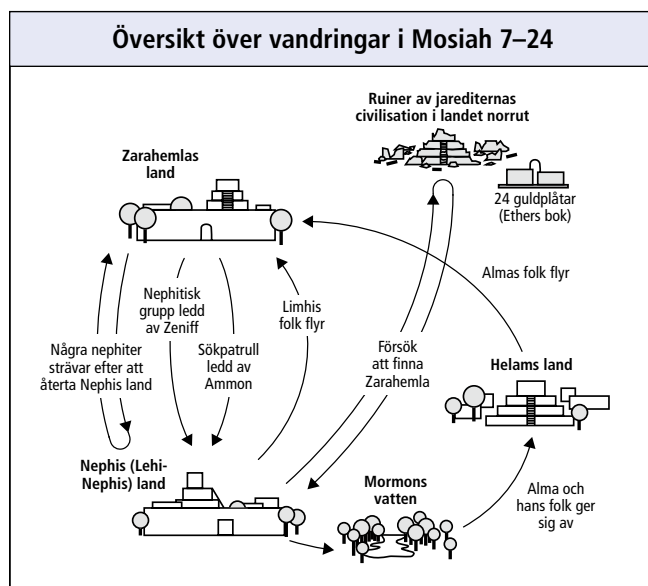
Be eleven att ta av sig ryggsäcken. Be honom eller henne beskriva hur det känns att vara fri från bördan. Be samma elev läsa Mosiah 24:21–22. Du skulle kunna fråga eleven om han eller hon känner igen sig i det som folket gjorde i de här verserna.

Sammanfatta Mosiah 24:18–25 genom att berätta att Alma och hans folk kunde fly därför att Herren lät en djup sömn komma över lamaniterna. Herren förde sedan Alma och hans folk till Zarahemla, där kung Mosiah tog emot dem med glädje. Alma och hans folk "upsände ... sina tacksägelser till Gud". De visste att "ingen utom Herren deras Gud kunde befria dem" (Mosiah 24:21; se också Mosiah 25:16).

Be eleverna rita en pil från Helams land till Zarahemlas land i översikten över vandringar i Mosiah 7–24. Säg åt dem att benämna vandringen "Almas folk flyr".

Avsluta med att be eleverna besvara de två frågor de skrev i sina skriftdagböcker tidigare under lektionen. Be dem

fundera över sina provningar och hur de kan utöva tro och lita på att Gud ska hjälpa dem att uthärda. Bär vittnesbörd om att om vi tålmodigt underkastar oss Herrens vilja så stärker han oss och befriar oss från våra provningar i sin egen tid. Du kan gärna be eleverna berätta om tillfällena då Herren stärkt dem i deras provningar.



# Mosiah 25

### Inledning

Mosiah 25 utgör slutet på berättelsen om Zeniffs folk (se Mosiah 7–24). Limhis folk och Almas folk återvände till Zarahemlas land och förenades där i säkerhet under kung Mosiahs regering. Limhi och hans folk blev döpta.

Kung Mosiah gav Alma fullmakt att grunda församlingar runtom i landet och ordna Guds kyrkas angelägenheter bland Nephis folk.

## Lektionsförslag

### Mosiah 25:1–13

#### *De som samlats i Zarahemla förenas och kallas nephiter*

Be eleverna tänka på skildringar de läst eller hört som visar hur Herren hjälpt människor genom att vägleda, stärka, beskydda eller befria dem. Du skulle kunna föreslå att de tänker på skildringar ur skrifterna, kyrkans historia eller familjemedlemmars eller vänners liv. Ge ett exempel på en sådan skildring genom att berätta följande berättelse om en ung kvinna som under en utomhusaktivitet i församlingen hade gått före de andra och var på väg nerför en kulle:

”En varnande röst sade bestämt men tyst: ‘Gå tillbaka.’ Det var nästan så att jag inte brydde mig om det, men jag hörde rösten igen. Den här gången lyssnade jag och återvände till de andra. När vi började gå neråt såg vi två stora svarta tjurar som snabbt och ilsket gick uppför kullen. Den största av dem började skrapa med klöven och blängde på oss ... Vår prästadömsledare avledde tjurens uppmärksamhet, och vi lyckades klättra över ett stängsel och sätta oss i säkerhet.

När vi kom tillbaka till lägret insåg jag att om jag inte hade följt Andens varning kunde jag ha blivit svårt skadad, ja, till och med dött. Jag visste då att min himmelske Fader brydde sig om mig och hade beskyddat mig. Jag är så tacksam mot Herren för den där varningen. Den upplevelsen stärkte mitt vittnesbörd och min kärlek till Herren” (“Turn Back”, *New Era*, nov. 2010, s. 47).

Be en eller två elever berätta en berättelse som de tänkte på som visar Guds godhet och makt i någon annans liv. Fråga klassen:

- Vad har ni för nytta av att höra exempel på Guds godhet och makt i andras liv?

Sammanfatta Mosiah 25:1–6 genom att berätta att efter att Limhis folk och Almas folk (som alla var avkomlingar till Zeniffs folk) hade undkommit träldomen och förenats med folket som bodde i Zarahemla, läste kung Mosiah deras uppteckningar för hela folket. Be eleverna läsa Mosiah 25:7 tyst för sig själva och ta reda på den allmänna reaktionen på berättelserna om Guds handlingssätt mot Zeniffs folk. Be en elev berätta vad han eller hon hittat.

Gör följande uppställning på tavlan. Berätta att vi i Mosiah 25:8–11 får veta mer om folkets reaktion på berättelserna om Zeniffs och Almas folk. Be eleverna utforska skriftställehänvisningarna om vad folket hörde och vad de kände. Svar i fråga om den första skriftställehänvisningen ges som exempel.



	Vad folket hörde	Vad folket kände
Mosiah 25:8	(De hörde hur Limhis folk befriades ur trældom.)	(De fylldes med stor glädje.)
Mosiah 25:9		
Mosiah 25:10		
Mosiah 25:11		

När eleverna haft tillräcklig tid att studera skriftställe hänvisningarna ber du några av dem att komma fram och skriva på tavlan vad de hittat. Be eleverna sammanfatta vad de lärde sig i Mosiah 25:8–11 genom att nämna exempel från det här skriftstället som de skulle kunna tillämpa på sig själva. När de gör det, hjälp dem då inse följande: **genom att studera skildringar av Guds handlingssätt mot andra känner vi glädje och tacksamhet över Guds godhet.** (När eleverna läser de här verserna märker de kanske också den sorg och de förluster som synd leder till.)

- Till vilka källor kan vi vända oss för att få veta om andras erfarenheter av Guds godhet? (Skriv elevernas svar på tavlan. I svaren kan ingå: skrifterna, generalkonferenstal, kyrkans tidningar, biografier över kyrkans ledare och andra, släktuppteckningar.)

Be eleverna tänka på tillfällena när de fått veta om Guds godhet mot andra genom någon av källorna på tavlan.

- Hur har ni dragit nytta av att få veta om Guds godhet mot andra genom en av de här källorna?
- Vad tror ni skulle kunna vara långtidseffekten av att någon regelbundet får veta om Guds godhet i hans handlingssätt mot andra?

Uppmuntra eleverna att på egen hand välja en av källorna på tavlan och leta efter inspirerande berättelser om Guds godhet.

### Mosiah 25:14–24

#### *Alma grundar församlingar överallt i nephiternas land*

För att förbereda eleverna på att studera kyrkans organisation och lära bland nephiterna ställer du följande fråga:

- Har ni gått i kyrkan i en annan församling eller gren än er hemförsamling- eller gren? Vilka likheter lade ni märke till mellan er hemförsamling- eller gren och den andra?
- På vad sätt är det till stor hjälp att se att kyrkans organisation och lära är desamma i varje församling eller gren i kyrkan?

Sammanfatta Mosiah 25:14–17 genom att berätta att efter att Mosiah hade läst för och talat till folket så bad han Alma att undervisa dem. Kung Limhi och hans folk önskade att bli döpta. Alma döpte dem och började sedan organisera kyrkan runtom i landet.

Be några elever turas om att läsa högt ur Mosiah 25:18–22. Be klassen vara uppmärksam på hur kyrkan var uppbyggd och hur den förvaltades bland nephiterna på Almas tid. För att hjälpa eleverna förstå att **kyrkans organisation är garant för att alla medlemmar får ta emot sanningen**, ställer du följande eller liknande frågor:

- Hur liknar kyrkan bland nephiterna kyrkan i vår tid? (Vi har församlingar och grenar som de "olika grupper" som nämns i Mosiah 25:21. Grenspräsidenter, biskopar och stavspräsidenter är som de präster och lärare som ledde kyrkan på Almas tid.)
- Vilka sanningar betonade prästerna och lärarna på Mosiahs tid enligt Mosiah 25:15–16, 22? (Framhåll gärna att Herren har gett liknande anvisningar till föräldrar, ledare i kyrkan och missionärer i vår tid. [Se L&F 15:6; 19:31; 68:25.]
- Varför är det viktigt att ständigt undervisa om omvändelse och tro på Gud?

Be eleverna läsa Mosiah 25:23–24 tyst för sig själva och leta efter uttryck som beskriver de välsignelser som människor fick som gick med i Guds kyrka.

- Hur blev människor välsignade därför att de lät döpa sig och gick med i kyrkan?
- På vilka sätt har ni blivit välsignade av Herren genom ert medlemskap i kyrkan?

Skriv följande princip på tavlan: **När vi tar på oss Jesu Kristi namn och lever därefter utgjuter Herren sin Ande över oss.**

Vittna för eleverna att de kan få ännu fler välsignelser än dem som de hittills upplevt om de håller sina förbund och tar emot Anden.

### Vittna om utlovade välsignelser

Broder Russell T. Osguthorpe, generalpresident i Söndagsskolan, gav ett enkelt mönster för effektiv undervisning: 1) undervisa om grundläggande lärosatser, 2) inbjud eleverna till handling och 3) vittna om utlovade välsignelser (se "Undervisning bidrar till att rädda liv", *Liahona*, nov. 2009, s. 15). När du vittnar om löften i skrifterna och i sentida profeters ord känner sig eleverna mer motiverade att omsätta det de lär sig i handling.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mosiah 25:17–22. Prästadömsmyndighet bland nephiterna

Mormons bok säger inte vilket prästadöme som innehades av profeterna och andra bröder bland nephiterna och lamaniterna. Men det som sågs om förrättningar och kyrkans förvaltning utgör tillräckliga bevis för att de innehade det melkisedekska prästadömet. President Joseph Fielding Smith lärde att "det prästadöme

som [nephiterna] bar och med vilket de verkade var prästadömet enligt den *heliga orden*, Guds Sons orden [se Alma 13:1–20]. Detta högre prästadöme kan utföra varje förrättning i evangeliet" (se *Frälsningens lära*, sammanst. av Bruce R. McConkie, 3 band, 3:78).

Se Kommentar och bakgrundsinformation i samband med Mosiah 18 för ytterligare upplysningar om prästadömsmyndighet i Mormons bok.

# Hemstudielektion

## Mosiah 18–25 (Studieavsnitt 13)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mosiah 18–25 (studieavsnitt 13) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Mosiah 18)

Efter Abinadis död omvände sig Alma och började undervisa andra om Jesu Kristi evangelium vid Mormons vatten. När eleverna studerade de här händelserna lärde de sig att vi genom att ingå och hålla dopets förbund får Herrens ande och löfte om evigt liv och att de som håller dopets förbund får stora välsignelser.

#### Dag 2 (Mosiah 19–20)

Efter att kung Noa och hans folk hade förkastat Abinadis undervisning och försökt förgöra Alma och hans efterföljare anfördes de av lamaniterna. Noa dödades av sitt folk och hans son Limhi blev kung. När eleverna läste om hur Limhis folk kom i trældom under lamaniterna lärde de sig följande: att förkasta Herrens tjänares ord leder till lidande och sorg. De uppmuntrades att tänka på ett tillfälle när de upplevde frid och andlig trygghet därför att de följde Herrens tjänares råd.

#### Dag 3 (Mosiah 21–24)

Eleverna lärde sig att även om Alma och hans folk var rättfärdiga så kom också de i trældom under lamaniterna. Eleverna gjorde en uppställning i sina skriftdagböcker som jämförde Limhis och hans folks trældom och befrielse med Almas och hans folks. Berättelsen om Limhis folk lärde oss att när vi önskar ingå och hålla förbund bereder Herren en utväg för oss så att vi kan bli befriade. När eleverna studerade berättelsen om Almas folk lärde de sig att om vi tålmodigt underkastar oss Herrens vilja stärker han oss och befriar oss från våra prövningar i sin egen tid.

#### Dag 4 (Mosiah 25)

Efter att Limhis folk och Almas folk hade förenats i säkerhet i Zarahemla under kung Mosiahs regering, lästes deras redogörelser upp för hela folket. Eleverna lärde sig följande: genom att studera skildringar av Guds handlingssätt mot andra känner vi glädje och tacksamhet över Guds godhet. När eleverna funderade över likheterna mellan att vara medlem i kyrkan på nephiternas tid jämfört med att vara medlem i vår tid, lärde de sig att när vi tar på oss Jesu Kristi namn och lever därefter utgjuter Herren sin Ande över oss. Eleverna skrev om vad deras villighet att ta på sig Jesu Kristi namn betyder för deras liv.

### Inledning

Genom att jämföra Almas folks och Limhis folks erfarenheter kan eleverna upptäcka viktiga principer när det gäller orsakerna till våra prövningar och hur vi genom vår tro på Jesus Kristus kan befrias ur vår nöd. Hjälpa eleverna förstå att när de sluter och håller heliga förbund, litar på Herren och ödmjukt åkallar honom om hjälp så stärker han dem och befriar dem ur deras nöd på sitt eget sätt och i sin egen tid.

### Lektionsförslag

#### Mosiah 18

*Alma predikar evangeliet för kung Noas folk och många omvänder sig och önskar bli döpta*

Be eleverna tänka på sitt eget dop. Be dem berätta något minnesvärt från den upplevelsen. Visa eleverna bilden, om tillgänglig, Alma döper i Mormons vatten (62332 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 76) och be dem tänka på vad som hände och som beskrivs i Mosiah 18:8–11. Fråga eleverna vad de förstod när de döptes i fråga om syftet med dopet och dopförbundet.

Efter att eleverna samtalat om skildringen i Mosiah 18 ber du dem gå till dag 1, uppgift 1 i sina skriftdagböcker, där de gjorde en uppställning över vad Alma undervisade i fråga om dopförbundet i Mosiah 18:8–11. Be en elev att göra den här uppställningen på tavlan eller visa den för klassen. Fråga andra elever om de vill lägga till något till kolumnerna "Jag lovar" och "Gud lovar". Skriv därefter följande princip på tavlan eller på ett pappersark: **Vi får Herrens ande och löfte om evigt liv genom att ingå och hålla dopets förbund.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen i sina skrifter bredvid Mosiah 18:8–11.

Fråga: Hur påverkar er förståelse av dopförbundet er önskan att hålla det förbundet?

#### Mosiah 19–24

*Limhis folk och Almas folk befrias ur trældomen under lamaniterna*

Be en elev läsa det första uttalandet av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum i lektionen för dag 3 i det här studieavsnittet i elevens studievägledning. Fråga eleverna vilka två slags prövningar vi ställs inför i livet enligt äldste Scott. (De bör ha strukit under dem i sina böcker.) Skriv *Prövningar som kommer av överträdelse* och *Utveckling som kommer av prövningar* på tavlan.

Be eleverna titta på vad de skrev i samband med dag 3, uppgift 1 i sina skriftdagböcker. Skriv därefter *Limhis folk* under "Prövningar som kommer av överträdelse" (se Mosiah 19:10, 25–28; 20:20–21) och *Almas folk* under "Utveckling som kommer av prövningar" (se Mosiah 23:18–21). Be eleverna skriva några exempel på tavlan på hur människor i vår tid kanske får gå igenom var och en av den här typen av prövningar.

Skriv följande principer på tavlan allteftersom ni samtalar om dem.

Be eleverna två och två läsa Mosiah 21:13–16. Be dem leta efter ord och uttryck som lär oss att **när vi ödmjukar oss, åkallar Herren och omvänder oss från våra synder, hör han våra böner och lättar vår syndabörda i sin egen tid.** Be eleverna berätta hur de tror att någon skulle kunna tillämpa den här principen om han eller hon gick igenom en av prövningarna på tavlan.

Be eleverna läsa Mosiah 21:31–32, 35 och sammanfatta Limhis folks flykt i Mosiah 22 för att visa att **när vi ingår förbund att tjäna Gud och håller hans bud bereder Herren en utväg för oss så att vi kan bli befriade.** Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här principen i sina skrifter bredvid Mosiah 21:31–35.

För att ta upp en princip som eleverna läste om när de studerade berättelsen om Almas folk ber du en elev att sammanfatta berättelsen om hur Almas folk kom i trældom under lamaniterna (se Mosiah 23:25–24:11). Be några elever turas om att läsa ur Mosiah 24:12–17. Be dem framhålla ord eller uttryck som lär oss att **om vi tålmodigt underkastar oss Herrens vilja stärker han oss och befriar oss från våra prövningar i sin egen tid.** Uppmuntra gärna eleverna att markera viktiga ord eller uttryck i de här verserna.

Skriv följande exempel på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna berätta hur de skulle kunna använda sanningarna som de lärde sig när de studerade berättelserna om Limhis och Almas folk och hjälpa personen i vardera exemplet.

1. En kamrat har insett att hon behöver omvända sig. Hon har haft en intensiv känsla av ovärdighet och varit djupt nedstämd och undrar om hon någonsin ska kunna övervinna frestelserna och skuld känslorna. Hur skulle ni kunna använda berättelsen om Limhis folk för att inge henne mod och hopp att omvända sig? (Uppmuntra gärna eleverna att

nämna särskilda verser i Mosiah 21 som de skulle kunna berätta om för kamraten. Be eleverna förklara varför de tror att verserna som de valt ut skulle hjälpa kamraten.)

2. En kamrat är glad och utåtriktad och strävar efter att följa evangeliets normer. Några vill inte umgås med honom och säger att han är "för bra" för dem. Hur skulle ni kunna använda berättelsen om Almas folk för att hjälpa kamraten att förtrösta på Herren och få styrka i den här prövningen? (Uppmuntra gärna eleverna att nämna särskilda verser i Mosiah 24 som de skulle kunna berätta om för kamraten. Be dem förklara varför de tror att verserna som de valt ut skulle hjälpa kamraten.)

Be eleverna berätta om tillfällen då de själva eller personer de känner har upplevt eller bevittnat Herrens befrielses kraft. (Var noga med att inte uppmuntra eller tillåta eleverna att berätta om olämpliga detaljer i begångna överträdelser.) Uppmuntra eleverna att hålla sina förbund och att åkalla Herren om hjälp och förlita sig på hans befrielses kraft oavsett vilka prövningar de ställs inför i livet. Avsluta lektionen med att bära vittnesbörd om Herrens kraft att befria oss ur svårigheter som vi befinner oss i antingen på grund av våra egna överträdelser eller på grund av prövningar som är avsedda att utveckla oss.

### Nästa studieavsnitt (Mosiah 26–Alma 4)

Under den kommande veckan kommer eleverna att läsa om en ängel som sändes för att befalla Alma den yngre att upphöra med att förgöra kyrkan. De kommer att studera vad som hände med Alma efter den här upplevelsen och läsa några av de viktigaste verserna i skrifterna om andlig pånyttfödelse. När kung Mosiah dog blev Alma utsedd till ledare för nephiterna. En ogudaktig man som hette Amlici försökte störta honom. Uppmuntra eleverna att leta efter vad Alma gjorde för att få tillgång till Herrens befrielses kraft i den här situationen.

# Mosiah 26

## Inledning

Under kung Mosiahs regering fanns det många i det uppväxande släktet – de som var små barn vid tidpunkten för kung Benjamins sista predikan – som inte trodde på kyrkans lära och inte ville åkalla Herren. Dessa icke troende ungdomar fick andra medlemmar i kyrkan att begå svåra synder. Många av syndarna fördes inför Alma, som var kyrkans ledare. I början visste Alma inte

vad han skulle göra, men slutligen bad han Herren om råd hur han skulle döma medlemmar som inte höll buden. Herren uppenbarade den process som Alma skulle följa när det gällde att ställa dem till svars för deras synder, men han uppenbarade också att han är barmhärtig och villig att förlåta dem som omvänder sig. Alma följde Herrrens råd och skapade ordning i kyrkan.

### Att undervisa ungdomar

President J. Reuben Clark jr i första presidentskapet sade:

”Kyrkans ungdomar hungrar efter andliga ting. De är angelägna att lära sig evangeliet och de vill få det öppen- hjärtigt, outspätt ...

Ni behöver inte kamouflera religiösa sanningar med ett hölje av världsliga ting. Ni kan ge dem dessa sanningar oförbehållsamt” (*Den utstakade kursen för utbildningen i kyrkan*, rev. uppl. [broschyr, 1994], s. 3, 9).

## Lektionsförslag

### Mosiah 26:1–6

**Många i det uppväxande släktet tror inte på evangeliet och får andra att begå synder**

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Hur skulle du beskriva ditt vittnesbörd i dag?*

*På vilka sätt skulle du vilja att ditt vittnesbörd utvecklades?*

Be eleverna besvara frågorna i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Efter att de haft tillräcklig tid att skriva berättar du att Mosiah 26 innehåller berättelsen om en grupp människor som inte gjorde det som behövdes för att ge näring åt deras vittnesbörd. Följden blev att deras tro på Gud inte utvecklades, och de fick många medlemmar i kyrkan att synda och begå felsteg. Föreslå eleverna att när de studerar den här skildringen de då funderar över vad den lär dem om vikten av att utveckla och stärka sitt vittnesbörd.

Be en elev läsa Mosiah 26:1–3 högt. Fråga sedan klassen:

- Vilket val gjorde många i det uppväxande släktet? (De valde att inte tro på sina faders traditioner.)
- Varför tror ni att människors otro hindrar dem från att ”förstå Guds ord”? (Mosiah 26:3.)

Förklara att tro (eller till och med en önskan att tro) leder till handlingar som stärker vårt vittnesbörd. Å andra sidan, när människor väljer att inte tro väljer de också att inte göra sådant som skulle hjälpa dem att utveckla ett starkt vittnesbörd. Be eleverna läsa Mosiah 26:3–4, 6 tyst för sig själva. Be hälften av klassen leta efter vad det uppväxande släktet inte ville göra på grund av sin otro. Be den andra hälften leta efter följderna av den här otro.

- Vad vägrade det uppväxande släktet göra på grund av sin otro?
- Vilka följder fick deras otro?

Efter att eleverna diskuterat de här frågorna skriver du följande på tavlan: *För att kunna utveckla ett vittnesbörd och hålla det levande, måste vi ...*

Be en elev att högt läsa följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet. Be klassen lyssna efter möjligheter att avsluta meningen som står på tavlan.

”Ett vittnesbörd kräver näring genom trons bön, hunger efter Guds ord i skrifterna och lydnad mot sanningen vi har tagit emot. Det finns en fara i att försumma bönen. Det är farligt för vårt vittnesbörd att bara planlöst studera och läsa skrifterna. De är nödvändiga näringsämnen för vårt vittnesbörd ...

Ni måste mätta er med Guds ord, be innerligt och jämt och ständigt lyda Herrens bud för att ert vittnesbörd ska växa och frodas” (*”Ett levande vittnesbörd”*, *Liahona*, maj 2011, s. 127).



- Vad hjälper oss att ge näring åt vårt vittnesbörd enligt president Eyring? (Allteftersom eleverna besvarar frågan avslutar du meningen som står på tavlan: **För att kunna utveckla ett vittnesbörd och hålla det levande, måste vi mätta oss med Guds ord, be med tro och hålla Herrens bud.**)
- Hur har de här sakerna påverkat ert vittnesbörd?  
Be eleverna läsa Mosiah 26:5–6 tyst för sig själva och leta efter hur icke-troende ungdomar påverkade somliga medlemmar i kyrkan.
- Begrunda följande uttalande: "Det [blev] nödvändigt att de som begick synd och som tillhörde kyrkan skulle tillrättavisas av kyrkan." (Mosiah 26:6.) Vad tror ni menas med det här? (Det var nödvändigt att medlemmar i kyrkan som hade syndat skulle stå till svars för sina synder.)

### Mosiah 26:7–14

#### *Alma ber Herren om råd om hur han ska döma dem som begår synd*

Be eleverna föreställa sig hur det skulle vara att vara biskop i en församling med medlemmar som hade begått svåra synder och inte var beredda att omvända sig. Be eleverna tyst begrunda vad de skulle göra i den situationen. Hur skulle de fullgöra plikten att ställa medlemmar till svars för deras synder och hjälpa dem att omvända sig? Berätta att Alma, kyrkans ledare, stod inför en liknande situation.

Sammanfatta Mosiah 26:7–12 genom att berätta att de som hade syndat fördes inför Alma. Något liknande hade inte hänt i kyrkan, och Alma visste inte vad han skulle göra. Han lät skicka syndarna till kung Mosiah så att han kunde döma dem. Men kung Mosiah skickade tillbaka dem till Alma eftersom Alma hade fått fullmakt från Gud att döma medlemmar i kyrkan som hade syndat.

Be en elev läsa Mosiah 26:13–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på Almas känslor inför ansvaret att döma dem som hade syndat.

- Vad gjorde Alma när han var bekymrad över hur han skulle fullgöra sin plikt att döma syndarna?
- Varför är det viktigt att veta att biskopar och grenspresidenter söker vägledning hos Herren för hur de ska hjälpa dem som har syndat och att Herren ger dem den här vägledningen?

### Mosiah 26:15–32

#### *Herren uppenbarar för Alma hur medlemmar i kyrkan ska ställas till svars för sina synder och anger villkoren för omvändelse*

För att hjälpa eleverna förstå ramen för Mosiah 26:15–32 framhåller du att de här verserna innehåller Herrens svar på Almas fråga om vad han skulle göra när det gällde syndarna. Uppmuntra eleverna att när de studerar Herrens svar då leta efter principer och läror som hjälper dem förstå biskopars och grenspresidenters prästadömsuppgift som domare (och när det gäller att döma bärare av melkisedekska prästadömet, stavs-, distrikts- och missionspresidenter). Be dem också leta efter principer och läror när det gäller att söka förlåtelse.

Be eleverna läsa Mosiah 26:17–28 tyst för sig själva och lägga märke till varje gång som Herren använder orden *min*, *mitt*, *mina* eller *jag*. Föreslå gärna att eleverna markerar dessa ord varje gång de förekommer. Fråga sedan klassen:

- Vad tyder orden *jag* och *min*, *mitt*, *mina* på i Mosiah 26:17–28 när det gäller Herrens plats i omvändelseprocessen? (Be gärna eleverna att citera uttryck eller verser som stöder deras svar.)
- Vilka sanningar lär vi oss i Mosiah 26:20–21 om Herrens tjänares roll i omvändelseprocessen? (Hjälp eleverna förstå att **prästadömsledare företräder Herren** och att **biskopar och grenspresidenter kan hjälpa oss att omvända oss från och få förlåtelse för svåra synder.**)
- På vilka sätt kan en biskop eller grenspresident hjälpa dem som har synder och frestelser att kämpa med?

Berätta att Herren talade om för Alma vad de som vill bli förlåtna måste göra för att omvända sig. Be eleverna två och två utforska Mosiah 26:29–32 och leta efter principer som hjälper dem förstå vad Herren kräver av oss när vi omvänder oss.

Efter att eleverna haft tid att studera de här verserna ber du flera av dem att komma fram till tavlan och skriva de principer de hittat med egna ord. I svaren kan ingå:

**Bekännelse av synd leder till förlåtelse.**

**Herren förlåter den som omvänder sig i sitt hjärtas uppriktighet.**

**Vi måste förlåta andra för att Herren ska förlåta oss.**

För att hjälpa eleverna förstå de här principerna ställer du några av eller samtliga följande frågor:

- Vad tror ni menas med uttrycket "bekänner sina synder inför dig och mig" i Mosiah 26:29? (Du kan behöva påpeka att ordet *dig* i den här versen syftar på Alma.)
- När någon har begått en svår synd, varför tror ni att det då är nödvändigt att han eller hon bekänner det för Herren och för ansvarig kyrkoledare? (Svåra överträdelser som till exempel brott mot kyskhetslagen kan äventyra en persons medlemskap i kyrkan. De måste därför bekännas för både Herren och hans företrädare i kyrkan. Biskopar och grenspresidenter innehar prästadömsnycklar att hjälpa dem som har syndat att söka få förlåtelse. Även om bara Herren kan förlåta synder är det prästadömsledarnas uppgift att hjälpa människor få den här förlåtelsen. De har tystnadsplikt och hjälper dem som har bekänt sina synder under hela omvändelseprocessen.)
- Vad tror ni det innebär att omvända sig "i sitt hjärtas uppriktighet"? (Mosiah 26:29.)
- Varför tror ni att Frälsaren kräver att vi ska förlåta andra? Hur hänger omvändelse och att förlåta andra ihop? (Se 3 Nephi 13:14–15; L&F 64:8–11.)
- Vilka uttryck i de här verserna skulle kunna uppmuntra eller trösta någon som vill omvända sig men inte tror att han eller hon kan få förlåtelse?

### **Mosiah 26:33–39**

*Alma följer Herrens råd och dömer dem som har syndat och skapar ordning i kyrkan*

Tala om att Mosiah 26:33–37 skildrar hur Alma följde Herrens instruktioner, dömde medlemmar i kyrkan som hade syndat och skapade ordning i kyrkan. Be eleverna läsa Mosiah 26:34–37 tyst för sig själva och leta efter vad Almas strävan att följa Herrens råd ledde till. Vittna om att när vi omvänder oss och lever rättfärdigt får vi frid i hjärtat och framgång i andligt avseende.

# Mosiah 27

## Inledning

Alma den yngre och kung Mosiahs söner gjorde uppror mot sina fäder och Herren och försökte förgöra Guds kyrka. Deras försök upphörde när en ängel som sänts till dem som svar på de rättfärdigas böner kallade dem till omvändelse. Till följd av den här mirakulösa

upplevelsen föddes de på nytt genom Jesus Kristi försoning, och de färdades genom hela Zarahemlas land för att predika evangeliet och gottgöra all skada som de hade förorsakat.

## Lektionsförslag

### Mosiah 27:1–22

#### En ängel kallar Alma den yngre och Mosiahs söner till omvändelse

Skapa en ram för lektionen genom att sammanfatta Mosiah 27:1–7 och berätta att många av de icke troende i Zarahemla började förfölja kyrkans medlemmar. Efter att kung Mosiah hade sänt ut en kungörelse som förbjöd detta, lydde en stor del av befolkningen och freden återställdes. Men några fortsatte att försöka förgöra kyrkan. Fem av dem var Almas son Alma och kung Mosiahs söner Ammon, Aron, Omner och Himni. Almas son Alma kallas ofta Alma den yngre.

Be en elev läsa Mosiah 27:8–10 högt. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som beskriver Alma den yngre och Mosiahs söner.

- Vilken del av den här beskrivningen av Alma och Mosiahs söner tycker ni är mest anmärkningsvärd? Varför då? (Skriv orden och uttrycken på tavlan allteftersom eleverna nämner dem. Lämna plats på tavlan så att du kan skriva ytterligare en lista senare under lektionen.)

Be eleverna att tyst för sig själva begrunda följande fråga:

- Om du hade bott i Zarahemla på den tiden, hur tror du att du hade reagerat på Almas och Mosiahs söners handlingar?

Visa bilden Alma den yngres omvändelse (*Evangeliebilder* [2009], nr 77). Be eleverna tyst för sig själva i Mosiah 27:11–13 läsa berättelsen som framställs på bilden. Be därefter en elev läsa Mosiah 27:14 högt. Be klassen vara uppmärksam på skälen som ängeln angav för att han kom till Alma och Mosiahs söner.

- Vad säger den här versen om hur vi kan hjälpa andra som kanske har stora svårigheter att kämpa med? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **Herren besvarar våra trofasta böner för andra**. Skriv gärna den här principen på tavlan och föreslå att eleverna skriver den i sina skrifter bredvid Mosiah 27:14. Föreslå också att de gör en tvärhänvisning till Jakobs brev 5:16. Framhåll att Herren inte bara besvarar våra böner för dem som har stora svårigheter att kämpa med i andligt avseende utan också för dem som har andra slags svårigheter och behov.)
- När har någon annans böner betytt mycket i ert liv?
- När har ni upplevt att era böner betytt mycket i någon annans liv?

Uppmuntra eleverna att fortsätta att be för andra. Vittna om att berättelsen om Alma den yngre och Mosiahs söner är bevis på att Herren hör våra böner för andra. Han sätter sig inte över handlingsfriheten hos dem vi ber för, men han hör våra böner och besvarar dem på sitt sätt och i sin egen tid.

Be en elev komma fram och ställa sig inför klassen och läsa Mosiah 27:15–16 högt. Berätta att det här är orden som ängeln talade till Alma och Mosiahs söner. Betona att ängeln talade "så som med åskans röst, vilket fick jorden där de stod att skaka" (Mosiah 27:11).

- Vad tycker ni är påfallande i det ängeln sade och gjorde? Varför då?

### Att undervisa genom den Helige Anden

Herren har sagt att vi ska "predika [hans] evangelium genom Anden, ja, Hjälparen som sändes ut för att undervisa om sanningen" (L&F 50:14). När du undervisar sök då Andens ledning så att du kan anpassa lektionen efter elevernas behov.





Sammanfatta Mosiah 27:19–22 genom att berätta att efter att ängeln hade framfört sitt budskap blev Alma stum och svag. Han bars hjälplös till sin far (se Mosiah 27:19). När Almas far hörde vad som hade hänt ”fröjdade [han] sig, ty han förstod att det var Guds makt” (Mosiah 27:20). Han lät samla folket ”så att de kunde vittna om vad Herren hade gjort för hans son” (Mosiah 27:21). Han lät också samla prästerna, och de fastade och bad för att hans son skulle återfå sin styrka och kunna tala (se Mosiah 27:22).

### Mosiah 27:23–31

#### *Alma den yngre omvänder sig och föds på nytt*

Återkom till listan som beskriver Alma och Mosiahs söner som du skrev på tavlan tidigare. Sätt rubriken *Före* över den. Skriv *Efter* på andra sidan av tavlan. Be eleverna läsa Mosiah 27:23–24, 28–29 och leta efter ord och uttryck som visar hur Alma hade förändrats. Be några elever skriva de här orden och uttrycken på tavlan.

- Vad gjorde Alma enligt Mosiah 27:24 och 28 som ledde till den här förändringen? Vad gjorde Herren? När vi försöker ändra oss och följa Frälsaren varför är det då viktigt att veta vad vi måste göra? Varför är det viktigt att förstå vad Herren gör för oss?
- Hur skulle det kunna hjälpa någon som tror att han eller hon inte kan bli förlåten att få veta om Almas erfarenheter?

Be en elev läsa Mosiah 27:25–26 högt. Be klassen berätta vilken lära Herren undervisade Alma om. (Även om eleverna använder andra ord än i skrifterna bör de förstå att **var och en av oss måste födas på nytt genom Jesu Kristi försoning**. Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)

Förklara att med uttrycket födas på nytt menas att Herrens ande åstadkommer en mäktig förändring i en persons hjärta så att han eller hon inte längre har någon önskan att göra ont utan i stället vill söka det som hör Gud till (se Mosiah 5:2).

Förklara också att även om den här mäktiga förändringen i hjärtat hos Alma och Mosiahs söner till synes gick mycket snabbt så förändras de flesta av oss mer gradvis genom försoningen. Det är mer en process än en händelse. För att hjälpa eleverna förstå den här läran ber du en av dem läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson för klassen:

”Vi måste vara på vår vakt när vi strävar efter att bli mer och mer gudalika, så att vi inte blir missmodiga och förlorar hoppet. Att bli Kristuslik är en livstids strävan och mycket ofta handlar det om långsam tillväxt och förändring, nästan omärklig. I skrifterna finns sällsamma uppteckningar om personer vars liv förändrats på ett dramatiskt sätt, som om det skedde på ett ögonblick: Alma den yngre, Paulus på vägen till Damaskus, Enos när han bad långt in på natten, kung Lamoni. Sådana häpnadsväckande exempel på kraften att även förändra dem som nedsjunkit i synd hjälper oss att tro att försoningen är tillgänglig även för de mest förtvivlade.

Vi måste emellertid vara försiktiga när vi talar om dessa märkliga förändringar. Fastän de verkligen hänt hör det mer till undantagen att något sådant sker. För varje Paulus, för varje Enos och för varje kung Lamoni finns det hundratals och tusentals som finner omvändelseprocessen mycket mer invecklad och inte alls så märkbar. Dag efter dag kommer de närmare Herren, utan att de egentligen inser att de bygger upp ett gudalikt liv. De lever stillsamma liv som innehåller godhet, tjänande och förpliktelse” (se ”En mäktig förändring i våra hjärtan”, *Nordstjärnan*, mars 1990, s. 5) .

Efter att eleverna berättat vad de lärt sig av det här uttalandet låter du dem få några minuter att besvara en av följande frågor och skriva svaret i sina skriftdagböcker. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva dem i sina skriftdagböcker.)

- Hur har du förändrats genom försoningen när du omvänt dig och gjort ditt bästa att följa Frälsaren?
- Vad är något konkret du kan göra för att i högre grad komma till Herren så att du kan förändras genom försoningen?

Be några elever berätta vad de skrivit och om den förändring som kan äga rum i oss när vi omvänder oss och utövar tro på Jesus Kristus och hans försoning. (Påminn dem om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alldeles för personliga. Se till att de förstår att de inte ska prata om synder de begått.)

#### Längre citat från profeterna

Vid längre citat från profeterna kan det vara till stor hjälp att ge eleverna ett utdelningsblad eller skriva dem på tavlan. Annars har de kanske svårt att koncentrera sig eller förstå det som sägs.

## Mosiah 27:32–37

### *Alma den yngre och Mosiahs söner färdas genom hela landet och försöker gottgöra all skada de förorsakat och stärka kyrkan*

Förklara att sann omvändelse är en förändring i hjärtat, inte bara en föresats att sluta göra något som är orätt. Be en elev läsa Mosiah 27:32–37 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma och Mosiahs söner gjorde mer än att bara sluta göra det som var orätt.

- Vad visar att Alma och Mosiahs söner verkligen hade förändrats?
- Vad kan vi lära oss av deras exempel?

I svaren kan ingå:

**Till och med de som gör uppror mot Herren och hans lära kan få förlåtelse.**

**Sann omvändelse kräver att man gör allt som står i ens makt för att gottgöra den skada man åsamkat.**

**Genom Jesu Kristi försoning kan vi förändras till ett tillstånd av rättfärdighet.**

Avsluta med att vittna om att berättelsen om Alma den yngre och Mosiahs söner är ett exempel på Jesu Kristi försonings kraft att förändra oss. Vittna om Frälsarens önskan att förlåta alla som liksom de här unga männen utövar tro på honom och försöker följa honom.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mosiah 27:25. Födas på nytt

Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum beskrev processen att födas på nytt:

”Vi påbörjar processen att födas på nytt genom att utöva tro på Kristus, omvända oss från våra synder och bli döpta genom nedsänkning till syndernas förlåtelse av någon som har prästadörets myndighet ...

Och sedan vi kommit upp ur dopets vatten behöver vår själ vara ständigt nedsänkt i och genomsyrad av Frälsarens evangeliums sanning och ljus. Tillfällig och delvis dopning i Kristi lära och halvhjärtat deltagande i hans återställda kyrka kan inte åstadkomma den andliga förvandling som gör att vi kan leva det nya livet. Nej, trohet mot förbund, beständiga åtaganden och att erbjuda Gud hela vår själ krävs om vi ska få evighetens välsignelser ...

Att totalt nedsänkas i och genomsyras av Frälsarens evangelium är viktiga steg i processen att födas på nytt” (“Vi måste födas på nytt”, *Liahona*, maj 2007, s. 21).

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum sade:

”Vi föds på nytt när vi dör i fråga om det som hör orättfärdigheten till och när vi lever i fråga om det

som hör Anden till. Men det sker inte på ett ögonblick, plötsligt. Det ... är en process. Att födas på nytt är något som sker gradvis, förutom i några enstaka fall som är så mirakulösa att de tas med i skrifterna. Vad de flesta medlemmarna i kyrkan beträffar så föds vi på nytt gradvis, och vi föds på nytt till större ljus och större kunskap, till en starkare önskan efter rättfärdighet allteftersom vi håller buden ...

Om vi som medlemmar i kyrkan lägger ut en kurs som för till evigt liv, och om vi sätter igång de processer som leder till andlig pånyttfödelse och går i rätt riktning, och om vi lägger ut en kurs som leder till att vår själ mättas och gradvis går i den riktningen, och om vi lägger ut en kurs som leder till att vi blir fullkomliga och steg för steg och stadium för stadium fullkomnar våra själar genom att övervinna världen, då är det helt säkert – det råder inget som helst tvivel om det – att vi får evigt liv. Även om andlig pånyttfödelse ligger framför oss, fullkomlighet ligger framför oss, fullständig helgelse ligger framför oss, så är det så att om vi lägger ut en kurs och följer den här i livet efter bästa förmåga, då kan vi när vi en gång lämnar detta liv fortsätta på exakt samma kurs” (“Jesus Christ and Him Crucified”, *Brigham Young University 1976 Speeches*, 5 sep. 1976, s. 5–6, [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu)).

# Mosiah 28–29

## Inledning

Efter att ha blivit omvända fick kung Mosiahs söner en stark önskan att predika evangeliet för lamaniterna. Mosiah bad Herren om råd och fick till svar att Herren skulle välsigna dem med framgång och beskydda dem, så Mosiah tillät dem att ge sig i väg. Vid samma tidpunkt arbetade Mosiah på de heliga

uppteckningar som hade anförtrotts åt honom. Han översatte Jarediternas uppteckningar och överlämnade sedan alla uppteckningar till Alma den yngre. Eftersom hans söner hade avböjt att efterträda honom som kung införde han en ny styrelseform i landet som innebar att kungen ersattes av domare.

## Lektionsförslag

### Mosiah 28:1–9

#### *Mosiahs söner har en önskan att predika evangeliet för lamaniterna*

Skriv följande påståenden på tavlan före lektionen:

1. Jag har en uppriktig önskan att andra ska få evig lycka.
2. Jag är villig att göra uppoffringar för att hjälpa andra.
3. Jag har en önskan att berätta för andra om evangeliet.

Börja lektionen med att be eleverna titta på påståendena på tavlan och sedan tyst bedöma var de själva står i de här avseendena. Be dem använda en skala från 1 till 10, där 1 betyder att påståendet inte stämmer bra in på dem och 10 att påståendet stämmer utmärkt in på dem.

Be eleverna läsa Mosiah 27:8–10 tyst för sig själva.

- Var skulle Alma och Mosiahs söner ha hamnat på den här skalan vid den här tidpunkten i deras liv?

Be en elev läsa Mosiah 28:1–4 högt.

- Var skulle Mosiahs söner ha hamnat på samma skala efter sin omvändelse? Vilka uttryck i Mosiah 28:1–4 visar hur mycket de hade förändrats?
- Varför förändrades Mosiahs söners önskningsar? (De utövade tro på Jesus Kristus, omvände sig från sina synder och blev omvända [se Mosiah 27:34–36]. Hänvisa gärna till Mosiah 28:4 och betona att Herrens ande påverkade dem.)
- Med tanke på vad ni har lärt er om lamaniterna på den tiden, vilka svårigheter tror ni att missionärer skulle kunna råka ut för bland dem?
- Hur trodde Mosiahs söner enligt Mosiah 28:2 att de skulle kunna hjälpa lamaniterna om de predikade evangeliet för dem?
- Hur påverkade Mosiahs söners omvändelse deras önskan att berätta om evangeliet? Vilka principer lär vi oss av deras erfarenheter? (Sammanfatta elevernas svar genom att skriva följande princip på tavlan: **När vår omvändelse fördjupas får vi en starkare önskan att berätta om evangeliet.**)



Be en elev läsa följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum. Uppmuntra gärna eleverna att skriva det här uttalandet i marginalen i skrifterna bredvid Mosiah 28:1–4.

”Intensiteten i vår önskan att dela med oss av evangeliet är en bra måttstock på vår egen omvändelse” (“Dela med oss av evangeliet”, *Liahona*, jan. 2002 s. 8).

Be eleverna tänka på hur de fått en starkare önskan att berätta för andra om evangeliet allteftersom de kommit Herren närmare.

- Vilka erfarenheter i ert liv har fått er att vilja berätta för andra om evangeliet?

Be eleverna föreställa sig att de känner en ung man som är medlem i kyrkan men inte har någon större önskan att gå ut som missionär.

- Vad kan den här unge mannen göra för att få en starkare önskan att berätta om evangeliet? (När eleverna besvarar frågan, uppmuntra dem då att tänka på sin egen omvändelse till Jesu Kristi evangelium och vad som fått den att fördjupas och hur de skulle kunna rekommendera liknande aktiviteter eller erfarenheter för den här unge mannens del. Hjälp dem inse att en djupare omvändelse ger en starkare önskan att berätta för andra om evangeliet.)

Berätta gärna hur du fick en önskan att undervisa andra om evangeliet och bär vittnesbörd om att när vi kommer Herren närmare och känner hans Ande så får vi en starkare önskan att berätta om evangeliet för andra.

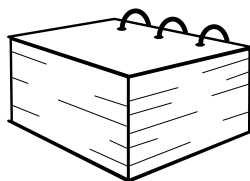
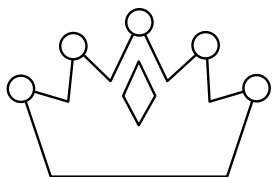
Be eleverna läsa Mosiah 28:5–8 och ta reda på varför Mosiah tillät sina söner att ge sig i väg på en sådan farlig mission.

- Vilka välsignelser lovade Herren att Mosiahs söner skulle få som svar på Mosiahs bön?

### Mosiah 28:10–20

*Mosiah översätter Jarediternas plåtar och överlämnar dem till Alma*

Rita följande på tavlan:



Peka på kronan och be en elev läsa Mosiah 28:10. Be klassen vara uppmärksam på ett problem för kungen i och med att sönerna gick ut som missionärer. (Han måste finna någon som kunde efterträda honom som kung.)

Sammanfatta Mosiah 28:11–19 genom att berätta att Mosiah började bli gammal och att han nu ägnade sin uppmärksamhet åt de heliga uppteckningar som han hade blivit anförtrodd, de uppteckningar som hans far hade gett honom och sagt åt honom att bevara och de uppteckningar som kung Limhi hade gett honom. I egenskap av siare översatte han Jarediternas uppteckning – de plåtar som hade hittats av gruppen som kung Limhi skickat ut för att hitta Zarahemlas land (se Mosiah 8:7–9). Rikta elevernas uppmärksamhet på guldplåtarna på tavlan.

Förklara att Mosiah inte bara måste utse någon till ledare för riket utan också ge någon i uppdrag att ha hand om plåtarna. Be eleverna läsa Mosiah 28:20 tyst för sig själva.

- Vem fick de heliga uppteckningarna?
- Varför var det ett bra beslut att låta Alma få hand om plåtarna?

### Mosiah 29

*Folket följer Mosiahs råd att upprätta en styrelseform som innebär att domare regerar*

Be eleverna räcka upp handen om de skulle vilja vara kung eller drottning. Be en elev komma fram och ställa sig bredvid kronan på tavlan (eller sätt en papperskrona på hans eller hennes huvud). Be eleven beskriva vilka förmåner han eller hon skulle ha som kung eller drottning.

Be en elev läsa Mosiah 29:1–3 högt.

- Vem ville folket ha till kung?
- Vad avstod Mosiahs söner från för att kunna predika för lamaniterna?
- Vilka chanser och tillfällen avstår unga män och unga kvinnor från eller skjuter på framtiden för att kunna gå ut som missionärer?

#### Situationer i verkliga livet

Att relatera en evangelieprincip till en situation i verkliga livet hjälper elever att analysera principen och inse att den också gäller för deras liv. Betona gärna för eleverna att ju uppriktigare de reagerar på ett sådant exempel, desto verkställigare blir det i inlärningsprocessen.

Sammanfatta Mosiah 29:4–10 genom att berätta att kung Mosiah var orolig för att om man utsåg en ny kung så skulle det kunna leda till stridigheter och till och med till krig. Han nämnde också andra problem som skulle kunna uppstå om en orättfärdig kung kom till makten. Be eleverna läsa Mosiah 29:16–18 och leta efter de här problemen.

Berätta att kung Mosiah föreslog att nephiterna inte längre skulle ledas av en kung. Han rekommenderade en styrelseform med domare, där domarna valdes genom folkets röst.

Be eleverna läsa Mosiah 29:11, 25 tyst för sig själva och leta efter hur domarna skulle döma folket. ("Enligt Guds bud" och "enligt de lagar som har givits er av våra fäder".)

Skriv *Mosiah* 29:26–27, 30, 33–34, 37–38 på tavlan. Dela upp klassen i par. Be eleverna utforska dessa verser och ta reda på vilket ansvar folket skulle få i den styrelseform som föreslogs av kung Mosiah. Låt varje par diskutera följande frågor. (Skriv gärna frågorna på tavlan eller på ett utdelningsblad.)

- Vad fanns det för fördelar enligt kung Mosiah med att beslut fattades genom folkets röst? (Han sade att folkets röst vanligtvis inte önskar något som "strider mot det som är rätt". Han sade också att varje medborgare borde bära sin del av regeringsbördan och att alla skulle ha "lika möjligheter".)
- Vad skulle hända om folkets röst valde ondska? (Guds straffdomar skulle komma över dem och de skulle förgöras.)
- Vad tror ni menas med uttrycket "så att var och en fick bära sin del" i Mosiah 29:34? Hur skulle det här uttrycket kunna tillämpas på medborgares ansvar att ta del i beslutsfattande på kommunal och statlig nivå?

Läs följande uttalande av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kvorum:

"För det som händer under kulturernas nedgång och fall är både ledare och ledda ansvariga ... Det [är] naturligtvis lätt att kritisera dåliga ledare, men vi bör inte bevilja deras efterföljare fribevis" (se "Omvänd dig från självskhet", *Liahona*, juli 1999, s. 26).

- Varför det är viktigt att både ledare och ledda är ansvariga för sina handlingar?
- Vad kan ni göra för att stödja rättfärdiga lagar och ledare? (Hänvisa gärna till Trosartiklarna 1:12.)

Ge uttryck åt din förvissning att även om inte medborgare i alla länder i världen har möjlighet att välja sina ledare så kommer Herren alltid hjälpa dem som förtröstar på honom, var de än bor.

Be en elev läsa Mosiah 29:41–43 högt.

- Vem utnämnde folket till att bli den förste överdomaren? Motsvarade han förväntningarna på sig att vara en opartisk och rättfärdig ledare? Vad blev följderna av hans ledarskap?

Be eleverna berätta med egna ord vad de lärt sig i Mosiah 29. De kanske nämner några av följande sanningar:

**Orättfärdigt ledarskap kan leda till stridigheter och synd.**

**Folkets röst väljer vanligtvis inte något som är orätt.**

**Om folket väljer ondska kommer Guds straffdomar över dem.**

**Varje person har plikten att upprätthålla rättfärdiga lagar och ledare.**

Avsluta med att bära vittnesbörd om principerna i dagens lektion.

### Återblick på Mosiah

Hjälpe eleverna att göra en återblick på Mosiahs bok. Be dem tänka på vad de lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Be dem vid behov ögna igenom boken för att kunna göra det. När de haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever berätta om någonting i boken som gjort intryck på dem.

# Almas bok

### Varför studera den här boken?

Genom att studera Almas bok lär sig eleverna mer om Jesus Kristus och nödvändigheten av hans försoning och uppståndelse i frälsningsplanen. De lär sig också om Guds ords makt att övervinna prästvælde, falska läror, synd, hat och avfall och att hjälpa människor att uppleva en mäktig förändring i hjärtat. Eleverna blir uppbyggda och inspirerade när de läser om Almas, Amuleks och Mosiahs söners missionsarbete och om anti-nephilehiternas (Ammons folks) omvändelse och trofasthet. När de studerar kapitlen om krigen mellan nephiterna och lamaniterna lär de sig principer som vägleder dem i de orostider de lever i och hjälper dem att vinna seger i sina egna strider med motståndaren.

### Vem skrev den här boken?

Mormon sammanställde och förkortade uppteckningar från Nephis större plåtar och skapade Almas bok. Boken är uppkallad efter Alma, som var Almas son och därför ofta kallas Alma den yngre. När kung Mosiah införde domarstyret bland nephiterna blev Alma den yngre den förste överdomaren och efterträdde sin far som högräst över kyrkan (se Mosiah 29:42). Han avgick senare som överdomare för att ägna sig "helt åt det höga prästadömet" och åt att "framföra Guds ord för folket" överallt i nephiternas land (Alma 4:20; 5:1). Mormon använde uppteckningarna om Almas verksamhet (se Alma 1–44) och Almas son Helamans skrifter (se Alma 45–62) och Shiblons skrifter (se Alma 63) när han sammanställde Almas bok.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon riktade inte Almas bok till någon särskild läsargrupp. Han anger inte heller varför han skrev boken. Men den omfattande undervisning som ges i den om Jesu Kristi återlösande mission bidrar till att Mormons bok fyller sitt huvudsyfte: att vittna om att "Jesus är Kristus, den evige Guden" (titelbladet till Mormons bok; se också Alma 5; 7; 13; 32–34; 36; 39–42).

### När och var skrevs den?

De ursprungliga uppteckningarna som användes som källor till Almas bok skrevs förmodligen mellan 91 f.Kr. och 52 f.Kr. Mormon gjorde ett sammandrag av de här uppteckningarna någon gång mellan 345 och 385 e.Kr. Mormon skrev inte var han befann sig när han sammanställde boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

Även om Almas bok är den längsta boken i Mormons bok så omspannar den bara 39 år – från omkring 91 f.Kr. till 52 f.Kr. Boken skildrar den första framgångsrika missionsverksamheten bland lamaniterna.

Den beskriver hur trofast de omvända lamaniterna höll sina förbund (se Alma 23:6–7; 24). Almas bok innehåller dessutom undervisning om läran om förutordination och om Melkisedeks verksamhet (se Alma 13), Guds ords kraft (se Alma 31), hur man får tro på Jesus Kristus och stärker den (se Alma 32–34), allvaret i att bryta mot kyskhetslagen (se Alma 39), vårandes tillstånd efter döden (se Alma 40), lärorna om uppståndelse och återställelse (se Alma 40–41) och rättvisans och barmhärtighetens roll i vår himmelske Faders återlösningssplan (se Alma 42). Boken innehåller också Herrens instruktioner i fråga om självförsvar och vad som kan rättfärdiga krig (se Alma 43:45–47).

### Översikt

**Alma 1–3** Nehor inför prästvælde bland nephiterna. Alma anför rättfärdiga nephiter i ett försvarskrig mot Amlici och hans anhängare som förenat sig med en lamanitisk här. Efter att ha omintetgjort Amlicis försök att bli kung och förgöra kyrkan besegrar nephiterna en annan lamanitisk här.

**Alma 4–16** Alma avgår som överdomare. Han färdas runt i hela nephiternas land för att bekämpa högmod och ogudaktighet genom att predika Guds ord. Amulek förenar sig med Alma, och de undervisar om Jesu Kristi försoning, uppståndelsen och nödvändigheten av tro på Herren och av omvändelse. Zeezrom blir omvänd och döps.

**Alma 17–28** Mosiahs söner och andra predikar Guds ord bland lamaniterna i Nephis land. Tusentals blir omvända till Herren. De omvända lamaniterna gräver ner sina krigsvapen och ger sig i väg för att bosätta sig bland nephiterna. Många stupar i ett stort slag mellan nephiter och lamaniter.

**Alma 29–42** Alma önskar föra själar till omvändelse. Han vederlägger Korihor, som är en antikrist. Han undervisar zoramiterna, en grupp

avfälliga nephiter, och jämför Guds ord med ett frö som måste vårdas genom tro. Amulek vittnar om försoningen och undervisar zoramiterna om att utöva tro till omvändelse. Alma talar enskilt med sina söner Helaman, Shiblön och Corianton och ger råd och bär vittnesbörd. Han anförtror de heliga uppteckningarna åt Helaman. Han undervisar om den efterjordiska andevärlden, uppståndelsen och rättvisans och barmhärtighetens roll i Guds plan.

**Alma 43–45** Avfälliga nephiter hetsar lamaniterna till vrede och dessa drar ut i strid mot nephiterna. Moroni för nephiterna till seger över Zerahemnahs här. Alma frågar ut och välsignar Helaman, profeterar om nephiternas undergång och lämnar landet.

**Alma 46–63** Moroni, Lehi, Teancum, Helaman och Pahoran för nephiterna till seger över lamanitiska härar under Amalickiah och Ammoron. Moroni och Pahoran slår också ner ett uppror som anstiftats av avfälliga nephiter som kallas kungsmän. Shiblön får nephiternas uppteckningar och ger dem senare till Helamans son Helaman. Moronihahs här besegrar lamaniterna i ett annat slag.

## Alma 1–2

## Inledning

Kort efter att Alma hade blivit överdomare började en man som hette Nehor predika bland folket. Han angrep kyrkan och dess läror och fick många att tro på honom och ge honom pengar. Då Nehor dödade Gideon, en trofast medlem i kyrkan, förde man honom till Alma. Alma förklarade honom skyldig till prästvælde och till att ha försökt att genomdriva det med svärd och dömde Nehor till döden. Kyrkan blomstrade under flitiga och ödmjuka prästers ledning, men det ogudaktiga

prästvældet fortsatte att sprida sig. Amlici, en listig man av samma orden som Nehor, fick stort stöd bland folket och försökte bli kung över nephiterna, dock utan att lyckas. Han och hans anhängare gjorde uppror och kom för att strida mot nephiterna. Senare slöt de sig samman med en lamanitisk här. Nephiterna styrktes av Herren så att de trots de stora förluster de led kunde övervinna härarnas angrepp.

**Kyrkans  
lektionshandlingar  
och anpassning  
av lektioner**

Kyrkan lägger ner stor omsorg på att ta fram lektionshandlingar som bevarar den rena läran. Läs och begrunda lektionsförslagen i den här handledningen. De hjälper dig att undervisa om det som profeterna avsåg när de skrev skrifterna. Men du har tillåtelse att anpassa lektionerna efter dina elevers behov och omständigheter.

## Lektionsförslag

## Alma 1

*Trots prästvælde och förföljelse står många fasta i tron*

Skriv *anseende* på tavlan.

- Vad finns det för faror med att sträva efter att få anseende? Vad finns det för faror med att följa personer bara därför att de åtnjuter anseende?

Berätta att en man som hette Nehor fick anseende bland somliga i Zarahemla. Be eleverna läsa Alma 1:2–6 tyst för sig själva och leta efter vad Nehor förkunnade och hur folket reagerade på det. Efter att eleverna berättat vad de hittat skulle du kunna ställa följande eller liknande frågor:

- Varför är det som Nehor förkunnade i Alma 1:4 så farligt? (Om eleverna har svårt att besvara frågan, berättar du att Nehor förkunnade att "alla människor [får] evigt liv" oavsett vad de gör. Den här läran bortser från behovet av omvändelse, förrättningar och av att hålla Guds bud. Se också Alma 15:15.)
- Vad skulle det här kunna få för konsekvenser för någon som tror på den läran?
- Hur påverkades Nehor av sin framgång? (Se Alma 1:6.)

Sammanfatta Alma 1:7–15 genom att berätta att Nehor en dag var på väg för att predika för en grupp anhängare då han mötte Gideon, som hade hjälpt till att befria Limhis folk ur trälldomen och som nu var lärare i kyrkan. Nehor "inledde en häftig dispyt med [Gideon] för att kunna förleda kyrkans folk. Men [Gideon] motstod honom och tillrättvisade honom med Guds ord" (Alma 1:7). Nehor fick ett vredesutbrott och drog sitt svärd och dödade Gideon. Kyrkans medlemmar förde Nehor till Alma, som var överdomaren, för att han skulle ställas till svars för sina brott. Alma dömde Nehor till döden, och Nehor "led ... en neslig död" (Alma 1:15). Du kan behöva förklara att *neslig* betyder något som ger vanära åt den drabbade.

Be eleverna leta i de första raderna i Alma 1:12 efter det ord som Alma använde för att beskriva vad Nehor hade instiftat bland folket för första gången. Be eleverna titta på fotnot 12a. Låt dem slå upp den första hänvisningen: 2 Nephi 26:29. Be dem läsa den här versen tyst för sig själva.

- Vad är prästvælde, med era egna ord? Vad tror ni menas med att människor "sätter upp sig själva som ljus för världen"? Varför är det här farligt?
- På vilket sätt var Nehors förkunnelse ett exempel på prästvælde?
- Vad skulle hända med folket enligt Alma om det påtvingades prästvælde?
- Varför tror ni att det är frestande för somliga att predika sådant som får andra att lovorda dem?

Be en elev läsa Alma 1:16 högt. Be klassen urskilja hur och varför prästvälde fortsatte att sprida sig till och med efter Nehors död. Efter att eleverna berättat vad de fick veta, frågar du:

- Vad har de för mål enligt Alma 1:16 som utövar prästvälde? (De gör det "för att vinna rikedomar och ära" – eller med andra ord, för att få pengar och anseende.)

Berätta att nephiterna kom att hemsökas av prästvälde och dess följder under många år (se Alma 2; 15:15; 24:28). Betona att vi måste ta oss till vara för prästvälde, både i och utanför kyrkan. Vi får inte låta oss bedras av personer som utövar prästvälde. Och i vår egen strävan att berätta för eller undervisa andra om evangeliet måste vi vara på vår vakt mot handlingar och en inställning som snarare hör till prästvälde.

- Vilka tillfällen har ni att undervisa om evangeliet? (Hjälp eleverna inse att de har många tillfällen att undervisa om evangeliet. De undervisar varandra när de deltar i seminariet och i sina kvorum och klasser. De kan undervisa sina familjer på familjens hemafton. De unga männen är hemlärare. Unga män och unga kvinnor kan bli ombedda att tala på sakramentsmötet. De kan berätta för kamrater och andra om evangeliet. De kanske förbereder sig på att gå ut som heltidsmissionärer.)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:



"Allting du eller jag gör som lärare som medvetet och med avsikt drar uppmärksamheten till oss själva – i budskapen vi presenterar, i metoderna vi använder eller i vårt personliga uppförande – är en form av prästvälde som hindrar den Helige Anden från att undervisa effektivt" (se "Sök efter kunskap genom tro", *Liahona*, sep. 2007, s. 23).

Framhåll att om vi medvetet drar uppmärksamheten till oss själva när vi undervisar om evangeliet så hindrar vi den Helige Anden från att undervisa effektivt.

Läs följande lista över motiv som personer kan tänkas ha när de undervisar. Be eleverna samtala om vilka motiv som skulle kunna vara exempel på prästvälde och varför.

Att föra andra till Frälsaren.

Att visa hur roliga de är.

Att hjälpa andra att känna Anden.

Att briljera med sin intelligens.

Att hjälpa andra att tillämpa evangeliets sanningar i sitt liv.

Be en elev läsa Alma 1:26–27 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Guds prästers handlingar skilde sig från Nehors.

- Hur kan de nephitiska prästernas exempel hjälpa oss att undvika prästvälde?
- Hur visade de här prästerna att de var hängivna Gud?

Berätta att prästvälde ledde till stridigheter och förföljelse bland nephiterna. Ställ följande frågor till eleverna som inledning till Alma 1:19–33:

- När har ni sett människor reta, håna eller förfölja dem som håller Guds bud?
- Har ni någonsin upplevt att ni blivit retade, hånade eller förföljda för att ni håller buden? Hur reagerade ni i så fall?

Be eleverna läsa Alma 1:19–20 tyst för sig själva och leta efter exempel på att kyrkans medlemmar blev förföljda. Efter att eleverna har berättat vad de hittat skriver du följande frågor på tavlan och ber dem skriva av dem i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Ge dem tillräcklig tid att läsa skriftställena tyst för sig själva och besvara frågorna på egen hand.

*Hur reagerade somliga medlemmar på förföljelse enligt Alma 1:21–24? Vad ledde deras handlingar till?*

*Hur levde andra medlemmar i kyrkan trots förföljelse enligt Alma 1:25–31? Vilka välsignelser fick de?*

När eleverna har haft tillräcklig tid att studera dessa skriftställen frågar du dem vad vi lär oss i dem. Eleverna nämner kanske någon av följande principer:

**Även när människor runtomkring oss inte lyder, kan vi vara ståndaktiga och orubbliga i att hålla buden.**

**När vi lever efter evangeliet har vi frid, även om vi blir förföljda.**

- När har ni upplevt att de här principerna är sanna?



## Alma 2

### *Amlici och andra gör uppror och förenar sig så småningom med lamaniterna för att bekämpa nephiterna*

Berätta att fyra år efter Nehors död stod nephiterna inför en annan ogudaktig man som lyckades få brett stöd i befolkningen. Dela upp eleverna i par. I varje par läser den ena eleven Alma 2:1–7 och den andra Alma 2:8–18. Be eleverna skriva tidningsrubriker som är baserade på verserna de läst och beskriver hur de rättfärdiga tog ställning emot ogudaktighet. Efter fyra till fem minuter ber du eleverna att visa sina rubriker för klasskamraten. Be gärna några elever berätta för klassen om sina rubriker.

Ställ följande frågor för att förvissa dig om att eleverna förstår verserna de har studerat:

- Vad ville Amlici göra?
- Hur lyckades nephiterna förhindra att Amlici blev kung enligt Alma 2:18? ("Herren styrkte nephiternas hand." Uppmuntra gärna eleverna att markera de här orden i sina skrifter.)

Be klassen komma med exempel på ogudaktighet som ungdomar ställs inför i vår tid. De kanske nämner frestelser men också prövningar på grund av andras ogudaktighet. När de fortsätter att studera Alma 2 ber du dem begrunda hur de kan få hjälp av Herren att övervinna frestelser och svårigheter de möter.

Tala om att nephiternas krigare besegrade många av amliciterna, men de blev mycket förvånade när de upptäckte att de övriga hade förenat sig med en lamanitisk här (se Alma 2:19–25). Innan nephiternas härar hann återvända till Zarahemla blev de angräpnade av den förenade hären. Be eleverna leta efter ett uttryck i Alma 2:27 som beskriver hur stor lamaniternas och amliciternas gemensamma här var.

Be eleverna föreställa sig vad de skulle tänka och känna om de ingick i nephiternas här. Be en elev läsa Alma 2:28–31, 36 högt, och be klassen vara uppmärksam på stridens utgång. Efter att eleverna berättat vad de fick veta, kan du gärna föreslå att de markerar orden *styrkta*, *styrkte* och *styrkt* i dessa verser.

- Varför styrkte Herren nephiterna enligt Alma 2:28? (Eleverna kanske kommer med olika svar på den här frågan. Hjälpt dem urskilja följande princip: **När vi ber till Gud om hjälp att stå emot ogudaktighet så styrker han oss.**)
- Varför tror ni att det snarare är viktigt att bli styrkt av Gud för att kunna stå emot ogudaktighet än att allt ogudaktigt inflytande tas bort från vårt liv?
- Hur kan ni följa Almas exempel när ni står emot ogudaktighet?

Be eleverna skriva svar på en av följande frågor:

- Hur har Herren styrkt dig när du har ställts inför ogudaktighet?
- Vad är ett sätt som du kan stå emot ogudaktighet på nu?

Efter att eleverna haft tid att skriva ber du några av dem berätta om sina svar. Berätta också gärna själv om dina svar. Uppmuntra eleverna att följa nephiternas exempel och be till Gud om hjälp och att vara värdiga att bli styrkta av Gud i sin strävan. Avsluta med att vittna om att Gud styrker oss när vi står emot ogudaktighet.

# Alma 3–4

### Inledning

Efter att ha förenat sig med en lamanitisk här avgränsade amliciterna sig mot nephiterna genom att märka sig med rött i pannan. Amliciterna och lamaniterna stred mot nephiterna och "tusentals och tiotusentals själar" dog i striden (se Alma 3:26). Därefter ödmjukade sig många nephiter och "väcktes ... till hågkomst om sin plikt" (Alma 4:3). Omkring 3 500 lät döpa sig

och gick med i kyrkan. Men året därpå blev många av kyrkans medlemmar högmodiga och började förfölja andra. Alma var bekymrad över denna ogudaktighet och avgick som överdomare för att kunna ägna sig helt åt uppgiften som högrepräst över kyrkan. Han planerade att färdas runt och bära ett oförfalskat vittnesbörd och kalla folket till omvändelse.

## Lektionsförslag

### Alma 3:1–19

#### *Nephiterna strider mot amliciter och lamaniter*

Dela upp klassen i mindre grupper. Ge varje grupp en papperslapp med följande ord: *kläder, frisyreer, örhängen och smycken, tatueringar*. Be grupperna samtala om vilka signaler som människor kan tänkas ge, vare sig avsiktligt eller oavsiktligt, med de här sakerna.

Påminn eleverna om att amliciterna skildes från nephiterna och förenade sig med en lamanitisk här (se Alma 2). Be eleverna läsa Alma 3:4 och ta reda på hur amliciterna ändrade sitt utseende.

- Vilka ville amliciterna "urskiljas från"?
- Vad gör somliga nuförtiden med sitt utseende för att skilja sig från de rättfärdiga? (När eleverna besvarar frågan, förvissa dig då om att de förstår att somliga ändrar sitt utseende avsiktligt för att skilja sig från de rättfärdiga eller för att protestera mot kyrkans normer. Andra gör det för att det är trendigt, utan att inse att de därmed ger signaler om sig själva.)

Förklara att när amliciterna satte ett märke på pannan för att skilja sig från nephiterna så visade de att de hade dragit på sig lamaniternas förbannelse. Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 3:14–19. Hjälpt klassen att analysera de här verserna genom att ställa några av eller samtliga följande frågor:

- Vilket uttryck i Alma 3:18 beskriver amliciternas handlingar och deras inställning till Gud? ("Öppet uppror mot Gud.")
- Hur drog amliciterna "på sig" en förbannelse? (Alma 3:19.)
- Vilka sanningar lär vi oss av dessa verser? (I svaren kan ingå att **de som gör öppet uppror mot Gud drar på sig negativa följder** och att **om vi är skilda från Gud så är det därför att vi själva har skilt oss från honom**.)

För att hjälpa eleverna förstå vikten av att skilja sig från omgivningen på ett rättfärdigt sätt ställer du några av eller samtliga följande frågor:

- Hur kan vi visa med vår klädsel och vårt utseende att vi är Jesu Kristi lärjungar? (Om eleverna har svårt att besvara frågan, kan du be dem läsa avsnittet "Klädsel och utseende" i *Vägledning för de unga* [2011], sidan 6–8. Framhåll att vårt inre vittnesbörd om evangeliet bör påverka vår klädsel och vårt utseende.)

Uppmuntra eleverna att visa att de följer Herren i sina dagliga val, bland annat i fråga om klädsel och utseende. Framhåll följande: **genom vår klädsel och vårt utseende kan vi särskilja oss som Jesu Kristi lärjungar.**

### Alma 3:20–27

#### *Tiotusentals dör i en strid mellan nephiterna och lamaniter och amliciter*

Sammanfatta Alma 3:20–25 genom att berätta att nephiterna drev tillbaka lamaniterna, men båda sidor led svåra förluster. Be en elev läsa Alma 3:26–27 högt. Be klassen vara uppmärksam på en lärdom som Mormon ville att vi skulle dra.

- Vad är lönen enligt de här verserna för dem som lyder Herren?
- Vad är lönen för dem som inte lyder Herren?

Sammanfatta genom att skriva följande princip på tavlan: **Vi skördar lycka eller elände beroende på vem vi väljer att lyda.**

Be eleverna tänka på välsignelserna man får genom att välja att följa Herren.

- Vilka välsignelser har ni fått av Herren när ni valt att följa honom?

### Alma 4:1–14

#### *Efter en period av tillväxt i kyrkan blir medlemmarna högmodiga och tvistar med varandra*

Skriv *ödmjuk* och *högmodig* på tavlan.

- Vad innebär det att vara ödmjuk? (Att vara ödmjuk är att vara läraktig och att med tacksamhet erkänna vårt beroende av Herren – att inse att vi ständigt behöver hans stöd.)

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 4:1–5. Be klassen vara uppmärksam på bevis för att nephiterna blev ödmjuka. När eleverna berättar vad de fick veta kan det vara bra att betona att vi inte behöver drabbas av en tragedi för att bli ödmjuka – vi kan välja att bli ödmjuka.

Framhåll att det är stor skillnad mellan beskrivningen av nephiterna i Alma 4:6 och den i Alma 4:3–5. Rikta elevernas uppmärksamhet på ordet *högmodig* på tavlan.

- Vad innebär det att vara högmodig? (Högmod är motsatsen till ödmjukhet. De som är högmodiga ser sig själva i ett motsatsförhållande till andra och till Gud. De anser sig vara förmer än omgivningen och följer sina egna önsknings snarare än Guds vilja.)

Be hälften av klassen läsa Alma 4:6–8 tyst för sig själva och den andra hälften Alma 4:9–12. Be båda grupperna urskilja somliga nephiters högmodiga handlingar och hur dessa handlingar påverkade andra. När eleverna haft tillräcklig tid låter du dem berätta vad de hittat.

- Vad lär oss dessa verser om hur högmod påverkar vårt sätt att behandla andra?
- Vilken varning hittar ni i Alma 4:10? (Förvissa dig om att eleverna förstår att **om vi föregår med dåligt exempel, kan våra handlingar hindra andra från att ta emot evangeliet.**)

Be en elev läsa Alma 4:13–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på exempel på att några nephiter var ödmjuka även då andra var högmodiga.

- Vad lär oss dessa verser om hur ödmjukhet påverkar vårt sätt att behandla andra?

Betona att **våra beslut att vara ödmjuka eller högmodiga påverkar oss själva och andra.** I mån av tid ber du eleverna skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om erfarenheter de gjort som visar sanningen i det här påståendet.

### Alma 4:15–20

#### *Alma avgår som överdomare för att kunna ägna sin tid åt att kalla folket till omvändelse*

Be eleverna föreställa sig att de är i Almas situation. De är överdomare, många bland folket har blivit högmodiga och förföljer dem som förblir ödmjuka.

- Hur skulle ni kunna få folket att ändra sig?

Be en elev läsa Alma 4:15–19 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma valde att göra.

- Vad beslutade Alma att göra? (Han beslutade att avgå som överdomare för att kunna ägna sin tid åt att undervisa folket.)

- Vad säger uttrycket "bära ett oförfalskat vittnesbörd" (Alma 4:19) om hur Alma tänkte undervisa?
- När har ni hört någon bära "ett oförfalskat vittnesbörd"? Hur har dessa upplevelser påverkat er?
- Vilka sanningar lär vi oss av Almas exempel i Alma 4:19?

I elevernas svar på den här frågan kan följande ingå:

### Att fullgöra våra andliga plikter kan kräva uppoffringar.

#### Genom att bära ett oförfalskat vittnesbörd hjälper vi andra att komma Gud närmare.

Uppmuntra eleverna att leta efter exempel på Almas oförfalskade vittnesbörd när de läser Alma 5–16 i sina personliga studier och när de diskuterar dessa verser under kommande lektioner. Be dem också vara uppmärksamma på den inverkan som Almas vittnesbörd hade på folket.

### Repetition av nyckelskriftställen

Ge eleverna några nya nyckelskriftställen eller repetera några de redan känner till. Tänk på frågor som hjälper dem att upptäcka principer i skriftställen. Be dem skriva ett mål i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker för hur de ska bli bättre på att leva efter en av dessa principer. Ge dem en tidsgräns när de ska ha nått målet, och be dem förbereda sig på att rapportera till någon i klassen eller till hela klassen när de har nått det.

*Obs:* Om ni inte har tid att göra aktiviteten som del av den här lektionen, kan ni göra den en annan dag. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

#### Uppmana eleverna att göra upptäckter på egen hand

Avsluta då och då en lektion med att ge eleverna något att leta efter i sina skrifter. Det kan hjälpa dem att vara koncentrerade när de studerar på egen hand och också hjälpa dem inse hur ett kapitel relaterar till ett annat kapitel eller en grupp kapitel.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 3:6–17. Märket och förbannelsen

När eleverna studerar Alma 3 har de kanske frågor om märket som sattes på lamaniterna och den förbannelse som uttalades över dem. Förklara gärna att det är skillnad mellan märket och förbannelsen. Det märke som sattes på lamaniterna var mörk hud (se Alma 3:6). Syftet med det här märket var att särskilja lamaniterna från nephiterna (se Alma 3:8). Förbannelsen innebar, vilket var långt allvarligare, att de var "avskurna från Herrens närhet" (2 Nephi 5:20). Lamaniterna drog själva på sig den här förbannelsen på grund av sitt uppror mot Gud (se 2 Nephi 5:20; Alma 3:18–19). Även om mörk hud i det här fallet var ett tecken på en förbannelse som uttalats över lamaniterna så lär Mormons bok: Herren "avvisar ingen som kommer till honom, varken svart eller vit, träl eller fri, man eller kvinna ... alla är

lika inför Gud" (2 Nephi 26:33). Jesu Kristi evangelium är till för alla. Kyrkan fördömer entydigt rasism, vilket inbegriper alla former av och alla tidigare former av rasism från enskilda både i och utanför kyrkan. President Gordon B. Hinckley sade:

"Ingen som faller nedsättande kommentarer om någon av annan ras kan anse sig vara en sann Kristi lärjunge. Inte heller kan han anse sig vara i samklang med Jesu Kristi kyrkas lära ...

Låt oss alla inse att var och en av oss är en son eller dotter till vår Fader i himlen, som älskar alla sina barn" ("Behovet av större vänlighet", *Liahona*, maj 2006, s. 58). Se lektion 27 för ytterligare hjälp i fråga om det här ämnet.

# Hemstudielektion

## Mosiah 26–Alma 4 (Studieavsnitt 14)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mosiah 26–Alma 4 (studieavsnitt 14) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Mosiah 26)

Eleverna läste om en generation nephiter som inte utvecklade ett vittnesbörd om evangeliet, och de upptäckte att för att kunna utveckla ett vittnesbörd och hålla det levande, måste vi mätta oss med Guds ord, be med tro och hålla Herrens bud. Av Almas strävan att hjälpa andra att omvända sig lärde sig eleverna att Herren förlåter dem som omvänder sig i hjärtats uppriktighet.

#### Dag 2 (Mosiah 27)

När eleverna studerade Alma den yngres och Mosiahs söners omvändelse lärde de sig följande tre evangeliesanningar: Herren besvarar våra trofasta böner för andra men låter dem få ha sin handlingsfrihet. Var och en av oss måste födas på nytt genom Jesu Kristi försoning. Sann omvändelse kräver att man gör allt som står i ens makt för att gottgöra den skada man gjort. Eleverna skrev i sina studiedagböcker hur de förändrats genom försoningen.

#### Dag 3 (Mosiah 28–29)

När eleverna läste om Mosiahs söners önskan att predika evangeliet för lamaniterna, lärde de sig att när vår omvändelse fördjupas får vi en starkare önskan att berätta om evangeliet. De skrev också om upplevelser de haft som har hjälpt dem att berätta om evangeliet. Eleverna läste om en ny regeringsform bland nephiterna och lärde sig att medborgare har plikten att upprätthålla rättfärdiga lagar och ledare.

#### Dag 4 (Alma 1–4)

När de läste om ödmjuka nephiters exempel lärde sig eleverna att när vi lever efter evangeliet har vi frid, även om vi blir förföljda. När de läste om amliciternas uppror upptäckte de att vi skördar lycka eller elände beroende på vem vi väljer att lyda. Alma var ett exempel på någon som valde att lyda Herren. Hans iver att kalla de högmodiga nephiterna till omvändelse hjälpte eleverna förstå att Herrens tjänare bär vittnesbörd och kallar syndare till omvändelse.

### Inledning

Den här lektionen ger eleverna tillfälle att repetera omvändelsens principer och begrunda nödvändigheten av att förändras genom Jesu Kristi försoning – liksom Alma den yngre och Mosiahs söner. Be om vägledning så att du vet hur du på bästa sätt hjälper eleverna att vilja uppleva den här förändringen i sitt liv.

### Lektionsförslag

#### Mosiah 26

*Alma får inspiration om hur han ska döma dem som begår svåra synder*

Inled lektionen med att be en elev läsa kapitelingressen till Mosiah 26. Läs följande situationer för klassen. Be eleverna tänka på hur de skulle kunna hjälpa personen i varje situation.

1. En ung kvinna har begått en svår synd men vågar inte prata med biskopen.
2. En ung man vill omvända sig men vet inte hur det går till.
3. En ung kvinna upprepar en synd som hon begått tidigare och är orolig för att Herren kanske inte förlåter henne igen.
4. En ung man beslutar sig för att omvända sig men vägrar att förlåta någon som gjort orätt mot honom.

Skriv följande skriftställe hänvisning på tavlan: *Mosiah 26:21–23, 29–31*. Berätta för eleverna att de här verserna innehåller Herrens uppenbarelse till Alma om människor som hade begått svåra synder. Be eleverna läsa verserna och urskilja minst en princip som kan hjälpa en av personerna som beskrivs i situationerna. Be flera elever berätta för klassen om sina svar. Delge gärna själv ett svar och bär vittnesbörd om en princip för omvändelse i Mosiah 26.

Påminn eleverna om att de planerade att tillämpa en av principerna de lärde sig i Mosiah 26 i sin egen strävan att omvända sig. Uppmuntra dem att genomföra sina planer.

#### Mosiah 27–28

*Alma den yngre och Mosiahs söner omvänder sig och föds på nytt*

För att eleverna ska få höra ett exempel på någon i vår tid som upplevt en mäktig förändring i hjärtat, ber du några av dem att turas om att läsa ur följande upplevelse som äldste Keith K. Hilbig i de sjuttios kворum berättade om:

”[En ung äldste som var missionär i Östeuropa] och hans kamrat hade funnit och undervisat en medelålders man som hette Ivan ... Deras undersökare hade en svår bakgrund vilket visade sig i hans välanvända kläder, ovärdade skägg och tveksamma sätt. Livet hade behandlat honom hårt och ovänligt.

Utan någon tidigare religiös undervisning hade Ivan mycket att övervinna. Vanor som inte harmonierade med det återställda evangeliet behövde sättas åt sidan. Nya principer behövde accepteras och sedan omfattas. Ivan ville lära sig och förberedde sig noga för sitt dop och sin konfirmation. Hans kläder var fortfarande trådslitna och skägget ovårdat, men han hade tagit de första stegen. En kort tid efter Ivens dop förflyttades missionären. Han hoppades att han skulle träffa Ivan igen.

Sex månader senare skickade missionspresidenten tillbaka den unge äldsten till hans tidigare gren. Förvånad men ivrig att återvända kom äldsten tillsammans med sin kamrat tidigt till sakramentsmötet första söndagen han var tillbaka i grenen ...

Äldsten kände igen nästan alla i den lilla grenen. Men han sökte förgäves bland ansiktena efter mannen som han och hans kamrat hade undervisat och döpt sex månader tidigare. Äldsten blev besviken och ledsen ...

Äldstens oro och begrundan avbröts av en okänd man som rusade fram för att omfamna missionären. Den slätrakade mannen hade ett glatt leende och utstrålade godhet. Med vit skjorta och välknuten slips var han på väg att förbereda sakramentet åt den lilla grenen på sabbatsmorgonen. Det var först när mannen började prata som äldsten kände igen honom. Det var den nye Ivan, inte den tidigare Ivan som de hade undervisat och döpt! I sin vän såg äldsten trons, omvändelsens och förlåtelsens mirakel förkroppsligat. Han såg försoningens verkan ...

[Ivan] hade upplevt en 'hjärtats förändring' (Alma 5:26) som var tillräcklig för att han både skulle låta döpa sig och sträva framåt i den fortsatta omvändelseprocessen" (se "En mäktig förändring i hjärtat", *Liahona*, juni 2008, s. 39–40).

Fråga: Vad finns det i berättelsen som visar hur Ivan hade förändrats? (Förvissa dig om att eleverna förstår att de yttre förändringarna hos Ivan var tecken på en djupare förändring inuti honom.)

Påminn eleverna om att Mosiah 27 beskriver hur någon förändrades genom försoningen. Be en elev komma fram och sammanfatta Mosiah 27 för klassen. Om ni har bilden Alma den yngres omvändelse (*Evangeliebilder* [2009], nr 77), kan eleven gärna hålla fram den. Be därefter en annan elev läsa Mosiah 27:24–26. Be klassen urskilja vilka som måste förändras genom försoningen, eller "födas av Gud". Elevernas svar bör visa att de förstår följande sanning: **Var och en av oss måste födas på nytt genom Jesu Kristi försoning.**

Fråga: Har ni sett någon förändras till det bättre genom Jesu Kristi försoning, och hur?

Be eleverna begrunda frågorna som missionären i berättelsen ställde till sig själv efter att han hade återförenats med Ivan: "Hur stor 'hjärtats förändring' har jag upplevt under de sex senaste månaderna? ... Har jag blivit 'född på nytt'?" (Citerad i Keith K. Hilbig, "En mäktig förändring i hjärtat", s. 41.)

Be eleverna läsa Mosiah 27:24, 28 och ta reda på vad Alma gjorde och vad Herren gjorde som åstadkom den här förändringen hos Alma. Be dem förklara varför de tror att både personen och Herren måste ha del i den här mäktiga förändringen i hjärtat.

Påminn eleverna om att de fyllde i en uppställning som innehöll uttryck som visade skillnaden hos Alma före och efter den mäktiga förändringen i hans hjärta (i lektionen för dag 2). I uppgift 2, dag 2 skrev eleverna ner ett uttryck i sina skriftdagböcker från "efter"-kolumnen som de hoppades skulle beskriva dem livet ut, och varför. Be flera elever berätta vad de skrev. Vittna om att det är möjligt att uppleva en mäktig förändring i hjärtat genom Jesu Kristi försoning.

Be eleverna begrunda hur de förändrats genom Jesu Kristi försoning. Be dem delge sina tankar, om de vill. Berätta gärna själv hur du har förändrats genom försoningen.

Uppmuntra eleverna att arbeta på att få uppleva den här mäktiga förändringen i hjärtat så att de kan komma Herren närmare och låta försoningen göra verklig skillnad i deras liv.

Före lektionen skriver du följande på tavlan eller på ett utdelningsblad till varje elev.

Mosiah 27:32–37	Mosiah 28:1–4
Hur förändrades Alma och Mosiahs söner? Vilken princip lärde du dig i dessa verser? Varför tror du att gottgörelse är en sådan viktig del av omvändelse?	Hur förändrades Mosiahs söner? Vilken princip lärde du dig i dessa verser? Vilka erfarenheter i ditt liv har fått dig att vilja berätta för andra om evangeliet?

Be hälften av klassen besvara frågorna i vänstra spalten och andra hälften frågorna i högra spalten. Låt eleverna arbeta individuellt. Be några elever från varje grupp att berätta om sina svar.

Be eleverna begrunda hur de skulle kunna gottgöra sina synder och få en starkare önskan att berätta för andra om evangeliet.

## Mosiah 29–Alma 4

### *Gud välsignade de nephiter som förblev rättfärdiga trots förföljelse*

Påminn eleverna om att de första kapitlen i Almas bok beskriver besvärliga tider och förföljelse för rättfärdiga nephiters del. Be eleverna läsa Alma 1:25, 27 tyst för sig själva. Be dem ta reda på vad dessa nephiter gjorde trots den förföljelse de utsattes för.

Framhåll att Herren välsignade de nephiter som var rättfärdiga så att de hade större framgång än de som var ogudaktiga (se Alma 1:29–32). Be eleverna försöka följa dessa trofasta nephiters exempel när de ställs inför svårigheter i livet.

## Nästa studieavsnitt (Alma 5–10)

Hur vet man om man har blivit född på nytt? Vad innebär det att födas på nytt? När eleverna studerar Alma 5–10 kommer de hitta några frågor som de kan ställa till sig själva för att avgöra om de har blivit födda på nytt och upplevt en mäktig förändring i hjärtat. De får dessutom djupare insikt i försoningens omfattning och kraft.

## Alma 5:1–36

## Inledning

Då kyrkan hotades av inre stridigheter och av ogudaktighet (se Alma 4:9–11) avgick Alma som överdomare för att kunna koncentrera sig på att stärka kyrkan. Han gick ut bland sitt folk för att vinna dem åter genom "att bära ett oförfalskat vittnesbörd mot dem" (Alma

4:19). Alma började med att påminna Zarahemlas folk om att Herren hade befriat deras förfäder ur kroppslig och andlig trældom. Han uppmuntrade dem att bereda sig för domens dag genom att tro på Guds ord och bedöma sina hjärtans andliga tillstånd.

## Lektionsförslag

## Alma 5:1–14

*Alma berättar hur hans far omvände sig och de som följde honom*

Skriv ordet *förändring* på tavlan. Be eleverna komma med exempel på olika sätt som människor kan förändra sitt utseende eller beteende på. Be dem förklara vad som kan tänkas föra till eller orsaka sådana förändringar hos människor.

Påminn eleverna om att Alma var bekymrad över den ogudaktighet som hade börjat breda ut sig bland nephiterna. Han visste att om de inte ändrade sig så skulle de förverka de utlovade välsignelserna i förbundet de hade ingått. Han avgick som överdomare för att verka bland folket och kalla dem till omvändelse. Han började med att predika för folket i Zarahemla.

Be flera elever turas om att läsa högt ur Alma 5:3–6. Be klassen följa med i skrifterna och vara uppmärksam på vad Alma betonade när han började undervisa folket.

- Hur skulle det ha kunnat hjälpa Almas folk att bli påmind om Almas fars och hans efterföljares trældom, befrielse och omvändelse?
- Titta på Alma 5:7. Vilket slags förändring hade ägt rum i Almas fars och hans folks liv enligt den här versen?

Lägg till ordet *hjärtats* före *förändring* så att det står *hjärtats förändring*.

- Vad tror ni det innebär att uppleva en "hjärtats förändring"? (För att hjälpa eleverna besvara frågan skulle du kunna berätta för dem att äldste Gerald N. Lund i de sjuttios kворum sade att ordet *hjärta* i skrifterna ofta syftar på den "verkliga, inre personen" ["Understanding Scriptural Symbols", *Ensign*, okt. 1986, s. 25].)
- Vad är skillnaden mellan en hjärtats förändring och det slags förändringar vi pratade om i början av lektionen?

Berätta att i Alma 5:7–9, 14 använder Alma flera olika uttryck för att beskriva hur en hjärtats förändring är. Lägg till ytterligare ord till uttrycket på tavlan så att det står *En hjärtats förändring är som att ...*

Be eleverna läsa Alma 5:7–9, 14 tyst för sig själva och leta efter Almas beskrivningar av hur en hjärtats förändring är. Låt dem berätta vad de har hittat. Allteftersom de gör det lägger du till uttryck på tavlan. (Så här skulle er lista kunna se ut: *En hjärtats förändring är som att ... vakna ur en djup sömn, bli fylld av ljus, befrias från kedjor, känna ens själ utvidgas, sjunga om den återlösande kärleken, bli född av Gud, få Herrens bild i sitt ansikte.*)

- Hur är en hjärtats förändring som beskrivningarna som står på tavlan?
- Hur kan en hjärtats förändring tänkas återspeglas i någons handlingar? Hur är en hjärtats förändring ibland märkbar i någons ansikte? (Be gärna eleverna beskriva utseendet och sättet hos någon de känner som de tycker har "fått [Herrens] bild i [sitt] ansikte".)

Be en elev läsa Alma 5:10 högt, och be klassen vara uppmärksam på tre frågor som Alma ställde till folket. (Du kan föreslå att eleverna markerar dessa frågor.) Det hjälper eleverna

att i efterföljande verser urskilja de faktorer som ledde till att Alma och hans folk upplevde en mäktig förändring i hjärtat.

Be en elev läsa Alma 5:11–13 högt, och be klassen urskilja vad som åstadkom den här mäktiga förändringen i hjärtat hos Almas far och dem som följde honom. (Deras tro på Guds ord och, i förlängningen, deras tro på Gud, att de satte sin lit till honom. Du skulle också kunna framhålla den verkan som Guds ord hade enligt Alma 5:5, 7.)

- Vilket samband ser ni mellan att tro på Guds ord och uppleva en mäktig förändring i hjärtat? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **När vi tror på Guds ord och utövar tro på Jesus Kristus, kan vi uppleva en mäktig förändring i hjärtat.** Framhåll att det Guds ord som Abinadi och Alma predikade fokuserade på återlösningen som kommer genom Jesus Kristus [se Mosiah 16:4–9; 18:1–2].)

Förklara att ett annat sätt att uttrycka att någon upplevt en mäktig förändring i hjärtat är att säga att han eller hon har blivit född på nytt. Hjälp eleverna förstå att "född av Gud" eller "född på nytt" syftar på den förändring som en person upplever när han eller hon tar emot Jesus Kristus och börjar ett nytt liv som hans lärjunge. För att hjälpa eleverna förstå att detta att uppleva en mäktig förändring i hjärtat eller bli född på nytt oftast är en successiv process, läser du följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum:

"Ni kanske undrar: Varför sker inte denna mäktiga förändring snabbare hos mig? ... För de flesta av oss sker förändringarna i små steg och allteftersom tiden går. Att födas på nytt är ... mer en process än en händelse. Och vårt engagemang i den processen är jordelivets huvudsyfte" ("Född på nytt", *Liahona*, maj 2008, s. 78).

- När har ni upplevt en förändring i hjärtat då ni försökt leva efter Guds ord?
- Hur skulle ni beskriva känslorna och handlingarna som åtföljer en hjärtats förändring?
- Hur har era hjärtan förändrats när ni studerat Mormons bok i seminariet i år?

Låt eleverna få några minuter att skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om en eller två saker de kommer att göra för att mer nitiskt leva efter Guds ord.

## Alma 5:15–36

### *Alma undervisar om att det krävs en mäktig förändring i hjärtat för att komma in i himmelriket*

Ge varje elev ett utdelningsblad med följande uppställning, eller sätt upp den på tavlan och låt eleverna skriva av den.

Andligt kardiogram											
	Alma 5:15		Alma 5:16		Alma 5:19		Alma 5:26		Alma 5:27		Alma 5:28
Alltid											
Nästan alltid											
Vanligtvis											
Ibland											
Sällan eller aldrig											

Förklara att ett kardiogram är en framställning som används av läkare för att utvärdera eller övervaka vår hjärtfunktion. Den hjälper dem att upptäcka problem eller tillstånd som kräver behandling.

Tala om för eleverna att efter att Alma hade berättat att Guds ord hade fått hans far och andra att uppleva en mäktig förändring i hjärtat, började han ställa frågor till folket för att hjälpa dem att bedöma sina egna hjärtans tillstånd. Be eleverna läsa Alma 5:14 tyst för sig



**Ge eleverna tid att begrunda**

Att låta eleverna få tid att begrunda är ett sätt att hjälpa dem att lära genom Anden. Under den här tiden bör du undvika ytterligare frågor, undervisning eller diskussion som skulle distrahera dem.

sjelva och leta efter tre frågor som Alma ställde till folket. (Föreslå gärna att de markerar dessa frågor.)

Berätta att Alma också ställde andra frågor för att hjälpa folket att kontrollera sina hjärtans tillstånd. Be eleverna ta ett par minuter och studera och begrunda skriftställena överst i det andliga kardiogrammet. Uppmuntra dem att kryssa i de rutor i uppställningen som bäst beskriver var de själva tycker att de står med avseende på frågorna i varje skriftställe. (Observera att några verser har flera frågor.) Eftersom den här aktiviteten är av privat karaktär ska du inte be eleverna att berätta för klassen om sina svar.

Efter att eleverna har fyllt i kardiogrammet ber du dem läsa Alma 5:29–31 tyst för sig själva och leta efter ytterligare frågor som Alma ställde för att hjälpa folket att bedöma sina hjärtans tillstånd. (Föreslå gärna att eleverna formulerar om frågorna något så att de blir tillämpliga på dem själva: "Är jag fri från avund?" "Hånar jag andra?" "Förföljer jag andra?")

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 5:17–18, 20–25. Be klassen vara uppmärksam på skäl till att vårt hjärta måste förändras som en förberedelse för domens dag. Ställ dessa frågor för att hjälpa eleverna förstå följande: **genom att uppleva en hjärtats förändring förbereder vi oss för att få en plats i himmelriket:**

- Vilka ord och uttryck använde Alma för att beskriva det tillstånd man skulle vilja vara i när man står inför Gud för att dömas? (I samband med att eleverna besvarar den här frågan kan du gärna rikta deras uppmärksamhet på Alma 5:16, 19.)
- Om ni upplevde en hjärtats förändring nu, hur skulle det kunna hjälpa er att förbereda er för att få en plats i himmelriket?

Skriv följande frågor på tavlan. (Du skulle kunna skriva dem på tavlan före lektionen.)

*Vad inbjuder Herren oss att göra?*

*Vad blir följderna av att ta emot eller inte ta emot den här inbjudan?*

*Vad lär oss dessa verser om Frälsaren?*

Be en elev läsa Alma 5:33–36 högt, och be klassen vara uppmärksam på svar på frågorna på tavlan. Be eleverna berätta vad de hittade för svar.

Avsluta med att låta eleverna få några minuter att skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Be dem välja en vers eller ett uttryck i Alma 5:1–36. Be dem skriva vad den versen eller det uttrycket betyder för dem och hur de kan göra det som föreslås när de strävar efter att deras hjärtan ska förändras genom Jesu Kristi försoning. Vittna om att om vi ständigt upplever en hjärtats förändring och gör rättfärdighetens gärningar är vi redo att en dag inträda i Guds rike.

## LEKTION 72

# Alma 5:37–62

### Inledning

När Alma fortsatte att predika i Zarahemla varnade han folket och sade att beslutet att ta emot eller förkasta hans ord kunde få allvarliga följder. Alma liknade Jesus Kristus vid en god herde som kallade på dem och ville

leda dem tillbaka till sin hjord. Han uppmuntrade folket att omvända sig och undvika världens orena ting så att de kunde ärva himmelriket.

### Lektionsförslag

#### Alma 5:37–42, 53–62

#### *Alma varnar de ogudaktiga och uppmanar alla att hörsamma den gode herdens röst*

Visa bilden Jesus bär ett förlorat lamm (*Evangeliebilder* [2009], nr 64).

- På vad sätt är Frälsaren den gode herden?

Efter att några elever besvarat frågan läser du följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

”På Jesu tid var den palestinske fåraherden bekant för sitt sätt att beskydda sina får. Till skillnad från nutida fåraherdar gick herden alltid framför sin hjord. Han ledde dem. Herden kände varje får och hade vanligtvis namn på vart och ett. Fåren kände igen hans röst och litade på honom och följde aldrig en främling. När han kallade på dem så kom de till honom. (Se Joh. 10:14, 16.) ...

Jesus använde denna alldagliga illustration från sin tid för att förkunna att han var den gode herden, den sanne herden. På grund av sin kärlek till sina bröder och systrar skulle han villigt och frivilligt lägga ner sitt liv för dem” (se ”En kallelse till prästadömet: ’Föd mina får’”, *Nordstjärnan*, okt. 1983, s. 78, 79; se också John R. Lasater, ”Israels herdar”, *Nordstjärnan*, juli 1988, s. 65–66).

Påminn eleverna om sammanhanget till Alma 5 genom att berätta att Alma gick för att predika för folket i Zarahemla, som var ”som får utan herde” (Alma 5:37). Be eleverna tänka på svårigheter som folket hade och vad Alma uppmuntrade dem att göra. Du skulle kunna repetera nyckelverser från föregående lektion som till exempel Alma 5:14–20 för att hjälpa eleverna att erinra sig bakgrunden. Förvissa dig om att eleverna förstår att folket i Zarahemla befann sig i en hemsk situation på grund av sin ogudaktighet (se Alma 7:3).

Be två eller tre elever turas om att läsa högt ur Alma 5:37–42. Be klassen vara uppmärksam på hur man kan veta om man är ett av Frälsarens får. Efter att eleverna berättat vad de lärde sig ställer du följande frågor:

- På vad sätt är människor som får som behöver en herde?
- Hur visar den gode herden enligt Alma 5:37–38 sin kärlek till och omtanke om fåren? (Han fortsätter att kalla på dem i sitt eget namn.)
- Hur vet vi enligt Alma 5:41 om vi hörsammar den gode herdens röst?
- Vilka gärningar skulle till exempel kunna vara tecken på att någon följer den gode herden?

Efter att eleverna besvarat frågorna ber du en elev läsa följande uttalande av president Ezra Taft Benson som beskriver män och kvinnor som är fast beslutna att följa Jesus Kristus. (Du skulle kunna kopiera det här uttalandet åt varje elev.)

”När man väljer att följa Kristus, väljer man att förändras ...

[Män och kvinnor] som förändrats för Kristus kommer att ledas av Kristus ...

Deras vilja uppgår i hans vilja. (Se Joh. 5:30.)

De gör alltid det som behagar Herren. (Se Joh. 8:29.)



De är inte endast villiga att dö för Herren, utan ännu viktigare är att de vill leva för honom. Om man går hem till dem, vittnar tavlorna på väggarna, böckerna i bokhyllorna, musiken de lyssnar på, deras ord och handlingar om att de är kristna.

De står som vittnen om Gud alltid och i allting och överallt. (Se Mosiah 18:9.)

De har Kristus i sinnet och vänder sig till honom i varje tanke. (Se L&F 6:36.)

De har Kristus i hjärtat och låter sin tillgivenhet tillägnas Herren för evigt. (Se Alma 37:36.)

Nästan varje vecka tar de sakramentet och vittnar på nytt för sin evige Fader att de är villiga att ta på sig hans Sons namn och alltid minnas honom samt hålla hans bud. (Se Moroni 4:3.)" (Se "Födda av Gud", *Nordstjärnan*, nr 2 1986, s. 4, 5.)

Be eleverna läsa Alma 5:53–56 tyst för sig själva och leta efter inställningar och handlingar som gör det svårt för någon att hörsamma Frälsarens röst. Efter några minuter ber du några elever skriva på tavlan vad de hittade. Be dem skriva svaren på ett sådant sätt att det fyller hela tavlan. Be dem lägga till andra inställningar eller handlingar som de iakttagit hos omgivningen som gör det svårt att hörsamma Frälsarens röst. (I svaren kan ingå: åsidosätta Guds ord, högmod, fåfänga, fästa sig vid rikedomar och världsliga ting, tro att vi är bättre än andra, förfölja de rättfärdiga eller vända ryggen åt de fattiga och behövande. Rikta gärna elevernas uppmärksamhet på att Alma upprepade uttrycket *envisas med* och därmed betonade att folket i Zarahemla ville fortsätta att begå de här synderna och ha den här syndiga inställningen.

Sudda bort text i mitten av tavlan så att du får plats att skriva: *följ den gode herdens röst*.

Be en elev läsa Alma 5:57 högt. Be klassen vara uppmärksam på uttryck som lär oss hur vi ska reagera på ogudaktig påverkan. ("Gå ut från de ogudaktiga", "skilj er från dem" och "rör inte vid deras orena ting".) Föreslå gärna att eleverna markerar de här uttrycken i sina skrifter. Framhåll att dessa uttryck betonar att vi måste undvika allt som kan fördärva eller orena oss andligen. För att hjälpa eleverna samtala om hur de kan avskärma sig från sådant som distraherar, undvika ogudaktig påverkan och hörsamma den gode herdens röst, ställer du följande eller liknande frågor:

- Vad kan ungdomar i kyrkan göra så att de förblir åtskilda från de ogudaktiga? (Fundera på att berätta om ett positivt exempel du sett i en av dina elevers liv. Du skulle också kunna be eleverna göra det i fråga om andra i klassen.)
- Vad blir enligt Alma 5:56–57 följden av att framhärda i ogudaktighet? (**Om vi framhärda i ogudaktighet, kan vi inte höra den gode herdens röst och kommer inte att räknas bland de rättfärdiga.**)

I mån av tid låter du eleverna få några minuter att begrunda följande fråga. Be dem gärna att besvara den i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.

- Vad skulle Herren vilja att du gör för att i högre grad ta emot hans inbjudan att komma till honom? (Du skulle kunna tala om för dem att svaret kan vara något som de känner att de måste bli bättre på eller något som de bör sluta med.)

Be eleverna läsa Alma 5:58–62 tyst för sig själva och leta efter välsignelser som utlovas dem som samlas med Herren och hans folk. (Föreslå gärna att eleverna markerar de här välsignelserna i sina skrifter.)

- Hur skulle ni sammanfatta Herrens löften till dem som hörsammar hans röst? (Även om eleverna kanske berättar om olika principer, förvissas du dig om att de förstår att **om vi följer Herrens [den gode herdens] röst så samlas vi in till hans rike**. Du skulle kunna skriva den här principen på tavlan.)
- Vad har ni för vanor som hjälper er att hörsamma den gode herdens röst?
- Hur har de här vanorna hjälpt er att inte låta er påverkas av somligt som listats på tavlan som ogudaktighet?

Vittna om att när vi hörsammar Frälsarens ord är vi bland de rättfärdiga som samlas in till Herrens rike.

## Alma 5:43–52

### Alma fullgör sin plikt att predika omvändelse

Be eleverna räkna upp de fem sinnen (hörsel, känsel, lukt, smak och syn). Fundera på att ta med dig några saker som ger eleverna tillfälle att använda dessa sinnen.

- Kan ni nämna något ni lärt er med hjälp av vart och ett av era fem sinnen?
- Kan ni veta eller lära er något utan att använda era fem sinnen?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 5:44–48. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma sade att han visste och hur han visste det.

- Vad visste Alma enligt Alma 5:48?
- Vad sade Alma var källan till hans vittnesbörd?
- Vad hade Alma gjort för att få det här vittnesbördet från den Helige Anden?
- Hur hjälper oss fasta och bön att få ett vittnesbörd om evangeliet eller stärka det?
- När har ni känt att ert vittnesbörd stärktes av fasta och bön?

Vittna om att **vi själva kan veta genom den Helige Anden att Jesus Kristus är alla människors återlösare**. För att betona vikten av att själv söka och att få ett vittnesbörd om att Jesus Kristus är alla människors återlösare läser du följande uttalande av äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum:



”Ett personligt, eget vittnesbörd om evangeliets sanning, särskilt om Herren Jesu Kristi gudomliga liv och verksamhet, är väsentligt för vårt eviga liv ... Med andra ord grundas det eviga livet på vår egen, personliga kunskap om vår Fader i himlen och hans helige Son. Att enbart känna till dem räcker inte. Vi måste få personliga, andliga erfarenheter som förankrar oss. Detta får vi om vi söker dem på samma intensiva, målmedvetna sätt som en hungrig söker föda” (“Festmåltid vid Herrens bord”, *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 81).

Ge eleverna tid att besvara följande fråga skriftligt. Uppmuntra dem också att skriva vad de kommer göra för att få ett vittnesbörd om Jesus Kristus eller stärka det. Uppmuntra dem att uppnå sina mål även om det tar ”många dagar” (Alma 5:46).

- När har du känt att den Helige Anden vittnade för dig att Jesus Kristus är världens återlösare?

Be eleverna läsa Alma 5:49–52 tyst för sig själva och leta efter vad Alma sade att människorna måste göra för att kunna ärva himmelriket.

- Varför är omvändelse absolut nödvändigt för inträde i Guds rike?

För att hjälpa eleverna tillämpa Almas undervisning om vad man måste göra för att komma in i Guds rike, läser du följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:

”Tänk om han skulle komma i morgon? Om vi visste att vi skulle få möta Herren i morgon – genom vår för tidiga död eller genom hans oväntade ankomst – vad skulle vi då göra i dag? Vad skulle vi ha att bekänna? Vad skulle vi upphöra med att göra? Vilka problem skulle vi reda upp? Vilka personer skulle vi förlåta? Vilka vittnesbörd skulle vi bära?

Om detta är vad vi skulle göra, varför inte göra det nu? Varför inte söka efter friden medan friden står att finna?” (“Att förbereda oss för Kristi andra ankomst”, *Liahona*, maj 2004, s. 9).

Avsluta med att låta eleverna få tid att begrunda vad de kan behöva ändra på i sitt liv för att bli redo att möta Frälsaren och komma in i hans rike. Uppmuntra dem att skriva ner sina tankar och känslor så att de kan läsa dem senare och bli påmind om att de ska följa de maningar de får.

### Uppmuntra till praktisk tillämpning

President Thomas S. Monson sade: ”Syftet [med undervisning om evangeliet] är att inspirera den enskilde att tänka på, känna för och sedan göra något åt evangeliets sanningar och principer” (Conference Report, okt. 1970, s. 107). När du undervisar dina elever om evangeliets principer, uppmana dem då att följa den Helige Andens maningar och välja sätt som de kan förbättra sig på och stärka sin tro på Jesus Kristus.

## Alma 6–7

**Inledning**

Efter att ha ställt kyrkan i ordning i Zarahemla fortsatte Alma till staden Gideon. Till sin glädje fann han att invånarna där var trofastare än folket i Zarahemla. Därför hade han ett annat budskap till Gideons invånare. Han uppmuntrade dem att alltid förtrösta på Herren

och låta hans försoningsoffer verka i deras liv. Han vittnade om att Frälsaren skulle ta på sig döden och våra synder, att han också skulle ta på sig vår smärta, våra bedrävelser, sjukdomar och skröpligheter så att han kunde veta hur han ska hjälpa oss.

**Undervisa ur skrifterna**

Några evangelielärare vänder sig till andra källor än skrifterna i sina lektionsförberedelser. Även om annat material, som till exempel den här handledningen, kan vara till hjälp, bör du koncentrera dig på att undervisa ur själva Mormons bok-texten. Det ger den Helige Anden tillfälle att vittna för dina elever om att skrifterna är sanningsenliga och att det är viktigt att studera dem.

**Lektionsförslag****Alma 6****Alma ställer kyrkan i ordning i Zarahemla och går till Gideon för att predika**

Före lektionen ber du en elev att förbereda sig på att kortfattat berätta för klassen hur han eller hon blivit välsignad genom att gå i kyrkan. Börja lektionen med att be den här eleven komma fram och berätta. Du skulle också kunna berätta hur du själv blivit välsignad genom att gå i kyrkan.

Berätta att Alma 6 handlar om hur Alma och andra prästadömsledare stärkte kyrkan i Zarahemla.

Be en elev läsa Alma 6:4–6 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad kyrkans medlemmar i Zarahemla gjorde för dem som inte kände Gud. Be eleverna berätta vad de fick veta.

Skriv följande sanning på tavlan: *Kyrkan är upprättad för alla människors välfärd.* För att hjälpa eleverna tänka på hur den här sanningen kan påverka deras liv, ställer du följande fråga:

- Hur tror ni att kyrkan kan vara till välsignelse i vår tid för dem som inte känner Gud?

Be eleverna tänka på någon som behöver lära känna Gud bättre. Den här personen kan tillhöra kyrkan eller något annat religionssamfund. Vittna om de välsignelser vi får tack vare medlemskapet i kyrkan. Uppmuntra eleverna att inbjuda andra att få del av dessa välsignelser.

**Alma 7:1–13****Alma profeterar om Jesu Kristi ankomst**

Dela upp klassen i par. Be varje par att samtala om sina svar på följande fråga:

- Finns det några händelser i framtiden som ni är spända på?

Efter att varje par haft tid att samtala om svar på den här frågan, ber du några elever berätta för klassen om sina svar. Tala sedan om att efter att Alma hade ställt kyrkan i ordning i Zarahemla fortsatte han till staden Gideon. Han berättade för folket där att av allt det som skulle hända i framtiden fanns det en sak som var "viktigare än allt annat" (Alma 7:7). Han undervisade om principer som skulle hjälpa folket att förbereda sig för de välsignelser som skulle komma av den framtida händelsen.

Be en elev läsa Alma 7:3–6 högt. Be klassen vara uppmärksam på de förhoppningar som Alma hade när det gällde folket i Gideon. Be därefter en annan elev läsa Alma 7:18–19 högt. Be eleverna berätta vad Alma genom inspiration fick veta om folket i Gideon.

Be eleverna läsa Alma 7:7, 9–10 tyst för sig själva och leta efter en händelse som Alma ansåg att det var ytterst viktigt att folket skulle känna till.

- Vad var enligt Alma den "sak som [var] viktigare än allt annat" som skulle hända? Varför tror ni att Frälsarens ankomst var den viktigaste händelsen genom tiderna?

- Varför tror ni att Alma talade om för ett folk som redan var troende och därtill hade stark tro att de måste omvända sig?

Berätta att Alma därefter förklarade varför Jesu Kristi ankomst var den viktigaste händelsen i mänsklighetens historia. Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 7:11–13. Be resten av klassen att följa med i texten och urskilja vad Frälsaren tog på sig för vår skull.

Framhåll att Alma 7:11–13 är ett nyckelskriftställe. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

Skriv elevernas svar som rubriker högst upp på tavlan. I svaren kan ingå *smärta, bedrövelser, frestelser, sjukdomar, döden, skröpligheter* och *synder*.

Föreslå gärna att eleverna markerar uttrycket "av alla slag" i Alma 7:11. Be dem nämna exempel som du kan skriva under varje enskild rubrik på tavlan. Allteftersom eleverna kommer med exempel skriver du dem under motsvarande rubriker. (Du skulle till exempel kunna skriva *cancer* under *sjukdomar* och *kroppsligt handikapp* under *skröpligheter*.)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Bruce C. Hafen i de sjuttios kворum:

"Försoningen är inte bara för syndare" ("Huvudprydnad i stället för aska: Jesu Kristi försoning", *Nordstjärnan*, apr. 1997, s. 38). Skriv gärna det här uttalandet på tavlan och föreslå att eleverna skriver det i sina skrifter bredvid Alma 7:11–13.

- Med tanke på vad vi läste i Alma 7:11–13, vad tror ni äldste Hafen menade när han sade: "Försoningen är inte bara för syndare"?

Skriv följande sanning på tavlan: **Jesus Kristus led för att frälsa oss från synd och död och hjälpa oss igenom jordelivets svårigheter.**

För att hjälpa eleverna att närmare förstå hur de kan förlita sig på Frälsarens försoning läser du följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:



"Kämpar du med missbrukets demoner – tobak eller droger eller hasardspel eller den ondskefulla farsoten pornografi? ... Är du förvirrad över din könsidentitet eller vill du ha större självkänsla? Står du – eller någon du håller kär – inför sjukdom eller depression eller död? Vilka andra steg du än måste ta för att lösa dessa problem, kom *först* till Jesu Kristi evangelium. Förlita dig på himlens löften ...

Denna förtröstan på Guds barmhärtiga natur är själva kärnan i det evangelium som Kristus lärde ut. Jag vittnar om att Frälsarens försoning inte bara lyfter bort våra synder, utan också bördan av besvikelser och bedrövelser, våra hjärtesorger och vårt missmod. [Se Alma 7:11–12.] Det var från början meningen att förtröstan på sådan hjälp skulle ge oss både ett skäl och ett sätt att förbättra oss, en motivering till att lägga ner våra bördor och ta emot vår frälsning" ("Det blev helt som trasigt var", *Liahona*, maj 2006, s. 70–71).

- Hur kan insikt i Alma 7:11–13 hjälpa oss när vi står inför svårigheter?

För att belysa några sätt som vi kan få hjälp och kraft på genom Jesu Kristi försoning, läser du följande situationer. Efter varje situation ber du eleverna förklara hur Jesus Kristus genom sin försoning kan hjälpa någon som står inför en sådan svårighet.

1. En ung kvinna blev förlamad från höften och neråt i en bilolycka.
2. En ung man skäms över dåliga val han gjort. Han är deprimerad och känner sig misslyckad.
3. En ung man förlorade nyligen sin pappa och har flyttat med mamman till en annan stad. Han sörjer sin pappa och känner sig ensam. Han vet inte hur det någonsin ska bli bra igen.

Vittna om försoningens kraft och hur mycket den omfattar. Låt sedan eleverna få några minuter att besvara en av följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva dem.)

- När har försoningen hjälpt dig eller någon du känner på ett av de sätt som sägs i Alma 7:11–13?
- Vad kommer du att göra för att förlita dig på försoningen när du ställs inför svårigheter?

Låt några elever berätta vad de har skrivit. (Påminn dem om att de inte behöver berätta om något som är alltför personligt.)



### Alma 7:11–13

är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

## Alma 7:14–27

### *Alma uppmuntrar folket att fortsätta på stigen som leder till Guds rike*

För att påminna eleverna om hur Alma beskrev det andliga tillståndet hos folket i Gideon, ber du en av dem läsa Alma 7:19 högt. Betona att folket gick på ”den stig som leder till Guds rike”. Berätta att Alma ville hjälpa dem att hålla sig kvar på den stigen.

För att hjälpa eleverna förstå följande sanning: **genom att leva efter evangeliets principer följer vi stigen som leder till Guds rike**, ritar du en stig på tavlan. Skriv *jordelivet* i början av stigen. Skriv *Guds rike* i slutet av den. Dela upp klassen i två grupper. Be den ena gruppen studera Alma 7:14–16 och den andra gruppen Alma 7:22–24. Be grupperna ta reda på vad vi måste *göra* och vad vi måste *vara* för att följa stigen som leder till Guds rike.

Efter att eleverna haft tillräcklig med tid att läsa, ber du några av dem att komma fram till tavlan. Be dem att längs stigen skriva handlingar och egenskaper de hittat som för till Guds rike. Du skulle kunna fråga dem vad några av de här handlingarna och egenskaperna betyder för dem. Du skulle också kunna be dem att tänka på hur de kan följa den här stigen i sitt dagliga liv. Vittna om att när vi lever trofast så är vi ”på den stig som leder till Guds rike” (Alma 7:19).

### Nyckelskriftställe – Alma 7:11–13

Eftersom Alma 7:11–13 är ett långt nyckelskriftställe kan det vara svårt för eleverna att lära sig det utantill. Men Almas framställning innehåller bestämda ord som hjälper eleverna att komma ihåg försoningens kraft och vidd livet ut. För att hjälpa dem att lära sig dessa nyckelord utantill skriver du texten i Alma 7:11–13 på tavlan före lektionen men sätter tre punkter i stället för följande nyckelord: *smärta, bedrövelser, frestelser, sjukdomar, döden, skräppligheter, synder, överträdelser*. (Så till exempel skriver du början av Alma 7:11 på följande sätt: ”Och han skall gå ut och lida ... och ... och ... av alla slag”.)

När ni läser Alma 7:11–13 högt tillsammans låter du eleverna komma med orden som saknas. Efter att ni har gjort det här några gånger frågar du eleverna om de var och en kan skriva ner orden som anger vad Frälsaren tog på sig för dem. Uppmana eleverna att alltid komma ihåg vad Jesus Kristus har gjort för dem, så att när de ställs inför svårigheter de då har större tro på hans ”befrielses kraft”.

*Obs:* Hör gärna efter i början av nästa lektion om eleverna fortfarande kommer ihåg de här nyckelorden om Frälsarens försonings oändliga vidd.

## Alma 8

## Inledning

Efter att många i Zarahemla, Gideon och Melek hade tagit emot Almas budskap, vägrade folket i Ammonihah att göra det och drev ut Alma ur staden. När Alma gick och sörjde över det här folkets ogudaktighet kom samma ängel till honom som tidigare hade visat sig för honom och Mosiahs söner. Ängeln berömde Alma för

hans trofasthet och befallde honom att återvända till Ammonihah. Alma lydde trofast Herrens befallningar, och Herren kallade Amulek att hjälpa honom i hans verksamhet. De var fyllda av den Helige Anden och kraft att utföra Herrens verk och gick trofast ut för att predika för folket i Ammonihah.

## Lektionsförslag

## Alma 8:1–6

*Många i Melek tar emot Almas budskap och blir döpta*

Be eleverna räcka upp handen om de har en släkting eller bekant som verkat som missionär för kyrkan. Be två eller tre elever att berätta om en upplevelse som deras släkting eller bekant har berättat för dem som visar hur missionärer känner sig när man tar emot deras budskap. (Du skulle också kunna be eleverna berätta om tillfällen när någon var mottaglig för deras försök att berätta om evangeliet. Du kan också berätta om egen upplevelse.)

Be eleverna läsa Alma 8:1–5 tyst för sig själva. Låt dem ta reda på i vilka tre städer Alma hade predikat evangeliet. Skriv städernas namn på tavlan. (*Zarahemla, Gideon och Melek.*)

- Vad blev frukten av Almas predikoverksamhet i de här tre städerna? (Föreslå gärna att eleverna tittar på kapitelingresserna till Alma 6–8 om de behöver hjälp att besvara frågan.)

Framhåll att även om människorna i de här städerna tog emot Almas budskap så innebar det inte att hans missionsverksamhet var utan svårigheter.

## Alma 8:7–32

*Efter att Alma förkastats i Ammonihah befäller Herren honom att återvända dit*

Fråga eleverna om deras släktingar eller bekanta som verkat som heltidsmissionärer någonsin upplevt att människor förkastat evangeliets budskap. Fundera på att be några elever berätta för klassen hur deras släktingar eller bekanta reagerade på sådana upplevelser.

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 8:7–14. Uppmuntra klassen att tänka på hur Alma kan ha känt sig när han försökte predika evangeliet för folket i Ammonihah. Avbryt emellanåt dem som läser och ställ följande eller liknande frågor:

- Vad lär oss de här verserna om Almas karaktär? (Se Alma 8:8–10.)
- Hur tror ni att ni skulle ha reagerat på den här behandlingen? (Se Alma 8:11–13.)
- Hur liknar eller skiljer sig er reaktion från Almas reaktion? (Se Alma 8:14. Tala gärna om att Almas beslut att fortsätta att utföra Herrens verk, nu i staden Aron, visade att han hade tro på Herren och att han inte gav upp.)

Framhåll att även om Alma bad uppriktigt för folket i Ammonihah (se Alma 8:10) så uppfylldes inte hans önsningar genast. (Några i Ammonihah omvände sig senare. Se Alma 14:1.)

Läs följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum:



”Jag vet att det ibland verkar som om några av våra mest innerliga böner inte besvaras. Vi undrar varför. Jag vet hur det känns! Jag har upplevt sådana stunders rädsla och tårar. Men jag vet också att våra böner alltid blir hörda. Vår tro uppskattas alltid. Jag vet att en allvetande himmelsk Faders perspektiv är mycket vidare än vårt. Vi känner till våra jordiska problem och smärtor, men han känner till vår eviga utveckling och potential” (“Jesus Kristus – den store läkaren”, *Liahona*, nov. 2005, s. 86).



- Vad undervisade äldste Nelson om som kan hjälpa oss att ha tro till och med när våra rättfärdiga böner inte besvaras omedelbart eller på det sätt vi hoppas eller förväntar?

Be en elev läsa Alma 8:14–17 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på trösterika budskap i ängelns ord och på befallningar som det kan ha varit svårt för Alma att lyda.

- Hur kan ängelns ord i Alma 8:15 ha varit trösterika för Alma? Hur skulle ängelns ord kunna vara trösterika för er?
- Varför kan det ha varit svårt för Alma att lyda i den här situationen?

Be eleverna läsa Alma 8:18 och leta efter det uttryck som beskriver hur Alma reagerade på Herrens befallning att återvända till Ammonihah. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar uttrycket *med hast*.)

- Att Alma återvände med hast till Ammonihah, vad lär det oss om honom?

Läs följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet. Be eleverna lyssna efter hur vi kan dra nytta av att lyda Herren genast:



”Oavsett hur stor tro vi nu har att lyda Gud, måste vi ständigt stärka den och alltid friska upp den. Vi kan göra detta genom att i dag bestämma oss för att vara mer snara att lyda och vara mer beslutna att uthärda. Att lära sig börja tidigt och fortsätta oavbrutet är nycklarna till andlig förberedelse ...

En kärleksfull himmelsk Fader och hans älskade Son har gett oss all hjälp de kan för att vi ska klara av livets prövningar som väntar oss. Men vi måste bestämma oss för att lyda och sedan göra det. Vi bygger upp den tro vi behöver för att klara lydnadens prov en bit i taget och genom våra dagliga val. Vi kan besluta oss i dag för att genast göra det Gud ber oss om. Och vi kan besluta oss för att oavbrutet välja rätt under lydnadens mindre prov, vilket bygger upp den tro vi behöver för att klara av de större prov som utan tvivel ligger framför oss” (“Andlig förberedelse: Börja tidigt och var ihärdig”, *Liahona*, nov. 2005, s. 38, 40).

- Vad händer enligt president Eyring med vår tro när vi väljer att lyda Herren genast?
- När har ni känt att er tro på Herrens stärktes därför att ni var villiga att lyda genast och oavbrutet?

Beskriv följande situationer för eleverna och be dem berätta hur omedelbar lydnad kan bli till välsignelse i de här fallen:

1. En ung kvinna ska just gå till skolan när hennes mamma ber henne att ta på sig en anständigare tröja.
2. I en intervju med biskopen uppmanas en nybliven präst att arbeta på att få Plikt mot Gud-utmärkelsen.
3. Två missionärer känner sig manade under planeringsstunden att besöka en mindre aktiv familj där mamman inte är medlem i kyrkan.

Tala om att Herren välsignade Alma därför att han lydde genast. Be tre elever komma fram och i lästeaterform framföra Almas möte med Amulek i Alma 8:19–26. Låt en av eleverna läsa Almas ord, en annan Amuleks ord och en tredje berättarens ord. Uppmuntra eleverna att läsa med inlevelse i rollerna, som om de upplevde det som de tror att Alma och Amulek upplevde.

Efter lästeatern ställer du följande frågor:

- Vilka välsignelser fick Alma av Herren därför att han lydde?
- På vad sätt är Almas möte med Amulek ett tecken på att Herren hade hört och besvarat Almas böner? (Se Alma 8:10.)
- Vilka principer lär vi oss av Almas upplevelse? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer. Ett möjligt svar är att **när vi genast lyder Herrens ord hjälper han oss att hålla hans bud.**)

Be eleverna läsa Alma 8:27–32 tyst för sig själva och leta efter ytterligare bevis på att om vi är trofasta och flitiga så hjälper Herren oss att hålla hans bud.

### Lästeater

Framförande av berättelser i skrifterna i lästeaterform hjälper eleverna att få djupare insikt i evangeliets principer. Uppmuntra eleverna att göra läsningen intressant och underhållande men utan att glömma att det rör sig om helig skrift.

- Vilka svårigheter stod Alma och Amulek inför när de skulle predika för folket? (Se Alma 8:28–29. Folket hade blivit ogudaktigare och Herren befallde Alma och Amulek att kalla dem till omvändelse.)
- Hur hjälpte Herren Alma och Amulek? (Se Alma 8:30–31. De var fyllda av den Helige Anden och fick kraft från ovan till skydd. Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar beskrivningen av de här välsignelserna i sina skrifter.)
- När har ni upplevt att Herren hjälpt er när ni varit trofasta och flitiga?

Be eleverna skriva följande uttalande av president Howard W. Hunter i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker:

”Mer än någonting annat älskar Herren en orubblig beslutsamhet att lyda hans råd” (se ”Förpliktelse mot Gud”, *Nordstjärnan*, apr. 1983, s. 110).

Låt eleverna få några minuter att besvara följande fråga skriftligt:

- Vad tänker du göra i dag för att visa din himmelske Fader att du vill lyda hans råd genast och tjäna honom trofast och flitigt?

Vittna om de välsignelser vi får när vi trofast följer Herrens råd. Ge gärna eleverna tillfälle att bära vittnesbörd om den här sanningen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 8:10. ”Mäktig bön”

Uttrycket ”mäktig bön” betyder kraftfull, troviss kommunikation med Gud. Äldste Joseph B. Wirthlin i de tolv apostlarnas kворum föreslog olika sätt som hjälper oss att bedöma hur pass kraftfulla våra böner är och hur de kan bli kraftfullare:

”Får jag fråga dig om du någonsin funderat över hur pass verksamma dina böner är? Hur nära din himmelske Fader känner du att du är? Tycker du att dina böner besvaras? Tycker du att tiden du lägger ner på bön berikar din själ och är upplyftande? Finns det utrymme för förbättringar?

Det finns många orsaker till att våra böner saknar kraft. Ibland går det slentrian i dem. Våra böner blir ytliga när

vi säger liknande ord på liknande sätt om och om igen och så ofta att det snarare blir en uppläsning än en kommunikation. Frälsaren beskrev det som att ’rabbla’ (Matt 6:7). Sådana böner, sade han, blir inte hörda ...

Låter och känns dina böner ibland likadana? Har du någonsin upprepat en bön mekaniskt, som om orden kom ur en maskin? Tråkar du ibland ut dig själv när du ber?

Förtjänar böner som inte kräver någon större eftertanke av dig någon större uppmärksamhet av din himmelske Fader? När du märker att det går slentrian i dina böner, ta då ett steg tillbaka och tänk efter. Meditera en stund över det som du verkligen är tacksam för” (”Improving Our Prayers”, [tal på Brigham Young-universitet, 21 jan. 2003], s. 2, [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu)).

# Alma 9–10

## Inledning

Alma och Amulek hade föga framgång när de predikade för folket i Ammonihah eftersom Satan hade "fått ett fast grepp om folkets hjärtan" (se Alma 8:9). Många av dem hade förhärdat sina hjärtan mot evangeliet och avvisade Almas och Amuleks inbjudan till dem att omvända sig, men Alma och Amulek fortsatte trofast att kalla dem till omvändelse. De vittnade för dem och sade att eftersom folket hade blivit undervisade om

sanningen och upplevt Guds makt, förväntade sig Herren att de skulle vara rättfärdigare än lamaniterna, som inte hade blivit undervisade om sanningen. Alma och Amulek sade att om folket i Ammonihah inte omvände sig så skulle de förgöras. De undervisade folket om att återlösning bara var möjlig genom Jesus Kristus.

## Lektionsförslag

### Alma 9

#### *Alma varnar folket i Ammonihah och säger att de måste omvända sig och bereda sig för Jesu Kristi ankomst*

Beskriv följande scenario: Två elever kommer till skolan och får veta att de har ett prov samma dag. Den ena eleven har varit i skolan varje dag, den andra eleven har inte varit i skolan på två veckor på grund av sjukdom.

- Vem av eleverna tror ni gör bättre ifrån sig på provet?

Be eleverna ögna igenom Alma 9:1–7 och leta efter ord och uttryck som visar i vilken grad folket i Ammonihah kände till evangeliet och Guds makt. Be dem berätta vad de hittat.

Be flera elever turas om att läsa högt ur Alma 9:8–13. Be klassen vara uppmärksam på ord och uttryck som visar huruvida dessa människor hade blivit undervisade om evangeliet eller kände till Guds makt. (I svaren bör ingå: "ni har glömt" och "kommer ni inte ihåg".)

- Hade folket i Ammonihah någonsin blivit undervisade om evangeliet eller om Guds makt?
- Vad finns det för orsaker till att människor som blivit undervisade om evangeliet glömer vad de har lärt sig eller inte förstår det de fått undervisning om?

Be eleverna ögna igenom Alma 8:9, 11, 9:5, 30 och 12:10–11 och leta efter ord och uttryck som visar varför folket i Ammonihah hade glömt eller inte förstod det som de hade blivit undervisade om. "Satan [hade] fått ett fast grepp om [deras] hjärtan", "[de] förhärdade ... sina hjärtan", "de var ett hårdhärtat och styvnackat folk", "[deras] hjärtan har varit storligen förhärdade mot Guds ord".)

Skriv följande uppställning på tavlan och be eleverna skriva av den i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. (Se till att det finns tillräcklig plats att skriva.)

	Folkets andliga bakgrund	Vad Herren förväntade sig av folket, vad Herren lovade folket
Lamaniter (Alma 9:14–17)		
Folket i Ammonihah (Alma 9:18–24)		

Dela upp eleverna i par. Be varje par fylla i uppställningen med hjälp av skriftställehänvisningarna. När de är klara låter du dem skriva en mening under sina uppställningar som sammanfattar vad de lärt sig. Be några elever berätta vad de har skrivit. Även om eleverna

kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör deras svar återspegla följande sanning: **Herren förväntar större lydnad av dem som har fått kunskap om evangeliet och fått dess välsignelser.** För att hjälpa eleverna förstå hur den här principen är tillämplig i deras liv, ställer du följande frågor:

- Varför tror ni att Herren förväntade sig mer av folket i Ammonihah?
- Varför är det rimligt att Herren förväntar sig mer av dem som har fått kunskap om evangeliet och fått dess välsignelser?

Framhåll orden "ett folk så storligen gynnat av Herren" i Alma 9:20. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar det uttrycket.)

- På vad sätt är medlemmar i kyrkan i vår tid "ett folk så storligen gynnat av Herren"?
- Vilka gåvor och välsignelser hade nephiterna, och därmed folket i Ammonihah, upplevt enligt Alma 9:19–23 därför att de var Herrens förbundsfolk?
- Vilka gåvor och välsignelser har ni upplevt därför att ni är medlemmar i Herrens kyrka?
- Vad förväntar sig Herren till exempel av oss på grund av de gåvor och välsignelser som han har gett oss?

Be hälften av klassen studera Alma 9:24–27 och den andra hälften Alma 9:28–30. Alla tyst för sig själva. Be dem sammanfatta skriftställena med egna ord. Skriv följande frågor på tavlan som vägledning för dem när de gör sina sammanfattningar:

*Vilka belägg finner du i de här verserna för att Herren förväntar sig större lydnad av dem som har större kunskap om evangeliet?*

*Vilka välsignelser påminde Alma folket om att de kunde få?*

*Vad sade Alma att folket behövde göra för att få de här välsignelserna?*

När eleverna haft tillräcklig tid att läsa ber du en elev från vardera gruppen att sammanfatta skriftställena de studerade. Fråga sedan klassen:

- Hur förblir vi trogna det ljus och den kunskap vi fått? (Eleverna kanske nämner: studera skrifterna, tacka Gud för våra välsignelser, bära vittnesbörd regelbundet, gå i kyrkan varje vecka, föra dagbok och så vidare.)

## Alma 10:1–12

### *Amulek hör sammar Herrens kallelse och bekräftar Almas gudomliga kall*

Berätta att efter att Alma hade talat till folket var de uppretade och ville kasta honom i fångelse. Amulek steg modigt fram och började predika för folket och fogade sitt vittnesbörd till Almas. (Se Alma 9:31–34.) Sammanfatta Alma 10:1–4 genom att berätta att Amulek var ättling till Nephi. Han var flitig och hade lyckats skaffa sig ansenliga rikedomar. Han var välkänd och "med icke ringa anseende" bland sina många släktingar och vänner (se Alma 10:4). Men han levde inte efter evangeliets sanningar som han hade fått undervisning om.

- Varför tror ni att det kan ha varit bra att Amulek som var välkänd åtföljde Alma?

Fråga eleverna hur de vaknade i morse. (Väcktes de till exempel av en väckarklocka eller av någon i familjen. Om du har en väckarklocka eller en bild av en väckarklocka, fundera då på att visa den.) Fråga eleverna hur många av dem som behövde flera väckningar för att komma ur sängen.

Be en elev läsa Alma 10:5–6 högt. Be klassen vara uppmärksam på Amuleks reaktion på "väckningarna" från Herren – Herrens kallelser.

- Vad tror ni Amulek menade när han sade "jag ville inte lyssna" och "jag ville ... inte veta"?
- Hur kallar Herren på oss? (Bland annat genom den Helige Andens maningar, genom föräldrars eller kyrkoledares undervisning, genom uppgifter i kyrkan.)

Be eleverna läsa Alma 10:7–10 tyst för sig själva och leta efter huvudpunkterna i Amuleks inledande vittnesbörd till folket.

- Hur hade Amuleks upplevelser förberett honom för att stå som ytterligare ett vittne om Almas budskap till folket i Ammonihah?
- Hur tror ni att Amuleks beslut att lyda gjorde stor skillnad i hans liv?

#### **Be elever att sammanfatta**

När du ber elever att sammanfatta grupper av verser ger du dem tillfälle att analysera skrifterna noggrannare. Om du tycker att en elev har förbisett viktiga detaljer i sin sammanfattning, skulle du kunna fråga andra elever om de vill lägga till någon väsentlig detalj.

Be en elev läsa Alma 10:11–12 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur andra påverkades av Amuleks beslut att hörsamma Herrens kallelse. Be dem berätta vad de fick veta.

Skriv följande princip på tavlan: **När vi hör och följer Herrens kallelse blir vi och andra välsignade.** (Du skulle kunna föreslå att eleverna skriver den här principen i sina skrifter bredvid Alma 10:11–12.) För att hjälpa eleverna inse att det här är en sann och viktig princip, ställer du följande frågor:

- När har ni upplevt att ni blev välsignade därför att ni hörsammade en kallelse från Herren?
- Hur har andra blivit välsignade därför att ni eller någon annan följde Herrens kallelse?
- Hur påverkar de här upplevelserna er önskan att lyssna efter och lyda Herrens kallelser?

### Alma 10:13–32

**Amulek bemöter dem som vänder sig emot honom och uppmanar folket att omvända sig**

Skriv följande reaktioner på tavlan:

1. Bli arg och inta en försvarsattityd
2. Tvivla på betydelsen av rådet
3. Kritisera den som gav rådet
4. Ifrågasätta eller debattera rådet
5. Lyssna ödmjukt och lyda

Be eleverna att tyst begrunda vilken av reaktionerna på tavlan som mest påminner om hur de själva skulle reagera om en förälder eller ledare i kyrkan skulle tillrättavisa dem eller be dem ändra något de gör.

- Vad kan det finnas för orsaker till att människor reagerar så här när de blir tillrättavisade?

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *Alma 9:2–3; Alma 9:4–5; Alma 10:13, 16–17; Alma 10:24, 28–30*

Be eleverna välja ett av skriftställena på tavlan och studera det på egen hand. Be dem leta efter hur det här skriftstället beskriver hur folket i Ammonihah reagerade på Almas och Amuleks budskap. Be dem också välja den reaktion på tavlan som mest liknar folkets reaktion. Efter att de haft tillräcklig tid ber du dem förklara vilken reaktion på tavlan som bäst motsvarar det skriftställe de studerade.

- Varför är de fyra första reaktionerna på tavlan farliga i andligt avseende?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 10:19–23. Uppmuntra eleverna att vara uppmärksamma på vad Alma sade om följderna av synd och att driva ut de rättfärdiga.

För att hjälpa eleverna tänka på de destruktiva följderna av att inte omvända sig från sina synder, läser du följande uttalande av president Gordon B. Hinckley:



”Det finns så mycket ondska överallt. Frestelsen, med alla sina lockande inflytelser, finns överallt omkring oss. Vi förlorar tyvärr några till dessa förgörande krafter. Vi sörjer över var och en som går förlorad. Vi räcker ut handen för att hjälpa dem, att rädda dem, men i alltför många fall tillbaka-visas vår vädjan. Tragisk är den väg de följer. Det är den väg som leder till undergång” (”Mitt vittnesbörd”, *Liahona*, juli 2000, s. 83).

- Vad drabbas enskilda eller grupper av för destruktiva följder när de inte håller Guds bud?

I mån av tid ber du eleverna besvara följande fråga skriftligt:

- Hur kan sanningarna som du lärt dig under den här lektionen bli till välsignelse för dig?

# Hemstudielektion

## Alma 5–10 (Studieavsnitt 15)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 5–10 (studieavsnitt 15) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 5:1–36)

När eleverna studerade Almas predikan för folket i Ammonihah upptäckte de att när vi tror på Guds ord och utövar tro på Jesus Kristus, kan vi uppleva en mäktig förändring i hjärtat. När eleverna studerade Almas frågor lärde de sig också följande: genom att uppleva en hjärtats förändring förbereder vi oss för att få en plats i himmelriket.

#### Dag 2 (Alma 5:37–62)

När eleverna studerade sista hälften av Alma 5 lärde de sig följande principer: Om vi följer Herrens [den gode herdens] röst så samlas vi in till hans rike. Vi kan själva veta genom den Helige Anden att Jesus Kristus är alla människors återlösare.

#### Dag 3 (Alma 6–7)

När de studerade Alma 6 lärde sig eleverna att kyrkan är upprättad för alla människors välfärd. Så var det på nephiternas tid och så är det också i dag. Almas predikan för folket i Gideon lärde eleverna att Jesus Kristus led för att frälsa oss från synd och död och hjälpa oss igenom jordelivets svårigheter. De lärde sig också följande: genom att leva efter evangeliets principer följer vi stigen som leder till Guds rike.

#### Dag 4 (Alma 8–10)

När de läste om Almas villighet att återvända till folket i Ammonihah efter att de hade förkastat honom, lärde sig eleverna att när vi genast lyder Herrens ord hjälper han oss att hålla hans bud. Alma kallade folket till omvändelse och undervisade dem om att de måste bereda sig för Frälsarens ankomst. Amuleks upplevelser lärde eleverna att när vi hör och följer Herrens kallelse blir vi och andra välsignade.

### Inledning

Försök att hjälpa eleverna under den här lektionen att koncentrera sig på de principer som leder till en hjärtats förändring. Leta efter möjligheter att hjälpa dem att förlita sig på Guds ord och få ett starkare vittnesbörd om Frälsaren.

### Lektionsförslag

#### Alma 5:1–36

*Alma undervisar om att det krävs en mäktig förändring i hjärtat för att komma in i himmelriket*

Skriv ordet *förändring* på tavlan eller på ett papper. Be eleverna komma med exempel på olika sätt som människor kan förändra sig, som till exempel i fråga om utseende, beteende eller inställning. Be dem förklara vad som kan tänkas föra till sådana förändringar hos människor.

Be eleverna läsa Alma 5:14 och leta efter tre frågor som Alma bad folket i Ammonihah att begrunda. Fundera på att be några elever att beskriva vad som menas med "denna mäktiga förändring i era hjärtan".

Be eleverna läsa Alma 5:3–7 och ta reda på vad Alma sade till folket i Zarahemla som beredde deras hjärtan på den här förändringen.

Alma berättade för folket i Zarahemla om sin fars och andras omvändelse och deras befrielse ur fångenskap. Fråga: Hur tror ni att detta att de fick höra om de här upplevelserna hjälpte folket att bereda sig på att uppleva en hjärtats förändring? (Påminn gärna eleverna om att de besvarade den här frågan i lektionen för dag 1 i elevens studievägledning.)

Fråga om någon av eleverna skulle vilja berätta om en upplevelse som ledde till en hjärtats förändring hos honom eller henne. Du kan också berätta om egen upplevelse. Påminn gärna eleverna om uttalandet av äldste D. Todd Christofferson (i lektionen för dag 1 i elevens studievägledning). Tala om att för de flesta av oss sker den här mäktiga förändringen gradvis allteftersom vi lär oss och tillväxer i evangeliet.

Be eleverna slå upp det andliga kardiogrammet i samband med Alma 5 i lektionen för dag 1 i elevens studievägledning. Be dem titta på några av skriftställerna i Alma 5 i kardiogrammet. Ställ därefter följande frågor:

- Vilken av Almas frågor känns särskilt viktig för er?
- Hur kan de här frågorna hjälpa någon att uppleva en hjärtats förändring?

Tala om för eleverna att det är Frälsarens innerliga önskan att alla människor ska komma till honom och uppleva en mäktig förändring i hjärtat så att de kan få evigt liv. Be en elev läsa Alma 5:33–36 högt. Fråga:

- Vad inbjuder Herren oss att göra?
- Vad blir lönen om vi tar emot hans inbjudan?

### Alma 5:43–52

*Alma berättar hur han fick ett vittnesbörd och undervisar om omvändelse*

Berätta för eleverna att Alma bar sitt vittnesbörd för folket i Zarahemla och talade om hur han hade fått det, för att uppmuntra dem att eftersträva en hjärtats förändring. Hans ord lär oss hur vi får ett vittnesbörd eller stärker det. Be eleverna läsa Alma 5:45–48 tyst för sig själva. Be dem ta reda på vad Alma sade att han visste. Be dem också ta reda på hur Alma besvarade frågan: "Och hur tror ni jag vet att det är sant?"

Be eleverna berätta vad de fick veta och skriv deras svar på tavlan. Skriv också den här principen: **Vi kan själva veta genom den Helige Anden att Jesus Kristus är alla människors återlösare.**

Hjälp eleverna förstå att en vacker dag kommer någon eller något att sätta deras vittnesbörd på prov. Kanske har de redan upplevt det. Almas råd hjälper oss att stå fasta och förbli starka trots hot mot vårt vittnesbörd. Fundera på att berätta om ett tillfälle när ditt vittnesbörd sattes på prov och hur du övervann det. Du skulle också kunna berätta om en upplevelse från ett tal vid generalkonferensen eller en artikel i kyrkans tidningar eller be en elev berätta om en liknande upplevelse.

Berätta att Alma sedan började undervisa folket om omvändelse. Be gärna en elev läsa Alma 5:50 och uttalandet av äldste Dallin H. Oaks i studieavsnitt 15, dag 2 i elevens studievägledning. Be eleverna berätta varför vi bör leva varje dag som om vi beredde oss på att möta Herren.

### Alma 7–10

*Alma predikar i Gideon och Ammonihah*

Skildra följande situationer och be eleverna att ha dem i minnet när de på nytt går igenom Almas predikan för folket i Gideon:

1. En ung kvinna inser att försoningen kan hjälpa henne att övervinna sina synder, men nu har hon blivit diagnostiserad med en allvarlig sjukdom och tror inte att försoningen kan hjälpa.
2. En ung man är djupt olycklig över att föräldrarna ska skilja sig, men han söker inte hjälp hos Frälsaren.
3. En ung kvinna har svårt att styra sitt humör. Hon har inte funderat över hur försoningen kan hjälpa henne.

Be eleverna läsa Alma 7:11–13 och gå igenom vad Frälsaren var villig att "ta på sig" för vår skull. Be några elever sammanfatta vad dessa verser lär oss om Jesu Kristi försoning. Uppmuntra också eleverna att titta på uppställningen som visar exempel på det vi genomlider under jordelivet (i lektionen för dag 3 i elevens studievägledning).

Förklara för eleverna att genom försoningens kraft kan vi befrias från det jordiska lidandets bitterhet och smärta. Förvissa dig om att eleverna förstår följande princip: **Jesu Kristus led för att frälsa oss från synd och död och hjälpa oss igenom jordelivets svårigheter.**

Be eleverna berätta vad de skulle säga till den unge mannen och de unga kvinnorna i de tre situationerna. Fråga: Hur är Almas undervisning om försoningen tillämplig på dessa situationer?

Påminn eleverna om de tre bilderna och skriftställehänvisningarna om Alma i Ammonihah (i lektionen för dag 4 i elevens studievägledning) som de studerade och skrev bildtexter till. Be gärna några elever berätta för klassen om de bildtexter de skrev om Almas upplevelse med ängeln. Be eleverna delge sina tankar om hur den här upplevelsen relaterar till följande princip: **När vi genast lyder Herrens ord hjälper han oss att hålla hans bud.**

### Nästa studieavsnitt (Alma 11–16)

Be eleverna tänka på följande frågor när de börjar studera nästa veckas avsnitt: Hur skulle du känna dig om du blev tvungen att bevittna hur oskyldiga människor mördades på grund av sin tro på Jesus Kristus och hans evangelium? Hur tror du att Alma och Amulek kände sig när de såg just det här hända? Vad sade de till varandra? Vad gjorde de?

## Alma 11

## Inledning

När Alma och Amulek fortsatte att predika för folket i Ammonihah, erbjöd sig en lagklok man som hette Zeezrom att ge Amulek pengar för att förneka Guds existens. Zeezrom förvrängde Amuleks ord och försökte misskreditera hans undervisning om Jesus Kristus. Amulek försvarade sig mot Zeezroms försök att

snärja honom och vittnade om att det är bara genom Jesu Kristi försoning som vi kan bli frälsta från våra synder. Han vittnade också om att alla människor ska uppstå och på domens dag ställas "framför skranket inför Kristus, Sonen, och Gud, Fadern, och den Helige Anden" (Alma 11:44).

## Lektionsförslag

## Alma 11:1–25

*Amulek avvisar Zeezroms frestelse att förneka Guds existens*

Be eleverna tänka på något de äger som är så värdefullt att de aldrig skulle sälja det. Be några elever berätta vad de tänkte på och varför de sakerna har ett sådant stort värde för dem.

Tala om att Alma 11 är fortsättningen på berättelsen om hur Alma och Amulek predikar för folket i Ammonihah. När Amulek talade började en lagklok man som hette Zeezrom fråga ut honom och erbjöd honom pengar i utbyte mot något som hade stort värde för Amulek.

Be eleverna utforska Alma 11:21–22 och ta reda på hur mycket pengar Zeezrom erbjöd Amulek och varför han gjorde det. Be eleverna berätta vad de fick veta.

Framhåll att Mormons förklaring av nephiternas myntsystem i Alma 11:4–19 hjälper oss inse storleken av Zeezroms mutor. Hjälp eleverna förstå att en *onti* var ett silvermynt med det högsta värdet (se Alma 11:6, 11–13). En onti motsvarade en domares veckolön (se Alma 11:3, 11–13), vilket innebär att sex onti motsvarade sex veckors lön för en domare.

- Varför kunde Zeezroms erbjudande ha varit frestande för somliga?

Be en elev läsa Alma 11:23–25 högt.

- Vad säger Amuleks svar om hans karaktär?
- Vad tänkte Zeezrom göra enligt Alma 11:25 om Amulek antog hans erbjudande? På vad sätt liknar det här det Satan gör när människor ger efter för hans frestelser?

För att hjälpa eleverna urskilja hur Amulek kunde motstå Zeezroms erbjudande skriver du följande på tavlan: *Jag ... inget som strider mot Herrens Ande.*

Be en elev läsa Alma 11:22. Be klassen vara uppmärksam på det ord Amulek använde som gör meningen fullständig.

- Vilka andra ord skulle vi kunna sätta in där som hjälper oss att förlita oss på den Helige Anden så att vi kan stå emot frestelser? ("Gör" eller "tänker".)

Be eleverna formulera en princip utifrån Alma 11:22 som hjälper dem att komma ihåg hur de kan övervinna frestelser. Även om eleverna kommer med olika svar bör svaren återspegla följande princip: **När vi förlitar oss på den Helige Anden kan vi övervinna frestelser.** (Du skulle kunna föreslå att eleverna skriver den här principen i sina skrifter bredvid Alma 11:22.)

- Hur tror ni att detta att vara lyhörd för den Helige Andens mening kan hjälpa oss att övervinna frestelser?

*Inbjud den Helige Anden*

Uppmuntra eleverna att inbjuda den Helige Anden när de studerar skrifterna tillsammans. Att be uppriktigt, att undervisa ur skrifterna, att bära vittnesbörd, att ge uttryck åt sin kärlek till Gud och andra och att berätta om andliga upplevelser är exempel på sådant som inbjuder Anden. Någon gång kan du känna dig manad att hjälpa eleverna att urskilja den Helige Andens påverkan under lektionen.



### Uppmuntra till tillämpning

Om eleverna lär sig en princip i evangeliet utan att tillämpa den så saknas något i lärandet. Tillämpning innebär att ta emot sanningen i sitt hjärta och sinne och sedan handla i enlighet med den sanningen. Uppmuntra eleverna att handla efter andliga maningar de får och tillämpa sanningar i evangeliet de lär sig.

Läs följande råd av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum:



”Om du håller på att halka ner i sådant du inte borde halka ner i, eller om du umgås med människor som leder dig åt fel håll, så är det dags för dig att hävda ditt oberoende, din handlingsfrihet. Lyssna till Andens röst så leds du inte vilse ...

Som en Herrens tjänare lovar jag att du skyddas och försvaras mot motståndarens attacker om du följer maningarna du får från den Helige Anden” (“Råd till de unga”, *Liahona*, nov. 2011, s. 18).

För att hjälpa eleverna inse vikten av att följa den Helige Andens maningar ställer du följande frågor:

- I vilka situationer kan ungdomar till exempel frestas att handla tvärt emot sina vittnesbörd?
- Vad gör ni för att förlita er på den Helige Anden? Hur hjälper det er?
- När har den Helige Anden hjälpt er att övervinna frestelser?

Uppmuntra eleverna att tillämpa det de har lärt sig genom att tänka på Amuleks exempel nästa gång de frestas att dagtinga med sin övertygelse. Vittna om att när de lever på ett sådant sätt att de är värdiga att ha den Helige Andens sällskap, får de större tillförsikt att kämpa för sanningen och övervinna frestelser.

### Alma 11:26–40

#### *Amulek vittnar om Guds Son och övervinner Zeezroms försöka att misskreditera hans ord*

Fråga eleverna om det har hänt att någon försökt ifrågasätta eller motarbeta deras övertygelse med argument eller list. Be en eller två elever berätta om sina upplevelser.

Tala om att efter att Zeezrom hade misslyckats med att få Amulek att förneka Guds existens så ändrade han taktik och började angripa Amuleks tro på Jesus Kristus.

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 11:26–35. Be klassen vara uppmärksam på hur Zeezrom försökte förvränga Amuleks ord. Be eleverna berätta vad de fick veta. Be därefter en elev läsa Alma 11:36–37 högt. Be klassen lägga märke till hur Amulek vederlägger Zeezroms lögner. Be eleverna titta på fotnot 34a. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar fotnot 34a i sina skrifter.) Be en elev läsa Helaman 5:10–11 högt.

- Varför är det omöjligt att bli frälsta i våra synder? Vad är skillnaden mellan att bli frälst i våra synder och att bli frälst från våra synder?

Be en elev läsa Alma 11:40 högt. Berätta att den här versen innehåller en princip som vi måste följa för att bli frälsta från våra synder. Skriv följande princip på tavlan: **När vi tror på Jesus Kristus kan vi bli återlösta från våra synder.**

- Vad innebär det för er att tro på Jesus Kristus?
- Varför måste vi tro på Jesus Kristus för att bli frälsta från våra synder?

För att hjälpa eleverna förstå hur tro på Jesus Kristus leder till återlösning genom omvändelse läser du följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:



”Vi behöver stark tro på Kristus för att kunna omvända oss. Vår tro måste innefatta ’en riktig uppfattning av [Guds] karaktär, fullkomligheter och egenskaper’ (*Föredrag över tron*, Föredrag 3, v. 7). Om vi tror att Gud vet allting samt är kärleksfull och barmhärtig, så kan vi lita till honom när det gäller vår frälsning, utan att vackla. Tro på Kristus förändrar våra tankar, vår tro och de handlingar som inte är i samklang med Guds vilja” (“Återvänd med säkerhet”, *Liahona*, maj 2007, s. 100).

Dela upp eleverna i par. Be varje par turas om att berätta för varandra vad de skulle säga om en ung person ställde följande frågor till dem. (Du skulle kunna skriva frågorna på tavlan.)

- Varför måste jag tro på Jesus Kristus för att kunna omvända mig och bli frälst från mina synder?
- Hur har tron på Jesus Kristus hjälpt er att omvända er?

Vittna om att vi genom att tro på Jesus Kristus kan omvända oss, bli frälsta från våra synder och få evigt liv.

### Alma 11:41–46

#### *Amulek undervisar om uppståndelsen och om domens dag för alla människor*

För att hjälpa eleverna fundera över varför det är viktigt att veta att vi till slut ska uppstå och dömas, ställer du följande fråga:

- Hur skulle någon kanske leva om han eller hon inte trodde att det fanns ett liv efter döden?

Skriv orden *Uppståndelsen* och *Domen* på tavlan. Be eleverna att utforska Alma 11:41–45 tyst för sig själva och leta efter så mycket information som möjligt om uppståndelsen och domen. Allteftersom eleverna berättar vad de hittar skriver du det på tavlan. Förvissa dig om att en av de saker som står på tavlan uttrycker sanningen att alla människor som lever på jorden ska uppstå till slut. Framhåll den enkla definitionen av uppståndelse i Alma 11:45: "De [kan] inte längre dö. Deras andar förenas med deras kroppar för att aldrig åtskiljas." (Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera den här definitionen.) Efter att eleverna berättat vad de lärt sig skulle du kunna föreslå att de skriver följande sanning högst upp på sidan i sina skrifter: **På grund av Jesu Kristi försoning ska alla uppstå och dömas efter sina gärningar.**

- Vilken av sanningarna på tavlan motiverar er att bereda er för att möta Gud?
- Varför skänker sanningar om uppståndelsen frid och hopp åt de rättfärdiga?

Be eleverna läsa Alma 11:46 tyst för sig själva och leta efter den inverkan som Amuleks undervisning hade på Zeezrom.

- Varför tror ni att någon reagerade så här på Amuleks undervisning?
- Vad tror ni att det kan ha varit i det som sägs i Alma 11:41–45 som oroade Zeezrom? Varför då?

Vittna om att på grund av Jesu Kristi försoning ska *alla* människor uppstå och ställas inför Gud "för att dömas efter sina gärningar" (Alma 11:44). Låt eleverna få tid att begrunda vad de har lärt sig i dag och vad det betyder för deras del. Be dem därefter besvara följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. (Du skulle kunna skriva frågorna på tavlan.)

- Hur känner du dig när du tänker på att du ska uppstå och dömas?
- Vad behöver du göra för att bereda dig för att stå inför Gud?
- Hur påverkar din tro på att du ska uppstå och dömas hur du väljer att leva ditt liv varje dag?

### Kommentar och bakgrundsinformation

#### Alma 11:38–39. På vad sätt är Jesus Kristus den evige Fadern?

Om eleverna behöver hjälp att förstå hur Jesus Kristus kan vara både Guds Son och den evige Fadern, skulle

du kunna undervisa om eller repetera de ytterligare undervisningsförslagen i samband med Mosiah 15:1–9 i lektion 60.

## Alma 12

## Inledning

Efter att Amuleks ord hade fått Zeezrom att "darra under medvetandet om sin skuld" (Alma 12:1) började Alma närmare förklara det Amulek hade undervisat om. Han koncentrerade sig på de sanningar som skulle hjälpa folket i Ammonihah att omvända sig från sina

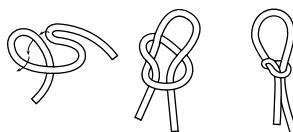
hjärtans hårdhet och andra synder. Han betonade Satans snaror, domarna som de ogudaktiga drabbas av och återlösningens planen som gör det möjligt för alla som omvänder sig att få förlåtelse för sina synder.

## Lektionsförslag

## Alma 12:1–7

*Alma avslöjar Zeezroms plan – och motståndarens plan – för folket i Ammonihah*

Följ illustrationen nedan och gör en löpknut, eller snara, med ett rep eller snöre. Visa hur snaran fungerar genom att hålla öglan framför en godis eller något tilltugg på ett bord. Be en elev att sträcka in handen genom snaran efter det som ligger på bordet. När han eller hon gör det drar du åt snaran. (Var försiktig så att du inte skadar eleven.)



Be en elev berätta för klassen hur Zeezrom försökte få Amulek att fastna i snaran (se Alma 11:21–25). Tala om att efter att Amulek hade genomskådat Zeezroms avsikter och bemött honom, började Alma tala till Zeezrom och folket (se Alma 12:1–2). Be eleverna läsa Alma 12:3–6 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som Alma använde för att beskriva Zeezroms taktik. (Uppmuntra gärna eleverna att markera dessa ord och uttryck.) Be dem berätta vad de hittar.

- Vems plan var det som Zeezrom följde?
- Vad var djävulens avsikt enligt Alma?
- Hur kunde Alma genomskåda den här planen?

Be eleverna formulera principer som sammanfattar vad de har lärt sig i Alma 12:3 om hur de kan upptäcka motståndarens lister. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt bör de urskilja följande princip: **Den Helige Anden kan hjälpa oss att urskilja motståndarens lister.** Påminn gärna eleverna om att de i förra lektionen lärde sig att vi kan övervinna frestelser när vi förlitar oss på den Helige Anden. Tala om att för att kunna övervinna en frestelse måste vi först urskilja den och den skada den kan vålla oss. Sedan måste vi göra allt vi kan för att undvika den.

- När har den Helige Anden hjälpt er att urskilja och undvika frestelser? (Berätta gärna om egen erfarenhet efter att eleverna besvarat frågan.)

Låt eleverna få några minuter på sig att skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker om hur de kan bli känsligare för den Helige Andens maningar, så att de kan urskilja och undvika motståndarens snaror.

## Alma 12:8–18

*Alma undervisar om den slutliga domen för hela människosläktet*

Be eleverna tänka på ett yrke som de skulle vilja utöva. Be några av dem berätta om det här yrket. Fråga dem hur mycket det skulle kunna kosta att skaffa sig den utbildning – den kunskap och de färdigheter – som behövs för att bli framgångsrik i det yrket. Be en elev

läsa följande uttalande av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen vara uppmärksam på "priset" som äldste Bednar sade krävs för att få andlig kunskap.



"[Andlig] insikt ... kan helt enkelt inte ge[s] till [oss]. Priset i form av flit och lärdom genom studier och även genom tro måste man själv betala för att skaffa sig och 'äga' en sådan kunskap. Endast på det sättet kan det som sinnet känner till också kännas i hjärtat" ("Vaka och håll ut", *Liahona*, maj 2010, s. 43).

Be en elev läsa Alma 12:7–8 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på bevis för att Zeezrom började göra det som krävdes i andligt avseende för att få andlig kunskap. Be eleverna berätta vad de hittar i de här verserna som visar att Zeezroms hjärta började förändras.

Framhåll att Zeezrom ställde en fråga till Alma om uppståndelsen. I stället för att besvara frågan genast började Alma undervisa honom om hur man får andlig kunskap. Be en elev läsa Alma 12:9–11 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma sade till Zeezrom om hur man får andlig kunskap. Förklara att "Guds hemligheter är andliga sanningar som ges endast genom uppenbarelse ... [till] dem som håller sig till evangeliet" (Handledning för skriftstudier, "Hemligheter, Guds", scriptures.lds.org). (Skriv gärna det här på tavlan. Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver det här i sina skrifter bredvid Alma 12:9.)

Be eleverna att med egna ord säga vad Alma 12:9 lär oss att vi måste göra för att få andlig kunskap. (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt så bör svaren gå ut på att **Gud uppenbarar andliga sanningar för oss enligt den lydnad och flit vi visar honom och hans ord**. Du skulle kunna föreslå att eleverna skriver den här principen i sina skrifter i närheten av Alma 12:9.)

- Vad finns det för samband mellan tillståndet i vårt hjärta och vår förmåga att ta emot andlig sanning?

Framhåll i Alma 12:10–11 de olika följderna för dem som förhärdat sin hjärta mot sanningen och för dem som inte gör det.

- Att ni känner till de här följderna, hur påverkar det er önskan att få större andlig kunskap?

Berätta att efter att Alma hade undervisat om hur vi får andlig kunskap så besvarade han frågan som Zeezrom hade ställt till honom tidigare. Be eleverna ställa Zeezroms fråga i Alma 12:8 med egna ord. Be dem läsa Alma 12:12–15 tyst för sig själva och leta efter vad Alma sade till Zeezrom om uppståndelsen och domen. Medan eleverna läser skriver du följande på tavlan: *Vi kommer att hållas ansvariga inför Gud för våra ... , ... och ...*

När eleverna har läst färdigt ber du dem att avsluta meningen på tavlan: **Vi kommer att hållas ansvariga inför Gud för våra tankar, ord och gärningar.**

- Hur tror ni att den här sanningen kan ha påverkat Zeezrom? (Be eleverna slå upp Alma 14:6 och 15:3 för att hitta svaret.) Varför tror ni att den här sanningen gjorde ett sådant kraftfullt intryck på Zeezrom? (Påpeka gärna att Zeezrom inte bara oroade sig för egen del utan också för dem som han hade vilselett.)
- Vad har människor för tankar och ord och gärningar att kämpa med som skulle kunna fördöma dem om de inte omvänder sig? (För att hjälpa eleverna att begrunda och samtala om hur deras val av underhållning och medier påverkar deras tankar, ord och gärningar, kan du gärna hänvisa dem till råden i fråga om underhållning och medier i *Vägledning för de unga*.)
- Vilken skillnad gör det i era dagliga val om ni kommer ihåg sanningen som står på tavlan?

Framhåll tvärhänvisningen till Mosiah 4:30 i Alma 12:14, fotnot 14a, och be en elev läsa Mosiah 4:30 högt. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar den här tvärhänvisningen.) I mån av tid ber du eleverna titta på vad de skrev om att bli känsligare för den Helige Andens maningar. Be dem lägga till några tankar om hur insikten om att de är personligen ansvariga inför Gud påverkar deras önskan att urskilja och undvika frestelser.



### Alma 12:19–37

#### Alma förklarar hur återlösningsplanen hjälper oss att övervinna fallets följder

Visa eleverna bilden Adam och Eva knäböjer vid ett altare (*Evangeliebilder* [2009], nr 4). Berätta att en man som hette Antionah, som var en hög styresman i Ammonihah, ställde frågor om det som Alma och Amulek hade sagt om uppståndelsen. Han frågade Alma hur det var möjligt att människan skulle bli odödlig. (Se Alma 12:20–21.)

Fråga eleverna om de tror sig kunna förklara för någon som inte är medlem i kyrkan hur vi kan bli återlösta från fallet. För att vid behov hjälpa dem att kunna förklara den här sanningen för någon annan, låter du dem utforska verserna i följande uppställning och skriva in svaren. (Skriv gärna uppställningen på tavlan före lektionen. Be eleverna skriva av den i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker.)

Fallets följder (Alma 12:22, 24)	Vad Gud har gjort för att åstadkomma vår återlösnings (Alma 12:24–25, 28–33)	Vad vi måste göra för att bli återlösta (Alma 12:24, 30, 34, 37)

#### Hjälp eleverna individuellt

När du har gett klassen en uppgift, gå du runt i klassrummet tyst och stilla för att vid behov hjälpa eleverna med uppgiften eller för att hjälpa dem att arbeta koncentrerat. Det här ger dig möjlighet att stärka relationerna till enskilda elever och bättre förstå deras behov.

Några av eleverna kan behöva din hjälp med att fylla i uppställningen. (Ett sätt att hjälpa eleverna förstå skrifterna är att hänvisa dem till fotnoterna. Så till exempel skulle skriftställehänvisningarna i fotnot 22c kunna hjälpa eleverna förstå vad det innebär att hela människosläktet är förlorat och fallet.) När eleverna är klara med uppgiften ställer du följande frågor. (Skriv gärna frågorna på tavlan före lektionen så att eleverna har nytta av dem när de fyller i uppställningen.)

- Hur gör Jesu Kristi försoning det möjligt för oss att övervinna fallets följder? (På grund av Jesu Kristi försoning övervinner vi kroppens död genom uppståndelse. Och genom Frälsarens försoning och vår omvändelse kan vi återvända till Gud från vårt "förlorade och fallna" tillstånd.)
- Vad undervisade Alma om enligt Alma 12:24 och sade att det är det som är avsikten med livet? (Han sade att **detta liv är en tid att bereda oss för att möta Gud**. Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar uttryck i Alma 12:24 som undervisar om den här sanningen.)

För att hjälpa eleverna tillämpa det de lärt sig ställer du följande eller liknande frågor:

- Hur har det varit till vägledning för er att ni vet vad som är avsikten med livet?
- Hur har er tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus hjälpt er att bereda er för att möta dem?

Avsluta med att bära vittnesbörd om att det är i dag vi ska bereda oss för att möta Gud.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 12:24. "Prövotillstånd"

Orden "prövotillstånd" och "prövotid" i Almas bok (se Alma 12:24; 42:4, 10, 13) förekommer bara i den boken och ingen annanstans i skrifterna. Äldste L. Tom Perry i de tolv apostlarnas kvorum beskrev denna prövotid:

"Den främsta avsikten med jordelivet är att vår ande, som fanns innan världen var till, får förenas med vår

kropp under ett jordeliv med stora möjligheter. Föreningen av dessa två ger oss förmånen att tillväxa, utvecklas och mogna på ett sätt som endast är möjligt när kropp och ande är förenade. I kroppen genomgår vi vissa prövningar i ett så kallat prövotillstånd. Det är en tid för lärande och tillfälle att visa oss värdiga eviga möjligheter. Det ingår i den gudomliga plan som vår himmelske Fader har för sina barn" ("Förkunna mitt evangelium från land till land", *Nordstjärnan*, juli 1989, s. 12).

# Alma 13

## Inledning

Den första gången Alma predikade för det upproriska folket i Ammonihah stred de med honom och sade: "Vem är du?" De ifrågasatte hans auktoritet (se Alma 9:1–6). De hade avfallit och tillhörde Nehors orden och var anhängare av prästväldet, vars mål var egen vinning (se Alma 1:2–15; 15:15; 16:11). I motsats till Nehors lära undervisade Alma om "Guds heliga ordens höga prästadöme", vars mål är att hjälpa andra att omvända

sig och gå in i Herrens vila (se Alma 13:6). Han anförde Melkisedek som exempel på en som predikade tro och omvändelse och hjälpte sitt folk att leva i fred. Alma undervisade också om förutgången och förutordination. Han avslutade sin predikan med att uppmana folket att hörsamma hans ord så att de kunde bereda sig för att gå in i Herrens vila.

## Lektionsförslag

### Alma 13:1–12

#### *Alma undervisar folket i Ammonihah om högprästers kallelse*

Berätta att Alma 13 innehåller Almas undervisning om en grupp som är till stor nytta för kyrkan. Ja, deras tjänande har varit till välsignelse för alla medlemmar.

Berätta för eleverna att de känner personer som tillhör den här gruppen. Be därefter eleverna läsa Alma 13:1 tyst för sig själva och ta reda på vilka de är. Efter att de har haft tid att läsa den här versen föreslår du att de också läser Alma 13:10, 14 och Läran och förbunden 107:1–3. Föreslå gärna att de skriver dessa skriftställehänvisningar i marginalen bredvid Alma 13:1.

Berätta att Alma talade om dem som var präster enligt Guds Sons orden, som är det melkisedekska prästadömet. Han talade alltså om män som innehar högprästens ämbete i melkisedekska prästadömet. Be en elev läsa följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum:

"Dessa nephiter som trofast höll Moses lag innehade melkisedekska prästadömet, vilket innebär att de hade evangeliets fullhet ... Några av våra viktigaste kunskaper om melkisedekska prästadömet kommer från Alma 13" (*The Promised Messiah* [1978], s. 421).

- Vilka välsignelser har ni fått i ert liv genom melkisedekska prästadömet? (Eleverna kanske nämner den Helige Andens gåva, patriarkaliska välsignelser, andra prästadömsvälsignelser, generalauktoriteters ledarskap, lokala ledares ledarskap, till exempel biskopars eller grenspresidenters, välsignelser de får genom förbunden som deras föräldrar ingått i templet. De kanske också nämner dopet och sakramentet som förrättas respektive handhas med det aronska prästadömet myndighet enligt uppdrag från ledare inom det melkisedekska prästadömet.)

Skriv följande frågor på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna läsa Alma 13:2–10 och leta efter svaren på frågorna.

*När kallades bärare av melkisedekska prästadömet den första gången och förbereddes? (Se Alma 13:3–5.)*

*Vilken uppgift har alla bärare av melkisedekska prästadömet? (Se Alma 13:6.)*

*Vilka uttryck i Alma 13:7 beskriver melkisedekska prästadömet?*

*Vad fordras för att bli ordinerad till melkisedekska prästadömet? (Se Alma 13:10.)*

Efter att eleverna haft tid på sig att hitta svar på frågorna låter du dem berätta vad de funnit. Skriv gärna deras svar på tavlan.

Fundera på att ställa följande frågor för att hjälpa eleverna fördjupa sin insikt och samtala om det de läst:

### *Undervisa elever, håll inte lektioner*

Det som har högsta prioritet i din undervisning är att hjälpa eleverna förstå evangeliets sanningar och tillämpa dem i sitt liv. Undvik frestelsen att hasta dig igenom en lektion bara för att hinna med allt stoff. Kom ihåg att du undervisar elever, du håller inte lektioner.

- På vad sätt hjälper oss prästadömsbärares tjänande veta hur vi ska se mot Jesus Kristus för att få återlösning? (Se Alma 13:2, 8, 16. Deras exempel och undervisning och förrättningarna de utför visar på Frälsaren.)
- Vad menade Alma när han sade att högpräster "kallades och förbereddes från världens grundläggning"? (Alma 13:3.) (Han menade att några män har blivit förutordinerade till att få vissa ämbeten i prästadömet.)

För att hjälpa eleverna förstå begreppet förutordination och vad den innebär för deras del, kan du gärna be en elev läsa följande uttalanden.

Profeten Joseph Smith sade: "Var och en som har blivit kallad att tjäna världens invånare, har blivit ordinerad därtill i himlens Stora råd innan världen var till. Jag antar att jag kallades till detta ämbete vid detta stora råd" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 505).

President Spencer W. Kimball sade: "I den värld vi befann oss i innan vi kom hit gavs trofasta kvinnor vissa uppgifter medan trofasta män förutordinerades till vissa prästadömsuppgifter. Trots att vi inte nu kommer ihåg omständigheterna, ändrar detta inte den härliga realiteten i det vi en gång gick med på" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Spencer W. Kimball* [2006], s. 218).

- Vad lär oss Alma 13:3 att vi måste göra för att utföra de uppgifter vi blivit förutordinerade till?
- När en man blir ordinerad till ett ämbete i prästadömet, vad bör den ordinationen då betyda för honom? (Se Alma 13:8. Obs att den här frågan kan besvaras av både unga män och unga kvinnor. Unga män kan ha nytta av att höra de unga kvinnornas svar.)

Be eleverna läsa Alma 13:11–12 tyst för sig själva och leta efter hur bärarna av melkisedekska prästadömet som Alma talade om förändrades genom Jesu Kristi försoning.

- Vad tror ni det innebär att någons "kläder tvättats vita genom Lammets blod"?
- Varför tror ni att bärare av melkisedekska prästadömet måste förändras genom Jesu Kristi försoning? Hur kan vi följa deras exempel?

Påminn eleverna om att det var för folket i Ammonihah som Alma predikade de här sanningarna. Många av dem "tillhörde Nehors tro" (Alma 14:18; 15:15). Nehor var en man som hade instiftat en falsk orden som Alma kallade "prästvælde" (se Alma 1:12–15).

- Hur skiljer sig trofasta bärare av melkisedekska prästadömet från dem som följde Nehors lära? (Be gärna eleverna att läsa igenom Alma 1:2–6 och leta efter skillnader mellan Nehors prästvælde och melkisedekska prästadömet.)
- Folket i Ammonihah hade tidigare fått undervisning om melkisedekska prästadömet och fått välsignelser genom det (se Alma 9:21; 13:1). Varför tror ni att det var viktigt att folket i Ammonihah blev påmind om vad de tidigare hade lärt sig om melkisedekska prästadömet?
- Vad har ni lärt er hittills under lektionen om prästadömet? (Även om eleverna nämner flera olika sanningar bör deras svar gå ut på att **prästadömsförrättningar och prästadömsbärares tjänande hjälper oss veta hur vi ska se mot Jesus Kristus för att få återlösning.**)

Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen – och även andra principer de upptäckt – i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. I mån av tid ber du dem skriva hur dessa principer påverkar deras syn på prästadömets kraft och välsignelser.

### Alma 13:13–20

#### *Alma undervisar om Melkisedek, en stor högpräst som upprättade fred bland sitt folk*

Skriv följande ord och uttryck på tavlan: *högpräst, kung, utövade mäktig tro, predikade omvändelse, upprättade fred, fridsfurste, regerade under sin far*. Gör en kort paus efter varje ord eller uttryck och låt eleverna gissa, men utan att kika i skrifterna, vem Alma beskriver med dem. (Han beskrev Melkisedek.) Om eleverna inte gissat rätt efter att du skrivit alla orden och uttrycken på tavlan, ber du dem läsa Alma 13:14.

Om några elever gissade att Alma talade om Jesus Kristus, frågar du dem varför beskrivningen av en rättfärdig högpräst fick dem att tänka på Frälsaren. Hjälp dem förstå att

bärare av melkisedekska prästadömet är "enligt Sonens, Faderns Enföddes, orden" (Alma 13:9; se också L&F 107:2–4). Framhåll att bärare av melkisedekska prästadömet ska sträva efter att följa Jesu Kristi exempel i sitt tjänande och i sin undervisning. Påminn också eleverna om att förrättningarna som utförs med melkisedekska prästadömet myndighet hjälper oss att komma Frälsaren närmare.

Be en elev läsa Alma 13:14–19 högt. Uppmuntra klassen att tänka på hur det ogudaktiga folket i Ammonihah kunde ha haft nytta av att lära sig om Melkisedek.

- Vilka ord i Alma 13:17 beskriver Melkisedeks folk? Hur påminner det här folket om folket i Ammonihah? (Se Alma 8:9; 9:8.)
- Vad gjorde Melkisedek som folkets ledare? Hur påverkades folket av hans ledarskap? På vad sätt skilde sig den här påverkan från den påverkan som Nehors efterföljare utövade i Ammonihah? (Se Alma 8:17; 10:27, 32.)

Be eleverna sammanfatta Alma 13:16–18 och nämna sanningar i de här verserna om prästadömsledares ansvar. När de gör sammanfattningarna, förvissa dig då om att de ger uttryck åt följande: **prästadömsledare hjälper oss att se mot Jesus Kristus, omvända oss och leva i fred.** (Uppmuntra gärna eleverna att skriva sina sammanfattningar i skrifterna bredvid Alma 13:16–18.) Framhåll att andra ledare i kyrkan, som till exempel ledare i Hjälpföreningen och Unga kvinnor, spelar en mycket viktig roll i den här strävan. De tjänar tillsammans med prästadömsledare och hjälper enskilda och familjer att komma till Kristus.

- Hur har kyrkans ledares tjänande varit till välsignelse för er?

## Alma 13:21–31

### *Alma uppmanar folket att hörsamma Herrens röst och gå in i hans vila*

Be eleverna leta efter en tanke som upprepas i Alma 13:12, 13, 16, 29. De bör hitta ordet *vila* och uttrycket "Herrens vila". Uppmuntra dem gärna att markera den här tanken i varje vers. För att hjälpa eleverna förstå vad det innebär att gå in i Herrens vila här i livet och efter döden, läser du följande uttalanden:

"De forna profeterna talade om att 'komma in i Guds vila' (se Alma 12:34; L&F 84:23–24). Vad innebär det? För mig innebär det att inträda i Guds kunskap och kärlek, med tro på hans syften och hans plan i sådan utsträckning att vi vet att vi har rätt och att vi inte jagar efter någonting annat" (Joseph F. Smith, *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F. Smith* [1998], s. 56).

"Sanna heliga går in i *Herrens vila* medan de är i det här livet, och genom att förbli i sanningen fortsätter de i detta lyckotillstånd till dess de vilar hos Herren i himlen ... Herrens vila, i evigheten, är att ärva evigt liv, att få Herrens härlighets fullhet" (Bruce R. McConkie, *Mormon Doctrine*, 2:a uppl. [1966], s. 633).

Tala om att Alma uppmanade folket i Ammonihah att omvända sig och bereda sig för Kristi ankomst (se Alma 13:21–26). Sedan berättade han om principer som de måste leva efter för att kunna gå in i Herrens vila.

Be eleverna läsa Alma 13:27 tyst för sig själva.

- Vilka ord i Alma 13:27 visar vad Alma kände för folket och för sitt budskap?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 13:27–29. Be klassen vara uppmärksam på vilka principer Alma hoppades att folket skulle leva efter. Be eleverna berätta vilka principer de hittade. De kanske säger att **när vi ödmjukt följer uppmaningen att omvända oss, leder Anden oss in i Herrens vila.**

Be eleverna skriva ner mål för hur de ska följa rådet i Alma 13:27–29. Vittna om att vi kan gå in i Herrens vila i det här livet och i nästa liv om vi lever efter de principer som Alma undervisade om.



## Alma 14

**Inledning**

Efter att ha hört Almas och Amuleks predikan kom några i Ammonihah till tro och omvände sig, men de flesta var uppretade och ville döda Alma, Amulek och alla som trodde på deras ord. Alma och Amulek greps, ställdes inför rätta och sattes i fängelse. Det ogudaktiga folket i Ammonihah drev ut männen som blivit troende

och kastade deras hustrur och barn och även skrifterna i elden medan Alma och Amulek var tvungna att se på. Efter många dagar befriade Herren Alma och Amulek ur fängelset och förgjorde de ogudaktiga ledarna i Ammonihah.

**Lektionsförslag****Alma 14:1–13*****Alma och Amulek sätts i fängelse och troende ammonihahiter drivs ut eller kastas i elden***

Be eleverna tänka på svårigheter de stått eller står inför. Be därefter en elev läsa följande uttalande högt:

”Motgångar kan ha olika ursprung. Ibland kan man få prövningar som följd av sin egen stolthet och olydnad. De prövningarna kan man undvika genom att leva rättfärdigt. Andra prövningar är helt enkelt en naturlig del av livet och kan komma även när man lever rättfärdigt. Man kan till exempel uppleva prövningar genom sjukdom eller ovisshet eller anhörigas död. Motgångar kan ibland komma genom andras felaktiga val och sårande ord och handlingar.

Din framgång och lycka, nu och i evigheten, beror till stor del på hur du möter livets svårigheter” (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 102).

Berätta att ni i dag ska samtala om människor som gick igenom svåra prövningar. Många av dessa prövningar vållades av andra. Uppmuntra eleverna att fundera över hur sanningarna ni kommer tala om under lektionen kan tillämpas på deras situation oavsett vilka prövningar de står inför.

Skriv följande på tavlan:

*Alma och Amulek    Zeezrom    Nyomvända män    Nyomvända kvinnor och barn*

Be flera elever turas om att läsa högt ur Alma 14:1–10. Be klassen följa med i texten och leta efter exempel på vad personerna som står på tavlan fick gå igenom.

- Vad fick de här personerna gå igenom? (Skriv elevernas svar på tavlan.)

Framhåll att när Amulek såg hur kvinnorna och barnen led ville han använda prästadöms makt och rädda dem. Be en elev läsa Alma 14:11 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur Alma reagerade på Amuleks önskan.

- Varför tillät Herren att de här kvinnorna och barnen brändes? (Herren tillät att de led så att deras död kunde stå som ett vittnesbörd emot dem som dödade dem. Se också Alma 60:13.)
- På vad sätt skulle kvinnorna och barnen bli välsignade enligt Alma på grund av deras förtröstan på Herren?

Betona gärna att det i det här fallet var Herrens vilja att tillåta att de skulle lida. Men så är det inte alltid. Försäkra eleverna att Herren älskar dem och vill att de ska vara lyckliga och leva i fred. Om någon skadar dem eller utsätter dem för misshandel på något sätt, bör de vända sig till en förälder eller ledare i kyrkan så att problemet kan lösas.

- Av vilka andra skäl kan Herren tillåta att vi får lida? (I svaren kan ingå att han vill att vi ska inse följderna av okloka beslut, att vi ska lära oss att ha tålmod, att vi ska lära oss att ha medkänsla med andra som lider och att vi ska förstå att vi ska förtrösta på honom.)

Skriv följande sanning på tavlan: **När vi förtröstar på Herren ger han oss styrka i våra prövningar.** Be därefter en elev läsa Alma 14:12–13 högt.

- Hur visar Almas ord att han förtröstade på Herren?

Be gärna en elev läsa följande uttalanden av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum:



”Amuleks exempel är belysande. Medan de strävade efter att göra gott bland folket i Ammonihah blev de tillfångatagna. Amulek litade på sin mer erfarna kamrat, Alma, som ledde honom till större förtröstan på Herren. När de tvingades att se hur kvinnor och barn förtärdes av eld, sade Amulek: ’Kanske de bränner även oss.’ Alma svarade: ’Ske Herrens vilja’ – en livsviktig princip. ’Men ... vårt arbete är inte fullbordat. Därför bränner de oss inte’ [Alma 14:12–13; kursivering tillagd]” (se ”Att bli helad”, *Nordstjärnan*, juli 1994, s. 7).

”Detta liv handlar om djupgående förtröstan – förtröstan på Jesus Kristus ... Att förtrösta innebär att lyda villigt utan att på förhand veta hur det går (se Ords. 3:5–7). För att nå gott resultat, måste din förtröstan på Herren måste vara mäktigare och mer beständig än tron på dina egna känslor och din egen erfarenhet” (se ”Förtrösta på Herren”, *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 16).

Berätta att i Alma 14:14–29 kommer eleverna att se fler exempel på att Alma och Amulek förtröstade på Herren. De får också se hur Herren styrkte dem så att de kunde utföra hans verk.

## Alma 14:14–29

### *Gud befriar Alma och Amulek ur fångelset och förgör många ogudaktiga ledare i Ammonihah*

Dela upp klassen i två hälften. Be ena hälften utforska Alma 14:14–19 och den andra Alma 14:20–25. Be båda grupperna leta efter vad Alma och Amulek utsattes för av de ogudaktiga ledarna i Ammonihah. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de har hittat. Skriv deras svar på tavlan under ”Alma och Amulek”.

- Vilken av de här prövningarna skulle ha varit svårast för er? Varför då?
- När har ni sett människor gå igenom prövningar trots att de försökte leva rättfärdigt?

Be elever turas om att läsa högt ur Alma 14:25–29. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Herren befriade Alma och Amulek ur fångelset. För att hjälpa eleverna urskilja och förstå principer i de här verserna ställer du några av eller samtliga följande frågor:

- Hur lyckades Alma och Amulek få kraft och styrka av Herren? (Se Alma 14:26, 28.)
- Vilka principer lär vi oss av Almas och Amuleks erfarenheter i fångelset? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men svaren bör återspegla sanningen att **om vi vänder oss till Herren med tro, ger han oss styrka i våra lidanden och befriar oss på sitt eget sätt och i sin egen tid.** Föreslå gärna att eleverna markerar uttryck i Alma 14:26, 28 som betonar den här principen.)
- Hur till exempel kan vi utöva tro på Jesus Kristus i svåra situationer?

Be eleverna berätta om tillfällena när de har bevittnat den kraft vi får när vi utövar tro på Jesus Kristus och ödmjukt väntar på honom. De kan berätta om egna upplevelser eller om upplevelser som andra haft som de känner. Du skulle också kunna berätta.

Avsluta med att vittna om att Herren kan ge oss styrka och befria oss från prövningar på sitt eget sätt och i sin egen tid. Försäkra eleverna att när vi förtröstar på Herrens vilja så ger han oss större kraft och styrka att uthärda svårigheter.

#### **Personliga upplevelser**

Eleverna har nytta av att höra om andras personliga upplevelser. Uppmuntra dem att berätta om upplevelser på ett sätt som inbjuder den Helige Anden och som får dem att följa Frälsaren. Påminn dem om att de inte ska berätta om upplevelser som är alltför personliga eller kan vålla obehag.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 14:7–11. "Herren tar dem upp till sig"

Även om vi sörjer när de rättfärdiga dör så gläder vi oss över deras lön i andevärlden (se Alma 40:12) och deras slutliga tillstånd i celestialet riket (se L&F 76:50–70). Herren sade: "De som dör i mig [skall inte] smaka döden, ty den skall vara ljuvlig för dem" (L&F 42:46). President Joseph F. Smith sade:

"Jag är visserligen svag nog att gråta, om mina vänner och släktingar dör. Jag kan fälla tårar när jag ser andras sorg. Jag känner medlidande för människornas barn i min själ. Jag kan gråta med dem när de gråter. Jag kan glädjas med dem när de gläder sig. Men jag har ingen anledning att sörja, inte heller att vara ledsen över att döden kommer in i världen ... All rädsla för döden har avlägsnats från de sista dagars heliga. De känner ingen

rädsla för den timliga döden eftersom de vet att liksom döden kom över dem genom Adams överträdelse, ska de få liv genom Jesu Kristi rättfärdighet. Fast de dör, skall de leva igen. I och med denna kunskap har de glädje även i döden, för de vet att de ska uppstå igen och mötas igen bortom graven" (Conference Report, okt. 1899, s. 70).

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum sade:

"Ibland blir Herrens folk jagat och förföljt. Ibland låter han avsiktligt sina trofasta heliga vänta och lida, både kroppsligen och andligen, för att pröva dem i allt och för att se om de förblir i hans förbund ända till döden, så att de kan befinnas värdiga att få evigt liv. Om detta skulle bli vår lott, ske alltså" (se "De döda som dö i Herren", *Nordstjärnan*, apr. 1977, s. 52).

## LEKTION 80

# Alma 15–16

### Inledning

Efter att Herren hade befriat Alma och Amulek ur fångelse gav de sig av för att predika för folket i staden Sidom. Där fann de troende som hade blivit bortdrivna från Ammonihah, däribland Zeezrom, som led både kroppsligt och andligt på grund av sina synder. När Zeezrom betygade att han trodde på Jesus Kristus, botade Alma honom och döpte honom. Alma upprättade en församling i Sidom och återvände därefter med

Amulek till Zarahemla. Hans profetia gick i uppfyllelse när lamaniterna på en enda dag ödelade staden Ammonihah. Dessutom tog de nephiter till fånga i angränsande länder. Nephiternas här valde att följa Almas profetiska vägledning och kunde befria fångarna och fördriva lamaniterna. Under en period av fred stärkte Alma, Amulek och andra bröder kyrkan runtom i nephiternas länder.

## Lektionsförslag

### Alma 15

#### *Alma botar Zeezrom, upprättar en församling i Sidom och återvänder med Amulek till Zarahemla*

För att hjälpa eleverna att komma ihåg de viktigaste personerna och händelserna i Alma 11–14 skriver du följande ord på tavlan:

*Zeezrom*

*onti*

*eld*

*Alma*

*Amulek*

*Ammonihah*

Låt eleverna få en minut på sig att försöka använda alla namnen och orden på tavlan och sammanfatta händelserna som skildras i Alma 11–14. (Du skulle kunna föreslå att de vid behov tittar på kapitelingsresserna.) Efter att några elever svarat suddar du bort allt utom *Zeezrom*.

Berätta att efter att Alma och Amulek hade lämnat Ammonihah kom de till Sidom, där de fann de troende som hade blivit bortdrivna från Ammonihah, däribland Zeezrom. Be eleverna läsa Alma 15:3–5 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som beskriver Zeezroms tillstånd. Allteftersom eleverna berättar vad de hittar skriver du deras svar på tavlan under *Zeezrom*.

- Varför tror ni att Zeezroms skuld känslor fick honom att lida både andligen och kroppsligen? Vad måste människor i ett sådant tillstånd göra för att det ska förändras?
- Hos vem sökte Zeezrom hjälp? (Se Alma 15:4.) Varför tror ni att han skickade bud efter Alma och Amulek? (I svaren kan ingå att han litade på dem och att han visste att de var gudsmän och innehade prästadömetts myndighet.)

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 15:6–10. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma sade för att hjälpa Zeezrom att utöva tro på Jesus Kristus och hans försoning.

- Varför tror ni att Zeezrom behövde utöva tro på Jesus Kristus och hans försoning för att bli helad?

Be eleverna läsa Alma 15:11–12 tyst för sig själva och ta reda på vad som hände med Zeezrom. När de har haft tillräcklig tid att läsa suddar du bort alla ord och uttryck på tavlan under *Zeezrom*.

- Vad hittar ni för bevis på att Zeezrom omvände sig och fick Herrens barmhärtighet? (Han blev botad genom tro på Jesus Kristus, han lät döpa sig och han började predika evangeliet.)

Skriv följande princip på tavlan: ***Genom tro på Jesus Kristus kan vi bli helade och styrkta.***

Framhåll att Alma som prästadömsledare inte försökte dra uppmärksamheten till sig själv. Syftet med samtalet med Zeezrom var att hjälpa Zeezrom att utöva tro på Jesus Kristus och få barmhärtighet genom försoningen. För att illustrera ett sätt som våra prästadömsledare kan hjälpa oss att få försoningens välsignelser, läser du följande uttalande av äldste Jay E. Jensen i de sjuttios kворum:

”Medan jag var biskop blev jag vittne till försoningens välsignelser i de medlemmars liv som begått allvarliga överträdelse ...

En ung ensamstående vuxen i vår församling hade sällskap med en flicka. De lät sina känslor gå över styr. Han kom till mig för att få råd och hjälp. Med det han bekände som grund och de Andens maningar som kom till mig, fick han bland annat inte ta del av sakramentet under en tid. Vi träffades regelbundet för att försäkra oss om att omvändelse hade skett, och efter en lämplig tidsperiod gav jag honom lov att på nytt få ta del av sakramentet.

När jag satt på förhöjningen under det sakramentsmötet drogs min blick till honom när han nu med all rätt tog del av sakramentet. Jag såg barmhärtighetens, kärlekens och trygghetens armar omsluta honom när försoningens helande kraft värmde hans själ och lyfte hans börda, vilket ledde till den utlovade förlåtelsen, friden och glädjen” (“Trygghetens armar”, *Liahona*, nov. 2008, s. 49).

Vittne om att biskopar och andra prästadömsledare kan hjälpa oss att genom Jesu Kristi försoning få den barmhärtighet och styrka vi behöver.

För att hjälpa eleverna förstå att kyrkans ledare tjänar både grupper och enskilda, ber du dem läsa Alma 15:13–18. Ge dem i uppgift att arbeta två och två. Be en elev i varje par att utforska Alma 15:13–15, 17 och leta efter hur Almas tjänande blev till välsignelse för folket i Sidom. Be den andra eleven utforska Alma 15:16, 18 och leta efter hur Almas tjänande blev till välsignelse för Amulek. När eleverna har haft tillräcklig tid ber du dem berätta för varandra vad de hittade.

Be paren tänka på tre till fem sätt som kyrkans ledare i vår tid kan hjälpa grupper och enskilda på. Uppmuntra eleverna att tänka på ansvar som de själva har som ledare i prästadömskvorum och Unga kvinnors klasser. Be varje par berätta för klassen om ett av de ansvar de har.

## **Alma 16:1–12**

### ***Lamaniterna ödelägger Ammonihah men lyckas inte besegra nephiter som följer Almas råd***

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de blev överrumplade eller plötsligt blev rädda. Be gärna en eller två elever berätta om sina upplevelser. Be eleverna läsa Alma 16:1–3 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på hur nephiterna i Ammonihah blev överrumplade och varför några av dem sannolikt blev rädda. Be några elever berätta vad de fick veta. (Hjälp dem vid behov förstå att lamaniterna angrep staden Ammonihah plötsligt och dödade invånarna innan nephiterna hann uppbåda en här och komma till undsättning.)

Be en elev läsa Alma 16:4–6 högt, och be klassen vara uppmärksam på vart de rättfärdiga nephiterna vände sig för att få ledning. Be en annan elev att högt läsa Alma 16:7–8 medan resten av klassen är uppmärksam på vad hjälpen som nephiterna fick hade till följd.

- Hur hjälptes nephiterna av Almas profetiska ledning?
- Vilka principer lär vi oss av den här skildringen? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer. Förvissa dig om att de förstår att ***när vi söker ledning hos Herrens profeter och följer deras råd, styrker Herren och beskyddar oss.*** Skriv den här principen på tavlan.)
- På vad sätt blir ungdomar välsignade när de följer profeternas råd? (För att hjälpa eleverna besvara frågan skulle du kunna be dem slå upp två eller tre avsnitt i häftet *Vägledning för de unga*. Be dem besvara den här frågan med avseende på varje avsnitt du väljer.)

Be eleverna tänka på tillfällena när profeternas råd har hjälpt dem att göra rätt val i svåra situationer. Be några elever berätta för klassen om sina upplevelser. (Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta om upplevelser som är alltför personliga.) Berätta gärna själv om en egen upplevelse. För att betona sanningen att profeternas ord alltid går i uppfyllelse, skulle du kunna framhålla att Alma 16:9–11 beskriver uppfyllelsen av Almas profetia om folket i Ammonihah (se Alma 9:12).

## Alma 16:13–21

### *Alma, Amulek och andra upprättar kyrkan bland nephiterna*

När eleverna avslutar studiet av Alma 16 uppmuntrar du dem att leta efter exempel på de två principer du skrivit på tavlan. Sammanfatta Alma 16:13–15 genom att tala om att Alma och Amulek fortsatte att predika Guds ord runtom i landet tillsammans med andra "som hade utvalts till verket" (Alma 16:15). Be eleverna läsa Alma 16:16–21 tyst för sig själva och leta efter vad deras strävan resulterade i. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de fick veta. Fråga dem hur dessa exempel belyser en av eller båda principerna som står på tavlan.

Avsluta lektionen med att uppmuntra eleverna att skriva en av de här principerna i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Be dem skriva en sammanfattning av det de har lärt sig i dag om den principen. Be dem också skriva hur de kommer att tillämpa det de har lärt sig.

### Repetition av nyckelskriftställen

Den här lektionen innebär att eleverna har nått halvvägs i kursen. För att hjälpa eleverna att befästa sina kunskaper om nyckelskriftställen, skulle du kunna göra en frågesport eller ett prov för att se hur bra kännedom de har om nyckelskriftställena som ni har behandlat hittills. Gör en enkel muntlig eller skriftlig frågesport, till exempel genom att ge dem en ledtråd från seminariets bokmärke och låta eleverna skriva rätt skriftställehänvisning. Du skulle också kunna göra en repetition av några av nyckelskriftställena de lärt sig utantill. Berätta gärna om frågesporten eller provet i förväg så att eleverna kan förbereda sig.

*Obs:* Om ni inte har tid att göra aktiviteten som del av den här lektionen, kan ni göra den en annan dag. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 15:3–5. Kroppsligt lidande orsakat av andliga åkommor

"När Zeezrom omvände sig "sönderslet[s] hans sinne" av hans synder "till den grad att han led oerhört" (se Alma 15:3). President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum sade i ett tal att andliga åkommor kan vålla kroppsligt lidande:

"Jag frågade nyligen en allmänpraktiserande läkare hur mycket av hans tid som upptogs enbart med att bota fysiska åkommor. Han har en stor praktik och när han tänkt noga, svarade han: 'Inte mer än 20 procent. Resten av tiden verkar jag arbeta med problem som påverkar mina patienters fysiska välbefinnande mycket starkt, men som inte har ett fysiskt upphov.

De här fysiska åkommorna', slutade läkaren, 'är enbart symptom på något annat slags besvär.'

Under senare generationer har den ena efter den andra av de allvarigare sjukdomarna övervunnits genom kontroll eller bot. Några mycket allvarliga sjukdomar återstår fortfarande, men nu verkar det som om vi kan göra något åt de flesta av dem.

Det finns en annan del av oss, som inte är så påtaglig, men som är lika verklig som vår fysiska kropp. Denna ogripbara del av oss beskrivs som sinne, känsla, intellekt, temperament och mycket annat. Mycket sällan beskrivs den som andlig.

Men det finns en *ande* i människan. Att nonchalera det är att nonchalera verkligheten. Det finns också andliga åkommor och andliga sjukdomar som kan orsaka intensivt lidande.

Människans kropp och ande är förenade med varandra" (se "Balsam från Gilead", *Nordstjärnan*, nov. 1977, s. 92–93).

# Hemstudielektion

## Alma 11–16 (Studieavsnitt 16)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 11–16 (studieavsnitt 16) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 11)

Genom att studera Amuleks exempel när Zeezrom tvistade med honom lärde sig eleverna att vi kan övervinna frestelser när vi förlitar oss på den Helige Anden. När Amulek undervisade Zeezrom och folket i Ammonihah betonade han följande principer i fråga om Frälsarens roll: Sann tro på Jesus Kristus utgör början av processen att bli återlösta från våra synder. På grund av Jesu Kristi försoning ska alla uppstå och dömas efter sina gärningar.

#### Dag 2 (Alma 12)

Även Alma undervisade Zeezrom och folket att Gud ordinerade. Han beskrev djävulens avsikter och sade att Zeezrom var i djävulens våld. Alma och Amulek är exempel på att den Helige Anden kan hjälpa oss att urskilja motståndarens lister. Alma hjälpte folket förstå att Herren uppenbarar andliga sanningar för oss enligt den lydighet och flit vi visar honom och hans ord. Han undervisade också om den slutliga domen och sade att vi kommer att hållas ansvariga inför Gud för våra tankar, ord och gärningar. Han betonade att jordelivet är en tid att bereda oss för att möta Gud.

#### Dag 3 (Alma 13)

Alma påminde Zeezrom och folket att Gud har ordinerat prästadömsbärare från världens grundläggning. Män som utövar stor tro och väljer rättfärdighet får melkisedekiska prästadömet för att föra andra till Gud. Eleverna läste om Melkisedek och hans folk och begrundade följande sanning: När vi ödmjukt följer uppmaningen att omvända oss, leder den Helige Anden oss in i Herrens vila.

#### Dag 4 (Alma 14–16)

Eleverna läste om oskyldiga kvinnor och barn som dödades av ogudaktiga människor. De begrundade profeters ord som lär oss att Herren tillåter att de rättfärdiga utsätts för lidande av de ogudaktiga så att hans domar må bli rättvisa. Eleverna såg i Almas och Amuleks liv att när vi förtröstar på Herren ger han oss styrka i våra prövningar. Om vi vänder oss till honom med tro, ger han oss styrka i våra lidanden och befriar oss på sitt eget sätt och i sin egen tid.

### Inledning

Alma och Amulek mötte motstånd när de började predika för folket i Ammonihah. Efter att de hade förklarat flera eviga sanningar började många "omvända sig och utforska skrifterna" (Alma 14:1). Skildringarna i Alma 11–16 belyser de uppoffringar som människor är villiga att göra för sitt vittnesbörd om sanningen. Dessa kapitel visar också att när de ogudaktiga "driver ut de rättfärdiga" ska Herren låta dem drabbas "av hungersnöd och av farsot och av svärd" (Alma 10:23). Alma och Amulek varnade folket i Ammonihah och sade att om de inte omvände sig så skulle de drabbas av Guds straffdomar, men folket i Ammonihah vägrade att omvända sig och utplånades senare av en lamanitisk här.

Den här lektionen fokuserar på Alma 14–15 men repetera också gärna sanningar från andra kapitel som eleverna hade i uppgift att studera under veckan.

### Lektionsförslag

#### Alma 14–15

##### *Gud välsignar dem som förtröstar på honom i sina prövningar*

Fundera på att börja dagens lektion med att nämna händelser nyligen där oskyldiga människor blev lidande på grund av andras val. Eller också skulle du kunna be eleverna att komma med exempel ur skrifterna på människor som blev förföljda på grund av sitt vittnesbörd om evangeliet. Efter att ni diskuterat ett par exempel ber du några elever turas om att läsa ur Alma 14:7–11 och Alma 60:13.

Fråga: Vilka skäl ges i de här verserna till att Herren ibland tillåter att de rättfärdiga utsätts för lidande av de ogudaktiga? (En sanning som eleverna lärde sig när de studerade den här delen av Alma 14 är att **Herren tillåter att de rättfärdiga utsätts för lidande av de ogudaktiga så att hans domar må bli rättvisa.**)

Förklara att Guds rättvisa och barmhärtighet når bortom döden och att de som har syndat ska hållas ansvariga och de som har varit rättfärdiga få barmhärtighet. Läs följande uttalande av president James E. Faust i första presidentskapet:

"Allt detta lidande skulle verkligen vara orättvist om allt slutade med döden, men det gör det inte. Livet är ingen enaktare. Det har tre akter. Vi var med i den första akten när vi befann oss i föruttilvaron. Nu är vi i den pågående akten, som är jordelivet. Och vi får vara med i en framtida akt när vi återvänder till Gud ... Vi sändes till jordelivet för att testas och prövas [se Abraham 3:25] ...

Våra tidigare och nuvarande lidanden kan inte, som Paulus sade, jämföras 'med den härlighet som kommer att uppenbaras och bli vår' [Rom. 8:18] i evigheterna. 'Ty efter många prövningar kommer välsignelserna. Därför kommer dagen då ni skall krönas

med stor härlighet' [L&F 58:4]. Så prövningar är till nytta i den meningen att de hjälper oss komma in i det celestialet riket ...

Det beror inte så mycket på vad som händer oss, utan på hur vi handskas med det som händer oss" ("Hur tar jag ställning?" *Liahona*, nov. 2004, s. 19, 20).

Tala om att lidande och prövningar kan hjälpa oss att nå upphöjelse eftersom det befäster vår tro. Att vi förblir trofasta i prövningar och svårigheter visar att vi förtröstar helt och fullt på Gud och hans plan, vilket stärker vår tro och förmåga att uthärda intill änden.

Ställ följande frågor:

- Hur kan ett vittnesbörd om frälsningsplanen, i vilken också det förjordiska och efterjordiska livet ingår, lindra det lidande vi upplever under jordelivet?
- Om ni tänker på det ni studerat den här veckan i Alma 14–15, på vad sätt blir de rättfärdiga välsignade i sina lidanden?
- Hur kan vi visa att vi förtröstar på Gud när vi har det svårt?

Be eleverna jämföra den fråga som ställdes av Alma i Alma 14:26 med frågan som ställdes av Joseph Smith i Läran och förbunden 121:3. Fråga sedan: Hur kunde Alma och Amulek enligt Alma 14:26 uthärda sina lidanden?

Berätta att när profeten Joseph Smith med orätt satt inspärrad i ett fängelse i Missouri, ställde han den fråga som står att läsa i Läran och förbunden 121:3. Till skillnad från Alma och Amulek blev han inte omedelbart befriad ur fängelset. Vad lär vi oss av Guds svar på hans bön? (Se L&F 121:7–9; 122:4–9.) Följande sanning betonades den här veckan i elevernas personliga studier: **Om vi vänder oss till Herren med tro, ger han oss styrka i våra lidanden och befriar oss på sitt eget sätt och i sin egen tid.**

Ställ följande frågor:

- Hur har Herren hjälpt er när ni utsatts för prövningar?

- Vad hjälper er att underordna er hans vilja och acceptera hans tidsplan?

Hjälp eleverna förstå att både Zeezrom och Amulek förtröstade på Gud i sina lidanden och belönades enligt hans vilja och i hans egen tid.

Be hälften av klassen läsa Alma 15:5–12 och leta efter information om Zeezrom som visar att han fick allt större tillit till Herren. Be den andra hälften läsa Alma 15:16, 18 och leta efter information om vad Amulek offrade för att tjäna Herren.

Uppmuntra eleverna att förtrösta på Herren och acceptera hans vilja och tidsplan när de drabbas av prövningar och lidande. Försäkra dem att Gud utövar sin makt och sitt inflytande på en mängd mirakulösa och personliga sätt.

### Repetition av nyckelskriftställen

Den här lektionen innebär att eleverna har nått halvvägs i seminariets Mormons bok-kurs. För att understödja eleverna i deras inläring av nyckelskriftställen och hjälpa dem att förstå dem, skulle du kunna göra en frågesport eller ett prov för att se hur bra kännedom de har om de 13 nyckelskriftställen som de har studerat hittills. Det här kan bestå av en enkel muntlig eller skriftlig frågesport, till exempel att de får en ledtråd från seminariets bokmärke och ska skriva skriftställehänvisningen. Det kan också bestå av en repetition av några av de skriftställen som de lärt sig utantill. Den här lektionen är inte så lång och kan ge er tid att ha frågesporten den här veckan, eller också kan du berätta att ni ska ha den senare så att eleverna kan förbereda sig.

### Nästa studieavsnitt (Alma 17–24)

Mosiahs söner ger sig i väg för att predika för ett ogudaktigt och grymt folk. Till en början går de igenom många bedrövelser, men under sker allteftersom de predikar evangeliet för lamaniterna. Lagg märke till hur Ammons lojalitet mot Gud och kungen åstadkommer mycket rättfärdighet.



## Alma 17

## Inledning

Innan Mosiahs söner började predika evangeliet för lamaniterna bad de och fastade för att få vägledning av Herren. Hans svar ingav dem mod: Herren lovade dem att de skulle bli ett redskap i hans händer "till många själars frälsning" (Alma 17:11). I en uppenbarelse till deras far hade han redan tidigare lovat att han skulle

"befria [dem] ur lamaniternas händer" (Mosiah 28:7). Styrkta av det här löftet och förvissade om att de en dag skulle återse varandra, skildes de åt för att predika evangeliet på olika håll. Ammon begav sig till Ismaels land, där han förberedde sig för att undervisa folket genom att tjäna hos deras kung.

## Lektionsförslag

## Alma 17:1–16

*Mosiahs söner utforskar skrifterna, ber och fastar för att få kännedom om Guds ord och kunna undervisa med kraft*

Före lektionen skriver du följande ofullständiga påstående på tavlan: "Det allra viktigaste ni kan göra för att förbereda er på kallet att verka [som missionärer] är att ...". (Du återkommer till det här senare i lektionen.)

Fråga eleverna om de har varit där när familjemedlemmar, släktingar eller vänner återvänt från missionsfältet efter att ha verkat trofast. Be några elever beskriva de kristliga egenskaper som de här missionärerna har när de återvänder.

- Vad för positiva förändringar märkte ni hos dem? Vad tror ni orsakade de här förändringarna?

Berätta att Mosiahs söner återförenades med Alma i Zarahemla efter att ha predikat evangeliet i 14 år i Nephis land. Om eleverna behöver en kort genomgång av berättelsen om Alma och Mosiahs söner, frågar du:

- Vad hade Alma och Mosiahs söner för anknytning till varandra? (Du skulle kunna be eleverna att titta på kapitelingressen till Mosiah 27 om de behöver hjälp att besvara frågan.)

Berätta att Alma hade predikat omvändelse och upprättat kyrkan bland nephiterna i Zarahemlas land och Mosiahs söner hade predikat evangeliet för lamaniterna i Nephis land. (Använd gärna bokmärket till Mormons bok när du berättar det här.) Mosiahs söner hette Ammon, Aron, Omner och Himni (se Mosiah 27:34). I Alma 17–26 skildras några av deras upplevelser som missionärer.

Be en elev läsa Alma 17:1–2 högt.

- Hur kände sig Alma när han återsåg sina vänner? Varför tror ni att han kände sig så?

Rikta elevernas uppmärksamhet på det ofullständiga påstående du skrev på tavlan före lektionen. Be eleverna komma med förslag på hur man skulle kunna avsluta påståendet. Läs sedan hur äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum avslutade det: "Det allra viktigaste ni kan göra för att förbereda er på kallet att verka [som missionärer] är att bli missionärer långt innan ni går ut som missionärer" ("Att bli en missionär", *Liahona*, nov. 2005, s. 45). Avsluta påståendet på tavlan.

Framhåll att ett sätt att lära sig hur man blir en missionär är att läsa om trofasta missionärer i skrifterna. Be eleverna läsa Alma 17:2–4 tyst för sig själva och leta efter orsaker till att Mosiahs söner lyckades bringa så många till kunskap om sanningen.

- Vad gjorde Mosiahs söner som hjälpte dem att bli framgångsrika missionärer? (I svaren kan ingå att de "utforska[de] skrifterna" flitigt, bad och fastade.)

## Genomgång av kontexten

En genomgång av information om kontexten kan ge eleverna djupare insikt i en händelse eller lära i skrifterna. När du hjälper eleverna att gå igenom sådant material, ge dem då hänvisningar som hjälper dem att hitta informationen de behöver.

- Vilka välsignelser fick de därför att de studerade, fastade och bad? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då urskilja följande princip: **När vi utforskar skrifterna, fastar och ber får vi den Helige Anden och kan undervisa med kraft.**)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Bednar, vilket betonar vad vi kan göra för att bli missionärer:



”Ert begär att tjäna Gud (se L&F 4:3) kan växa, och ni kan börja tänka som missionärer tänker, läsa vad missionärer läser, be som missionärer ber och känna vad missionärer känner. Ni kan undvika de världsliga inflytanden som får den Helige Anden att avlägsna sig, och er tillförsikt när det gäller att känna igen och svara på andliga maningar kan växa. Rad på rad, bud på bud, lite här och lite där blir ni gradvis det slags missionär ni hoppas kunna bli och den missionär Frälsaren förväntar sig ...

Den förberedelse jag beskriver gäller inte bara er missionstjänst som 19-, 20- eller 21-årig ung man ... Ni förbereder er för ett livslångt missionerande ... Vi [är] alltid missionärer” (“Att bli en missionär”, s. 45–46).

För att hjälpa eleverna tillämpa principerna som äldste Bednar undervisade om och principerna i Alma 17:2–4, ber du dem skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker vad de kommer göra för att bli missionärer redan innan de får en missionskallelse.

Be eleverna läsa Alma 17:9 tyst för sig själva och ta reda på vad Mosiahs söner och deras medarbetare bad om. Efter att eleverna berättat vad de hittat, ber du dem läsa Alma 17:10–12 och leta efter Herrens svar på deras böner.

- Varför tror ni att de ”fattade mod” när de fick höra Herrens svar på sina böner?
- Alma 17:11 innehåller Herrens löfte att han skulle göra dessa missionärer till redskap i sina händer. Vad innebär det här för er? Hur kan vi vara redskap i Herrens händer?
- Herren instruerade dem att ”visa fram goda exempel” (Alma 17:11). Varför tror ni att detta att vara ett gott exempel var så viktigt i deras missionsverksamhet? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då urskilja följande princip: **När vi är ett gott exempel kan Herren göra oss till redskap i sina händer.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)
- Vad kan andra lära sig om evangeliet när de ser vårt goda exempel?
- När har andras goda exempel hjälpt er?

Vittna om vikten av att vara ett gott exempel, och uppmuntra eleverna att vara ett gott exempel för omgivningen. Berätta gärna om tillfällena när du såg eleverna vara ett gott exempel och beröm dem för det. Undvik allmänna komplimanger, som kan upplevas som floskler.

Be eleverna läsa Alma 17:13–16 tyst för sig själva och tänka på hur svårt det måste ha varit att predika för lamaniterna på den tiden.

- Varför var Mosiahs söner villiga att gå igenom bedrövelser och predika bland lamaniterna? (Se Alma 17:16; se också Mosiah 28:1–3.)

## Alma 17:17–39

### *Ammon blir kung Lamonis tjänare och räddar kungens hjordar*

Sammanfatta Alma 17:18–20 genom att berätta att innan dessa missionärer skildes åt för att predika evangeliet på olika håll så undervisade Ammon dem om deras uppdrag och välsignade dem. Därefter för han till Ismaels land. När han kom dit blev han tillfångatagen och fördes inför kungen. Be två elever turas om att läsa högt ur Alma 17:21–25.

- Vad är betecknande med att Ammon svarade kungen och sade: ”Jag vill bli din tjänare”? (Alma 17:25.)
- När har ni sett att tjänande lett till möjligheter att berätta om evangeliet?

Sammanfatta Alma 17:26–27 genom att berätta att när Ammon vaktade kungens hjordar kom en grupp lamaniter och skingrade hjordarna.

Dela upp klassen i grupper på två eller tre elever. Skriv följande skriftställehänvisningar på tavlan: *Alma 17:28–32; Alma 17:33–35; Alma 17:36–39*. Instruera dem att i varje grupp fördela skriftställen mellan eleverna. Låt eleverna läsa sina skriftställen tyst för sig själva och leta efter svar på följande frågor. (Skriv gärna frågorna på tavlan.)

- Vad hände i din del av berättelsen?
- Hur kan det ha bidragit till att förbereda folket att ta emot evangeliet?
- Vilka karaktärsegenskaper visade Ammon?

Låt grupperna få tillräcklig tid att diskutera svaren. Fråga sedan:

- Vad lär vi oss av den här skildringen? (Eleverna kanske kommer med olika svar på frågan. De kanske säger: **Genom tjänande kan vi hjälpa andra förbereda sig att ta emot evangeliet** eller **när vi är i Herrens tjänst behöver vi inte frukta och kan vara vid gott mod**. Uppmuntra gärna eleverna att skriva de här principerna i sina skrifter.)

Be eleverna skriva i sina skriftdagböcker vad de kan göra för att vara ett gott exempel i fråga om att leva efter evangeliet. Det här målet kan hjälpa de unga kvinnorna att genomföra en ytterligare uppgift i Personlig tillväxt under "Goda gärningar". Och vad beträffar prästerna kan målet hjälpa dem att lära sig och utföra sina plikter i Plikt mot Gud-häftet under "Prästadömsplikter" och "Inbjuda alla att komma till Kristus".

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 17. Heltidsmissionstjänst av unga män och unga kvinnor

President Thomas S. Monson gav följande råd till unga män och unga kvinnor i fråga om plikten att fullgöra en heltidsmission:

"Till er unga män i aronska prästadömet och till er unga män som ska bli äldster: Jag upprepar det som profeter länge har lärt – att varje värdig och duglig ung man bör förbereda sig att verka som missionär. Missionsarbetet är en prästadömsplikt – en plikt som Herren förväntar sig av oss som har fått så mycket.

Unga män, jag uppmanar er att förbereda er för att gå ut som missionärer. Håll er rena och obefläckade och värdiga att representera Herren. Bevara er hälsa och styrka. Studera skrifterna. Delta i seminariet och institutet där så är möjligt. Bekanta er med missionärernas handbok *Predika mitt evangelium*.

Ett ord till våra unga systrar: Även om ni inte har samma prästadömsansvar som de unga männen att verka som heltidsmissionärer, är ert bidrag som missionärer också mycket värdefullt och vi tar tacksamt emot ert tjänande" ("Vi möts tillsammans igen", *Liahona*, nov. 2010, s. 5–6).

# Alma 18

### Inledning

Kung Lamoni förvånades över Ammons stora styrka när han försvarade kungens hjordar. Han trodde till och med att Ammon var den Store Anden. Genom den Helige Andens kraft förstod Ammon vad kungen tänkte och

började undervisa honom om evangeliet. Kung Lamoni trodde på Ammons ord, insåg behovet av en Frälsare, började ropa till Herren och bad att han skulle förbarma sig över honom. Han överväldigades av Anden.

## Lektionsförslag

### Alma 18:1–11

#### *Kung Lamoni är imponerad av Ammons trofasthet*

En snabb genomgång av skildringen i slutet av Alma 17 hjälper eleverna att se Alma 18 i sitt sammanhang. Det hjälper dem också förstå budskapen i Alma 18. Börja med att fråga eleverna om följande påståenden i samband med Alma 17 är sanna eller osanna. Be dem gärna skriva ner sina svar.

1. Eftersom kungen var så nöjd med Ammon ville han att han skulle ta en av hans döttrar till hustru. (Sant. Se Alma 17:24.)
2. Ammon sade att han ville bli kungens tjänare. (Sant. Se Alma 17:25.)
3. Ammon fruktade för sitt liv när en grupp lamaniter skingrade kungens hjordar. (Osant. Se Alma 17:28–30.)
4. Ammon slog tillbaka lamaniterna med stor styrka och högg armarna av dem som lyfte sina klubbor mot honom. (Sant. Se Alma 17:37–38.)

Förvissa dig om att eleverna kommer fram till rätt svar.

Fråga eleverna om de någonsin varit rädda eller känt sig otillräckliga eller tyckt att en uppgift eller plikt varit alldeles för svår för dem. Berätta att de under dagens lektion får lära sig principer som hjälper dem i sådana situationer.

Dela upp klassen i två hälften. Låt ena hälften läsa Alma 18:1–4 och den andra hälften Alma 18:8–11. Be dem att vara uppmärksamma på hur Ammons plikttrohet ledde till att han kunde undervisa kung Lamoni och hans folk. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa ställer du följande frågor:

- Vem trodde kungen och hans tjänare att Ammon kunde vara?
- Varför trodde kung Lamoni enligt Alma 18:2, 4 att Ammon hade kommit dit? (För att straffa folket på grund av deras mord och för att hindra kung Lamoni från att döda ytterligare tjänare.)
- Vad gjorde intryck på kung Lamoni enligt Alma 18:10 förutom att Ammon försvarade hjordarna med en sådan styrka? (Uppmuntra gärna eleverna att markera orden *plikttrohet* och *plikttrögen*.)

Skriv följande ofullständiga påstående på tavlan: *När vi tjänar andra plikttröget ...*

Be eleverna fundera på hur de skulle avsluta den här meningen när de fortsätter att studera Alma 18.

### Alma 18:12–43

#### *När Ammon undervisar om återlösningsplanen inser kung Lamoni att han behöver Frälsaren*

För att hjälpa eleverna förstå hur kraftfull Ammons undervisning var och den stora förändring som kung Lamoni började genomgå, framför ni Alma 18:12–35 i lästeaterform. Välj ut fyra elever och ge dem var sin roll. En är berättaren och de tre andra läser Ammons, kung

### Förberedelser inför lästeaterframföranden

I en lästeater "spelar" deltagarna inte sina roller, men de bör trots det förbereda sig så att de kan läsa rollerna klart och tydligt och med inlevelse. Förvissa dig om att de förstår rollerna de fått och har tillräcklig tid att studera dem. Tilldela gärna roller i förväg så att deltagarna kan bekanta sig med innehållet och öva på att läsa det.

Lamonis och kungens tjänares ord. Du skulle kunna tilldela elever rollerna dagen innan eller strax före lektionen så att de får möjlighet att förbereda sig.

Be de fyra eleverna att läsa sina roller i Alma 18:12–15. Be klassen följa med i skrifterna och vara uppmärksam på hur kung Lamoni påverkades av Ammons tjänande. Gör en kort paus efter vers 15 och be eleverna berätta vad de lärde sig.

- Varför tror ni att kung Lamoni inte svarade Ammon? (Hjälp eleverna vid behov komma ihåg att kung Lamoni ängslades över de många morderna som han hade begått och fruktade att Ammon var den Store Anden som hade kommit dit för att straffa honom.)

Fortsätt med lästeatern och be deltagarna läsa sina roller i Alma 18:16–21. Uppmuntra klassen att vara uppmärksam på bevis för att Guds kraft var med Ammon.

- På vad sätt hjälpte Guds ande Ammon i den här situationen?
- Vad ville kung Lamoni få veta av Ammon?
- Vad visste kung Lamoni dittills om Ammon? (Han visste att Ammon hade ovanligt stor kraft och styrka och att han förstod vad andra tänkte.)

Rikta elevernas uppmärksamhet på det ofullständiga påståendet du skrev på tavlan: *När vi tjänar andra plikttroget ...*

- Hur skulle ni avsluta det här påståendet med tanke på vad ni läst i dag i Alma 17–18? (Eleverna kanske kommer med olika svar. Sammanfatta deras svar genom att avsluta påståendet på följande sätt: ***När vi tjänar andra plikttroget kan vi hjälpa dem att förbereda sig för att ta emot evangeliets sanningar.***)

Be deltagarna läsa sina roller i Alma 18:22–32. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på särskilda sanningar som Ammon undervisade kung Lamoni om. Föreslå gärna att eleverna markerar de här sanningarna i sina skrifter. Be dem därefter berätta vilka sanningar de hittade. Skriv deras svar på tavlan.

Be deltagarna läsa sina roller i Alma 18:33–35. Be klassen vara uppmärksam på Ammons förklaring till sin förmåga att veta vad kungen tänkte och förmåga att försvara kungens hjordar. Tacka deltagarna i lästeatern när de är färdiga. Be eleverna berätta om Ammons förklaring. För att hjälpa eleverna förstå hur Gud välsignade Ammon så att han kunde tjäna kung Lamoni och hans folk, frågar du:

- Vad kunde Ammon till exempel göra som gick över hans naturliga förmåga?

Framhåll att när Ammon tjänade kung Lamoni så tjänade han också vår himmelske Fader och Jesus Kristus. Skriv följande på tavlan: *När vi tjänar vår himmelske Fader och Jesus Kristus plikttroget ...*

- Hur skulle ni avsluta det här påståendet med tanke på vad ni lärt er av Ammons exempel? (Eleverna kanske kommer med olika svar. Sammanfatta deras svar genom att avsluta påståendet på tavlan på följande sätt: ***När vi tjänar vår himmelske Fader och Jesus Kristus plikttroget får vi större förmåga att utföra deras verk.***)
- Hur gäller den här principen för någon som är rädd eller känner sig otillräcklig eller tycker att en uppgift eller plikt är alldeles för svår?
- När har ni känt att vår himmelske Fader och Jesus Kristus hjälpte er att utföra deras verk? (Berätta gärna hur vår himmelske Fader och Jesus Kristus har gett dig större förmåga i deras tjänst. Du skulle också kunna ge ett exempel ur någon annans liv.)

För att hjälpa eleverna tillämpa den här principen skriver du följande frågor på tavlan. Be eleverna välja en fråga och besvara den skriftligt.

*Hur kan den här principen hjälpa er i era nuvarande och framtida ansvar?*

*Hur blir ni trofastare så att ni får uppleva att Herren ger er större förmåga att utföra hans verk?*

Förklara att Ammons tillvägagångssätt när han undervisade kung Lamoni (i Alma 18:36–39) är ett mönster som används av missionärer i vår tid. Han undervisade om återlösningsplanen, om skapelsen, Adams och Evas fall och Jesu Kristi försoning. Be eleverna begrunda följande fråga:

- Varför tror ni att det är viktigt att undervisa om skapelsen och fallet när vi undervisar om Jesu Kristi försoning?

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum:

”Innan vi kan förstå Kristi försoning ... måste vi förstå Adams fall. Och innan vi kan förstå Adams fall måste vi förstå skapelsen. Dessa tre grundläggande beståndsdelar i frälsningsplanen hänger ihop ...

Evigt liv, vilket möjliggörs av försoningen, är det högsta syftet med skapelsen” (se ”Försoningen”, *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 33, 34).

Om de här tre lärorna inte redan står på tavlan, lägger du till dem till listan du skrev medan eleverna framförde lästeatern. Be en elev läsa Alma 18:36–39 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på när Ammon nämner skapelsen, fallet och försoningen för kung Lamoni. Be eleverna berätta vad han sade.

- Detta att kung Lamoni fick kunskap om skapelsen, fallet och försoningen, hur kan det ha hjälpt honom att inse behovet av en Frälsare?

Be eleverna läsa Alma 18:40–43 tyst för sig själva och ta reda på vad kung Lamoni bad om efter att Ammon hade undervisat honom. Uppmuntra gärna eleverna att markera Lamonis vädjan.

- Vad visar Lamonis bön att han insåg både i fråga om sig själv och om sitt folk? (Han insåg att de hade syndat och behövde få förlåtelse.)
- Vad lär vi oss av Lamoni om vad som händer när vi inser att vi behöver Frälsaren? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då urskilja följande princip: **När vi inser vårt behov av Frälsaren får vi en önskan att omvända oss.** Be gärna eleverna skriva den här principen i närheten av Alma 18:40–41. Framhåll att även om våra individuella erfarenheter av omvändelse kanske skiljer sig åt så kan vi alla följa kung Lamonis exempel när vi ber uppriktigt om Guds barmhärtighet.)

Be eleverna besvara följande fråga skriftligt:

- Vad kan du göra som hjälper dig att komma ihåg att du behöver Frälsaren?

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 18:36–39. Att undervisa om frälsningsplanen

När Ammon undervisade kung Lamoni ”började han med världens skapelse”, därefter undervisade han om ”människans fall” (Alma 18:36). Slutligen ”förklarade [han] ... återlösningsplanen” för kungen och hans tjänare, särskilt ”om Kristi ankomst” (Alma 18:39). Även Aron undervisade om de här lärorna när han talade med kung Lamonis far (se Alma 22:12–14).

Äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum betecknade dessa tre grundläror – skapelsen, fallet och försoningen – som ”evighetens tre pelare” och de ”viktigaste händelserna som någonsin ägt rum i evigheten”. Han sade:

”Om vi kan komma till insikt om dem så ska hela den eviga världens ordningen falla på plats, och då kan vi arbeta på vår egen frälsning ...

Dessa tre är de grundvalar som allting vilar på. Om någon av dem saknas, förlorar allt sin mening och gudomens planer går om intet” (“The Three Pillars of

Eternity” [tal på Brigham Young-universitetet, 17 feb. 1981], s. 1, speeches.byu.edu).

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum förklarade hur varje del av planen är väsentlig:

”Planen krävde en skapelse och den krävde i sin tur både fallet och försoningen. Detta är planens tre grundläggande beståndsdelar. Skapelsen av en paradisk planet kom från Gud. Döden kom in i världen genom Adams fall. Odödlighet och möjligheten till evigt liv gavs genom Jesu Kristi försoning. Skapelsen, fallet och försoningen planerades långt innan det faktiska arbetet med skapelsen påbörjades” (se ”Skapelsen”, *Liahona*, juli 2000, s. 102).

Förutom att Ammon och Aron undervisade om samma läror gick de också till väga på liknande sätt när de undervisade. De undervisade enkelt och tydligt, på ett sätt som åhörarna kunde förstå (se Alma 18:24–30; 22:7–11). De undervisade ur skrifterna (se Alma 18:36–39; 22:12–14). Deras undervisning fick andra att be (se Alma 18:40–41; 22:15–18).

## Alma 19–20

## Inledning

Kung Lamoni upplevde en hjärtats förändring som ledde till att även hans hustru blev omvänd och många bland folket. Ammon och kung Lamoni for sedan till Middoni för att befria Ammons bröder som satt i fängelse där. På vägen dit mötte de Lamonis far, som var kung över hela landet. Kungen förvånades över

Lamonis och Ammons ord, över Ammons styrka och över Ammons kärlek för Lamoni. Hans hjärta veznade och han försäkrade dem att Ammons bröder skulle friges. Han sade att han ville få närmare undervisning om det som hans son och Ammon hade sagt.

## Lektionsförslag

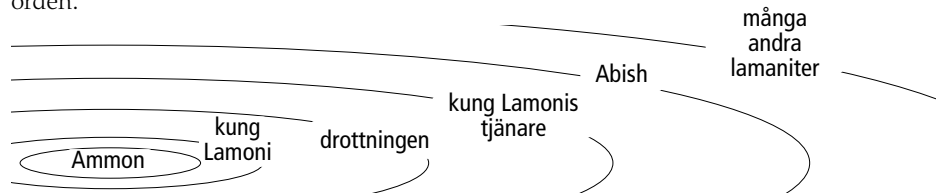
## Alma 19

*Kung Lamoni och många bland folket omvänder sig och blir döpta*

Fråga eleverna:

- Vad händer med vattnet om ni släpper en sten i sjön?

Medan eleverna beskriver vad som händer ritar du följande på tavlan, men utelämnar orden.



Skriv följande på tavlan:

*Genom att bära vittnesbörd och vara ett gott exempel kan vi ...*

Be eleverna komma ihåg det här påståendet under lektionen och fundera på hur de skulle kunna avsluta det.

- Hur kan våra handlingar liknas vid stenen som föll i sjön? (Hjälp eleverna förstå att precis som ringar som sprider sig på vattnet efter ett plums kan andra människor påverkas av våra handlingar.)

Skriv *Ammon* i den första ringen på tavlan.

- Vem undervisade Ammon först? (Föreslå gärna att eleverna tittar på kapitelingsressen till Alma 18 om de behöver hjälp med att besvara frågan. Skriv *kung Lamoni* på den andra ringen på tavlan.)

Sammanfatta Alma 18:40–43 och 19:1–5 genom att berätta att när kung Lamoni lyssnade på Ammon blev han medveten om sina synder och att han behövde Frälsaren. Han ropade till Herren om barmhärtighet och föll sedan till marken. Hans tjänare trodde att han hade dött och bar honom till hans hustru och lade honom på en bädd. Två dygn senare när tjänarna skulle bära honom till gravkammaren sade drottningen att hon ville tala med Ammon. Hon trodde inte att han var död och ville att Ammon skulle gå till honom.

Be eleverna läsa Alma 19:6 tyst för sig själva och leta efter ett uttryck som de tycker beskriver kung Lamonis upplevelse särskilt bra. Be några elever läsa uttrycken de valde. Fråga dem varför de valde just de uttrycken.

Skriv *drottningen* på nästa ring på tavlan. Be eleverna utforska Alma 19:7–11 för att se hur drottningen påverkades av den här upplevelsen.

- Vad lär vi oss om drottningen i de här verserna? (I svaren kan ingå att hon älskade sin make, att hon litade på Ammon och att hon hade stor tro.)

Be en elev läsa Alma 19:12–14 högt. Be övriga elever följa med i texten och vara särskilt uppmärksamma på hur kung Lamoni gav uttryck för sin tro.

- Vilka sanningar hade kung Lamoni fått kunskap om under de två dyggen?
- Kung Lamoni, drottningen och Ammon var "överväldigad[e] av Anden" och "överväldigades av glädje". När har ni upplevt den Helige Andens påverkan på ett kraftfullt sätt? När har ni känt stor glädje?

Skriv *kung Lamonis tjänare* på nästa ring på tavlan. Be en elev läsa Alma 19:15–16 högt. Be klassen vara uppmärksam på bevis för att tjänarna nu vände sig till Gud.

- Vilka ord och uttryck visar att tjänarna nu vände sig till Gud?

Skriv *Abish* på nästa ring. Be en elev läsa Alma 19:17 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Abish påverkades av de här händelserna.

- Vad gjorde Abish? Vad hoppades hon skulle ske på grund av hennes handlingar?

Fundera på att ge eleverna tillfälle att sammanfatta Alma 19:18–28. Låt dem få tid att läsa de här verserna tyst för sig själva. Fråga sedan om det finns någon frivillig som vill berätta berättelsen med egna ord. Tillåt andra elever att hjälpa honom eller henne. Hjälp dem vid behov att ta med följande information: Efter att Abish hade berättat för dem om händelsen samlades folket i kungens hus. När de såg Ammon, kungen, drottningen och tjänarna ligga där medvetlösa började de tvista häftigt med varandra. En man försökte döda Ammon men dog på stället. Några hävdade att Ammon var den Store Anden, andra sade att han var ett odjur. När Abish såg resultatet av att hon hade fått folket att samlas blev hon djupt bedrövad.

Be eleverna fundera på vad de skulle göra om de var i Abishs situation. Be därefter en elev läsa Alma 19:29 högt.

- Hur visar Abishs handlande att hon hade ett starkt vittnesbörd? Hur visade drottningen att hon hade fått ett vittnesbörd?

Läs Alma 19:30–36 högt. Be eleverna följa med i texten och tänka på den inverkan som Ammons vittnesbörd och exempel hade på andra.

Skriv *många andra lamaniter* på den sista ringen på tavlan.

Be eleverna avsluta påståendet du skrev på tavlan i början av lektionen. En princip som de kanske ger uttryck för är att **genom att bära vittnesbörd och vara ett gott exempel kan vi hjälpa andra att vända sig till Herren.**

- När har någons exempel eller vittnesbörd fått er att handla rätt?

Be eleverna begrunda hur deras vittnesbörd och exempel kan påverka familjen, kamraterna och omgivningen. Be dem besvara följande fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker:

- Vad kan du göra redan i dag som skulle ha positiv inverkan på din omgivning?

Uppmuntra eleverna att låta sitt vittnesbörd och rättfärdiga exempel påverka andra, som en sten som gör ringar på vattnet. Tala om för eleverna att du under en kommande lektion (lektion 85) kanske ber dem att berätta om vad de har gjort i det här avseendet.

## Alma 20

### *Kung Lamonis far vill få kunskap om evangeliet och börjar uppleva en hjärtats förändring*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när man behandlade dem illa eller orättvist.

Berätta att Ammon och Lamoni befann sig i en situation där de blev illa behandlade. Framhåll att vi kan dra nyttig lärdom av deras reaktion på behandlingen.

För att hjälpa eleverna bekanta sig med skildringen i Alma 20 sammanfattar du Alma 20:1–7 på följande sätt: Kung Lamoni ville att Ammon skulle följa med honom och besöka hans far, som var kung över hela landet. Herren uppenbarade för Ammon att han inte skulle göra det eftersom kung Lamonis far skulle försöka döda honom. Herren uppenbarade också att Ammons bror Aron och två följeslagare satt i fängelse i Middonis land. Ammon ville befria dem. När kung Lamoni fick veta att Ammon hade fått kännedom om deras fångenskap genom uppenbarelse, ville han hjälpa Ammon att befria Aron och hans följeslagare.



Skriv följande på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad till varje elev:

1. Alma 20:8–13	Hur skulle du känna dig om du var i Ammons situation och någon beskyllde dig för att vara en lögnare och en rövare?
2. Alma 20:14–16	Vad lär vi oss av kung Lamonis svar till sin far?
3. Alma 20:17–25	När kung Lamonis far insåg att Ammon kunde döda honom, vad erbjöd han honom då? Men vad önskade Ammon?
4. Alma 20:26–27	Vilken inverkan hade Ammons kärlek till kung Lamoni på kungens far? Hur påverkades kung Lamonis far av Ammons och Lamonis ord?

Dela upp eleverna i par. Be varje par läsa verserna som anges på de två översta raderna och diskutera svaren på dithörande frågor. Uppmuntra dem att förbereda sig att berätta för hela klassen om svaren.

Efter att varje par diskuterat de två översta raderna ber du några av dem berätta vad de kom fram till. Fråga sedan:

- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men hjälp dem urskilja följande princip: **Vi kan bära vittnesbörd med ord och genom exempel även om andra försöker övertala oss att göra det som är orätt.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen bredvid Alma 20:15.)

Be varje par läsa verserna som anges på rad 3–4 och diskutera svaren på dithörande frågor. Be dem berätta vad de lärde sig. Fråga sedan:

- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer, men förvissa dig om att de förstår följande: **När vi visar kärlek och undervisar om sanningen kan vi göra andras hjärtan mottagliga för evangeliet.** Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här principen bredvid Alma 20:26–27.)

Be eleverna berätta om upplevelser de haft som bekräftar sanningen i någon av principerna de hittat i Alma 20. Berätta gärna om en egen upplevelse.

Avsluta med att uppmuntra eleverna att söka Andens ledning om hur de skulle kunna tillämpa dessa två principer i sitt liv.

## Alma 21–22

## Inledning

Ammons bror Aron predikade för amalekiterna, men de förkastade hans budskap om Jesu Kristi försoning. Där-  
efter predikade han i Middoni, där han och några av  
hans följeslagare sattes i fängelse. De förblev trofasta i  
alla sina prövningar och fortsatte att predika evangeliet  
efter att Ammon och kung Lamoni hade lyckats få dem

frigivna. Ammons exempel hade gjort kung Lamonis far  
mottaglig för undervisning om evangeliet. Aron berätt-  
ade för honom hur han kunde bli "född av Gud" (Alma  
22:15). Han lärde sig att om han omvände sig kunde  
han lära känna Gud och en dag få evigt liv.

## Lektionsförslag

## Alma 21

*Aron och hans bröder predikar evangeliet trots prövningar och fångenskap*

Fråga eleverna om de någonsin känt att de gjorde sitt bästa för att hålla buden och ändå drabbades av prövningar eller kände sig missmodiga. Be dem nämna några situationer där människor kan tänkas känna på det sättet.

Berätta att samtidigt som Ammon undervisade kung Lamoni och hans folk med framgång, stötte Aron och hans följeslagare på starkt motstånd i en annan del av landet. När eleverna studerar Arons och hans följeslagares exempel, uppmuntra dem då att vara uppmärksamma på sådant som kan hjälpa dem när de ställs inför svårigheter eller känner sig missmodiga.

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *Alma 21:1–4; Alma 21:5–8; Alma 21:9–11; Alma 21:12–15* och *Alma 20:29–30*. Dela upp klassen i fem grupper. Tilldela varje grupp ett av skriftställena som står på tavlan. Be dem förbereda en kort sammanfattning av det skriftställe de fått och beskriva prövningar som Aron och hans följeslagare fick gå igenom. Efter några minuter ber du elever från varje grupp berätta vad de fick veta.

- Hur uthärdade Aron och hans bröder de här prövningarna? (Se Alma 20:29; 21:9, 12, 15.)
- En av prövningarna var motståndet från amalekiterna när han predikade för dem (se Alma 21:5–10). Vad kan vi göra om någon vill tvista med oss om religion eller ifrågasätta vår övertygelse?

Påminn eleverna om frågan du ställde till dem i början av lektionen. Aron och hans bröder hade ansträngt sig hårt för att göra det som Herren hade befallt dem, men upplevde trots det stora svårigheter. Be eleverna fundera på hur de skulle ha känt sig om de upplevde det som Aron och hans följeslagare fick gå igenom. Vad skulle de kanske ha velat göra efter att ha lidit och suttit i fängelse för evangeliets skull långt borta från hemmet? Du skulle kunna fråga dem om de skulle vilja åka hem.

Skriv följande princip på tavlan: **Om vi trofast uthärdar prövningar, hjälper Herren oss att utföra hans verk.** Be en elev läsa Alma 21:16–17 högt. Be resten av klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Herren hjälpte Aron och hans bröder att utföra hans verk. Be eleverna berätta vad de fick veta.

För att hjälpa eleverna tillämpa principen som står på tavlan, frågar du dem vilket slags arbete Gud vill att de ska utföra nu och vilka svårigheter de står eller kan ställas inför när de försöker utföra det arbetet. (Framhåll gärna att förutom att delta i missionsarbete kan eleverna också delta i Guds verk genom att gå i kyrkan, verka i ämbeten, utföra uppgifter, tjäna andra, stärka vittnesbördet och bli mer kristuslika.)

Be eleverna berätta hur de har lärt sig att principen du skrev på tavlan är sann. Bär gärna vittnesbörd om hur Herren hjälper oss att utföra hans verk när vi trofast uthärdar prövningar. Be eleverna komma med exempel på tillfällen i framtiden när de kanske måste uthärda prövningar i samband med att de utför Herrens verk.

**Hjälp eleverna att tillämpa läror och principer**

Begrunda under bön hur du kan hjälpa eleverna att urskilja och tillämpa läran och principerna i en lektion allt efter deras personliga omständigheter.

Sammanfatta Alma 21:18–23 genom att berätta att efter att Ammon och kung Lamoni hade lyckats få Aron och hans bröder frigivna, återvände de till Isaels land, där de fortsatte att predika evangeliet. Kung Lamoni gav sitt folk religionsfrihet.

## Alma 22

### *Aron undervisar kung Lamonis far om evangeliet, som tror och blir född av Gud*

Skriv följande frågor på tavlan:

*Varför vill ni få evigt liv?*

*Vad skulle ni vara villiga att avstå från för att få evigt liv?*

Förklara att "evigt liv eller upphöjelse är att ärva en plats i den högsta graden av det celestialet riket, där vi ska leva i Guds närhet och fortleva som familjer (se L&F 131:1–4) ... Denna gåva [möjliggörs] genom Jesu Kristi försoning" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 30). Berätta kortfattat för eleverna varför du vill få evigt liv. Visa gärna ett fotografi av din familj och en bild av Frälsaren medan du gör det. Uppmuntra sedan eleverna att begrunda frågorna på tavlan när de studerar Alma 22 tillsammans.

Be en elev läsa Alma 22:1 högt.

- Vad kommer ni ihåg om Lamonis far från förra lektionen? (Be gärna en elev sammanfatta Alma 20.)
- Vad hade enligt Alma 20:27 kung Lamonis far bett Ammon att göra? (Undervisa honom.)

Sammanfatta Alma 22:2–3 genom att berätta att även om kung Lamonis far ville att Ammon själv skulle komma och undervisa honom så var han fortfarande ivrig att lära sig när Aron kom i stället.

Be en elev läsa Alma 22:5–6 högt. Be eleverna följa med i texten och vara uppmärksam på vad kung Lamonis far ville veta. Be dem berätta vad de upptäckte.

Dela upp klassen i mindre grupper. Be grupperna läsa Alma 22:7–14 tillsammans och göra en lista med läror som Aron undervisade kung Lamonis far om. (De skulle till exempel kunna ta med att han undervisade om skapelsen, fallet och försoningen.) När grupperna har skrivit sina listor ber du en elev berätta för klassen vad hans eller hennes grupp tog med på listan. Be gärna eleven skriva listan på tavlan. Be sedan andra elever lägga till eventuella ytterligare läror som deras grupper tog med.

- Hur besvarar de här lärorens frågor i Alma 22:6?

Be eleverna utforska Alma 22:15 tyst för sig själva och leta efter vad kung Lamonis far var villig att avstå från för att få glädje och evigt liv.

- Vad tänker ni när ni läser vad kungen var villig att avstå från?

Framhåll att även om kungen var villig att avstå från alla sina ägodelar så undervisade Aron honom om ett större offer som han behövde göra. Be en elev läsa Alma 22:16 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Aron sade att kungen behövde göra.

- Vad sade Aron att kungen behövde göra? (Omvända sig från sina synder och be till Gud med tro.)

Be en elev läsa Alma 22:17–18 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på kungens reaktion på Ammons anvisningar.

- Hur visade kungen att han ville få evigt liv?
- Vad tror ni det innebär att "överge" sina synder? Varför tror ni att det är viktigt att vi omvänder oss från *alla* våra synder och inte bara från *vissa* av dem? (Hjälp eleverna förstå att det tar tid att omvända sig från alla sina synder.)
- Vad lär vi oss av kung Lamonis far när det gäller att bereda oss för evigt liv? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt förvissar du dig om att de förstår följande sanning: **Vi måste vara villiga att överge alla våra synder för att kunna bereda oss för evigt liv.** Föreslå gärna att eleverna markerar orden "så skall jag överge alla mina synder" i Alma 22:18.)

Be en elev att högt läsa följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:



”Jesu Kristi evangelium uppmanar oss att förändra oss. ’Omvänd er’ är det oftast förekommande budskapet, och omvändelse innebär att upphöra med alla vanor – personliga, släktrelaterade, etniska och nationella – som strider mot Guds bud. Evangeliets syfte är att förvandla vanliga människor till celestiaa varelser, och detta kräver förändring” (“Omvändelse och förändring” *Liahona*, nov. 2003, s. 37).

Framhåll att en del undrar om det är möjligt för dem att omvända sig och förändras. Andra frågar sig om Herren kommer förlåta dem. För att hjälpa elever som kanske har sådana bekymmer läser du följande uttalande av syster Elaine S. Dalton, Unga kvinnors generalpresident:

”Har du någonting i ditt liv som du behöver ändra på? Du kan göra det! Du kan omvända dig tack vare Frälsarens oändliga försoningsoffer. Han gjorde det möjligt för dig och mig att förändras, att bli rena igen och att bli lika honom. Och han har lovat att när vi gör det kommer han inte längre ihåg våra synder eller misstag” (“Det är dags att stå upp och stråla!” *Liahona*, maj 2012, s. 123).

Förklara att när vi utöver tro och omvänder oss från våra synder blir vi berättigade att ta emot prästadömsförrättningar och förbund som hjälper oss att bereda oss för evigt liv.

Be eleverna besvara följande fråga i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. (Skriv gärna frågan på tavlan eller läs den långsamt så att eleverna kan skriva ner den.)

- Med tanke på det du har lärt dig om vad som fordras för att få evigt liv, vad tror du Herren skulle be dig göra i dag för att komma honom närmare?

När eleverna haft tillräcklig tid att begrunda och skriva, frågar du:

- Vad ser ni för bevis på att kungen hade omvänts till Herren? (Påminn eleverna om att kungen tidigare hade velat döda sin egen son och nu var han villig att avstå från hela sitt rike och alla sina synder för att bli född av Gud.)

Sammanfatta Alma 22:19–21 genom att berätta att efter att kungen hade överväldigats av Anden sprang hans tjänare till drottningen och berättade allt som hade hänt. Hon blev vred och befallde tjänarna att döda Aron och hans bröder. Men tjänarna fruktade de nephitiska missionärernas makt och vägrade. Drottningen var också rädd men var fast besluten att låta dräpa nephiterna. Hon befallde tjänarna att ge sig i väg och få folket att döda Aron och hans följeslagare.

Be eleverna läsa Alma 22:22–26 tyst för sig själva och ta reda på vad Aron och kungen gjorde för att drottningen och andra skulle bli omvända och få uppleva samma glädje som de. Avsluta med att bära vittnesbörd om omvändelsens princip och den välsignelse det är att kunna förändras genom Jesu Kristi försoning.

### Repetition av nyckelskriftställen

Ungdomar kan lära sig att använda skrifterna när de undervisar om evangeliet. Dela upp eleverna i par och be varje par att förbereda en kort presentation (en till två minuter) i vilken de undervisar om en lärosats som du ger dem. Be dem att använda minst ett nyckelskriftställe i sin presentation. Be dem också fundera på att använda förklaringar, exempel, upplevelser och vittnesbörd när de undervisar. Båda eleverna i paren bör delta i presentationerna. När eleverna har haft tillräcklig tid att förbereda sig, ber du två eller tre par att undervisa klassen. Fundera på att be andra par att hålla sina presentationer vid kommande andliga inledningar eller efter en kortare lektion.

*Obs:* Om ni inte har tid att göra aktiviteten som del av den här lektionen, kan ni göra den en annan dag. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

# Alma 23–24

## Inledning

Efter sin omvändelse införde lamaniternas kung religionsfrihet i landet. Det här gjorde det möjligt för Aron och hans bröder att predika evangeliet och upprätta församlingar i lamaniternas städer. Tusentals lamaniter omvändes, som aldrig avföll. Dessa lamaniter slöt förbund att lägga ner sina krigsvapen, och de kallade sig anti-nephi-lehiter för att skilja sig från lamaniter som inte hade omvänts. När oomvända lamaniter anföll

anti-nephi-lehiterna offrade några av dem livet för att hålla sitt förbund.

*Obs:* I lektion 83 uppmuntrade du kanske eleverna att låta sitt vittnesbörd och rättfärdiga exempel påverka andra, som en sten som gör ringar på vattnet. Fundera i så fall på att börja dagens lektion med att låta eleverna få berätta vad de gjort i det avseendet.

### Fråga om uppgifter som getts

När lärare frågar om uppgifter och uppmaningar som de gett eleverna under tidigare lektioner, inser eleverna hur viktigt det är att handla efter gudomliga principer och tillämpa dem utanför klassrummet.

## Lektionsförslag

### Alma 23

#### Tusentals lamaniter omvänds till Herren

Rita två streckgubbar på tavlan. Läs sedan följande uttalande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen vara uppmärksam på äldste Scotts beskrivning av två slags människor.



”Vi har alla lagt märke till hur en del människor går genom livet och genomgående gör det som är rätt. De verkar lyckliga, till och med entusiastiska över livet. När de står inför svåra val, verkar de alltid välja rätt, även om det finns lockande alternativ. Vi vet att de utsätts för frestelser, men de tycks omedvetna om det. Vi har också konstaterat att andra inte är lika ståndaktiga i de beslut de fattar. I en omgivning där de påverkas starkt av Anden, bestämmer de sig för att göra bättre, att ändra sin livsstil, att göra sig av med nedbrytande vanor. De är mycket uppriktiga i sin beslutsamhet att ändra sig. Ändå är de snart tillbaka och gör samma saker som de bestämde sig för att sluta upp med.

Vad är det som utgör skillnaden mellan dessa två gruppers leverne? Hur kan du genomgående göra de rätta valen?” (”Fullständig omvändelse medför lycka”, *Liahona*, juli 2002, s. 24.)

Fråga eleverna hur de skulle beteckna de två människorna på tavlan med tanke på vad äldste Scott beskrev. Skriv *trofast* under den ena streckgubben och *obeständig* under den andra. Fråga eleverna hur de skulle besvara frågorna som äldste Scott ställde:

- Vad är det som utgör skillnaden mellan dessa två gruppers leverne?
- Hur kan du genomgående göra de rätta valen?

Uppmuntra eleverna att när de studerar Alma 23–24 då tänka på vad det är som motiverar många medlemmar i kyrkan att förbli trofasta livet igenom.

Sammanfatta Alma 23:1–5 genom att berätta att efter att lamaniternas kung hade omvänts, sände han ut en kungörelse bland folket om att de skulle tillåta Aron och hans bröder att predika Guds ord överallt i landet utan att hindra eller skada dem. Den här kungörelsen gjorde det möjligt för missionärerna att upprätta församlingar bland lamaniterna. Följden blev att tusentals lamaniter omvändes.

Be en elev läsa Alma 23:6 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på två saker som bidrog till att lamaniterna omvändes. Be eleverna berätta vad de lärde sig.

- Varför tror ni att det var viktigt att Ammon och hans bröder undervisade lamaniterna ”enligt uppenbarelsens och profetians ande”?
- Vad tror ni menas med att ”Guds kraft ... gjorde underverk” i lamaniterna?

- När har ni upplevt att Guds kraft hjälpt er att bli omvända? När har ni sett Guds kraft hjälpa någon annan att bli omvänd?

Be eleverna återigen läsa Alma 23:6 och leta efter uttryck som beskriver lamaniterna som trodde på det som Ammon och hans bröder predikade. (Förvissa dig om att eleverna förstår att dessa lamaniter "blev omvända till Herren" och inte till kyrkan eller missionärerna som undervisade dem. Förvissa dig också om att eleverna förstår att de "aldrig avföll". Skriv *omvänd till Herren* och *avföll aldrig* på tavlan under streckgubben med beteckningen *trofast*.)

- När vi ställs inför svårigheter och prövningar, varför är det då viktigt att vi har blivit omvända till Herren och inte till andra personer eller uppfattningar?

Be eleverna läsa Alma 23:7, 16–18 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som visar att lamaniterna blivit omvända. Be eleverna berätta vad de hittat. Du skulle kunna skriva dessa ord och uttryck på tavlan under streckgubben med beteckningen *trofast*. Ställ gärna följande frågor för att hjälpa eleverna att fortsätta att analysera dessa verser:

- På vad sätt var människornas önskan att få ett nytt namn bevis på att de hade förändrats?
- Hur skulle de som omvänds i dag "kunna särskiljas" från andra?
- Lamaniterna som omvänts började enligt Alma 23:18 bli ett mycket flitigt folk och vänligt sinnade mot nephiterna. När någon försöker omvända sig eller ändra sitt liv, varför kan det då vara bra att han eller hon umgås med personer som har blivit omvända?

Skriv följande på tavlan: *Att bli omvänd innebär ...*

Be eleverna sammanfatta vad de har lärt sig i Alma 23 genom att avsluta påståendet på tavlan. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör deras svar uttrycka följande sanning: **Att bli omvänd innebär att förändras och bli en ny person genom Guds kraft.** Avsluta påståendet på tavlan.

Rikta elevernas uppmärksamhet på orden *trofast* och *obeständig* på tavlan. Uppmuntra dem att fundera över vilket av dessa två ord som bäst beskriver deras omvändelsenivå.

## Alma 24

### *Anti-nephi-lehiterna sluter förbund att aldrig mer gripa till vapen*

Be eleverna fundera på om de någonsin bestämt sig för att inte upprepa ett visst misstag eller en viss synd och senare gjorde det misstaget eller begick den synden igen. Förklara att om de har gjort den erfarenheten så bör de fortsätta att försöka bli bättre. När de studerar Alma 24 får de lära sig sanningar som ska hjälpa dem.

Sammanfatta Alma 24:1–5 genom att förklara att amalekiterna och amuloniterna – som tidigare var nephiter – hetsade många lamaniter till vrede mot deras kung och de andra anti-nephi-lehiterna. I sin vrede gjorde dessa lamaniter förberedelser att anfälla anti-nephi-lehiterna, och samma år dog anti-nephi-lehiternas kung. Han efterträddes av en av sina söner. Den nye kungen, Ammon, kung Lamoni och andra träffades för att besluta hur de skulle försvara sig mot lamaniterna.

Be eleverna läsa Alma 24:6 tyst för sig själva och ta reda på vad anti-nephi-lehiterna beslutade att de inte skulle göra. Efter att eleverna berättat vad de fick veta ber du flera elever turas om att läsa högt ur Alma 24:7–10, 12–14. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad anti-nephi-lehiternas kung sade om hur Gud hade välsignat dem.

- Vad var enligt Alma 24:9 en av de synder som anti-nephi-lehiterna hade begått tidigare?
- Varför vägrade de dra ut i strid enligt Alma 24:13?

Dela upp klassen i två grupper. Be den ena gruppen läsa Alma 24:11, 15 och leta efter uttryck som visar att anti-nephi-lehiterna ville omvända sig. Be den andra gruppen läsa Alma 24:16–19 och ta reda på vad anti-nephi-lehiterna gjorde för att se till att de förblev rena. Efter att eleverna haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de hittade. Du skulle kunna ställa följande frågor för att få fram ytterligare detaljer:

- Vad tror ni kungen menade när han sade: "Det var allt vi kunde göra ... att omvända oss"? (Alma 24:11.) (De här orden beskriver anti-nephi-lehiternas ivriga strävan och beslutsamhet att omvända sig från sina synder.)

- Ordet *vittnesbörd* förekommer tre gånger i Alma 24:15–16, 18. På vad sätt var det ett vittnesbörd att de begravde sina vapen djupt i jorden? (Däriigenom visade de andra och Gud att de hade övergett sina synder.)

Be en elev läsa följande uttalande av president Spencer W. Kimball:



”Då man överger synden kan man inte bara önska sig bättre förhållanden ... Man måste vara säker på att man inte bara har övergett synden utan att man har förändrat förhållandena omkring synden. Man bör undvika de platser, situationer och förhållanden där synden ägde rum, ty dessa kan mycket lätt åstadkomma den igen. Man måste överge de människor som man begick synden tillsammans med. Man hatar kanske inte vederbörande men man måste undvika dem och allt annat som har anknytning till synden” (*Förlåtelsens under* [1976], s. 152).

- Vad gjorde anti-nephi-lehiterna för att undvika förhållanden och människor som skulle kunna få dem att återgå till sina tidigare synder?

Du skulle kunna låta eleverna få en stund på sig att begrunda om det finns någonting i deras liv som de behöver ändra på för att kunna omvända sig från en synd som de kämpat med och överge den synden.

Skriv följande på tavlan: *Om vi ... , ska Gud ...*

Be eleverna titta på Alma 24:10–18 och leta efter hur de skulle kunna avsluta meningen på tavlan. (Föreslå gärna att eleverna skriver följande eller något med samma innebörd i sina skrifter: **Om vi gör allt vi kan för att omvända oss, ska Gud ta bort vår skuld och hjälpa oss att förbli rena.**)

Rikta elevernas uppmärksamhet på Alma 24:17.

- Vad finns det till exempel för upprorsvapen (se Alma 23:7) som människor kan lägga ner eller begrava när de blir omvända till Herren? (Hjälp eleverna förstå att med upprorsvapen kan också menas syndiga inställningar eller handlingar som människor måste överge för att kunna bli omvända till Herren.)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:



”Det tar exakt lika lång tid att omvända sig som det tar att säga ’jag ska ändra mig’ – och mena det. Naturligtvis kommer det att finnas problem som måste lösas och ersättning som måste ges. Ni kanske får tillbringa – ja, det är nog säkrast att tillbringa – återstoden av ert liv med att bevisa att er omvändelse är äkta och oförfalskad” (*”När molnen hopar sig”, Nordstjärnan*, jan. 1982, s. 10).

Be eleverna berätta vad en ung man eller ung kvinna skulle kunna göra för att undvika att upprepa var och en av följande synder: bryta mot Visdomsordet, titta på pornografi, vara elak mot syskon.

Be eleverna föreställa sig hur anti-nephi-lehiterna kan ha känt sig efter att de hade grävt ner sina vapen och upptäckt att lamaniternas här kom emot dem. Be eleverna tänka på den här situationen när de läser Alma 24:20–22 tyst för sig själva.

Skriv följande sanning på tavlan: **När vi håller våra förbund kan vi hjälpa andra att bli omvända.** Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 24:23–27. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ord eller uttryck som lär ut principen som står på tavlan.

- Hur påverkar den här skildringen er önskan att hålla era förbund?
- Vad kan vi göra för att få en starkare önskan och större förmåga att hålla förbunden vi slutit med Herren?

Uppmuntra eleverna att berätta om erfarenheter de gjort i samband med principen som står på tavlan. Avsluta med att bära vittnesbörd om sanningarna du undervisade om under lektionen.

# Hemstudielektion

## Alma 17–24 (Studieavsnitt 17)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 17–24 (studieavsnitt 17) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 17–18)

Ammons och hans bröders exempel när de predikade för lamaniterna lärde eleverna att när vi utforskar skrifterna, fastar och ber, får vi den Helige Anden och kan undervisa andra med kraft. Ammons tjänst hos kung Lamoni lärde också eleverna en viktig sida av missionsarbete: att när vi är ett gott exempel kan Herren göra oss till redskap i sina händer. Eleverna såg att Ammons tjänst hos kung Lamoni förberedde kungen och andra på att ta emot evangeliet. Kung Lamonis omvändelse lär oss att när vi inser vårt behov av Frälsaren, får vi en önskan att omvända oss.

#### Dag 2 (Alma 19–20)

Eleverna lärde sig att Ammons vittnesbörd och rättfärdiga exempel bidrog till att få kung Lamonis far att vända sig till Herren. De lärde sig också att våra kärleksfulla handlingar kan leda till att andras hjärtan blir mottagliga och att de börjar söka sanningen.

#### Dag 3 (Alma 21–22)

Berättelsen om Arons missionsverksamhet hjälpte eleverna förstå att om vi trofast uthärdar prövningar, hjälper Herren oss att utföra hans verk. Aron hjälpte kung Lamonis far inse att det bara var genom Jesu Kristi förtjänster som han kunde få frälsning. Liksom kungen måste vi vara villiga att överge alla våra synder för att kunna förändras andligen och bli födda av Gud.

#### Dag 4 (Alma 23–24)

De tusentals lamaniter som tog emot evangeliet visade att omvändelse är en andlig förändring: att bli en ny person genom Guds kraft. Lamaniterna som blev anti-nephi-lehiter och deras goda exempel lärde eleverna att om vi gör allt vi kan för att omvända oss, ska Gud ta bort vår skuld och hjälpa oss att förbli rena. Lamaniternas omvändelse lär oss att om vi är trofasta kan vi hjälpa andra att bli omvända.

### Inledning

Kung Mosiahs fyra söner valde att avstå från möjligheterna i hemlandet och från ett liv i överflöd för att predika evangeliet bland lamaniterna. Berättelsen om dessa fyra missionärer visar eleverna hur de kan förbereda sig att predika Jesu Kristi evangelium för andra.

### Lektionsförslag

#### Alma 17–22

##### Ammon och hans bröder predikar för två lamanitiska kungar

Före lektionen skriver du följande ofullständiga mening på tavlan eller på ett papper: *”Det allra viktigaste ni kan göra för att förbereda er på kallet att verka [som missionärer] är att ...”*

Be några elever berätta hur det var att se en familjemedlem, släkting eller vän återvända från missionsfältet efter att ha verkat trofast. Fråga därefter eleverna: På vad sätt hade den här personen förändrats? Vad tror ni orsakade den här förändringen?

Fråga eleverna hur de skulle avsluta meningen på tavlan. Läs därefter hur äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum avslutade meningen: *”Det allra viktigaste ni kan göra för att förbereda er på kallet att verka [som missionärer] är att bli missionärer långt innan ni går ut som missionärer”* (*”Att bli en missionär”, Liahona, nov. 2005, s. 45*).

Fråga: Hur kan unga män och unga kvinnor följa äldste Bednars råd och bli missionärer innan de går ut som heltidsmissionärer?

Läs följande uttalande av president Thomas S. Monson:

*”Missionsarbetet är en prästadömsplikt – en plikt som Herren förväntar sig av oss som har fått så mycket. Unga män, jag uppmanar er att förbereda er för att gå ut som missionärer. Håll er rena och värdiga att representera Herren. Bevara er hälsa och styrka. Studera skrifterna. Delta i seminariet och institutet där så är möjligt. Bekanta er med missionärernas handbok *Predika mitt evangelium*.*

Ett ord till våra unga systrar: Även om ni inte har samma prästadömsansvar som de unga männen att verka som heltidsmissionärer, är ert bidrag som missionärer också mycket värdefullt och vi tar tacksamt emot ert tjänande” (*”Vi möts tillsammans igen”, Liahona, nov. 2010, s. 5–6*).

Skriv följande på tavlan: *Herren välsignar oss med den Helige Anden och med kraft att undervisa om hans ord när vi ...*

Dela upp klassen i fyra grupper. Tilldela varje grupp ett av följande skriftställen: Alma 17:1–4; Alma 17:9–13; Alma 17:19–25; 18:1–9; Alma 17:26–30. (Anpassa aktiviteten om du har en liten klass.)



Be eleverna läsa sina skriftställen tyst för sig själva och ta reda på vad Mosiahs söner gjorde som välsignade dem med Anden och med kraft när de undervisade om evangeliet. Tala om att när de är färdiga kommer du att be dem berätta vad de hittat och hur de skulle avsluta meningen på tavlan.

När eleverna har haft tillräcklig tid ber du en elev från varje grupp berätta vad Mosiahs söner gjorde och hur gruppen utifrån det skulle avsluta meningen på tavlan. I elevernas svar kanske ingår: utforskar skrifterna, fastar och ber, är tålmodiga, är ett gott exempel, förtröstar på Herren, tjänar andra uppriktigt och älskar andra som våra bröder och systrar. Skriv elevernas svar på tavlan. Be eleverna förklara hur de tror att varje handling eller karaktärsdrag skulle kunna hjälpa någon att berätta om evangeliet på ett effektivare sätt.

Om några av eleverna blev omvända till evangeliet efter att ha blivit undervisade av heltidsmissionärer, kan du gärna be dem berätta hur de kände sig när de fick undervisning om evangeliet.

Påminn eleverna om att efter att Ammon hade försvarat kungens hjordar, förvånades kung Lamoni över Ammons styrka och över hans lydnad och plikttrohet när det gällde att utföra kungens befallningar (se Alma 18:8–10). Kung Lamoni var redo att höra det budskap som Ammon hade kommit dit för att berätta om. Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 18:24–29. Be klassen vara uppmärksam på hur Ammon byggde på kung Lamonis gudsförståelse när han beredde honom på att få undervisning om sanna läror.

Ställ därefter följande frågor till eleverna:

- Om ni pratade om Gud med en kamrat av annan tro, på vad sätt skulle ni då kunna bygga på gemensamma övertygelser, som Ammon gjorde? Hur skulle det här vara till hjälp för er kamrat?
- Vad för andra ämnen skulle ni kunna prata om för att få möjlighet att berätta om evangeliet för era kamrater?

Påminn eleverna om att kung Lamoni och hans far blev mottagliga för undervisning om Jesu Kristi evangelium. Be en elev

att högt läsa Alma 18:39–41 – kung Lamonis reaktion när han blev undervisad om Jesus Kristus. Be en annan elev läsa Alma 22:14–18 – kung Lamonis fars reaktion. Be klassen följa med i skrifterna och vara uppmärksam på likheter i deras reaktioner.

Fråga: Vad ville de båda männen göra när de fick kunskap om Jesus Kristus?

Förklara att det var genom missionärernas undervisning som kung Lamoni och hans far kom att påverkas av Anden. Följden blev att de önskade sig evangeliets välsignelser och var villiga att avstå från sina synder och omvända sig. Påminn eleverna om sanningen de studerade den här veckan: **Vi måste vara villiga att överge alla våra synder för att kunna förändras andligen och bli födda av Gud.**

Be en elev att högt läsa följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks (står i studievägledningen): "Jesu Kristi evangelium uppmanar oss att förändra oss. 'Omvänd er' är det oftast förekommande budskapet, och omvändelse innebär att upphöra med alla vanor – personliga, släkterelaterade, etniska och nationella – som strider mot Guds bud. Evangeliets syfte är att förvandla vanliga människor till celestia varelser, och detta kräver förändring" ("Omvändelse och förändring", *Liahona*, nov. 2003, s. 37).

Uppmuntra eleverna att tänka på sitt liv och fundera över om det finns några synder som de behöver överge för att kunna förändras andligen som kung Lamoni och hans far. Avsluta med att bära vittnesbörd om att när vi är villiga att överge våra synder så hjälper Herren oss att förändras och tillväxa.

### Nästa studieavsnitt (Alma 25–32)

Be eleverna begrunda följande fråga: Vad skulle du säga till någon som är en antikrist? I nästa studieavsnitt får eleverna lära sig hur Alma hanterade Korihors frågor och hån, som var en antikrist. Dessutom lär de sig mer om tro när de läser om hur Alma och andra predikade för zoramiterna, som förvrängde Herrens vägar.

## LEKTION 86

# Alma 25–26

### Inledning

Efter att ha ödelagt staden Ammonihah utkämpade lamaniterna många andra strider med nephiterna men drevs tillbaka. Många lamaniter lade ner krigsvapnen efter att ha lidit stora förluster, omvände sig och förenade sig med anti-nephi-lehiterna. När Mosiahs

söner och deras följeslagare avslutade den 14 år långa missionen bland lamaniterna prisade Ammon Herren och uttryckte sin tacksamhet över att ha fått vara ett redskap i Guds händer till att föra evangeliet till lamaniterna.

### Lektionsförslag

#### Alma 25:1–12

#### Abinadis och Almas profetior går i uppfyllelse

Gör följande uppställning på tavlan före lektionen:

Profetia	Uppfyllelsen av profetian
Alma 9:12. Vad profeterade Alma om för folket i Ammonihah?	Alma 25:1–2 (se också Alma 16:2–3, 9–11)
Mosiah 17:14–19. Vad profeterade Abinadi och sade skulle hända med kung Noas och hans prästers efterkommande?	Alma 25:4–9

Skriv ordet *tillit* på tavlan. Be eleverna nämna personer som vi sätter vår tillit till. (Tänkbara svar: Herren, profeter, föräldrar, lärare och tränare.) Fråga eleverna:

- Varför är det lättare att sätta sin tillit till en del personer än till andra?
- Vilka är det lättast för er att sätta er tillit till av alla människor som finns på jorden i dag?

Berätta för eleverna att Alma 25 innehåller bevis på att Herrens ord till sina profeter alltid går i uppfyllelse. Förklara för eleverna att de kommer att använda uppställningen på tavlan när de studerar två profetior av profeter i Mormons bok och uppfyllelsen av dessa profetior. Be eleverna skriva av uppställningen i sina skriftdagböcker. Be dem skriva svar på frågorna i vänstra spalten med hjälp av skriftställehanvisningarna. I högra spalten skriver de hur profetiorna gick i uppfyllelse. Be några elever berätta vad de skrev.

Be en elev läsa Alma 25:11–12 högt. Be resten av klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Mormon sade hände med Abinadis ord. Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar uttrycket "nu besannades dessa ord" i vers 12.

- Vad avses med uttrycket "nu besannades dessa ord"?

Föreslå gärna att eleverna skriver *L&F 1:38* i sina skrifter bredvid Alma 25:12. Be en elev läsa Läran och förbunden 1:38 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ett uttryck som påminner om uttrycket "nu besannades dessa ord". ("Skall alla uppfyllas.")

- Vad lär vi oss i Alma 25:1–12 om profetior och löften som profeter uttalat? (Skriv följande sanning på tavlan: **Profeternas inspirerade ord går alla i uppfyllelse.**)

Framhåll att exemplen i uppställningen visar att profeternas varnande ord till de orättfärdiga alltid går i uppfyllelse. Profeterna ger också löften till dem som vänder sig till Herren. Dessa löften uppfylls alltid. För att hjälpa eleverna förstå att den här principen också gäller

för deras liv läser du följande uttalande av första presidentskapet i *Vägledning för de unga*. Be eleverna vara uppmärksamma på löften som ges till dem som håller normerna i häftet. "Normerna i den här broschyren hjälper dig med de viktiga val du gör nu och kommer att göra i framtiden. Vi lovar att om du håller förbunden du har ingått och de här normerna, välsignas du med den Helige Andens sällskap, din tro och ditt vittnesbörd växer sig starkare, och du får uppleva större glädje" (*Vägledning för de unga* [häfte, 2011], s. ii).

- Vad lovade första presidentskapet?
- När har ni sett att de här löfterna har uppfyllts?

### Alma 25:13–17

#### *Många lamaniter omvänds och förenar sig med anti-nephi-lehiterna*

Be en elev läsa Alma 25:13–14 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad lamaniterna gjorde när de insåg att de inte kunde besegra nephiterna.

- Vad gör intryck på er i fråga om lamaniternas handlingar?

Be eleverna läsa Alma 25:17 tyst för sig själva och ta reda på vad Mosiahs söner kände i fråga om framgången de hade haft bland lamaniterna.

- På vad sätt var Mosiahs söners framgång ett exempel på att Herrens ord alltid besannas? (Be eleverna läsa Mosiah 28:5–7 och Alma 17:11 om de behöver hjälp med att besvara frågan.)

### Alma 26

#### *Ammon gläder sig över Herrens barmhärtighet mot honom och hans bröder och mot lamaniterna*

Visa några redskap (som till exempel en hammare, skruvmejsel, skiftnyckel, målarpensel, sax, blyertspenna och dator).

- Vad kan en duktig hantverkare, yrkesman eller konstnär till exempel göra med rätt redskap?
- Vad tror ni menas med att vara ett redskap i Herrens händer?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 26:1–5, 12. Be resten av klassen lägga märke till på vad sätt Ammon och hans missionskamrater var redskap i Guds händer.

- Vad åstadkom Herren genom Ammon och hans missionskamrater?
- Hur skulle ni formulera Alma 26:12? Vad är sambandet mellan Ammons ord i den här versen och detta att vara ett redskap i Herrens händer?

Be eleverna läsa Alma 26:11, 13, 16 tyst för sig själva och leta efter hur många gånger orden *glädje* och *fröjda* förekommer i texten. Föreslå gärna att eleverna markerar de här orden i sina skrifter. Be en elev läsa Alma 26:13–16 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Ammon sade vara skälen till att han fröjdade sig.

- Varför fröjdade Ammon sig?
- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer. Följande princip kanske sammanfattar deras förslag: **Vi känner glädje när vi tjänar Herren och hans barn trofast.** Skriv gärna den här principen på tavlan.)
- Varför tror ni att vi känner glädje när vi tjänar Herren?

Skriv följande skriftställe hänvisningar och frågor på tavlan. (Fundera på att skriva dem före lektionen.) Dela upp eleverna i par. Be varje par välja ut och läsa ett av skriftställena och diskutera svar på frågan som ställs.

*Alma 26:17–20. Vad var Ammon och hans bröder för slags människor innan de blev omvända?*

*Alma 26:23–25. Hur var lamaniterna innan de blev omvända enligt vad nephiterna berättade för Ammon och hans bröder?*

Låt några elever få berätta om hur de besvarade de här frågorna. Be eleverna läsa Alma 26:23–29 tyst för sig själva och ta reda på vilka hinder som Ammon och hans bröder ställdes inför när de tjänade Herren och lamaniterna.

- Vilka av de här hindren tror ni att missionärer ställs inför i vår tid?

- Vad motiverade enligt Alma 26:27, 30 Ammon och hans missionskamrater att fortsätta att tjäna? (Att Herren tröstade dem och lovade dem framgång, deras önskan att "kunna frälsa någon själ".)

Be eleverna läsa Alma 26:31–34 tyst för sig själva och leta efter resultatet av Mosiahs söners arbete. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de har hittat.

Be en elev läsa Alma 26:35–37 högt. Be klassen följa med i texten och fundera över vad de har för skäl att fröjda sig över Herrens godhet.

- Vilka budskap hittar ni i de här verserna?

Framhåll att ett av många budskap i de här verserna är att **Herren är barmhärtig mot alla som omvänder sig och tror på hans namn**. För att hjälpa eleverna inse att det här är en sann och viktig princip läser du följande uttalande av äldste Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum:



"Vi får brev från människor som begått tragiska felsteg. De frågar: 'Kan jag någonsin bli förlåten?'

Svaret är *ja!*

Evangeliet lär oss att frihet från plågor och skuldkänslor kan förtjänas genom omvändelse. Förutom de få som blir förtappade efter att ha känt till fullheten, finns det ingen vana, inget uppror, ingen överträdelse och inget brott som är undantaget från löftet om fullständig förlåtelse" ("*Förlåtelsens strålande morgon*", *Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 19).

Vittna om att genom försoningens kraft kan de som tror på Jesus Kristus och omvänder sig få förlåtelse för både små och stora synder. Vittna också om den glädje vi får i livet när vi är redskap i Herrens händer.

## Alma 27–29

**Inledning**

Då lamaniterna inte hade någon framgång med sina anfall mot nephiterna riktade de i stället sin vrede mot anti-nephi-lehiterna. Men på grund av det förbund som anti-nephi-lehiterna hade slutit att aldrig mer utgjuta andras blod, vägrade de att gripa till vapen för att försvara sig själva. Ammon ledde anti-nephi-lehiterna till Zarahemla, där nephiterna beskyddade dem, och de

kallades Ammons folk. Nephiterna försvarade Ammons folk mot lamaniterna i ett stort slag där tusentals nephiter och lamaniter stupade. Trots sorgen över att de hade förlorat nära och kära fann många nephiter hopp och glädje i Herrens löfte att de rättfärdiga skulle "uppväckas för att leva på Guds högra sida i ett tillstånd av oändlig lycka" (Alma 28:12).

**Lektionsförslag****Alma 27***Ammon leder Anti-Nephi-Lehis folk i säkerhet bland nephiterna*

Be eleverna räcka upp handen om det någonsin hänt att någon gav dem ett löfte och sedan bröt det löftet. Be dem därefter räcka upp handen om någon gav dem ett löfte och sedan höll det.

- Vad tycker ni om personer som håller löften? Varför då?
- Vad tror ni Herren tycker om dem som håller sina löften till honom?

Inled undervisningen om Alma 27 med att berätta att efter att lamaniterna hade misslyckats med att förgöra nephiterna, anföll de i stället anti-nephi-lehiterna, de lamaniter som hade omvänt genom Ammons och hans bröders tjänande. Be eleverna erinra sig vad anti-nephi-lehiterna gjorde för att visa Herren att de tänkte hålla sitt förbund att aldrig mer "använda vapen till att utgjuta människoblod" (Alma 24:18). (De begravde sina krigsvapen.) För att visa eleverna att anti-nephi-lehiterna var fast beslutna att hålla sitt löfte ber du en elev läsa Alma 27:2–3 högt. (Du skulle kunna föreslå att eleverna också läser Alma 24:18–19 och skriver skriftställe hänvisningen i marginalen bredvid Alma 27:3.)

- Om ni var en av anti-nephi-lehiterna, hur svårt tror ni att det skulle vara för er att hålla ert förbund och inte dra ut i strid för att försvara er själva och era nära och kära?

Be eleverna läsa Alma 27:4–10 tyst för sig själva och ta reda på vad Ammon föreslog att man skulle göra för att beskydda anti-nephi-lehiterna och hjälpa dem att hålla sina förbund. Be en elev sammanfatta det här avsnittet.

Be en elev läsa Alma 27:11–12 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Herren sade till Ammon. Berätta att anti-nephi-lehiterna följde med Ammon till Zarahemla (se Alma 27:13–15). (Sammanfatta gärna Alma 27:16–19 och framhåll att det var under dessa omständigheter som Ammon och Mosiahs söner återförenades med Alma, vilket skildras i Alma 17:1–4.)

Berätta att nephiternas överdomare frågade folket om de var villiga att ta emot anti-nephi-lehiterna. Be eleverna läsa Alma 27:22–24 tyst för sig själva och ta reda på hur nephiterna reagerade på överdomarens fråga.

- Hur ville nephiterna hjälpa anti-nephi-lehiterna?
- Varför tror ni att nephiterna var villiga att beskydda sina tidigare fiender?

Be eleverna läsa Alma 27:26 tyst för sig själva och ta reda på vad nephiterna började kalla anti-nephi-lehiterna.

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 27:27–30. Låt klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Ammons folk utmärkte sig. Be eleverna berätta vad de fick veta.

- Vad tycker ni är imponerande i fråga om Ammons folk? Varför då?

- Vad lär oss Alma 27:27–30 om sambandet mellan att vara omvänd till Herren och att hålla förbund? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt bör deras svar visa att de förstår följande sanning: **När vi är helt omvända till Herren håller vi förbunden som vi har slutit med honom.** Du skulle kunna skriva den här principen på tavlan.)
- Vem i ert liv har varit ett exempel på den här principen?

## Alma 28

### *Nephiterna besestrar lamaniterna i ett stort slag*

Framhåll att även om många nephiter var trofasta ställdes de ändå inför svåra prövningar.

Tala om att president Thomas S. Monson berättade följande upplevelse från sin ungdom. Efter att ha fått veta att hans gode vän Arthur Patton hade dött i andra världskriget gick Thomas Monson hem till Arthurs mor, som inte var medlem i kyrkan. Han erinrade sig senare:

”Ett ljus slocknade i Mrs Pattons liv. Hon trevade sig fram i yttersta mörker och djup förtvivlan.

Med en bön i mitt hjärta närmade jag mig den bekanta gångbanan till familjen Pattons hem och undrade vilka tröstande ord som skulle kunna komma från en enkel pojkes läppar.

Dörren öppnades och Mrs Patton omfamnade mig som om jag varit hennes son. Hemmet blev ett kapell då en hårt prövad mor och en otillräcklig pojke knäböjde i bön.

När vi reste oss upp från våra knän såg Mrs Patton in i mina ögon och sade: ”Tommy, jag är inte medlem i någon kyrka, men du är det. Tala om för mig, kommer Arthur att leva igen?” (“Mrs Patton – Berättelsen fortsätter”, *Liahona*, nov. 2007, s. 22.)

- Hur skulle ni besvara hennes fråga?

Läs president Monsons svar:

”Efter bästa förmåga vittnade jag för henne om att Arthur verkligen skulle leva igen” (“Mrs Patton – Berättelsen fortsätter”, s. 22).

- Hur förändrar kunskap om frälsningsplanen perspektivet hos dem som har förlorat en kär anhörig?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 28:1–3. Be klassen vara uppmärksam på det offer som nephiterna gjorde för att hjälpa Ammons folk att hålla förbundet. Be eleverna läsa Alma 28:4–6 tyst för sig själva och ta reda på hur all denna död inverkade på nephiterna. Be eleverna leta i Alma 28:11–12 efter skäl till att somliga personer kanske fruktar när kära anhöriga dör medan däremot andra hyser hopp.

- Varför tror ni att en del fruktar när en kär anhörig dör?
- Varför tror ni att en del hyser hopp när en kär anhörig dör? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör deras svar uttrycka följande sanning: **När vi har tro på Jesus Kristus och på Herrens löften, kan vi ha hopp och glädje trots sorg över våra kära anhörigas död.**)

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *Och sålunda ser vi ...*

Fråga eleverna hur de skulle avsluta meningen med tanke på vad de studerat i Alma 28.

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att besvara frågan ber du en elev läsa Alma 28:13–14. Låt eleverna jämföra sina svar med principerna som lärs ut i de här verserna. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar uttrycket ”och sålunda ser vi” varje gång det förekommer i verserna. Berätta att Mormon använder det uttrycket ofta för att peka på något viktigt som vi kan lära oss av skildringarna i Mormons bok.)

- Vad har ni läst i Alma 27–28 som stöder Mormons ”och sålunda ser vi”?
- När har ni sett någon stå inför sin egen död eller en älskad anhörigs död med hoppfullhet på grund av tron på Jesus Kristus?
- Hur skulle ni förklara uppståndelsen för att hjälpa någon hysa hopp trots att han eller hon står inför sin egen eller en älskad anhörigs död?

### *Hjälp eleverna urskilja principer i skrifterna*

Principer i evangeliet föregås ibland i skrifterna av uttrycket ”och sålunda ser vi”. I Alma 28:13–14 till exempel använder Mormon uttrycket ”och sålunda ser vi” för att rikta vår uppmärksamhet på principer vi kan lära oss av Ammons och anti-nephiternas exempel. Undervisa eleverna om att när de studerar och begrunder skrifterna kan de själva upptäcka principer genom att fråga sig själva: ”Vad lär de här verserna mig?”

## Alma 29

### *Alma gläds åt att föra själar till Gud*

Berätta för eleverna att Alma 29 handlar om Almas innerliga önskan att vara ett redskap i Herrens händer. Be en elev läsa Alma 29:1–3 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma skulle ha gjort om han kunde få sitt "hjärtas önskan uppfylld". (Han skulle ha "ropa[t] omvändelse till varje folk".)

- Varför önskade Alma göra det enligt Alma 29:2?

Be eleverna läsa Alma 29:4–5 tyst för sig själva och ta reda på vad Herren beviljar dem som har rättfärdiga önsknings. (Om eleverna behöver hjälp med att besvara frågan, skulle du kunna framhålla uttrycket: "Jag vet att han beviljar människorna i enlighet med deras önskan." Tala om att **om vi har en rättfärdig önskan, välsignar Herren oss i enlighet med den önskan**. Framhåll att även om inte varje rättfärdig önskan uppfylls i det här livet så uppfylls de i evigheten.)

Be eleverna utforska Alma 29:10, 14, 16 tyst för sig själva och leta efter välsignelsen som Alma fick när han hjälpte andra att komma till Kristus. Be eleverna berätta vad de hittade.

- Vilket ord använde Alma för att beskriva vad han kände när han hjälpte andra komma till Kristus? (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar ordet *glädje* varje gång det förekommer i de här verserna.)
- Vilken princip lär vi oss av Almas upplevelser då han hjälpte andra att omvända sig och komma till Jesus Kristus? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt bör deras svar visa att de förstår följande princip: **Vi får glädje när vi hjälper andra omvända sig och komma till Kristus**.)
- När har ni känt den glädje man får av att hjälpa andra att komma till Kristus?

Uppmuntra eleverna att leta efter möjligheter att hjälpa andra att komma till Kristus. Fundera på att berätta om en glädjeric erfarenhet av att missionera.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 28:11–12. Att få frid när nära och kära dör

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum berättade i ett tal hur våra handlingar i det här livet kan skänka oss frid när nära och kära dör:

"Bröder och systrar, vi lever för att dö och vi dör för att leva – i en annan sfär. Om vi är väl förberedda behöver vi inte vara rädda för döden. I ett evigt perspektiv kommer döden för tidigt endast för dem som inte är beredda att möta Gud.

Det är i dag vi måste förbereda oss. Sedan, när döden kommer, kan vi gå i riktning mot den celestiaa härlighet som vår himmelske Fader har berett åt sina trofasta barn. Under tiden, för sörjande nära och kära som lämnats kvar ... lindras dödens udd av en ständaktig tro på Kristus, ett fullkomligt klart hopp, kärlek till Gud och alla människor och en stark önskan att tjäna dem" ("Det är i dag vi måste förbereda oss", *Liahona*, maj 2005, s. 18).

Äldste Wilford W. Andersen i de sjuttios kvorum skildrade hur några vänner hanterade deras fars bortgång:

"En kär vän till mig dog nyligen i cancer. Han och hans familj har stor tro. Det var inspirerande att se hur deras tro lyfte dem igenom den här oerhört svåra tiden. De var fyllda av en inre frid som uppehöll och stärkte dem. Med deras tillåtelse vill jag läsa ur ett brev som en familjemedlem skrev bara några dagar innan hennes far dog:

'De senaste dagarna har varit särskilt svåra ... I går kväll när vi samlades runt pappas säng var Herrens Ande mycket påtaglig, och den tröstade oss verkligen. Vi känner frid ... Det här har varit det svåraste som vi någonsin har upplevt, men vi finner frid i kunskapen om att ... vår Fader i himlen har lovat att vi kommer att leva tillsammans som familj igen. När läkaren hade sagt till pappa på sjukhuset att det inte fanns något mer att göra så tittade han på oss med fullkomlig tro och frågade, oförfärat: "Finns det någon i det här rummet som har problem med frälsningsplanen?" Vi är tacksamma för en far och mor som har lärt oss att lita fullkomligt på planen'" (se "Vår Återlösares klippa", *Liahona*, maj 2010, s. 17–18).

## Alma 30

## Inledning

Efter ett stort slag mellan nephiterna och lamaniterna blev det äntligen fred i landet. Omkring två år senare började en man som hette Korihor predika att det inte finns någon Gud, att det inte skulle komma någon Kristus och att det inte finns någon synd. Han smädade kyrkans ledare och hävdade att de lärde dåraktiga traditioner. Hans falska läror fick många att begå svåra synder. Man förde Korihor till Alma, som vittnade om Jesus Kristus och sade att allt vittnar om att det finns en

högste Skapare. Till sist blev Korihor slagen med stumhet genom Guds makt och övertygad om sanningen. Men när han bad om att han skulle återfå talförmågan, vägrade Alma att uppfylla hans önskan. Han sade att Korihor då skulle fortsätta att predika falska läror. Korihor tillbringade resten av sitt liv med att gå omkring och tigga mat tills han en dag blev ihjältrampad av en grupp nephitiska avfällingar som kallades zoramiter.

## Lektionsförslag

## Alma 30:1–18

*Korihor som är antikrist förlöjligar Kristi lära*

Före lektionen sticker du ett litet hål i botten av en läskedrycksburk och låter innehållet rinna ut. Visa burken för klassen utan att avslöja att den är tom. Fråga om någon vill ha den och hur mycket de vore villiga att betala för den. Be en elev komma fram och undersöka burken och berätta för klassen vad som finns i den. (I stället för en läskedrycksburk skulle du också kunna ta med en tom kartong, påse eller förpackning som fylld innehåller något som eleverna tycker om.)

- På vad sätt är falska läror som den här läskedrycksburken? (De är ofta lockande men tomma inuti.)

Tala om för eleverna att de i dag kommer läsa och diskutera om en man som hette Korihor. Uppmuntra eleverna att när de studerar Alma 30 då fundera över på vad sätt Korihors läror gjorde honom och andra andligen tomma.

Berätta för eleverna att efter kriget med lamaniterna följde en tid av fred och frid för Ammons folk (anti-nephi-lehiterna) och nephiterna. Korihor störde den friden. Be eleverna läsa Alma 30:6, 12 och leta efter ett ord som beskriver den här mannen. (Ordet är *antikrist*. Berätta att en av definitionerna av det här ordet är "allt och alla som förfalskar evangeliets sanna frälsningsplan och som öppet eller i hemlighet motarbetar Kristus" [Handledning för skriftstudier, "Antikrist", scriptures.lds.org].)

Förbered följande övningsuppgift på tavlan eller på ett utdelningsblad till varje elev. Om du skriver den på tavlan, ber du eleverna skriva av den i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. Övningsuppgiften hjälper dem att se hur Satan och de som tjänar honom kommer med falska läror för att locka oss att synda.

**Antikristen Korihors falska läror**

## Falsk lära

## Budskap

- Alma 30:13–14
  - Ni kan inte veta att något är sant såvida ni inte ser det. Därför kan ni inte veta att en Kristus ska komma.
- Alma 30:15
  - Det finns ingen synd. Det finns ingen allmängiltig norm för vad som är rätt eller orätt.
- Alma 30:16
  - Människor lyckas här i livet enbart på grund av egna ansträngningar. Det finns ingen försoning.



Falsk lära	Budskap
4. Alma 30:17 (från och med "varje människa här i livet ...")	d) Det är omöjligt att veta något om vad som ska ske i framtiden, så tro inte på Kristus och följ inte deras ord som påstår att de är profeter.
5. Alma 30:17 (från och med "vad människan än gjorde ...")	e) Syndaförlåtelse är en vanvettig föreställning och kommer sig av dåraktiga traditioner.
6. Alma 30:18	f) Det finns inget liv efter döden, så det finns ingen anledning att oro sig för en domedag efter det här livet.

Dela upp eleverna i par. Be dem läsa Alma 30:12–18 tillsammans. Instruera dem att para ihop Korihors falska läror till höger med budskapen i dem till vänster. (Svar: 1–d, 2–a, 3–e, 4–c, 5–b, 6–f.)

För att hjälpa eleverna analysera Korihors läror och tillämpa det de lär sig, ställer du följande frågor:

- Vilka läror har ni kommit i kontakt med som påminner om Korihors läror?
- Vad fick Korihors läror folket att göra enligt Alma 30:18?
- Varför tror ni att de här lärorna fick folket att ge efter för frestelser?
- Vad lär vi oss i de här verserna om hur farliga falska läror är? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **Satan använder falska läror för att locka oss att synda.**)

Be eleverna föreställa sig att de befinner sig i följande situation:

En kamrat frågar om du vill spela ett dataspel. Du märker genast att det är ett våldsspel och att personer i det är oanständigt klädda. När din kamrat märker att du tvekar om du ska spela spelet, frågar han eller hon varför du inte vill spela.

- Vad skulle du säga? (Eleverna kanske säger att spelet är mot deras trosprinciper.)
- Om din kamrat börjar kritisera din tro och säger att den inskränker din frihet, vad kunde du då säga till honom eller henne?

### Alma 30:19–60

#### *Korihor kräver ett tecken av Alma och slås med stumhet genom Guds makt*

Sammanfatta Alma 30:19–30 genom att berätta att Korihor predikade falska läror i tre av nephiternas städer. Till slut förde man honom inför landets överdomare och inför Alma, som var kyrkans ledare. Påpeka gärna att ett av Korihors främsta argument var att kyrkans ledare höll människor i trældom – att deras religion tog ifrån dem deras frihet. Han beskyllde också kyrkans ledare för att leva på folkets arbete.

Be eleverna läsa Alma 30:31 tyst för sig själva och leta efter beskyllningarna som Korihor riktade mot Alma och andra ledare i kyrkan.

Be eleverna läsa Alma 30:32–35 och ta reda på hur Alma bemötte Korihors beskyllningar.

- Hur har ni upplevt sanningen i Almas svar när ni har iakttagit kyrkans ledares liv?

Be två elever komma och ställa sig framför klassen. Be dem läsa Alma 30:37–45 högt, den ene Almas ord och den andre Korihors ord. Be de andra eleverna vara uppmärksamma på vad Alma sade vara bevis för Guds existens.

- Vad sade Alma vara bevis för Guds existens? (Skriv gärna elevernas svar på tavlan, och uppmuntra dem att markera bevisen i sina skrifter. Betona att **allt vittnar om Gud.**)
- Vad tycker ni personligen är det starkaste beviset av dem som Alma räknade upp? Varför då?

Låt eleverna få några minuter att skriva. Be dem också skriva en lista över bevis de själva sett som "tyder på att det finns en Gud" (Alma 30:44). Be flera elever berätta för klassen vad de skrev.

- Hur påverkas ni av de här bevisen? Hur kan de tänkas stärka er tro och ert vittnesbörd?

Sammanfatta Alma 30:46–50 genom att berätta att Korihor inte godtog de tecken han redan hade fått och krävde att Alma skulle visa honom ett tecken på Guds existens. Följden blev att Korihor blev slagen med stumhet genom Guds makt. Han var nu övertygad om Guds makt och skrev varför han hade predikat mot Gud Fadern och Jesus Kristus. Be en elev att högt läsa Korihors förklaring i Alma 30:51–53.

- Vad tror ni Korihor menade när han sade att han lärde ut det som "behagade det köttliga sinnet"? (Du kan behöva förklara att Korihors läror var tilltalande för människors orättfärdiga kroppsliga begär, inte för deras rättfärdiga andliga önskningsar.)

Sammanfatta Alma 30:54–59 genom att berätta att Korihor bönföll Alma om att be att förbannelsen skulle tas bort från honom. Alma vägrade och sade att om Korihor återfick talförmågan skulle han fortsätta att predika falska läror för folket. Därefter började Korihor gå omkring från hus till hus och tigga mat. Han kom till zoramiterna, som hade skilt sig från nephiterna, och där blev han ihjältrampad.

Be eleverna läsa Alma 30:60 tyst för sig själva och leta efter principen som Mormon undervisar om.

- Vilken princip undervisar Mormon om i den här versen?

Förvissa dig om att eleverna förstår följande: **"Djävulen [hjälp] inte] sina [efterföljare] på den yttersta dagen."**

- Hur skiljer sig det här från den omsorg som vår himmelske Fader och Jesus Kristus har om oss? (När eleverna samtalar om den här frågan kan du gärna be dem läsa Alma 36:3.)

Vitna om de sanningar som du och eleverna har samtalat om under lektionen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 30:52. "Jag har alltid vetat att det finns en Gud"

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum höll ett tal om vikten av att känna igen de tecken vi har fått på att evangeliet är sanning:

"Om vi inte ger efter för den Helige Andens stilla påverkan löper vi risken att bli som Korihor, en man i Mormons bok som var antikrist. Korihor inte bara tvivlade på Gud utan hånade också Frälsaren, försoningen och profetians ande genom att predika den falska läran att det inte finns någon Gud eller någon Kristus.

Korihor nöjde sig inte med att bara förkasta Gud och gå sin egen väg. Han hånade de troende och krävde att profeten Alma skulle övertyga honom med ett tecken på Guds existens och makt. Almas svar är lika meningsfullt i dag som det var då: 'Du har fått tillräckligt med tecken. Skall du fresta din Gud? Säger du: Visa mig ett tecken, när du har alla dessa dina bröders vittnesbörd

och även alla de heliga profeternas? Skrifterna är lagda framför dig, ja, och allt tyder på att det finns en Gud. Ja, hela jorden och allt som finns på dess yta, ja, och dess rörelse, ja, och även alla planeterna som rör sig i sina regelbundna banor vittnar om att det finns en högste Skapare' [Alma 30:44].

Till slut fick Korihor ett tecken. Han blev slagen med stumhet. 'Och Korihor sträckte fram handen och skrev: Jag vet att inget annat än Guds makt kunde åsamka mig detta. Ja, och jag har alltid vetat att det finns en Gud' [Alma 30:52].

Bröder och systrar, ni kanske redan vet, djupt inom er, att Gud lever. Ni kanske ännu inte vet allt om honom eller förstår hans vägar, men trons ljus finns inom er. Det väntar på att väckas och förstärkas av Guds ande och Kristi ljus, som ni är födda med" (se "Sök att lära känna Gud vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus", *Liahona*, nov. 2009, s. 31–32).

## Alma 31

## Inledning

Alma fick veta att en grupp nephitiska avfällingar som kallade sig zoramiter hade avvikit från evangeliet och infört felaktiga religiösa bruk. Bedrövad tog Alma med sig en grupp missionärer för att predika Guds ord för zoramiterna. Alma och hans följeslagare iakttog de

avfälliga zoramiternas tillbedjan, materialism och högmod. Alma bad innerligt att Herren skulle trösta honom och hans följeslagare i den här prövningen och att de skulle lyckas föra tillbaka zoramiterna till Herren.

## Lektionsförslag

## Alma 31:1–7

*Alma och hans följeslagare lämnar Zarahemla för att predika Guds ord för de avfälliga zoramiterna*

Fråga eleverna vad de skulle göra om en god vän eller någon i familjen började avvika från evangeliets principer.

- Hur skulle ni kunna hjälpa honom eller henne att vända tillbaka till kyrkan? Hur skulle ni kunna hjälpa honom eller henne att få en önskan att hålla buden? Vem skulle kunna hjälpa er när ni försöker påverka den här personen?

Berätta att dagens lektion visar hur Alma och flera andra försökte hjälpa ett folk som hade avvikit från evangeliets principer. Be en elev läsa Alma 31:1–4 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad som bekymrade Alma och andra när det gällde zoramiterna.

- Hur kände sig Alma när han fick höra talas om zoramiternas ogudaktighet?
- Vad befarade nephiterna på grund av zoramiterna?

Be eleverna föreställa sig att de har möjlighet att ge Alma ett råd om hur han kommer till rätta med problemet. Fråga eleverna vad de skulle föreslå honom att göra. Be en elev läsa Alma 31:5 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Alma visste skulle vara det bästa sättet att hjälpa zoramiterna.

- Vad beslutade sig Alma att göra för att hjälpa zoramiterna?
- Varför tror ni att Guds ord är mäktigare än påtryckningar eller andra metoder när man försöker få människor att ändra sig?

Vad lär vi oss i Alma 31:5 om Guds ords kraft i vårt liv? (Eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de urskiljer följande sanning: **Studiet av Guds ord leder oss till att göra det som är rätt.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)

För att hjälpa eleverna förstå den kraft som finns i Guds ord och som kan hjälpa oss att göra det som är rätt, läs du följande uttalande av äldste Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum. (Skriv gärna uttalandet på tavlan eller på ett utdelningsblad.)



”Sann lära, som blir förstådd, förändrar attityder och beteende.

Att studera evangeliets läror kommer att snabbare förbättra beteendet än att studera själva beteendet ... Det är därför som vi så kraftfullt betonar vikten av att studera evangeliets lärosatser” (se ”Små barn”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 13).

Be eleverna berätta om ett tillfälle när någon de känner fick en starkare önskan att göra det som är rätt på grund av skrifterna eller kyrkans ledares ord.

Sammanfatta Alma 31:6–7 genom att berätta för eleverna att Alma förtröstade på Guds ords kraft och därför tillsammans med sju andra gav sig i väg för att predika för zoramiterna.

## Alma 31:8–23

### *Zoramiterna tillber Gud på felaktigt sätt*

Berätta för eleverna att när Alma och hans följeslagare gick omkring bland zoramiterna upptäckte de att de tillbad Gud på ett besynnerligt sätt.

Be eleverna läsa Alma 31:8–11 tyst för sig själva och urskilja ord och uttryck som beskriver zoramiternas tillbedjan.

- Vad gjorde zoramiterna sårbara för frestelser enligt vers 10?
- Vad lär vi oss av att zoramiterna inte "[höll] ut i daglig bön och vädjan till Gud"? (Även om eleverna kommer med olika svar bör de uttrycka följande sanning: **vår dagliga strävan att be och hålla buden befäster oss mot frestelser**. Skriv gärna den här principen på tavlan. Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver principen i sina skrifter bredvid Alma 31:9–11.)
- När har ni sett att daglig bön hjälper oss att motstå frestelser?

Läs följande uttalande av äldste Rulon G. Craven i de sjuttios kvorum som del av diskussionen:

"Under de gångna åren har jag ibland blivit ombedd av bröderna att ha en intervju med ångerfulla medlemmar i kyrkan angående återställelse av deras tempelvälsignelser. Det har alltid varit en andligt gripande erfarenhet att återställa välsignelserna till dessa underbara människor som omvänt sig. Jag har frågat några av dem: 'Vad var det som hände i ditt liv som gjorde att du tillfälligt förlorade ditt medlemskap i kyrkan.' Med tårfyllda ögon svarade de: 'Jag följde inte evangeliets grundläggande principer: bön, gå i kyrkan regelbundet, tjäna i kyrkan och studera evangeliet. Jag gav sedan efter för frestelser och förlorade den Helige Andens vägledning'" (se "Frestelse", *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 77).

Be en elev läsa Alma 31:12–14 högt. Be därefter en annan elev läsa Alma 31:15–18 högt. Innan den andra eleven börjar läsa ber du klassen tänka på hur de skulle reagera om de hörde någon be på det här sättet.

- Vad skulle ni vara bekymrade över om ni hörde någon be på det sättet?
- Vilka falska läror ingick i zoramiternas bön?
- Vad hade zoramiterna för inställning till andra människor? (Uppmärksamma gärna eleverna på att orden *vi* och *oss* förekommer ofta i zoramiternas bön.)

Be en elev läsa Alma 31:19–23 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på annat som var problematiskt i fråga om zoramiternas tillbedjan. Be eleverna berätta vad de hittar.

- Vilka förändringar tror ni att zoramiterna hade behövt göra för att deras tillbedjan skulle bli vördnadsfull och välbehaglig för Herren?

Tala om att vi tillber Gud genom att skänka honom vår kärlek, vördnad och hängivenhet. (Skriv gärna dessa tre ord på tavlan.) Vi bör ägna honom vår tillbedjan i inställning och handling inte bara när vi ber, fastar och går i kyrkan utan varje dag. Uppmuntra eleverna att titta på var de själva står i det här avseendet, vad som står i centrum i deras tillbedjan och hur uppriktiga de är.

Be eleverna nämna olika sätt som vi kan tillbe Gud på. Låt dem få tillräcklig tid att komma med förslag. Be gärna en elev skriva förslagen på tavlan.

- Vad bör vi ha för inställning när vi tillber? Hur behåller vi den inställningen varje dag?

För att hjälpa eleverna förstå hur vår tillbedjan påverkas av vår inställning ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:



"Tillbedjan innefattar ofta handlingar, men sann tillbedjan inbegriper alltid en särskild inställning.

En vördnadsfull inställning framkallar djupa känslor av lojalitet, beundran och respekt. Tillbedjan sammanför kärlek och vördnad till ett tillstånd av hängivenhet som för vår ande närmare Gud" (*Pure in Heart* [1988], s. 125).

**Uppmuntra eleverna att sätta upp mål att tillämpa det de lär sig**

President Thomas S. Monson undervisade om vikten av att uppmuntra elever att handla efter det de lär sig i klassrummet: "Målet med evangelieundervisning ... är inte att proppa eleverna fulla med kunskap ... Syftet är att inspirera den enskilde att tänka på, känna för och sedan göra något åt evangeliets sanningar och principer ...

Jag hör och jag glömmer.

Jag ser och jag kommer ihåg.

Jag gör och jag lär mig" (Conference Report, okt. 1970, s. 107–108).

Be eleverna göra en kort utvärdering i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker av sina vanor i fråga om tillbedjan och av sin inställning när det gäller följande: att be dagligen, studera skrifterna dagligen, hålla buden, gå i kyrkan och ta sakramentet varje vecka. Be eleverna att sätta upp som mål att förbättra sin dagliga tillbedjan.

### Alma 31:24–38

#### *Alma ber om kraft och framgång i att föra zoramiterna tillbaka till Herren*

Be eleverna läsa Alma 31:24–25 tyst för sig själva och ta reda på vad som kännetecknade de avfälliga zoramiterna. Be eleverna berätta vad de hittar.

Berätta att när Alma såg zoramiternas ogudaktighet så uppsände han en bön. Be eleverna att dela upp sig i par. Låt varje par studera Alma 31:26–35 och diskutera följande frågor. (Skriv gärna frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad.)

- Vad stod i centrum i zoramiternas bön? (De själva.)
- Vad stod i centrum i Almas bön? (Att kunna hjälpa andra. När han bad för sina följeslagare och sig själv så bad han att de skulle få styrka att tjäna zoramiterna.)
- Vad i Almas bön skulle ni vilja tillämpa i era egna böner?

Skriv följande på tavlan:

*Om vi ber och handlar i tro så ...*

Berätta att efter det att Alma hade bett om att kunna nå zoramiterna så skildes han och hans följeslagare åt och började tjäna på olika håll, och de "gjorde sig inte bekymmer" för egen del (se Alma 31:37). Be eleverna läsa Alma 31:36–38 tyst för sig själva och ta reda vilka välsignelser Alma och hans följeslagare fick genom prästadömsvälsignelser och genom att predika evangeliet.)

- Vilka välsignelser fick Alma och hans följeslagare tack vare sina böner och handlingar?

Hur skulle ni avsluta meningen på tavlan med tanke på vad ni har lärt er av Almas och hans följeslagares exempel? (Eleverna kanske kommer med flera riktiga svar. Sammanfatta deras svar genom att avsluta meningen på följande sätt: **Om vi ber och handlar i tro så styrker Herren oss i våra prövningar.**)

Tala om att efter att Alma hade bett visade han och hans följeslagare sin tro genom att gå till verket och lita på att Herren skulle sörja för dem när de tjänade honom. Uppmana eleverna att följa Almas exempel och be i tro.

## LEKTION 90

# Alma 32

### Inledning

Efter att ha bevittnat de avfälliga zoramiternas tillbedjan började Alma och hans följeslagare predika Guds ord för zoramiterna. De började få framgång bland de fattiga, som hade blivit utstötta ur synagogorna.

Genom att jämföra Guds ord med ett frö undervisade Alma folket om hur de skulle ta emot Guds ord och få mer tro.

## Lektionsförslag

### Alma 32:1–16

#### Ödmjuka zoramiter visar att de är redo att höra Guds ord

Be eleverna föreställa sig att du är en kamrat som har frågat dem hur du kan veta om Jesu Kristi evangelium är sant. Fråga dem vad de skulle säga för att hjälpa dig få ett vittnesbörd.

Efter att eleverna har berättat det skriver du följande på tavlan: *Hur ni får och stärker ett vittnesbörd.* Berätta för eleverna att du under lektionens gång kommer skriva de principer och sanningar de upptäcker om hur man får och stärker ett vittnesbörd.

Påminn eleverna om att zoramiterna var en grupp avfälliga nephiter och att Alma och hans följeslagare hade iakttagit deras falska tillbedjan. Alma var bedrövad över folkets ogudaktighet och bad om tröst och om styrka att kunna undervisa dem. (Se Alma 31.)

Be en elev läsa Alma 32:1–3 högt. Be klassen vara uppmärksam på vilken grupp zoramiter som visade intresse för missionärernas budskap. Be dem berätta vad de får veta.

- På vad sätt var de här människorna fattiga enligt Alma 32:3? ("De var fattiga på den här världens gods och även ... fattiga i hjärtat.")
- Vad tror ni menas med att vara "fattiga i hjärtat"?

För att hjälpa eleverna att besvara den här frågan ber du flera av dem turas om att läsa högt ur Alma 32:4–12. (Eleverna kanske bland annat säger att detta att vara fattig i hjärtat är att vara ödmjuk, ångerfull och beredd att lyssna till Guds ord.)

- På vad sätt visar frågan i Alma 32:5 att zoramiterna var fattiga i hjärtat?
- Hur blev fattigdomen till välsignelse för den här gruppen zoramiter?
- Vad lär oss dessa verser om hur man får och stärker ett vittnesbörd? (Allteftersom eleverna berättar om olika principer skriver du dem under överskriften på tavlan. Förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Ödmjukhet gör oss beredda att ta emot Guds ord.**)
- Varför är det absolut nödvändigt att vara ödmjuk för att kunna få och stärka ett vittnesbörd?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 32:13–16. Be klassen vara uppmärksam på två möjligheter att bli ödmjuk. (Vi kan välja att vara ödmjuka eller tvingas att bli ödmjuka.)

- Vad lär vi oss om ödmjukhet i de här verserna? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **Vi blir mer välsignade om vi väljer att vara ödmjuka än om vi tvingas att vara ödmjuka.**) Varför tror ni att det är bättre att välja att vara ödmjuk?
- Vad tror ni menas med att ödmjuka sig "för ordets skull"? (Alma 32:14). Hur kan det här tänkas gälla för vår inställning vid skriftstudier i kyrkan, seminariet eller i hemmet tillsammans med familjen?

## Alma 32:17–43

### Alma undervisar zoramiterna om hur man får större tro

Berätta att Alma tog upp den felaktiga uppfattning som många har om hur man får ett vittnesbörd. Be en elev läsa Alma 32:17–18 högt, och be klassen vara uppmärksam på den här felaktiga uppfattningen.

- Vad hade många för felaktig uppfattning om hur man får ett vittnesbörd?
- Vad är det för fel med att kräva ett tecken innan man tror? (Påminn gärna eleverna om Sherem i Jakob 7:13–16 och Korihor i Alma 30:43–52. Du skulle kunna be dem läsa Läran och förbunden 63:9 för att betona att tecken är en följd av tro, inte någonting som vi ska kräva innan vi tror.)



**Alma 32:21** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

Berätta att Alma undervisade folket om vad tro är. Be eleverna läsa Alma 32:21 tyst för sig själva och leta efter Almas definition av tro. Framhåll att den här versen är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

Be eleverna läsa Alma 32:22 tyst för sig själva och leta efter råd om hur man får och stärker ett vittnesbörd. Be dem berätta vad de hittar.

Lägg till *kom ihåg att Gud är barmhärtig* och *tro på Guds ord* till listan på tavlan.

- Varför är det viktigt att göra det här för att stärka vår tro?

Alma föreslog zoramiterna att de för att förstå hur man får tro på Guds ord skulle göra ett försök eller experiment.

- Varför experimenterar forskare? (För att ta reda på om en teori eller idé är riktig.)

Be eleverna beskriva försök eller experiment som de har gjort i skolan eller i andra sammanhang. Hjälpe eleverna förstå att experiment kräver att forskaren handlar och inte bara förmodar. Detta att få och stärka ett vittnesbörd kräver också handling.

Be en elev läsa Alma 32:27 högt. Be klassen vara uppmärksam på försöket som Alma uppmanade zoramiterna att göra. Lägg till *pröva ordet* till listan på tavlan.

- Vad tror ni Alma menade när han sade "pröva mina ord"?
- Vad tror ni Alma menade när han sade "vakna upp och [väck] era själsförmågor"? (Du kan behöva förklara att ordet *själsförmågor* syftar på vår förmåga att tänka och handla och åstadkomma. Alma uppmanade människor att handla efter hans ord. Lägg till *vakna upp och väck era själsförmågor* till listan på tavlan.)
- Vad tror ni menas med att "utöva en smula tro"?

För att hjälpa eleverna upptäcka hur de kan börja göra det här försöket ber du dem läsa Alma 32:28 tyst för sig själva.

- Vad jämförde Alma Guds ord med? (Ett frö.)
- Var hittar vi eller får vi Guds ord? (I svaren bör ingå: i skrifterna, i nutida profeters ord, i personliga uppenbarelser från den Helige Anden.)
- Vad sade Alma att vi måste göra med det här "fröet"?

Skriv elevernas svar på tavlan. Skriv dem gärna under *pröva ordet*, som du skrev tidigare. I listan kan till exempel följande ingå:

1. *Ge plats så att ordet (eller fröet) kan sås i ert hjärta.*
2. *Kasta inte ut det genom er otro.*
3. *Lägg märke till att ordet växer inom er.*

För att hjälpa eleverna förstå vad de läst om försöket ställer du följande frågor:

- På vad sätt är Guds ord som ett frö som kan sås i vårt hjärta? (I svaren kan ingå att det kan växa, att det kan stärka oss och att vi behöver vårda det.)

När eleverna diskuterar den här jämförelsen ber du dem läsa Alma 33:22–23 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa ber du dem leta efter Almas förklaring av "detta ord". Hjälpe dem förstå att det syftar på Jesus Kristus och hans försoning.

- Vad tror ni det innebär att "ge plats" så att ordet kan sås i vårt hjärta? (Se Alma 32:28. I svaren kan ingå att vi måste öppna vårt hjärta och att vi måste se till att det finns utrymme i vårt liv för skriftstudier.)

- Vad tror ni det innebär att känna Guds ord "svälla" inom er? Om Guds ord sväller inom er, hur påverkar det ert vittnesbörd och er tro?
- När har Guds ord utvidgat er själ och upplyst ert förstånd?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 32:29–34, och be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ord eller uttryck som beskriver vad vi lär oss om Guds ord. Be därefter eleverna läsa orden och uttrycken de hittade och berätta varför de valde dem.

- Varför är vår tro ännu inte fullkomlig trots att vi har gjort det här försöket? Vad behöver vi mer för att få ett bestående vittnesbörd om evangeliet?
- På vad sätt påminner processen att få ett träd att växa om processen att stärka ett vittnesbörd?

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 32:35–40. Be klassen vara uppmärksam på Almas anvisningar om hur man slutför försöket.

- Vad måste vi enligt Alma 32:37–40 göra så att vår tro på Guds ord fortsätter att växa? (Lägg till *vårda ordet* till listan på tavlan.)
- Hur kan vi vårda ordet? (I svaren kan ingå: att studera skrifterna dagligen, be om vägledning när vi studerar, vara uppmärksamma på hur skrifterna och nutida profeters ord kan tillämpas på vårt liv, berätta vad vi lär oss.)
- Vad händer om vi försummar trädet och inte ser till att det får näring? Vad händer om vi försummar Guds ord som har såtts i vårt hjärta?

Be eleverna skriva i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker vad de har lärt sig i Alma 32 om hur man får och stärker ett vittnesbörd. Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver de här sammanfattningarna i sina skrifter i närheten av Alma 32:37–43.

Be eleverna berätta vad de har skrivit. När de berättar, förvissa dig då om att de ger uttryck åt följande sanning: **Om vi flitigt vårdar Guds ord i vårt hjärta så växer vår tro och vårt vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium.**

Be eleverna läsa Alma 32:41–43 och leta efter Almas beskrivning av trädet och dess frukt.

- På vilket annat ställe i Mormons bok finns det en beskrivning av ett träd med en frukt som är "sötare än allt annat"? (Du kan behöva påminna eleverna om beskrivningen av livets träd i 1 Nephi 8:11–12 och 1 Nephi 11:9–24.)
- Vad symboliserar trädet och frukten i Lehis och Nephis syn av livets träd? (Trädet symboliserar Guds kärlek som kommer till uttryck genom Frälsaren och hans försoning, frukten symboliserar välsignelserna vi kan få genom försoningen. Se lektion 12 i den här boken.)
- Hur kom personerna i Lehis och Nephis syn till trädet? (Genom att följa ledstången av järn, vilken symboliserar Guds ord.) Hur påminner det här om Almas jämförelse av Guds ord med ett frö?

Be några elever berätta hur de har följt de steg som beskrivs i Alma 32. Fråga dem hur det här har påverkat deras liv. Fundera på att berätta om när du själv har upplevt Guds ords kraft.

### Nyckelskriftställe – Alma 32:21

Be eleverna att med hjälp av Alma 32:21 avgöra om personerna i följande situationer utövar tro eller inte.

1. En ung kvinna vill ha konkreta bevis på att Mormons bok är sann innan hon tror på den.
2. En ung man får veta att alla värdiga unga män förväntas fullgöra en heltidsmission. Även om hans familj är fattig är han fast besluten att förbereda sig att gå ut som missionär.
3. En ung kvinna vill bli renad från sina synder genom Jesu Kristi försoning. Hon vet att det finns några synder som hon måste bekänna för sin biskop för att helt och hållet omvända sig. Hon ber att få prata med honom.

*Obs:* Du kan använda det här förslaget under lektionen i samband med nyckelskriftstället, eller också kan du använda det i slutet av lektionen.



# Hemstudielektion

## Alma 25–32 (Studieavsnitt 18)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 25–32 (studieavsnitt 18) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 25–29)

Eleverna lärde sig följande principer när de läste om Ammons glädje över den framgång som han och hans bröder hade när de predikade evangeliet: När vi ödmjukar oss styrker Herren oss och använder oss som redskap i sina händer. Vi känner glädje när vi tjänar Herren och hans barn trofast. Av det faktum att lamaniterna omvändes till evangeliet och vägrade att gripa till vapen lärde sig eleverna att när vi är helt omvända till Herren håller vi förbunden som vi har slutit med honom. Av Almas exempel lärde sig eleverna att vi känner glädje när vi hjälper andra omvända sig och komma till Kristus.

#### Dag 2 (Alma 30)

När de läste om Korihor som var antikrist och hans lärar lärde sig eleverna att Satan använder falska läror för att locka oss att synda. Alma bemötte Korihor och hans lärar genom att säga att allt vittnar om att Gud är den högste Skaparen. Efter att ha läst att Korihor blev ihjältrampad förstod eleverna principen som Mormon skrev: "Djävulen [hjälp inte] sina [efterföljare] på den yttersta dagen" (Alma 30:60).

#### Dag 3 (Alma 31)

När eleverna läste om Almas avsikt att vinna de avfälliga zoramiterna åter lärde de sig följande principer: Studiet av Guds ord leder oss till att göra det som är rätt. Vår dagliga strävan att be och hålla buden befäster oss mot frestelser. Om vi ber och handlar i tro så får vi gudomlig hjälp i våra prövningar.

#### Dag 4 (Alma 32)

När eleverna läste om Almas framgång i att predika för de fattiga bland zoramiterna lärde sig eleverna att ödmjukhet gör oss beredda att ta emot Guds ord. Alma jämförde detta att utöva tro med att så ett frö och vårda det. Eleverna lärde sig att om vi flitigt vårdar Guds ord i vårt hjärta så växer vår tro och vårt vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium.

### Inledning

Börja lektionen med en aktivitet som hjälper eleverna att vilja bli redskap i Guds händer. En stor del av lektionen fokuserar på följderna av att tro på och handla efter felaktiga uppfattningar i motsats till att tro på och handla efter Guds ord, vilket belyses i Alma 30–32.

### Lektionsförslag

#### Alma 25–29

*Ammon och Mosiahs söner gläds i Herren då många lamaniter blir omvända till evangeliet*

Det står i Alma 26 att Ammon och hans bröder fröjdade sig över sin framgång i Herrens verk. Be eleverna läsa Alma 26:1–4, 11–13 och ta reda på vad Ammon och hans bröder åstadkom och hur de lyckades åstadkomma det. Påminn eleverna om att dessa verser undervisar om följande princip: **När vi ödmjukar oss styrker Herren oss och använder oss som redskap i sina händer.**

#### Alma 30

*Korihor förlöjligar Kristi lära*

Visa klassen ett frö. Be dem berätta vad de tycker om som kommer från frön. Påpeka att det i motsats till de växter, frukter och grönsaker som eleverna kan ha nämnt också finns frön som blir till växter med besk eller till och med giftig frukt eller som kväver andra, bra växter.

Skriv orden *uppfattning* och *tro* på tavlan och fråga: På vad sätt kan en uppfattning eller en tro vara som ett frö?

Berätta att eleverna i dag ska studera och diskutera Alma 30–32 och jämföra följderna av att handla efter felaktiga uppfattningar med följderna av att handla efter Guds ord.

Be eleverna berätta vem Korihor var. Be dem läsa Alma 30:12–18, 23 och ta reda på vad för felaktiga uppfattningar som Korihor predikade. Efter att de har haft tillräcklig tid att läsa, ber du eleverna att på tavlan eller på ett papper skriva två eller tre av Korihors felaktiga uppfattningar som de tror kan vara särskilt farliga för någons religiösa övertygelse. Ställ därefter följande frågor:

- Vilka handlingar kan dessa uppfattningar till exempel leda till? (När eleverna besvarar frågan påpekar du att en uppfattning som leder till en handling är som ett frö som gror och blir till en växt.)
- Vad fick Korihors lärar folket att göra enligt Alma 30:18? (När eleverna besvarar frågan betonar du att **Satan använder falska läror för att locka oss att synda.**)

Be en elev sammanfatta vad som hände med Korihor. (Om eleverna behöver hjälp att besvara frågan, ber du dem titta på kapitelingsressen till Alma 30 eller läsa Alma 30:52–53, 59–60.)

### Alma 31

*Alma leder en mission för att vinna de avfälliga zoramiterna åter*

Påminn eleverna om att zoramiterna hade avfallit och trodde på felaktiga uppfattningar, vilket kom till uttryck i deras religionsutövning. I Alma 31:5 lär vi oss att **studiet av Guds ord leder oss till att göra det som är rätt.**

### Alma 32

*Alma undervisar de fattiga bland zoramiterna om hur man utövar tro*

Påminn eleverna om att även om många zoramiter vägrade ta emot Guds ord så började Alma få framgång bland de fattiga. Han undervisade dem om hur man utövar tro. Be eleverna läsa Alma 32:21, som är ett nyckelskriftställe. Be dem berätta vad den här versen lär dem om tro.

Påminn eleverna om att Alma använde ett frö för att undervisa om hur man får tro. Ställ därefter följande frågor:

- Vilka uttryck i Alma 32:28 visar att ett frö, eller i det här fallet Guds ord, är bra?
- Vilken inverkan får Guds ord på oss när vi låter det sås i vårt hjärta?

Berätta för eleverna att Alma uppmanade zoramiterna att pröva ordet och så det i sina hjärtan genom att tro på det och handla efter det. Be eleverna läsa Alma 33:22–23 och ta reda på vad det var för "ord" som Alma ville att människorna skulle så i sitt hjärta. Uppmuntra gärna eleverna att skriva de här verserna som tvärhänvisningar bredvid Alma 32:28.

Be eleverna läsa Alma 32:28–29, 31, 37, 41–43 och leta efter lönen vi får när vi tror på och handlar efter Guds ord. När eleverna berättar vad de hittat förvissas du dig om att de förstår följande princip: **Om vi flitigt vårdar Guds ord i vårt hjärta så växer vår tro och vårt vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium.**

Avsluta lektionen med att be eleverna läsa hur de besvarade uppgift 4 i lektion 4 i sina skriftdagböcker – om de resultat de sett i sitt liv när de gjort försöket som Alma beskriver i Alma 32.

### Nästa studieavsnitt (Alma 33–38)

Vad finns det fara med att uppskjuta omvändelsen? Amulek besvarar den här frågan och kommer med en varning. Och i slutet av sitt liv ger Alma två av sina söner råd och anvisningar. Han berättar om sin omvändelse – att han förändrades från någon som stred mot Gud till någon som stred för Gud – och hur han kände sig när han blev befriad från kvalen som hans synder vållade honom.

## Alma 33

## Inledning

En grupp zoramiter ville veta hur de skulle följa Almas råd att så Herrens ord i hjärtat och utöva tro. Alma undervisade dem med hjälp av skrifterna om tillbedjan, bön och den barmhärtighet som Gud visar oss på grund av Frälsaren. Han uppmuntrade dem att förtrösta på Jesus Kristus och tro på hans försonings kraft.

*Obs:* Lektion 94 ger tre elever tillfälle att undervisa. Välj gärna ut de tre eleverna redan nu och ge dem kopior av de angivna delarna så att de kan förbereda sig. Uppmuntra dem att studera lektionsstoffet under bön och att söka den Helige Andens vägledning så att de vet hur de ska anpassa lektionen efter klasskamraternas behov.

## Lektionsförslag

## Alma 33

*Alma undervisar zoramiterna om att börja tro på Jesus Kristus*

Skriv *utöva* på tavlan.

- Vad innebär det att utöva något? (Att vara i [stadigvarande] verksamhet med en viss typ av aktivitet eller att göra bruk av eller bruka.)

Be eleverna läsa Alma 33:1 tyst för sig själva och ta reda på vad det var zoramiterna ville veta i fråga om det som de skulle utöva. Efter att eleverna berättat vad de hittat skriver du följande fråga på tavlan: *Hur utövar vi tro?* Be eleverna leta efter tre svar på den här frågan när de studerar och diskuterar Alma 33.

Berätta att när Alma började besvara zoramiternas fråga om hur de skulle utöva tro, rättade han till en felaktig uppfattning som de hade om tillbedjan. Be en elev läsa Alma 33:2 högt. Be klassen urskilja zoramiternas felaktiga uppfattning när det gällde tillbedjan av Gud.

- Varför trodde zoramiterna att de inte kunde tillbe Gud? (Därför att de inte fick komma in i synagogorna.)

Be eleverna sammanfatta vad de lärde sig i Alma 31 om zoramiternas tillbedjan. (Se Alma 31:22–23. Zoramiterna uppsände samma bön en gång i veckan i synagogan och talade sedan inte mer om Gud den veckan.)

- Varför är detta att gå i kyrkan en viktig del av vår tillbedjan? Vad finns det för andra sätt att tillbe Gud förutom att gå i kyrkan?

Berätta att Alma citerade profeten Zenos för att rätta till zoramiternas felaktiga uppfattningar om tillbedjan av Gud. Be eleverna läsa Alma 33:3 tyst för sig själva och leta efter ordet som Alma använder omväxlande med *tillbedjan*. (Ordet är *bön*.)

Be eleverna läsa Alma 33:4–10 och hitta varje situation i vilken Zenos sade att han bad.

- När bad Zenos och var?
- Vad lärde Alma folket om tillbedjan när han citerade Zenos ord? (Hjälp eleverna urskilja följande sanning: **Vi kan ständigt tillbe Herren genom bön.**)

Rikta elevernas uppmärksamhet på frågan på tavlan: *Hur utövar vi tro?* Skriv *alltid be* under frågan.

- På vad sätt är bön att utöva tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus?
- När har ni bett i en situation som Zenos nämnde? Hur besvarades er bön? (Påminn eleverna om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alltför för personliga.)

Be eleverna läsa Alma 33:4–5, 8–9 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på uttryck som rör Guds barmhärtighet (som till exempel "du är barmhärtig" och "du var barmhärtig").

För att hjälpa eleverna se sambandet mellan Jesu Kristi försoning och vår himmelske Faders barmhärtighet ber du en elev högt läsa Alma 33:11–16. Be klassen följa med i texten

och vara uppmärksam på ett uttryck som förekommer fyra gånger i dessa verser, en gång i lätt varierad form. (Uttrycket är "på grund av din Son", alternativt "tack vare din Son". Uppmuntra gärna eleverna att markera det här uttrycket.)

- Vad tror ni Zenos menade när han sade: "Du har vänt bort dina straffdomar på grund av din Son?" (Hjälp eleverna urskilja följande sanning: **Vår himmelske Fader visar barmhärtighet mot oss på grund av Jesu Kristi försoning så att vi kan få förlåtelse för våra synder.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter i närheten av Alma 33:11–16.)

För att hjälpa eleverna förstå den barmhärtighet som visas oss genom Jesu Kristi försoning, skulle du kunna läsa följande berättelse som citerades av president Gordon B. Hinckley:



"Läraren sade: 'God morgon pojkar, vi har kommit för att börja med studierna.' De skrek och gjorde sig lustiga så högt de kunde. 'Jag vill att vi ska ha en bra skola, men jag erkänner att jag inte vet hur det ska gå till om ni inte hjälper mig. Låt oss säga att vi har några regler. Ni talar om dem för mig, så skriver jag upp dem på tavlan.'

En av pojkarna skrek: 'Inte stjäl!' En annan skrek: 'Komma i tid!' Till slut fanns det tio regler på tavlan.

Läraren sade: 'En lag duger ingenting till om det inte finns ett straff förknippat med den. Vad ska vi göra med den som bryter mot reglerna?'

'Piska honom på ryggen tio gånger när han inte har rocken på sig', löd svaret från klassen.

'Det var ganska allvarligt, pojkar. Är ni säkra på att ni kan stå fast vid det?' En annan ropade: 'Jag stöder förslaget', och läraren sade: 'Jaha, då säger vi så! Ordning i klassen!'

Efter ett par dagar upptäckte 'store Tom' att någon hade stulit hans lunch. De fann tjuven – en liten hungrig pojke på omkring tio år. 'Vi har hittat tjuven och han måste straffas enligt er regel – tio slag över ryggen. Jim, kom fram hit!' sade läraren.

Den lille pojken kom sakta fram på darrande ben med en stor rock som var knäppt upp till halsen och vädjade: 'Magistern, du kan slå mig så hårt som du vill, men snälla, ta inte av mig rocken!'

'Ta av dig rocken', sade läraren. 'Du hjälpte till att bestämma reglerna!'

'O magistern, tvinga mig inte!' Han började knäppa upp knapparna och vad fick läraren se? Pojken hade ingen skjorta på sig och visade upp en benig liten handikappad kropp.

'Hur kan jag piska det här barnet?' tänkte han. 'Men jag måste, jag måste göra något om jag ska kunna bli kvar i skolan.' Det var dödstyst.

'Varför har du ingen skjorta på dig, Jim?'

Han svarade: 'Min far dog och min mor är mycket fattig. Jag har bara en skjorta och hon tvättar den i dag. Jag tog på mig min brors stora rock för att hålla mig varm.'

Läraren, som hade käppen i handen, tvekade. Just då ställde sig 'store Tom' upp och sade: 'Magistern, om du inte har något emot det så tar jag emot Jims slag i hans ställe.'

'Nåväl, det finns en viss lag som säger att man kan bli ställföreträdare för någon annan. Går alla med på det?'

Toms rock åkte av och efter fem slag gick käppen sönder! Läraren gömde ansiktet i händerna och tänkte: 'Hur ska jag kunna fullfölja denna hemska uppgift?' Sedan hörde han snyftningar från klassen och vad fick han se? Lille Jim hade sträckt sig upp och lagt armarna om Toms hals. 'Tom, jag är ledsen att jag stal din lunch, men jag var hemskt hungrig. Tom, jag kommer att älska dig tills jag dör för att du tog emot mina slag! Ja, jag kommer att älska dig för evigt!' [Okänd författare.]

Efter att ha citerat berättelsen sade president Hinckley: "För att använda ett uttryck från denna lilla berättelse, så har Jesus 'tagit emot mina slag' i mitt ställe och i ert ställe" ("Den förunderliga och sanna berättelsen om julen", *Liahona*, dec. 2000, s. 5–6).

- Vad har det här för samband med Almas undervisning om Frälsarens försoning? (Förklara vid behov att detta att Tom var villig att "ta emot Jims slag" symboliserar försoningen. Frälsaren har tagit på sig straffet för våra synder så att vi inte måste utstå det straffet om vi omvänder oss.)

### Upptäcka ord och uttryck som upprepas

Profeter betonar ofta sanningar genom upprepning. När eleverna upptäcker ord, uttryck och tankar som upprepas, be dem då fundera på vilken sanning det är som författaren undervisar om och varför det är viktigt att förstå den.

Berätta att efter att Alma hade citerat Zenos ord så fortsatte han med att citera profeten Zenock. Läs Alma 33:15–16 för eleverna. Framhåll att vår himmelske Fader blir vred när människor vägrar inse vad hans Son har gjort för dem.

Be eleverna läsa Alma 33:12–14 tyst för sig själva och ta reda på vilken källa Alma använde när han undervisade om dessa läror.

- Hur kom det sig att Alma kände till Zenos och Zenocks ord? (Därför att de stod i skrifterna. Framhåll gärna att Almas ord i vers 12 och vers 14 visar att zoramiterna hade tillgång till dessa skrifter. Betona att **skrifterna vittnar om Jesus Kristus.**)

Skriv *studera och tro på skrifterna* under frågan på tavlan.



Framhåll att Alma också hänvisade till en annan berättelse i skrifterna för att hjälpa zoramiterna få tro på Jesus Kristus. Visa bilden Mose och kopparormen (62202 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 16). Sammanfatta berättelsen genom att tala om att när Mose ledde israeliterna i öknen började många göra uppror mot honom och mot Herren. Följden blev att Herren sände giftiga ormar som bet folket. Folket vände sig till Mose för att få hjälp. Mose bad och Herren sade åt honom att göra sig en orm och sätta upp den på en påle så att folket kunde se på den. Han lydde och gjorde en orm av koppar. (Se 4 Mos 21:4–9.) Be en elev läsa Alma 33:19–20 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad som hände med dem som såg på kopparormen och vad som hände med dem som valde att inte se på den.

- Varför valde många att inte se på den enligt Alma 33:20?

Be eleverna begrunda om de själva skulle se på den om de var i den situationen.

Visa bilden Korsfästelsen (62505 180; *Evangeliebilder*, nr 57). Tala om att kopparormen på pålen var en "symbol" (Alma 33:19), en symbol för något som skulle hända i framtiden. Den symboliserade Jesus Kristus på korset (se Joh. 3:14).

Be eleverna läsa Alma 33:21–23 tyst för sig själva och ta reda på hur Alma liknade den här skildringen vid zoramiternas situation. Efter att eleverna berättat vad de upptäckte kommer du tillbaka till frågan på tavlan: *Hur utövar vi tro?*

- Vad lär oss berättelsen om israeliterna och kopparormen att vi måste göra för att bli helade i andligt avseende?
- Hur besvarar Alma 33:22–23 den här frågan? (Eleverna bör förstå följande sanning: **Vi utövar tro genom att välja att tro på Jesus Kristus och hans försoning.**)

Skriv *tro på Jesus Kristus och hans försoning* under frågan på tavlan.

- Vad ser ni personer göra som tror på Frälsarens försoning, vilken inställning har de?

För att betona att tro på Jesus Kristus är ett val vi gör, riktar du elevernas uppmärksamhet på följande ord i Alma 33:23: "Allt detta kan ni göra, om ni vill." Uppmuntra gärna eleverna att markera de här orden.

Skriv följande uttalande på tavlan. Du skulle också kunna uppmuntra eleverna att skriva av det i sina skrifter. (Uttalandet finns i "Inquire of the Lord" [tal till KUV-lärare, 2 feb. 2001], s. 1, si.lds.org.)

*"Varje barn i varje generation väljer att tro eller att inte tro. Tron är inte ett arv, den är ett val" (president Henry B. Eyring).*

Be eleverna besvara en av följande frågor i sina skriftdagböcker eller studieanteckningsböcker. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva dem.)

- Hur har ditt vardagsliv påverkats av din tro på Frälsaren?
- Hur har ditt personliga skriftstudium stärkt din tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus?
- Hur har daglig bön och tillbedjan stärkt din tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus?
- Vad tror du att din himmelske Fader vill att du ska göra för att utöva större tro?

Be några elever berätta om sina svar. Vittna om hur viktigt det är att välja att tro på Frälsaren.



# Alma 34–35

## Inledning

Efter att Alma hade undervisat zoramiterna om att tro på Guds Son, bar Amulek sitt vittnesbörd om Jesus Kristus. Därmed fanns det två vittnen. Amulek betonade att Jesu Kristi försoning är nödvändig för människosläktets frälsning och att den enskilde kan få alla försoningens välsignelser om han eller hon utövar tro till omvändelse. Många zoramiter hörsammade

Amuleks uppmaning att omvända sig. När zoramiternas ogudaktiga styresmän och präster lät driva ut omvända zoramiter ur landet fick dessa en fristad hos nephiterna och Ammons folk, som gav dem mat och kläder och landområden till arvedel. Följden blev att lamaniterna och oomvända zoramiter började göra förberedelser för krig mot nephiterna och Ammons folk.

## Lektionsförslag

### Alma 34:1–14

#### Amulek undervisar zoramiterna om Jesu Kristi försoning

Skriv följande påståenden på tavlan före lektionen. Be eleverna att för varje påstående skriva antingen "rätt" eller "fel" i sina anteckningsböcker eller på lösblad.

1. När Jesus sonade människosläktets synder led han bara för dem som är rättfärdiga.
2. Alla människor behöver försoningen för att bli frälsta.
3. Vem som helst kan sona eller betala för andras synder.

Efter att eleverna haft tid att skriva ner svaren påminner du dem om att Alma undervisade en grupp zoramiter om hur de skulle ta emot Guds ord och utöva tro på Jesus Kristus (se Alma 32–33). Sammanfatta Alma 34:1–7 genom att berätta att efter att Alma hade talat till folket så bar Amulek sitt vittnesbörd om Frälsaren. Be eleverna utforska Amuleks undervisning i Alma 34:8–9, 11 och leta efter uttryck som visar huruvida vart och ett av påståendena på tavlan är rätt eller fel. Gå därefter igenom påståendena på tavlan tillsammans. De rätta svaren är:

1. Fel – "Han skall sona världens synder" (Alma 34:8).
2. Rätt – "En försoning [måste ske], annars måste hela människosläktet oundvikligen förgås" (Alma 34:9).
3. Fel – "Det [finns] ingen människa som kan offra sitt eget blod för att sona en annans synder" (Alma 34:11).

Efter att eleverna har diskuterat svaret på påstående 3, frågar du:

- Varför tror ni att Jesus Kristus är den ende som kan sona världens synder?

För att hjälpa eleverna besvara den här frågan ber du dem läsa Alma 34:10, 14 tyst för sig själva. Läs därefter följande uttalanden av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum:



"Hans försoning är obegränsad – utan slut. Den var också obegränsad på så sätt att hela människosläktet skulle bli frälst från en död utan slut. Den var obegränsad genom hans oändliga lidande ... Den var obegränsad i sin omfattning. Den skulle åstadkommas en gång för alla. Och försoningens barmhärtighet erbjuds inte bara ett obegränsat antal människor, utan också ett obegränsat antal världar som skapats av honom. Den var obegränsad bortom alla mänskliga bedömningsmått eller jordisk fattningsförmåga.

Jesus var den ende som kunde erbjuda en sådan obegränsad försoning, eftersom han föddes av en jordisk mor och en odödlig Fader. Tack vare denna unika födslorätt var Jesus en obegränsad varelse" (se "Försoningen", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 33).

"I enlighet med eviga lagar krävde denna försoning ett personligt offer av en odödlig varelse, som alltså inte var underkastad döden. Ändå måste han dö och återkalla sin kropp. Frälsaren var den ende som kunde göra detta. Av sin mor ärvde han förmågan att dö. Av

### Undervisa med Anden och vittna om Jesus Kristus

Gör allt du kan för att skapa en atmosfär där den Helige Anden kan undervisa eleverna. Ett av de främsta sätten att skapa en sådan atmosfär är att låta exempel och diskussioner kretsa kring Frälsaren, att bära vittnesbörd om honom ofta och ge eleverna möjlighet att bära vittnesbörd om honom.

sin Fader fick han makt över döden" (se "Beständighet i förändringen", *Nordstjärnan*, jan. 1994, s. 33).

- Hur hjälper oss Amuleks undervisning och äldste Nelsons uttalanden att förstå varför Jesus Kristus var den ende som kunde sona världens synder?
- Hur skulle ni sammanfatta det ni har lärt er hittills i Alma 34 om Jesu Kristi försoning? (Eleverna kanske nämner olika sanningar, men förvissa dig om att de förstår att **Jesu Kristi oändliga och eviga försoning gör det möjligt för hela människosläktet att bli frälst.**)

För att ytterligare hjälpa eleverna förstå att försoningen är nödvändig i vår himmelske Faders frälsningsplan skulle ni kunna göra följande aktivitet. Anpassa den gärna efter elevernas behov och intressen.

Skriv följande på tavlan: *Föreställ er ett liv utan ...*

Håll fram ett föremål som är viktigt för många ungdomar (till exempel en mobiltelefon) och fråga:

- Hur föreställer ni er ett liv utan det här föremålet?

Håll sedan fram en flaska vatten eller ett glas vatten (eller något annat som är livsnödvändigt).

- Vad skulle livet vara utan vatten?

Efter att eleverna samtalat om nödvändigheten av vatten avslutar du meningen på tavlan så att den lyder: *Föreställ er ett liv utan Jesu Kristi försoning.*

- Vad skulle vara annorlunda i livet utan Jesu Kristi försoning? (Låt eleverna få en stund på sig att begrunda den här frågan innan de besvarar den. Om tiden medger kan du gärna låta dem besvara den skriftligt.)

## Alma 34:15–41

### *Amulek undervisar zoramiterna om hur man utövar tro till omvändelse*

Framhåll att även om Jesus Kristus utförde försoningen för alla människor får vi inte automatiskt alla dess välsignelser. Amulek undervisade om vad vi måste göra för att få alla välsignelser som möjliggjorts genom försoningen. Be eleverna läsa Alma 34:15–17 tyst för sig själva och leta efter ett uttryck som Amulek använde fyra gånger. ("Tro till omvändelse.")

- Vad lär vi oss i Alma 34:15–17 om vad vi måste göra för att få försoningens fullständiga välsignelser? (Förvissa dig om att eleverna förstår följande: **Vi måste utöva tro till omvändelse för att kunna få försoningens fullständiga välsignelser.**)
- Vad tror ni det innebär att utöva tro till omvändelse?

För att hjälpa eleverna förstå vad det innebär att utöva tro till omvändelse läser du följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:

"Vi behöver stark tro på Kristus för att kunna omvända oss ... Tro på Kristus förändrar våra tankar, vår tro och de handlingar som inte är i samklang med Guds vilja ... Omvändelse innebär en sinnets och hjärtats förändring – vi slutar göra det som är fel och börjar göra det som är rätt" ("Återvänd med säkerhet", *Liahona*, maj 2007, s. 100).

- Varför är det viktigt att förstå att omvändelse kräver att vi inte bara slutar göra det som är fel utan också att vi börjar göra det som är rätt?
- Vad blir enligt Alma 34:16 följden om vi utövar tro till omvändelse?
- Vad händer om vi försummar att utöva tro till omvändelse? (Förklara gärna att uttrycket "utsatt för de rättvisans krav som hela lagen ställer" innebär att vi måste bära samtliga följder av våra synder och förverkar det eviga livets välsignelser.)
- Vad är enligt Alma 34:17 något vi kan börja göra för att utöva tro till omvändelse?

Be eleverna läsa Alma 34:17–28 tyst för sig själva och leta efter vad Amulek undervisade zoramiterna om i fråga om bön, som till exempel när vi ska be och vad vi ska be om.

- Vad sade Amulek om bön som också gäller för ert liv? Varför tror ni att bönen är en viktig del av detta att utöva tro till omvändelse?
- Amulek sade att våra böner inte är till någon nytta för oss om vi inte hjälper omgivningen (se Alma 34:28). Varför tror ni att det är så?

För att hjälpa eleverna komma på andra sätt att utöva tro till omvändelse ber du dem besvara frågorna i samband med följande situationer:

1. En ung man har fått vanan att använda ett opassande språk. Hur kan han visa tro till omvändelse så att han blir fri från den här ovanan? (I svaren kan till exempel ingå: be om hjälp, be familj och kamrater om hjälp, delta i aktiviteter som inbjuder Anden.)
  2. En ung man och ung kvinna har otillbörliga relationer med varandra. De har känt den Helige Andens maningar att de ska upphöra genast. Om de följde den här maningen, hur kunde det vara tro till omvändelse? Vad kan de behöva göra ytterligare för att förvissa sig om att de går den stig som leder till fullständig omvändelse? (I svaren kan ingå: söka vägledning hos biskopen eller grenspräsidenten, be om kraft och förlåtelse.)
- Vad menas med att uppskjuta? Vad kan det finnas för orsaker till att människor uppskjuter saker och ting?

Be eleverna läsa Alma 34:33 tyst för sig själva och leta efter något som Amulek varnade zoramiterna för att uppskjuta. Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 34:32–35. Be klassen vara uppmärksam på följderna av att skjuta upp vår omvändelse. Efter att eleverna berättat vad de fick veta skriver du följande sanning på tavlan: ***Detta liv är tiden för människorna att bereda sig att möta Gud.***

- Hur skulle ni förklara den här sanningen för någon?
- Föreställ er att ni har en kamrat som medvetet bryter mot vissa bud men som planerar att omvända sig senare. Vad skulle ni säga till honom eller henne med tanke på vad ni lärt er i Alma 34:32–35?

Berätta att samtidigt som Alma varnade för följderna av att skjuta upp omvändelsen, undervisade han också om välsignelsen med att välja att omvända sig nu. Be eleverna läsa Alma 34:30–31 tyst för sig själva och urskilja den här välsignelsen.

- Vilken försäkran ges i Alma 34:31 till dem som omvänder sig nu? ("[Då] träder den stora återlösningsplanen omedelbart i kraft för er.")

Läs följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum:

"Ni behöver inte veta allt innan försoningens kraft verkar i ert liv. Tro på Kristus och den börjar verka den dag ni ber om den!" ("*Tvagna rena*", *Nordstjärnan*, juli 1997, s. 9.)

- Hur hjälps vi av att veta att vi har den här försäkran? Hur har ni upplevt att försoningen börjat verka i ert liv när ni har börjat förtrösta på den?

Läs följande uttalande av president Harold B. Lee. Be eleverna vara uppmärksamma på det som president Lee kallade "den viktigaste av alla Guds befallningar".

"Har ni gjort fel, låt då detta bli dagen då en förändring äger rum i ert liv. Vänd er bort från det felaktiga ni har gjort. Den viktigaste av alla Guds befallningar är den som ni har svårast att hålla i dag. Om det rör sig om oärlighet, om det rör sig om okyskhet, om det rör sig om bedrägeri, att inte säga sanningen, så är denna dag dagen då ni ska börja arbeta på detta tills ni kan övervinna denna svaghet ... Ställ allt till rätta och börja med nästa sak som ni har svårast för" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Harold B. Lee* [2000], s. 30).

- Vilken är "den viktigaste av alla Guds befallningar" enligt president Lee? Varför då?

Skriv följande ofullständiga meningar på tavlan. Be eleverna avsluta dem i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

*Det viktigaste budet för mig i dag är ...*

*Jag ska börja nu med att utöva tro till omvändelse genom att ...*

## Alma 35

### ***Omvända zoramiter bosätter sig bland de rättfärdiga***

Sammanfatta Alma 35 genom att berätta att många zoramiter omvände sig från sina synder. Deras ogudaktiga styresmän och präster lät driva ut dem ur landet, och de bosatte sig i Jershons land hos Ammons folk, som gav dem landområden. Nephiterna sände sina härar för att beskydda dem.

Vittna om att vi kan bli välsignade genom Frälsarens försoning så snart som vi utövar tro till omvändelse. Uppmuntra eleverna att följa Ammons folks och nephiternas exempel och stötta och visa vänlighet mot dem som vill omvända sig.



## Alma 36

## Inledning

Efter missionen bland zoramiterna gav Alma råd och anvisningar till var och en av sina söner. Hans råd och anvisningar till Helaman står i Alma 36 och 37. Alma vittnade för honom att Gud befriar dem som sätter sin lit till honom. För att åskådliggöra den här sanningen berättade Alma om sin upplevelse många år tidigare när han tack vare Jesu Kristi försoning befriades från kvalen som hans synder vållade honom. Han berättade om sina bemödanden att föra andra till Kristus så att

de också skulle få uppleva den glädje som omvändelsen skänker.

*Obs:* I lektion 94 får tre elever tillfälle att undervisa. Om du inte redan har gjort det så välj gärna ut de tre eleverna nu och ge dem kopior av de angivna delarna så att de kan förbereda sig. Uppmuntra dem att studera lektionsstoffet under bön och att söka den Helige Andens vägledning så att de vet hur de ska anpassa lektionen efter klasskamraternas behov.

**Uppmuntra eleverna att be till Gud om vägledning när de ska göra en uppgift**

När du ger eleverna uppgifter som till exempel att hålla en del av lektionen, uppmuntra dem då att be till Gud om vägledning när de gör uppgifterna. Din uppmuntran ger dem större tillförsikt att de kan bli upplysta av Anden (se L&F 6:14–15).

## Lektionsförslag

## Alma 36:1–5

*Alma undervisar Helaman om Guds kraft att befria*

Be eleverna tänka på något som deras föräldrar bar vittnesbörd eller undervisade dem om och hur det har påverkat dem positivt. Be en eller två elever berätta för klassen vad de tänkte på.

Berätta att kapitel 36–42 i Almas bok innehåller Almas råd och anvisningar till sina söner. Kapitel 36–37 riktas till Helaman, kapitel 38 till Shiblön och kapitel 39–42 till Corianton.

Uppmuntra eleverna att föreställa sig att de är Helaman när han lyssnade på sin fars vittnesbörd i Alma 36:1–5. Be eleverna läsa de här verserna tyst för sig själva och upptäcka vad som gör störst intryck på dem i fråga om Almas vittnesbörd.

- Vad gör störst intryck på er i de här verserna? Varför då?

## Alma 36:6–22

*Alma beskriver sitt uppror och berättar hur han fick förlåtelse*

Tala om att Alma ville framhålla och vittna om Guds kraft att befria dem som sätter sin lit till honom och därför berättade han om sin egen upplevelse när han befriades från kvalen som hans synder vållade honom. Be eleverna att ögna igenom Alma 36:6–9 och sammanfatta vad som hände Alma och Mosiahs söner när de gick omkring och försökte förgöra kyrkan.

Be en elev läsa Alma 36:10 högt. Be klassen lägga märke till hur länge Alma led på grund av sina synder. Berätta att vi i Alma 36:11–17 får en mer detaljerad beskrivning av vad Alma upplevde under de tre dygnen av kval än i andra skildringar av hans omvändelse (se Mosiah 27 och Alma 38). Dela upp eleverna i par. Be paren studera Alma 36:11–17 och leta efter ord och uttryck som Alma använder för att beskriva sin fruktan eller smärta. Föreslå gärna att eleverna markerar det de upptäcker. Be eleverna berätta vad de hittade för ord och uttryck. (Skriv dem gärna på tavlan.) Ställ följande fråga:

- Vad var orsaken till att Alma kände sig så här?

För att hjälpa eleverna förstå Almas intensiva kval, som skildras med ord som *plågades*, *sönderslets* och *pina*, läser du följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum:

”*Plågades* [engelska ”racked”] betyder ’torterades’. I forna dagar torterades offret på en sträckbänk med hand- och fotleder fastbundna vid en axel som sedan kunde vridas och orsaka outhärdlig smärta.

En harv [engelska "harrow"] är en ram försedd med spetsiga pinnar. När den dras över marken river och sliter den upp jorden. Skrifterna talar ofta om att själen och medvetandet sönderslits av skuld.

Ordet tortyr härleds från ett ord som betyder 'vrida', och [den *pina* det orsakar] är så smärtsam att till och med den oskyldige erkänner" (se "Beröringen av Mästarens hand", *Liahona*, juli 2001, s. 25).

- Vad lär oss Almas upplevelse om syndens följder? (Hjälp eleverna urskilja följande sanning: **Synd leder till smärta, lidande och ånger.**)
- Får ni intrycket att Alma kände smärta och ånger över sina synder genast efter det att han hade begått dem? Varför tror ni att det är viktigt att förstå att vi kanske inte genast upplever verkningarna av våra synder?

Be eleverna tänka på upplevelser när de har känt smärta eller ånger på grund av sina synder. Läs därefter följande uttalande av president Packer:

"Var och en av oss har åtminstone smakat de samvetsqual som följer på våra misstag ...

Om ni tyngs av skuldkänslor eller besvikelser, av misslyckanden eller skamkänslor, finns det ett botemedel" (se "Beröringen av Mästarens hand", s. 25).

Berätta att när Almas smärta och ånger över sina synder var som intensivast kom han ihåg botemedlet mot smärtan.

- Vad var det han kom ihåg enligt Alma 36:17?

Be en elev läsa Alma 36:18 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Alma handlade till följd av sin fars undervisning. För att hjälpa eleverna förstå de här verserna ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:



"Alma hade rörts av sin fars undervisning, men det är särskilt viktigt att komma ihåg att den profetia han mindes var den som handlade om att 'en viss Jesus Kristus, en Guds Son, skulle komma för att sona världens synder' (Alma 36:17). Det är namnet och det är budskapet som varje människa måste lyssna till ... Oavsett vilka andra böner vi uppsänder, oavsett vilka andra behov vi har, är de alla på något sätt beroende av denna vädjan: 'O

Jesus, du Guds Son, förbarma dig över mig.' Han är beredd att skänka oss denna barmhärtighet. Han betalade med sitt eget liv för att kunna ge den" (*However Long and Hard the Road* [1985], s. 85).

- Varför tror ni att det är viktigt att vi inte bara lär oss mer om Jesus Kristus utan också ber om att få hans försonings välsignelser?

Uppmuntra eleverna att fundera över om de har bett om att få Jesu Kristi försonings välsignelser, däribland förlåtelsens välsignelse.

Be eleverna utforska Alma 36:19–22 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som beskriver hur Almas känslor förändrades efter att han bad att Jesus skulle förbarma sig över honom.

- Vilka ord och uttryck hittade ni som beskriver hur Almas känslor förändrades?

Ställ följande fråga om vart och ett av orden och uttrycken som eleverna hittade:

- Vad lär er det här uttrycket (eller ordet) om kraften i Frälsarens försoning? (När eleverna besvarar frågan hjälper du dem förstå att Alma inte bara blev av med sin smärta utan han fylldes också med glädje.)

Skriv följande ofullständiga påstående på tavlan: *Om vi utövar tro på Jesus Kristus och hans försoning så ...*

- Vad lär vi oss av Almas upplevelse om vad Herren gör för oss när vi omvänder oss uppriktigt? (Eleverna kanske nämner olika principer, men förvissa dig om att de förstår att **om vi utövar tro på Jesus Kristus och hans försoning så befriar han oss från smärtan som våra synder vållat oss och fyller oss med glädje.** Avsluta påståendet på tavlan.)
- Hur utövar vi tro på Jesus Kristus så att vi kan bli befriade från den smärta eller ånger vi känner på grund av våra synder?

Läs följande situation för eleverna och be dem fundera på hur de skulle svara:

En kamrat som läser Mormons bok oroar sig över Almas ord i Alma 36:19. Han frågar dig: "Om jag kommer ihåg mina synder och fortfarande är ledsen för dem, betyder det att jag inte har blivit förlåten?"

Be eleverna förklara hur de kan tillämpa Almas upplevelse på den här situationen. Efter att eleverna berättat läser du följande uttalande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:



"Satan försöker få oss att tro att våra synder inte är förlåtna eftersom *vi* minns dem. Satan är en lögnare. Han försöker få oss att se suddigt och leda oss bort från omvändelsens och förlåtelsens stig. Gud har inte lovat oss att *vi* inte skulle minnas våra synder. Att minnas dem hjälper oss undvika att göra samma misstag igen. Men om vi håller oss trogna och trofasta, uppmjukas minnet av våra synder med tiden. Detta är del av den nödvändiga läknings- och helgelseprocessen. Alma vittnade om att han, efter det att han ropat till Jesus om barmhärtighet, fortfarande mindes sina synder, men minnet av hans synder varken störde eller plågade honom, eftersom han visste att han fått förlåtelse (se Alma 36:17–19).

Det är vårt ansvar att undvika allt som kan framkalla gamla syndiga minnen. När vi fortsätter att ha 'ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande' (3 Nephi 12:19), kan vi lita på att Gud 'inte längre [kommer] ihåg [våra synder]' (se "Återvänd med säkerhet", *Liahona*, maj 2007, s. 101).

- Hur skulle ni med tanke på president Uchtdorfs uttalande förklara vad det innebär att "inte längre [sönderslit] av minnet av [våra] synder"? (Alma 36:19.)

Vittna om att om vi utövar tro på Jesus Kristus och hans försoning så befriar han oss från smärtan som våra synder vållat oss och fyller oss med glädje. Uppmuntra eleverna att tänka på hur de skulle kunna tillämpa det de har lärt sig av Almas upplevelse. Om tiden medger låter du eleverna sjunga "Var skall jag finna frid". (*Psalmer*, nr 75.)

### Alma 36:23–30

#### *Alma förklarar varför han arbetar oavbrutet för att föra andra till omvändelse*

Fundera på att använda följande aktivitet för att hjälpa eleverna förstå varför Alma arbetade oavbrutet för att föra andra till omvändelse. (Du kan också beskriva aktiviteten, om du inte har möjlighet att ta med dig småkakor eller liknande till lektionen.)

Håll fram en småkaka eller liknande och fråga om någon i klassen tycker om sådant. Smaka på den och berätta hur god den är. Tala om för eleverna att den är så god att du skulle vilja att alla i klassen får smaka på den. Visa att du har kakor till alla och fråga om någon annan vill smaka. Bjud alla som vill på en kaka.

Be en elev läsa Alma 36:23–24 högt. Be klassen följa med i texten och försöka komma på vad Almas liv efter hans omvändelse har att göra med den här smakningsaktiviteten.

- På vad sätt påminner den här smakningsaktiviteten om Almas handlingar? Vad ville Alma att andra skulle smaka?

Be en elev läsa Alma 36:25–26 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Alma och andra påverkades av hans bemödanden att undervisa om evangeliet.

- Hur påverkades Alma och andra av Almas undervisning?
- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de uttrycker att **vi får stor glädje när vi söker föra andra till Kristus.**)

Sammanfatta Alma 36:27–30 genom att berätta att Alma vittnade för Helaman att Herren befriar dem som sätter sin lit till honom. Vittna om den glädje vi får när vi utövar tro på Jesus Kristus och när vi uppmuntrar andra att också göra det. För att hjälpa eleverna tillämpa det de har lärt sig i Alma 36 ber du dem att göra en av uppgifterna nedan. (Skriv dem gärna på tavlan.)

1. Fundera över om du har känt att Frälsaren befriat dig från synder och fyllt dig med glädje. Skriv i din skriftdagbok vad du kommer göra så att du kan få den välsignelsen.
2. Tänk på någon (till exempel en kamrat, en bror eller syster, en medlem i församlingen) som kunde ha nytta av att du bar vittnesbörd för honom eller henne om Frälsaren. Skriv ett brev till den personen och bär vittnesbörd om att Jesus Kristus kan befria oss från smärtan som våra synder vållat oss och fylla oss med glädje.

## Alma 37

## Inledning

Alma fortsatte att ge sin son Helaman råd och anvisningar och anförtrorde de heliga uppteckningarna åt honom. Han påminde Helaman om att skrifterna redan hade varit medlet att föra tusentals lamaniter till Herren, och han profeterade att Herren hade stora avsikter med uppteckningarna i framtiden. Alma instruerade sin son och sade vad han skulle undervisa folket om. Han

jämförde Kristi ord med Liahona och betonade för Helaman hur viktigt det är att söka vägledning i dem.

*Obs:* I den här lektionen får tre elever tillfälle att undervisa klassen. Ge dem kopior av avsnitten de ska undervisa om några dagar i förväg så att de får möjlighet att förbereda sig. Du kan också välja att själv undervisa om de här avsnitten.

## Lektionsförslag

## Alma 37

*Alma anförtror uppteckningarna åt Helaman, uppmanar honom att hålla buden och påminner honom om att Liahona fungerade i enlighet med människornas tro*

Skriv följande på tavlan:

Små och enkla medel → STOR VERKAN

Be eleverna nämna några små och enkla medel som gjort stor verkan i deras liv. Be dem gärna berätta varför.

Berätta att i Alma 37 ger Alma sin son Helaman råd och anvisningar och bereder honom på att ta över ansvaret för de heliga uppteckningarna. Alma undervisade honom om att små och enkla medel spelar en viktig roll i Herrens verk. Be en elev läsa Alma 37:6–7 högt.

Vad lär vi oss i de här verserna om värdet av "små och enkla medel"? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör deras svar uttrycka att **Herren använder sig av små och enkla medel för att genomföra sina eviga avsikter.**)

Be eleverna läsa Alma 37:1–5 tyst för sig själva och leta efter exempel på små och enkla medel som kan göra stor verkan i personers liv (de heliga uppteckningarna eller skrifterna). Efter att eleverna berättat om exemplen de hittat skriver du ordet *skrifterna* på tavlan under *Små och enkla medel*.

Be eleverna utforska Alma 37:8–10 och ta reda på hur människorna i Mormons bok påverkades av skrifterna. Skriv gärna elevernas iakttagelser på tavlan under *STOR VERKAN*.

- På vilka sätt har skrifterna gjort stor verkan i ert liv?

Sammanfatta Alma 37:11–32 genom att berätta att Alma undervisade Helaman om att Herren skulle visa sin makt genom Mormons boks framkomst. Han uppmanade Helaman att hålla Guds bud och noggrant föra och bevara uppteckningarna. Han instruerade honom också att använda uppteckningarna när han undervisade folket men undvika att avslöja alla detaljer om Jarediternas ogudaktighet och undergång.

Be eleverna läsa Alma 37:13–16 tyst för sig själva och leta efter principer som Alma undervisade Helaman om då han anförtrorde uppteckningarna åt honom. (Eleverna kanske föreslår flera olika principer, men förvissa dig om att de förstår att **om vi håller Herrens bud så hjälper han oss att fullgöra våra plikter**. Fråga gärna eleverna efter sambandet mellan den här principen och tanken att små och enkla medel kan göra stor verkan.)

Resten av lektionen är avsedd att hållas av tre elever. Om det är en stor klass, ber du eleverna att gå till tre olika delar av rummet. Dela upp klassen i tre grupper. Be varje grupp att ta med sig skrifterna, studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker och pennor och samlas kring en av eleverna som ska undervisa. Efter att eleven hållit sin lektion låter du

grupperna rotera. Om det är en liten klass, kan eleverna som ska undervisa turas om att hålla sin lektion för hela klassen. I båda fallen bör eleven som undervisar hålla sig till cirka sju minuter när han eller hon håller lektionen och leder diskussionen.

### Lärare 1 – Alma 37:33–34

Be dina klasskamrater tänka på en lokal ledare i kyrkan eller en generalauktoritet som lärt dem något som gjort stor skillnad i deras liv. Be några elever berätta vad den här ledaren lärde dem och hur det påverkade dem. Du skulle också kunna berätta om ett exempel ur ditt eget liv.

Be två elever turas om att läsa högt ur Alma 37:33–34. Be resten av klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Alma rådde Helaman att undervisa folket om. Du skulle kunna föreslå att de markerar uttrycken "predika för dem" och "lär dem". Skriv *Kyrkans ledares undervisning* på tavlan eller på ett papper. När eleverna har läst de här verserna ber du dem berätta vad de har hittat. Skriv deras svar under *Kyrkans ledares undervisning*. Ställ följande frågor:

- Hur skulle undervisning om de här sakerna kunna vara till särskilt stor hjälp för oss i dag? Varför då?

Be dina klasskamrater titta på de sista orden i Alma 37:34 och upptäcka vad vi får för välsignelse när vi gör det som kyrkans ledare undervisar om. Skriv följande princip på tavlan: **När vi gör det som kyrkans ledare undervisar oss om finner vi ro för våra själar.** Fråga dem vad de tror det innebär att "finna ro för sina själar". (I svaren kan ingå att bli fri från syndens följder, att få uppleva Andens frid och att bli välsignad med kraft att uthärda och övervinna svårigheter.)

Bär vittnesbörd om hur den här principen har visat sig vara sann i ditt liv. Om tiden medger, ber du andra bära vittnesbörd om den här principen.

### Lärare 2 – Alma 37:35–37

Berätta för dina klasskamrater att de som planterar träd ofta binder fast plantan vid en käpp, som de tar bort när trädet vuxit till sig. Fråga dem varför de tror att man gör det. Läs därefter följande berättelse om ett träd som president Gordon B. Hinckley planterade i sin trädgård:



President Gordon B. Hinckley planterade ett ungt träd bredvid huset kort efter att han hade gift sig. Han ägnade föga uppmärksamhet åt trädet under de följande åren. En dag märkte han att trädet var deformerat och lutade mot väster. Han försökte räta upp trädet med muskelkraft men stammen var för kraftig. Han använde block och talja men utan framgång. Till slut sågade han av den tunga grenen på västsidan, vilket efterlämnade ett fult ärr. Han sade senare om trädet:


"Drygt ett halvt århundrade har gått sedan jag planterade trädet ... Häromdagen tittade jag på trädet igen. Det är stort. Det har bättre form. Det är en stor tillgång för huset. Men vilken allvarlig chock jag utsatte trädet för när det var ungt, och hur brutalt behandlade jag det inte när jag försökte räta på det.

När det planterades hade ett snöre kunnat hålla det på plats mot vindstyrkan. Jag kunde och borde ha knutit det snöret, med minimal ansträngning. Men det gjorde jag inte, och trädet böjde sig för de krafter det utsattes för" (se "Vänj den unge vid den väg han bör vandra", *Nordstjärnan*, jan. 1994, s. 56).

Be eleverna läsa Almas råd till Helaman i Alma 37:35. Be dem tänka på sambandet med president Hinckleys erfarenhet med trädet.

Be eleverna sammanfatta Alma 37:35 med egna ord. (Deras sammanfattning bör uttrycka att **vi bör lära oss i vår ungdom att hålla Guds bud.**) Be dem också besvara följande frågor skriftligt. (Skriv gärna frågorna på tavlan eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.)

- Vad tror ni det gör för skillnad i någons liv om han eller hon lär sig att hålla Guds bud i sin ungdom?
- Kan ni komma på några personer som blivit rikt välsignade i livet därför att de lärde sig att hålla Guds bud i sin ungdom? Skriv om på vad sätt de blev välsignade.

 **Alma 37:35** är ett nyckelskriftställe. Hjälpt gärna eleverna att lära sig det här skriftstället genom att be dem att göra uppgiften i slutet av dagens lektion.

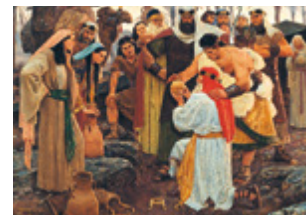
Be några elever berätta vad de skrev. Be därefter en elev läsa Alma 37:36–37 högt. Be resten av klassen följa med i texten och vara uppmärksam på råd som hjälper dem att hålla buden medan de är unga.

- Om ni följer det här rådet dagligen, hur kan det hjälpa er att hålla buden?
- På vad sätt försöker ni sätta Herren främst i era tankar, ord, handlingar och känslor? (Uppmuntra eleverna att tänka på hur de skulle kunna förbättra sig.)

Berätta att detta att du har rådgjort med Herren har hjälpt dig att hålla buden. Uppmuntra dina klasskamrater att rådgöra med Herren i allt vad de gör.

### Lärare 3 – Alma 37:38–45

Visa bilden Liahona (62041 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 68). Påminn dina klasskamrater om kompassen som Herren använde för att hjälpa Lehis familj att färdas till det utlovade landet. I Alma 37:38 får vi veta att kompassen kallades Liahona. Tala om att Alma berättade om Liahona för att undervisa Helaman om en viktig princip om hur Herren vägleder sina barn.



Berätta för dina klasskamrater att du kommer ställa frågor till dem och sedan be dem turas om att läsa några verser högt medan alla andra är uppmärksamma på svaren. Be dem besvara varje fråga efter att dithörande skriftställe har lästs.

- Hur fungerade Liahona? (Se Alma 37:38–40.)
- Varför slutade ibland Liahona fungera? (Se Alma 37:41–42.)
- Hur skulle vi kunna likna Liahona vid Kristi ord? (Se Alma 37:43–45.)

Du kan behöva förklara att orden *skuggbild* och *symbolik* i de här verserna syftar på "en person, händelse eller ritual som har likheter med en viktigare person, händelse eller ritual som följer ... Sann symbolik innehåller påfallande likheter, vittnar om gudomligt förordnande och förebådar framtida händelser" (Joseph Fielding McConkie, *Gospel Symbolism* [1985], 274). Valet att följa eller inte följa Liahonas vägledning är som valet att följa eller inte följa den vägledning vi får genom Kristi ord.

- Var finner vi Kristi ord? (I svaren kan ingå: i skrifterna, de nutida profeternas ord, patriarkaliska välsignelser och den Helige Andens meningar.)

Be dina klasskamrater sammanfatta Almas ord i Alma 37:38–45, särskilt vers 44–45.

Diskussionen bör innefatta följande sanning: **Om vi följer Jesu Kristi ord, visar de oss vägen så att vi kan få evigt liv.**

Berätta hur Kristi ord har påverkat dig i andligt avseende och hur de hjälper dig att gå framåt mot evigt liv. Du skulle kunna föreslå att eleverna funderar på att få en patriarkalisk välsignelse, om de inte redan har fått en, och läser den regelbundet och under bön.

*Anmärkning till läraren:* Tacka eleverna efter att de har hållit sin del av lektionen. Om tiden medger kan du ge några elever möjlighet att vittna om en av principerna de lärde sig i dag. Du skulle också kunna vittna om dessa principer. Avsluta med att be klassen följa med i texten när du läser Alma 37:46–47 högt.

### Nyckelskriftställe – Alma 37:35

*Obs:* Följande hemuppgift förbereder eleverna på den första delen av nästa lektion (Alma 38). Förklara uppgiften för eleverna och tala om att du kommer att följa upp den med att be dem berätta nästa gång ni träffas.

Framhåll att Alma 37:35 är ett nyckelskriftställe. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt. Be dem lära sig skriftstället utantill i kväll och läsa upp det ur minnet för en förälder eller någon annan vuxen som de har förtroende för. (De skulle också kunna läsa det tillsammans med en vuxen.) Uppmuntra dem att ställa följande frågor till dem. (Be gärna eleverna att skriva de här frågorna på ett papper och ta med sig det hem.)

På vad sätt har det hjälpt dig att du håller Guds bud?

Har du något råd till mig som kunde hjälpa mig att vara visare i min ungdom?

Tala om för eleverna att du kommer att be dem berätta om svaren de fick nästa gång ni träffas.

## Alma 38

## Inledning

Shiblon verkade som missionär bland zoramiterna tillsammans med sin far Alma (se Alma 31:7). Efteråt berättade Alma hur glad han var att Shiblon hade varit ståndaktig och trofast när man förföljde honom. Alma

vittnade också för Shiblon om att Frälsaren har kraften att befria oss och gav honom råd om hans fortsatta strävan att undervisa om evangeliet.

*Fråga om uppgifter som du gett eleverna*

När du ber eleverna berätta hur de utfört uppgifter som de fått att tillämpa evangeliets principer, ger du dem möjlighet att vittna om välsignelserna man får när man lever efter evangeliet. När eleverna berättar vad de upplevt då de tillämpat evangeliets sanningar, stärker de sitt vittnesbörd och bidrar till att stärka andras vittnesbörd.

## Lektionsförslag

## Alma 38:1–3

*Alma uttrycker glädje över Shiblons trofasthet*

Om du i slutet av förra lektionen bad eleverna göra en hemuppgift, påminner du dem om de två frågorna som de skulle ställa till sina föräldrar eller någon annan vuxen som de har förtroende för:

- På vad sätt har det hjälpt dig att du håller Guds bud?
- Har du något råd till mig som kunde hjälpa mig att vara visare i min ungdom?

Be eleverna berätta om de erfarenheter de gjorde. Efteråt frågar du:

- Hur påverkades er önskan att hålla Guds bud av den här erfarenheten?

Tala om att Alma 38 innehåller råd som Alma gav sin son Shiblon. Be en elev läsa Alma 38:1–3 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på uttryck som beskriver Almas känslor i fråga om Shiblon och varför han kände så. Be eleverna berätta vad de hittar.

- Vad lär vi oss i Alma 38:2–3 om inflytandet som rättfärdiga barn kan ha på sina föräldrar? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men förvissa dig om att de urskiljer sanningen att **när ungdomar håller Guds bud ståndaktigt och trofast kan de skänka sina föräldrar stor glädje.**)
- När kände era föräldrar glädje därför att ni fattade ett bra beslut eller därför att ni försökte leva efter evangeliet?
- Hur påverkas förhållandet till era föräldrar av att ni försöker leva efter evangeliet?

Berätta gärna ett eget exempel på hur din familj påverkats av dina barns rättfärdiga val.

## Alma 38:4–9

*Alma vittnar om att Frälsaren har kraften att befria*

Berätta att Alma påminde Shiblon om att de båda hade upplevt att Frälsaren har kraften att befria. Gör ett utdelningsblad med följande uppställning eller visa den på tavlan och låt eleverna skriva av den i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

	Shiblon (Alma 38:4–5)	Alma (Alma 38:6–8)
Vad befriades han från?		
Varför blev han befriad?		
Vad kan vi lära oss av hans upplevelse?		

Fyll i uppställningen tillsammans eller be eleverna göra det två och två. Be eleverna titta på skriftställena i uppställningen när de besvarar frågorna. Uppmuntra dem att ta med det som de redan vet om hur Herren befriade Shiblön (se Alma 38:2–3) och Alma (se Mosiah 27; Alma 36). När de är färdiga ställer du följande frågor för att hjälpa dem samtala om principerna de har lärt sig:

- Vad kan vi lära oss av Shiblöns upplevelser? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer. Förvissa dig om att de urskiljer följande sanning: **Om vi uthärdar allt med tålamod och sätter vår lit till Gud, befriar han oss från prövningar, besvärligheter och lidanden och upphöjer oss på den yttersta dagen.**)
- Vad lär vi oss av Almas upplevelse? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men förvissa dig om att de uttrycker att **för att få förlåtelse för våra synder och finna frid i vår själ, måste vi utöva tro på Jesus Kristus och söka hans barmhärtighet.**)

Be en elev läsa Alma 38:9 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Alma ville att hans son skulle lära sig om Frälsaren.

- Varför är det viktigt att veta "att det inte finns någon annan väg eller något annat sätt för människan att bli frälst" än genom Jesus Kristus?
- På vad sätt har ni upplevt att ni blivit befriade genom Frälsarens kraft? (Låt gärna eleverna få en stund på sig att begrunda den här frågan innan du ber dem besvara den.) Vad gjorde ni för att bli befriade?

Låt eleverna få tid på sig att begrunda hur de skulle kunna få hjälp av Herren att lösa ett personligt problem.

### Alma 38:10–15

#### *Alma uppmanar Shiblön att fortsätta att undervisa om evangeliet och utveckla rättfärdiga egenskaper*

Berätta att Alma uppmanade Shiblön att utveckla egenskaper som skulle hjälpa honom när han fortsatte att undervisa om evangeliet och tjäna andra. Almas råd till Shiblön gäller för alla som vill tjäna, undervisa eller påverka andra i rätt riktning. Be eleverna läsa Alma 38:10–15 tyst för sig själva och leta efter råd som skulle vara till särskilt stor hjälp för dem. Föreslå gärna att eleverna markerar det de hittar.

Ge eleverna en kopia av studievägledningen i slutet av lektion. Berätta att när de använder den vägledningen kommer de förstå hur **vår strävan att utveckla rättfärdiga egenskaper förbereder oss för att undervisa och tjäna andra**. Be dem välja ett av Almas råd i den vänstra spalten och göra motsvarande läraktivitet i den högra spalten. (Om du inte har möjlighet att kopiera studievägledningen så kan du anpassa aktiviteten genom att leda en diskussion i klassen med hjälp av informationen i studievägledningen.)

När eleverna har haft tillräcklig tid att göra en av inlärningsaktiviteterna, fundera då på att låta flera av dem berätta vad de lärde sig av aktiviteten och hur de tänker använda det. Om du har gett eleverna en kopia av studievägledningen, uppmuntra dem då att ta med sig den hem och lära sig mer om Almas råd till Shiblön.

#### **Anpassa inlärningsaktiviteter**

Undervisningsmetoderna i den här handledningen är förslag. Använd dem med förstånd och anpassa dem vid behov efter era omständigheter och enskilda elevers och klassens behov. Be om den Helige Andens vägledning.



### Studievägledning för Alma 38:10–12

Titta på Almas råd nedan och välj ett där du vill förbättra dig. Gör motsvarande inlärningsaktivitet. Det hjälper dig att tillämpa rådet i ditt liv.

Almas råd	Inlärningsaktiviteter
<p>”Vara flitig och måttlig i allt” (Alma 38:10).</p>	<p>Flit är konsekvent och samvetsgrant bemödande. Måttlighet är att hålla sig klart inom gränser, att ”utöva självbehärskning” (Kent D. Watson, ”Var måttlig i allt”, <i>Liahona</i>, nov. 2009, s. 38). Skriv i din skriftdagbok om varför man behöver de här två egenskaperna när man undervisar om evangeliet och tjänar andra. Skriv också om områden i ditt liv där du kan behöva arbeta på att bli flitig och måttlig och hur förbättringar på det området hjälper dig att tjäna och undervisa andra bättre.</p>
<p>”Se till att du inte förhäver dig i högmod ... skryter” (Alma 38:11).</p>	<p>En sida av högmod är att förlita sig mer på sig själv än på Gud. En annan sida är att tro att man är bättre eller viktigare än andra. Skriv i din skriftdagbok om vad som kan hända om en medlem i kyrkan är högmodig i sitt ämbete. Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum sade: ”Sanna lärjungar talar med stillsam förtröstan, inte med skrytsamt högmod” (”Kristligt mod: Lärjungeskapets pris”, <i>Liahona</i>, nov. 2008, s. 73). Tänk på någon du känner som undervisar om evangeliet med ”stillsam förtröstan”. Skriv i din skriftdagbok om den här personen och hur hans eller hennes undervisning har påverkat dig. Skriv också ner ett eller två sätt du ska försöka undvika att bli högmodig.</p>
<p>”Var frimodig, men inte överlägsen” (Alma 38:12).</p>	<p>Läs aposteln Paulus ord i Filipperbrevet 1:14 (i Nya testamentet) om vad som gör Guds tjänare frimodiga. President James E. Faust i första presidentskapet berättade hur vi undviker en överlägsen attityd: ”Jag tror inte att vi behöver vara ... högljudda, påträngande eller okänsliga när vi [missionerar]” (i James P. Bell, <i>In the Strength of the Lord: The Life and Teachings of James E. Faust</i> [1999], s. 373). Skriv i din skriftdagbok om hur man kan vara frimodig utan att vara överlägsen. Skriv ner en bestämd sak du kommer göra för att tillämpa rådet att vara frimodig utan att vara överlägsen. Skriv också om hur det här rådet kan hjälpa dig att undervisa och tjäna andra framgångsrikt.</p>
<p>”Se ... till att du tyglar alla dina lidelser” (Alma 38:12).</p>	<p>Att tygla betyder att styra eller behärska. En lidelse är en stark känsla. Begrunda följande frågor och besvara dem i din skriftdagbok: Varför tror du att det är viktigt att vi tyglar våra lidelser? Om vi tyglar våra lidelser, hur kan det hjälpa oss att vara fyllda med kärlek? Vad kommer du göra för att följa Almas råd att tygla alla dina lidelser?</p>
<p>”Se till att du avhåller dig från lättja” (Alma 38:12).</p>	<p>Titta på skriftställe hänvisningarna som listas i Handledning för skriftstudier under ”Lat, Lättja”. Leta efter vad det innebär att vara lat och efter dess motsats. Välj två verser och studera dem. Skriv i din skriftdagbok vad du lär dig i verserna som du valde. Skriv om hur rådet att avhålla dig från lättja kommer att hjälpa dig att undervisa och tjäna andra bättre. Skriv ett bestämt sätt hur du kommer att avstå från lättja.</p>

# Hemstudielektion

## Alma 33–38 (Studieavsnitt 19)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminariet

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 33–38 (studieavsnitt 19) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 33–35)

Alma undervisade zoramiterna om att vi ständigt kan tillbe Herren genom bön. Alma undervisade sedan om att vår himmelske Fader visar barmhärtighet mot oss på grund av Jesu Kristi försoning så att vi kan få förlåtelse för våra synder. Amulek undervisade zoramiterna om att Jesu Kristi oändliga och eviga försoning gör det möjligt för hela människosläktet att bli frälst. Eleverna lärde sig också att vi måste utöva tro till omvändelse för att kunna få försoningens fullständiga välsignelser.

#### Dag 2 (Alma 36)

När eleverna läste om Almas omvändelse lärde de sig att synd leder till smärta och ånger. De lärde sig också att om vi utövar tro på Jesus Kristus och hans försoning så befriar han oss från smärtan som våra synder vållat oss och fyller oss med glädje. Liksom Alma får vi stor glädje när vi söker föra andra till Kristus.

#### Dag 3 (Alma 37)

Alma gav sin son Helaman ansvaret att föra och bevara de heliga uppteckningarna. När de studerade Almas ord lärde sig eleverna att Herren använder sig av små och enkla medel för att genomföra sina eviga avsikter. De lärde sig också att om vi håller Guds bud får vi framgång. Alma undervisade sin son om att vi bör lära oss i vår ungdom att hålla Guds bud och att om vi hör sammar Jesu Kristi ord, visar de oss vägen så att vi kan få evigt liv.

#### Dag 4 (Alma 38)

När eleverna studerade Almas råd till Shiblön lärde de sig att om de i sin ungdom håller Guds bud ständaktigt och trofast kan de skänka sina föräldrar stor glädje. Alma vittnade för sina söner och sade att om vi uthärdar allt med tålmod och sätter vår lit till Gud, befriar han oss från prövningar, besvärigheter och lidanden och upphöjer oss på den yttersta dagen. Alma vittnade också om följande: För att få förlåtelse för våra synder och finna frid i vår själ, måste vi ropa till Herren om barmhärtighet. Eleverna lärde sig också att vår strävan att utveckla rättfärdiga egenskaper förbereder oss för att undervisa och tjäna andra.

### Inledning

Amulek undervisade zoramiterna om att Frälsarens försoningsoffer är "oändligt och evigt" (Alma 34:10). Eleverna lärde sig den här sanningen i sitt studium under veckan, och den här lektionen ger dem ytterligare möjligheter att förstå och uppskatta Jesu Kristi försoning.

### Lektionsförslag

#### Alma 33–35

*Alma och Amulek undervisar zoramiterna om Jesu Kristi försoning*

Fråga: Varför var Jesus Kristus den ende som kunde sona världens synder?

Påminn eleverna om att de som del av veckans uppgifter läste Alma 34:10–14 och markerade uttryck som innehåller orden *oändligt* och *evigt*. Be en elev läsa de här verserna högt, och be därefter eleverna berätta vilka uttryck de hittade.

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum för att hjälpa dem förstå på vad sätt Jesu Kristi försoning är oändlig eller obegränsad och evig:

"Hans försoning är obegränsad – utan slut. Den var också obegränsad på så sätt att hela människosläktet skulle bli frälst från en död utan slut. Den var obegränsad genom hans oändliga lidande ... Den var obegränsad i sin omfattning. Den skulle åstadkommas en gång för alla. Och försoningens barmhärtighet erbjuder inte bara ett obegränsat antal människor, utan också ett obegränsat antal världar, som skapats av honom. Den var obegränsad bortom alla mänskliga bedömningsmått eller jordisk fattningsförmåga.

Jesus var den ende som kunde erbjuda en sådan obegränsad försoning, eftersom han föddes av en jordisk mor och en odödlig Fader. Tack vare denna unika födslorett var Jesus en obegränsad varelse" (se "Försoningen", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 33).

Fråga: Hur hjälper oss Amuleks undervisning och äldste Nelsons förklaring att förstå varför Jesus Kristus var den ende som kunde sona världens synder?

Be eleverna sammanfatta vad de har lärt sig hittills i Alma 34 om Jesu Kristi försoning. Tala om att vi kan lära oss en viktig princip i det här avsnittet: **att Jesu Kristi oändliga och eviga försoning gör det möjligt för hela människosläktet att bli frälst.**

Skriv följande på tavlan eller på ett papper: *Föreställ er ett liv utan ...*

Håll fram ett föremål som är viktigt för många ungdomar (till exempel en mobiltelefon). Fråga: Vad skulle livet vara utan det här föremålet?

Håll sedan fram en flaska vatten eller ett glas vatten (eller något annat som är livsnödvändigt). Fråga: Vad skulle livet vara utan vatten?

Efter att eleverna har besvarat frågorna, avslutar du meningen på tavlan: *Föreställ er ett liv utan Jesu Kristi försoning.*

Ställ följande frågor:

- Hur föreställer ni er att människor ser på livet om de inte har kunskap om Jesus Kristus eller inte tror att det finns en Gud?
- Vad skulle vara annorlunda i livet utan Jesu Kristi försoning? (Låt eleverna få en stund på sig att begrunda den här frågan innan du ber dem besvara den.)

Berätta att Amulek undervisade zoramiterna om att de måste omvända sig för att få försoningens välsignelser (se Alma 34:15–17). Fråga eleverna om de någonsin dröjt med att omvända sig därför att de var rädda för att bekänna sina synder eller oroliga för att de inte var starka nog att ändra sig. Fråga sedan: Varför är det farligt att dröja med att omvända sig?

Be elever turas om att läsa högt ur Alma 34:30–35. Be klassen vara uppmärksam på vad Amulek sade om varför vi inte ska dröja med att omvända oss. Samtala om de här verserna genom att ställa följande frågor:

- Titta på Alma 34:32. Varför bör vi omvända oss nu? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då förstå följande princip: **Detta liv är tiden för människorna att bereda sig att möta Gud.**)
- Titta på Alma 34:33. Vad är syftet med det här livet? Vad händer med dem som skjuter upp sin omvändelse?

- Titta på Alma 34:31. Vilket löfte ges till dem som omvänder sig nu?

Läs följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum:

“Ni behöver inte veta allt innan försoningens kraft verkar i ert liv. Tro på Kristus och den börjar verka den dag ni ber om den!” (“Tvagna rena”, *Nordstjärnan*, juli 1997, s. 9.)

Fråga: Vad lär ni er i det här uttalandet av president Packer? Varför är det till stor hjälp för er?

## Alma 36

### *Alma ger råd och anvisningar till sin son Helaman*

Dina elever studerade Almas råd och anvisningar till hans son Alma i Alma 36 och läste om glädjen som Alma upplevde när han omvände sig uppriktigt från sina synder. Eleverna ombads läsa Alma 36:19–22 och sedan skriva i sina skriftdagböcker vad de här verserna lärde dem om försoningens kraft (dag 2, uppgift 3). Be några elever berätta vad de skrev. Avsluta med ditt eget vittnesbörd om Jesu Kristi försoning och glädjen som omvändelse skänker.

## Nästa studieavsnitt (Alma 39–44)

Be eleverna tänka på hur en kärleksfull förälder skulle kunna tillrättavisa en son eller dotter som begått svåra sexuella synder. Alma var i den situationen och undervisade sin son Corianton som hade syndat medan han var missionär.

## Alma 39

## Inledning

Alma tillrättavisade sin egensinnige son Corianton som hade övergett sitt uppdrag och begått sexuell synd. Alma undervisade honom om det allvarliga i hans handlingar och sade att han var besviken över att

Corianton hade gjort sig skyldig till en sådan svår synd. Alma befallde honom att inte längre följa sina ögons begär och att omvända sig. (Almas råd till Corianton i fråga om andra ämnen fortsätter i kapitel 40–42.)

## Lektionsförslag

## Alma 39:1–8

*Alma förklarar det allvarliga i sexuell synd för sin son Corianton*

Skriv följande fråga på tavlan: *Varför är somliga synder allvarligare än andra?*

Be eleverna begrunda den här frågan tyst för sig själva. Tala om att Almas råd i Alma 39 kan hjälpa oss att förstå hur allvarliga vissa synder är.

Be eleverna titta på informationen alldeles ovanför kapitel 39. Be dem ta reda på vem det är som talar i det här kapitlet och vem han talar till (Alma talar till sin son Corianton). Berätta att Corianton åtföljde Alma och sin bror Shiblon för att predika bland zoramiterna, men föll för frestelser. Framhåll för eleverna att om de förstår vad Corianton gjorde som var orätt så förstår de bättre Almas förmaningar och råd till honom i det här kapitlet och i de tre nästa kapitlen.

Be en elev läsa Alma 39:1–5 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad Corianton gjorde som var orätt. (Du kan behöva förklara att ordet *sköka* i vers 3 syftar på en omoralisk kvinna eller prostituerad.)

- Vad gjorde Corianton som var orätt? Vilken av hans synder var allvarligast? (Sexuell omoral.)
- Hos zoramiterna hade Corianton skrutit över sin styrka och visdom (se Alma 39:2). På vad sätt kan en högmodig attityd leda till allvarliga synder som sexuell omoral? Vad finns det för exempel i vår tid på att en högmodig attityd leder till att människor begår sexuell synd? (När eleverna samtalar om de här frågorna, framhåll då att skrytsamma personer ofta överskattar sin egen styrka – även sin förmåga att stå emot frestelser. Nutida exempel på det här är att börja dejta för tidigt och bara dejta en enda person.)

Be eleverna läsa Alma 39:5 tyst för sig själva och ta reda på vad Alma sade om det allvarliga i sexuell synd.

- Vad anser Herren om sexuell synd? (När eleverna besvarar den här frågan, hjälp dem då förstå att **sexuell synd är avskyvärt i Herrens ögon.**)
- Varför tror ni att otukt och äktenskapsbrott är de allvarligaste synderna näst efter mord?

För att hjälpa eleverna förstå Herrens normer och löften i fråga om sexuell renhet ber du dem att tyst läsa de två första styckena i avsnittet "Sexuell renhet" i *Vägledning för de unga*. Be dem leta efter svar på följande fråga när de läser. (Skriv gärna frågan på tavlan. Föreslå också att eleverna markerar svaren de hittar i häftet.)

- Vad finns det för fördelar med att förbli sexuellt ren?

Efter att eleverna haft tillräcklig tid att läsa och berätta om svaren de hittade, ber du dem att läsa resten av avsnittet och leta efter svar på följande fråga:

- Vad har Herren satt för normer för att vi ska förbli sexuellt rena?

Be eleverna begrunda vad de tror att Herren skulle vilja att de lärde sig i det som de just läste. Vittna om det allvarliga i att begå sexuell synd och om välsignelserna av sexuell renhet.

Framhåll att när Alma förmanade sin son och gav honom råd i en känslig sak så fullgjorde han en plikt som han hade som förälder. Be eleverna fundera på hur de skulle reagera om

deras föräldrar eller ledare i kyrkan gav dem råd och förmaningar i fråga om sexuell renhet. Be eleverna läsa Alma 39:7–8 tyst för sig själva och ta reda på Almas avsikt med att undervisa Corianton om det allvarliga i sexuell synd.

- Vad var skälet till att Alma undervisade Corianton om det allvarliga i hans synd? (Han ville hjälpa honom att omvända sig så att Corianton inte skulle behöva stå med skuld inför Gud.)
- Hur bör vi reagera när någon uppmanar oss att omvända oss?

För att hjälpa eleverna förstå varför föräldrar i likhet med Alma kan tänkas uppmana sina barn att omvända sig, läser du följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum:



”Inbjudan till omvändelse är ett uttryck för kärlek ... Om vi inte inbjuder andra att ändra sig eller om vi inte kräver omvändelse av oss själva, då fullgör vi inte en grundläggande plikt som vi är skyldiga oss själva och andra. En eftergiven förälder, en alltför förstående vän, en räddhågad ledare i kyrkan tänker i själva verket mer på sig själva än på deras välfärd och lycka som de skulle kunna hjälpa. Ja, uppmaningen till omvändelse uppfattas ibland som intolerant eller förolämpande och ses kanske med ogillande, men när den leds av Anden är den i själva verket sann omtanke” (*”Omvändelsens gudomliga gåva”, Liahona, nov. 2011, s. 39*).

### Alma 39:9–19

#### *Alma uppmanar Corianton att omvända sig*

Börja er genomgång av rådet som Alma gav sin son om hur han skulle omvända sig och vända sig till Herren med att skriva följande på tavlan: *Omvändelse innefattar ...*

Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 39:9–13. Gör en paus efter varje vers så att du kan ställa följande frågor till eleverna:

#### **Alma 39:9**

- Vad menas med att ”överge sina synder”? (Att sluta begå dem.)
- Hur har uttrycken ”inte längre följ[a] dina ögons begär” och ”avstå från allt sådant” att göra med att överge synder? (Förklara gärna att i vår tid kan uttrycket ”dina ögons begär” syfta på bilder eller underhållning som är pornografisk i någon form. För att betona hur farlig pornografi är skulle du kunna be eleverna läsa råden på sidan 11–12 i *Vägledning för de unga*.)
- På vilka sätt kan unga sista dagars heliga visa självbehärskning och förbli sexuellt rena och undvika att följa sina ögons begär? (För att hjälpa eleverna att diskutera den här frågan ingående kan du gärna beskriva några situationer som är relevanta för ert land och för elevernas omständigheter. Du kunde till exempel säga: En ung kvinna som är medlem i kyrkan har bestämt sig för att ”avstå från allt sådant”, men så frågar en ung man som hon beundrar om hon vill följa med på en fest, som hon vet inte är något för sista dagars heliga. Vad ska hon göra?)

Framhåll att Alma 39:9 är ett nyckelskriftställe. Föreslå gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

#### **Alma 39:10**


- Att söka andlig näring – hos föräldrar, ledare i kyrkan, syskon eller pålitliga vänner – hur kan det hjälpa oss att omvända oss?

#### **Alma 39:11**

- Vad menas med att inte ”låt[a sig] ... vilseledas”?
- Vad finns det för ”fåfängt eller dåraktigt” som människor vilseleds av nu för tiden?

#### **Alma 39:12**

- Vad innebär det att avstå från ondska? (Att undvika synd.)

 **Alma 39:9** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

**Alma 39:13**

Förklara att omvändelse innebär att man "vänder hjärta och vilja till Gud" (se Handledning för skriftstudier, "Omvända sig, Omvändelse"). I skrifterna betecknar uttrycket "vända sig till Herren" vanligtvis omvändelse.

- Vad innebär det att "vänd[a sig] till Herren av hela [sin] själ, förmåga och styrka"?

Påminn eleverna om att Coriantons uppförande bland zoramiterna ledde till att många av dem inte trodde på Almas ord (se Alma 39:11).

- När våra synder påverkar andra, vad måste vi då göra som del av vår omvändelse? (Erkänna eller bekänna våra fel för dem vi har sårat eller skadat och försöka gottgöra dem.)

Skriv följande sanning på tavlan: **Omvändelse innefattar att erkänna och överge våra synder och vända oss till Herren av hela vår själ, förmåga och styrka.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen i sina skrifter bredvid Alma 39:13. Be eleverna skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker vad de känner att Herren vill att de ska göra för att i högre grad vända hjärta och vilja till honom.

För att betona Frälsarens roll i omvändelseprocessen ber du en elev högt läsa Alma 39:15–16, 19. Be klassen vara uppmärksam på ett uttryck som upprepas två gånger i de här verserna. (Uttrycket är "glada budskap".)

- Vilka "glada budskap" undervisade Alma sin son om? (I elevernas svar bör ingå att **Jesus Kristus kom för att ta bort världens synder.** Skriv gärna det här på tavlan.)
- Varför var det ett glatt budskap för Corianton att Jesus Kristus skulle komma? (I samband med att eleverna besvarar den här frågan berättar du att Corianton senare omvände sig från sina synder och återupptog missionsarbetet [se Alma 49:30].)

Fundera på att berätta för eleverna hur budskapet om Jesu Kristi försoning har varit ett glatt budskap för dig och de dina. Bär själv vittnesbörd om principerna i Alma 39 som klassen har samtalat om i dag. Uppmuntra eleverna att följa de maningar de kan ha fått under lektionen att skydda sin renhet och vända sig till Herren genom omvändelse.

### Nyckelskriftställe – Alma 39:9

Dela upp klassen i grupper på fyra eller fem. Ge varje grupp en tärning och en penna. (I brist på tärningar kan du anpassa aktiviteten genom att lägga sex små papperslappar, var lapp med ett av talen 1 till 6 på den, i ett kuvert eller något slags behållare.) Varje elev behöver också ett tomt papper. Instruera varje grupp att sätta sig nära varandra runt ett bord eller i en ring. Be dem alla slå upp Alma 39:9.

Förklara att syftet med aktiviteten är att bli först i gruppen att skriva ut texten i Alma 39:9 helt. Men eftersom det bara finns en enda penna i gruppen kan bara en person åt gången skriva. För att få skriva måste de slå en etta med tärningen.

Låt eleverna i varje grupp turas om att slå tärningen (eller dra en papperslapp och sedan lägga tillbaka den). Får (eller drar) någon en etta tar den eleven pennan och börjar skriva samtidigt som han säger varje ord han skriver. Under tiden fortsätter de andra i gruppen att turas om att slå tärningen för att själva få en chans att ta pennan. Slår någon annan elev i gruppen en etta, tar hon pennan ifrån den förra skrivaren och börja skriva versen på sitt eget papper samtidigt som hon säger varje ord. Föregående skrivare får börja om att slå tärning med de andra i gruppen. Slår elever en etta som redan har skrivit en del av skriftstället måste de först högt läsa det som de har skrivit innan de fortsätter att skriva resten av versen. (Den här repetitionen hjälper eleverna att lära sig versen utantill.) Aktiviteten avslutas när en elev i varje grupp har skrivit ut Alma 39:9 helt.

Be klassen upprepa versen tillsammans efter aktiviteten.

*Obs:* Med tanke på lektionens karaktär och utsträckning kan ni gärna göra den här aktiviteten en annan gång, när ni har tid över.

## Alma 40

## Inledning

När Alma undervisade sin son Corianton om syndens följder så undervisade han också om livet efter döden. Han förklarade att hela människosläktet ska uppstå på grund av Jesu Kristi försoning. Han undervisade om andevärlden, där de döda förblir antingen i paradiset eller i fängelset fram till uppståndelsen beroende på deras val i jordelivet.

*Obs:* I den här lektionen får eleverna tillfälle att undervisa varandra. Gör utdelningsblad före lektionen med instruktioner till paren. Bekanta dig med de olika instruktionerna så att du kan hjälpa eleverna när de förbereder sig på undervisningen.

## Lektionsförslag

## Alma 40

*Alma undervisar Corianton om andevärlden och uppståndelsen*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

1. Vad gör det möjligt för oss att leva efter det att vi dör? Vem kommer att uppstå?
2. Vart kommer vi när vi dör? Hur är det där?
3. Vad är uppståndelse? Hur skiljer sig vår uppståndna kropp från vår jordiska? Vad kommer vi göra efter det att vi har uppstått?

Be eleverna föreställa sig att de är missionärer och att de har ett avtalat möte med någon som letar efter svar på frågorna som står på tavlan. Tala om att Alma 40 utgör fortsättningen på Almas undervisning av hans son Corianton och innehåller svaren på de här frågorna.

Be eleverna läsa Alma 40:1 tyst för sig själva och ta reda på varför Alma samtalade med sin son om uppståndelsen.

- Vad lärde Alma Corianton om uppståndelsen?
- Om ni tänker på Coriantons val, varför tror ni att han kan ha oroat sig för uppståndelsen?

Dela upp klassen i par. Ge varje par ett nummer: 1, 2 eller 3. Be varje par att arbeta som om de var missionärer och förbereda sig att hålla en kort lektion för att besvara de frågor på tavlan som motsvarar det nummer som de har blivit tilldelade. För att hjälpa dem att förbereda sig ger du dem en kopia av instruktionerna som hör till deras nummer (se nedan). När eleverna arbetar i par är det bra att gå runt i rummet så att du kan lyssna och hjälpa dem vid behov.

**Par 1 – Alma 40:1–5**

Frågor: *Vad gör det möjligt för oss att leva efter det att vi dör? Vem kommer att uppstå?*

Förbered er att använda Alma 40:1–5 för att besvara frågorna. När ni förbereder er, besluta då vilka delar av lektionen som vardera kamrat ska hålla. Var redo att göra följande:

Ge bakgrunden till skriftstället ni tilldelats. (När ni undervisar ur skrifterna, berätta då vem det är som talar och till vem samt annat som hjälper kamraterna att förstå skriftstället.)

Läs verserna som besvarar frågorna. Förklara hur sanningarna i dessa verser hjälper till att besvara frågorna. När ni gör det, förvissa er då om att alla förstår att **på grund av Jesus Kristus ska hela människosläktet uppstå**. Ni skulle också kunna föreslå att de ni undervisar skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Alma 40:1–5.

Berätta varför löftet om en uppståndelse är viktigt för er. Ni skulle också kunna fråga dem ni undervisar varför de är tacksamma för löftet om en uppståndelse.

Vitna om de sanningar ni undervisat om.

**Hjälp elever i par eller grupper**

När eleverna arbetar två och två eller i grupper, fundera då på att gå runt i rummet och lyssna på deras diskussioner. På det sättet vet du hur mycket tid de behöver för att göra färdigt sin uppgift. Du hör dem också utbyta tankar och insikter som du kan hänvisa till senare under lektionen. Tänk på att eleverna ofta känner sig bättre till mods om du berömmar dem för deras arbete och insikter när du står och lyssnar på dem.

## Par 2 – Alma 40:6–14

Frågor: *Vart kommer vi när vi dör? Hur är det där?*

Förbered er att använda Alma 40:6–7, 11–14 för att besvara frågorna. När ni förbereder er, besluta då vilka delar av lektionen som vardera kamrat ska hålla. Var redo att göra följande:

Ge bakgrunden till skriftstället ni tilldelats. (När ni undervisar ur skrifterna, berätta då vem det är som talar och till vem samt annat som hjälper kamraterna att förstå skriftstället.)

Läs verserna som besvarar frågorna. Förklara hur sanningarna i dessa verser bidrar till att besvara frågorna. (Det kan vara bra att påpeka att när Alma använde uttrycket ”yttersta mörkret” så syftade han inte på Satans och de fördömdas slutliga tillstånd. Han syftade på de ogudaktigas tillstånd mellan döden och uppståndelsen. Nu för tiden kallar vi det här tillståndet andefängelset.) När ni läser de här verserna förvissa er då om att alla förstår att **mellan döden och uppståndelsen befinner sig de rättfärdigas andar i paradiset och de ogudaktigas andar i fångelset**. Ni skulle kunna föreslå att de ni undervisar skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Alma 40:11–14.

Berätta hur er insikt i den här sanningen påverkar de val ni gör i det här livet. Ni skulle också kunna fråga dem ni undervisar hur deras kunskap om livet efter döden har hjälpt dem.

Vittna om de sanningar ni undervisat om.

## Par 3 – Alma 40:21–26

Frågor: *Vad är uppståndelse? Hur skiljer sig vår uppståndna kropp från vår jordiska? Vad kommer vi göra efter det att vi har uppstått?*

Förbered er att använda Alma 40:21–26 för att besvara frågorna. När ni förbereder er, besluta då vilka delar av lektionen som vardera kamrat ska hålla. Var redo att göra följande:

Ge bakgrunden till skriftstället ni tilldelats. (När ni undervisar ur skrifterna, berätta då vem det är som talar och till vem samt annat som hjälper kamraterna att förstå skriftstället.)

Läs verserna som besvarar frågorna. Förklara hur sanningarna i dessa verser bidrar till att besvara frågorna. (När ni förbereder er att undervisa kan det vara bra att förstå att ordet *själ* i de här verserna syftar på en persons ande.) Förvissa er om att alla förstår att **uppståndelse är andens och kroppens återförening, när allt återställs till sin rätta och fullkomliga form**. Föreslå gärna att de ni undervisar skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Alma 40:21–23.

Berätta varför ni är tacksamma att ni vet att er kropp och ande en dag ska återställas till sin rätta och fullkomliga form. Ni skulle också kunna berätta hur era val påverkas av vetskapen om att ni en dag ska stå inför Gud för att dömas. Be dem ni undervisar att delge sina tankar om läroarna om uppståndelsen och den slutliga domen.

Vittna om de sanningar ni undervisat om.

Efter att eleverna förberett sig att besvara frågorna som de tilldelats, delar du upp dem i mindre grupper så att de kan undervisa varandra i ett missionärsrollspel. Varje grupp bör bestå av tre par som vart och ett förberett sig att besvara en av de tre grupperna frågor (varje par en annan grupp frågor). (Om klassen är liten låter du varje grupp undervisa hela klassen.) Uppmuntra eleverna att vara sig själva när de undervisar och när de lär sig av andra under rollspelet. Försäkra dem att den Helige Anden kan inspirera dem och dem som de undervisar, om de är uppriktiga när de undervisar och blir undervisade. Lyssna på dem när de undervisar varandra och delge insikter när du känner dig manad till det.

Efter att eleverna haft tid att undervisa varandra i grupper, fundera då på att ställa några av följande frågor:

- Vad lärde ni er när ni förberedde er på att besvara frågorna som ni tilldelats? Vad lärde ni er när ni blev undervisade av andra par?
- Med tanke på att Corianton hade svårt att lyda kyskhetslagen – om han hade haft insikt i hur livet blir efter döden, hur tror ni att det hade kunnat hjälpa honom att motstå frestelser i framtiden?
- Varför är sanningarna som vi har samtalat om i dag av betydelse för er?

Be eleverna läsa Alma 40:25–26 tyst för sig själva och ta reda på skillnaden mellan de rättfärdigas slutliga tillstånd och de ogudaktigas slutliga tillstånd. Efter att de har berättat vad de fick veta, ber du dem tala om hur det här skriftstället påverkar deras beslutsamhet



att leva efter evangeliet. Besvara också gärna själv den frågan. Vittna om Jesu Kristi roll i att göra uppståndelsens välsignelser tillgängliga.

### Repetition av nyckelskriftställen

Elevernas insikter i skriftställen fördjupas när de ställer egna frågor om dem. Be eleverna samarbeta som klass eller i mindre grupper och skriva ledtrådar som pekar mot bestämda nyckelskriftställen. (Välj gärna en grupp skriftställen som du vill att eleverna ska lära sig eller repetera.) Låt dem därefter läsa sina ledtrådar för dig. Du får poäng om du gissar rätt på ett nyckelskriftställe. Klassen får poäng om du gissar fel.

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra den här aktiviteten. Men för att förvissa dig om att eleverna har tillräcklig tid att förbereda sig på lektionen och delta i den, kan ni också gärna göra aktiviteten i slutet av lektionen, om tiden medger. Om ni inte har tid att göra aktiviteten som del av den här lektionen, kan ni göra den en annan dag. Se tillägget i slutet av den här handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 40:11. "Tas hem till den Gud som gav dem liv"

President Joseph Fielding Smith förklarade att det inte står i Alma 40:11 att vi ska föras tillbaka till Guds närhet genast efter döden:

"Som jag förstår Alma [Alma 40:11–14] avser han inte att förmedla tanken att alla andar återvänder till Guds närhet för att där tilldelas en plats där de få ro eller där de bestraffas och inför honom ta emot sin individuella dom. 'Tas hem till ... Gud' [jämför med Predikaren 12:7] betyder helt enkelt att deras jordeliv har avslutats och att de återvänder till andarnas värld, där de tilldelas en plats tillsammans med de rättfärdiga eller de orättfärdiga, allt beroende på deras gärningar, för att där invänta uppståndelsen. Uttrycket 'hem till ... Gud' påminner om många andra välkända situationer. Till exempel: en man tillbringar en bestämd tid på något avlägset missionsfält. När han blir avlöst och återvänder till Förenta staterna säger han kanske: 'Det är underbart att vara hemma igen', trots att hans hem kanske ligger i Utah eller Idaho eller någon annanstans västerut" (*Answers to Gospel Questions*, sammanst. av Joseph Fielding Smith jr, 5 delar [1957–1966], 2:85).

### Alma 40:11–15. Var är andevärlden?

President Brigham Young sade:

"Var är andevärlden? Den är precis här ... Överskrider [de dödas andar] den organiserade jordens gränser? Nej, det gör de inte. De förs fram på den här jorden" (*Discourses of Brigham Young*, i urval av John A. Widtsoe [1954], s. 376).

### Alma 40:11–15. Vad händer med andarna i andevärlden?

"När den fysiska kroppen dör fortsätter anden att leva. I andevärlden tas de rättfärdigas andar emot 'i ett lyckostillstånd som kallas paradiset, ett vilotillstånd, ett fridstillstånd, där de skall vila sig från alla sina besvärligheter och från all möda och sorg' (Alma 40:12). En plats som kallas andefängelset är reserverad 'för dem som [har] dött i sina synder utan kunskap om sanningen, eller i överträdelse eftersom de hade förkastat profeterna' (L&F 138:32). Andarna i fängelset blir 'undervisade om tro på Gud, omvändelse från synd, ställföreträdande dop till syndernas förlåtelse, den Helige Andens gåva genom handpåläggning, och om alla andra evangeliets principer som det [är] nödvändigt för dem att känna till' (L&F 138:33–34). Om de accepterar evangeliets principer, omvänder sig från sina synder och tar emot de förrättningar som utförs å deras vägnar i templet, välkomnas de till paradiset" (se *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 25–26).

## LEKTION 98

# Alma 41

### Inledning

Alma fortsatte att undervisa sin son Corianton om återställelseplanen och berättade att den inte bara innefattar kroppens uppståndelse utan också en andlig

återställelse där vårt eviga tillstånd avspeglar våra handlingar och önskningar i jordelivet. Alma betonade att ogudaktighet aldrig leder till lycka.

## Lektionsförslag

### Alma 41

#### *Alma undervisar Corianton om återställelseplanen*

Be klassen fundera på hur någons handlingar kan tänkas påverkas av om han eller hon tror på följande påståenden (gör en paus efter varje påstående så att eleverna kan yttra sig):

Det finns inget liv efter döden.

Efter döden blir vi alla fullkomliggjorda oavsett våra gärningar på jorden.

I den slutliga domen lönas vi för våra goda gärningar och bestraffas för våra onda gärningar.

- Varför är det viktigt att veta vad som händer med oss efter döden?

Påminn eleverna om att de i Alma 40 lärde sig vad Alma undervisade Corianton om i fråga om andevärlden, uppståndelsen och domen. Tala om att vi får veta i Alma 41 att det somliga sade om uppståndelsen förvirrade honom. Rikta elevernas uppmärksamhet på uttrycket "helt gått vilse" i Alma 41:1 och be dem läsa den här versen och ta reda på vad som fick somliga att gå vilse.

- Varför gick somliga bland folket vilse? (Förklara gärna att "förvränga skrifterna" är att tolka dem på felaktigt sätt eller ändra innebörden.)
- Vad sade Alma att han skulle förklara för Corianton?

När eleverna sagt rätt ord skriver du *återställelse* på tavlan. Tala om att *återställelse* innebär att återföra till eller bringa i ett tidigare tillstånd.

Berätta att Alma ville att Corianton skulle förstå att "återställelseplanen" har två aspekter: en fysisk och en andlig (Alma 41:2). Be eleverna utforska Alma 41:2–5 tyst för sig själva och ta reda på vad som ska återställas till oss efter döden i fysiskt och andligt avseende. Föreslå gärna att eleverna markerar det de hittar.

- Vad är den fysiska aspekten av återställelseplanen som nämns i Alma 41:2? (I uppståndelsen återställs anden till kroppen, och varje del av kroppen återställs.)
- Vad är den andliga aspekten av återställelseplanen som beskrivs i Alma 41:3–5? (När eleverna besvarar frågan skriver du följande sanning på tavlan: ***Vi återställs antingen till lycka eller till elände alltefter våra gärningar och önskningar i jordelivet.***)

Be eleverna föreställa sig att de undervisar en primärföreningsklass om de här verserna.

- Hur skulle ni förklara läran om andlig återställelse så att barnen förstår den?

Påminn eleverna om att Corianton hade brutit mot kyskhetslagen och hade övergett sitt missionsuppdrag (se Alma 39:2–4).

- Om Corianton hade haft rätt förståelse av läran om andlig återställelse, hur hade det kunnat hjälpa honom att göra bättre val? Hur kan en förståelse av den här läran påverka våra gärningar och önskningar?

Vittna om att den här läran är sann och det rättvisa i att Gud återställer var och en av oss till gott eller ont alltefter våra önskningar och gärningar.

Skriv följande fråga på tavlan: *Vad händer om jag har syndat?*

- Vad får vi enligt återställelseplanen om vi har syndat?

- Finns det något sätt på vilket dygd och lycka kan återställas till oss när vi har gjort orätt?

Be en elev läsa Alma 41:6–9 högt. Be klassen vara uppmärksam på vad vi kan göra så att dygd och lycka återställs till oss när vi har syndat. (Vi måste omvända oss och önska rättfärdighet livet ut.)

- Vilka ord och uttryck i Alma 41:6–7 visar att vi är ansvariga för vad vi får i uppståndelsen. På vad sätt är vi våra egna domare? (Våra val i jordelivet avgör vilken slags dom vi får när vi står inför Gud.)

### Läs unisont

Att läsa unisont är både ett bra sätt att betona ett skriftställe och att stärka sammanhållningen i klassen. Det bidrar också till att göra lektionen omväxlande. Läs unisont när du märker att eleverna behöver en tempoväxling. Uppmuntra dem att läsa orden medvetet och samtidigt.

Påpeka att det finns de som tror att de kan återvända till Gud och bo hos honom utan att ta på sig ansvaret för sina handlingar. De säger ofta att deras syndiga val är kul. Ibland får man till och med intrycket att de som syndar är lyckliga.

Be eleverna ställa sig upp och läsa Alma 41:10 unisont. Påpeka att Alma 41:10 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt. (Eftersom det här är ett nyckelskriftställe skulle du kunna låta dem upprepa det några gånger. Du skulle kunna fråga om någon i klassen kan läsa upp det utantill.) Därefter ber du dem att sätta sig ner. Skriv **"Ogudaktighet har aldrig inneburit lycka"** på tavlan.

- Varför har ogudaktighet aldrig inneburit lycka?
- Vad finns det för exempel på att Satan försöker få oss att bryta mot ett bud och tro att vi ändå kan vara lyckliga?

För att hjälpa eleverna inse skillnaden mellan flyktiga jordiska nöjen och njutningar och den lycka som Herren erbjuder oss, läser du följande uttalande av äldste Glenn L. Pace i de sjuttios kvorum:

"Livsstilar som alltid varit förbjudna av Gud och i många år oacceptabla i samhällets ögon, är nu tillåtna och understöds av samma samhälle. Medierna framställer dessa livsstilar på ett sådant sätt att de framstår som mycket eftersträfvansvärda ...

Förväxla inte telestiala nöjen med celestial lycka och glädje. Förväxla inte brist på självdisciplin med frihet. Fullständig frihet utan lämpliga inskränkningar gör oss till slavar under våra lustar. Eftertrakta inte ett lägre och fattigare liv ...

Buden som vi har fått är inte givna av en känslokall Gud som vill hindra oss från att ha roligt, utan är givna av en kärleksfull himmelsk Fader som vill att vi ska vara lyckliga både här på jorden och i livet efter detta" (se "De är egentligen inte lyckliga", *Nordstjärnan*, jan. 1988, s. 36, 37).


Skriv följande uttalande på tavlan: Föreslå gärna att eleverna skriver det i sina skrifter bredvid Alma 41:10. (Uttalandet står i "To 'the Rising Generation'", *New Era*, juni 1986, s. 5.)

*"Du kan inte göra fel och ändå känna dig väl till mods. Det är omöjligt!" (president Ezra Taft Benson)*

Berätta för eleverna att Alma 41:11 förklarar varför det är omöjligt att vara verkligt lycklig när man gör fel val. Skriv följande på tavlan (gärna före lektionen) eller på ett utdelningsblad till varje elev. Dela upp eleverna två och två och be dem para ihop varje uttryck ur Alma 41:11 med motsvarande innebörd. Be dem också diskutera dithörande frågor.

Uttryck i Alma 41:11 som beskriver detta att vara i ett "naturligt tillstånd"	Innebörd
1. "I ett köttligt tillstånd"	a) Begränsade och nedtyngda av våra synder
2. "I bitterhetens galla och i onskans bojar"	b) Har inte Guds välsignelser och ledning; har mist den Helige Andens sällskap
3. "Utan Gud i världen"	c) Styrda av köttets vilja
I den här versen ser vi att "Guds natur" är "lyckans natur". Vad lär er det här om varför synd strider mot lyckans natur. Vad finns det för exempel på varför människor kommer i ett tillstånd av olycka?	

(Svar: 1-c, 2-a, 3-b)

 **Alma 41:10** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

För att hjälpa eleverna förstå hur detta att leva kvar i ett naturligt tillstånd innefattas i läran om återställelse, ber du en elev läsa Alma 41:12. Efter att eleven läst versen ställer du Almas fråga. Be därefter eleverna läsa Almas svar på frågan i Alma 41:13. (Föreslå gärna att de markerar vad Alma sade skulle återförenas enligt återställelseplanen.)

Be eleverna föreställa sig att de har en kamrat som väljer att handla mot Herrens bud men ändå vill att rättfärdighet ska återställas till honom eller henne. Be eleverna att förklara läran om återställelse för någon annan i klassen, som spelar den kamraten, med hjälp av Alma 41:12–13. (Eleverna kan göra det med egna ord eller med hjälp av det som står på tavlan: *”Vi återställs antingen till lycka eller till elände alltefter våra gärningar och önsknings i jordelivet.”*)

Visa eleverna en bumerang eller rita en på tavlan.

Fråga eleverna vad en bumerang gör om man kastar den på rätt sätt. (Den återvänder till kastaren.) Be eleverna läsa Alma 41:14–15 tyst för sig själva och fundera på hur bumerangen illustrerar sanningarna i de här verserna. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar verserna.) Be eleverna delge sina tankar.

- Vad hoppas ni få av andra och av Herren i det här livet och i nästa? (I svaren skulle kunna ingå: vänlighet, barmhärtighet och kärlek. Kanske kan du skriva elevernas svar på tavlan.)
- När har ni visat andra godhet, barmhärtighet eller vänlighet och senare fått det i retur?

Uppmuntra eleverna att sätta som mål att handla på ett sätt och utveckla egenskaper som avspeglar vad de hoppas ska återställas till dem i det här livet och i nästa. Vittna om den lycka vi får när vi handlar rättfärdigt.

### Nyckelskriftställe – Alma 41:10

*Obs:* Med tanke på lektionens karaktär och utsträckning vore det kanske bättre att göra den här aktiviteten en annan gång, när ni har tid över.

Skriv följande på tavlan: ... *inneburit lycka*.

Be eleverna att föreslå en omvänd form av läran i Alma 41:10 så att det i stället handlar om rättfärdighet och dess följd. (Till exempel: *”Rättfärdighet har alltid inneburit lycka.”*) Be sedan eleverna nämna rättfärdiga gärningar som de tycker skulle passa in i den ofullständiga meningen på tavlan. (Till exempel: *”Att tjäna andra har alltid inneburit lycka.”*) Fråga eleverna om de kan vittna om att någon av de här rättfärdiga gärningarna leder till lycka. Efter att några elever har berättat om sina erfarenheter och burit vittnesbörd, uppmuntrar du eleverna att på ett kort eller papper som de kan stoppa i fickan skriva en eller två rättfärdiga gärningar som de kan göra under veckan för att bli lyckligare. Uppmuntra dem att bära med sig det de skrivit som en påminnelse och att berätta om sina erfarenheter under de närmaste dagarna.

#### **Be eleverna att förklara läror och principer**

Ge eleverna tillfälle att förklara läror och principer som de lär sig på lektionen för andra. När de förbereder sig att förklara evangeliets sanningar lär de sig att gå på djupet när de begrundar ett skriftställe och att strukturera sina tankar. Och när de sedan förklarar dessa sanningar för andra så hjälper den Helige Anden dem att få djupare insikt i sanningarna de undervisar om och ett djupare vittnesbörd om dem.

## Alma 42

## Inledning

Alma avslutade sina råd och förmaningar till sin son Corianton med att tala om att vår himmelske Fader har berett en väg så att syndare kan få barmhärtighet. Han sade att Guds rättvisa kräver att syndare avskärs från

Herrens närhet. Han vittnade sedan om att Jesus Kristus skulle "tillfredsställa rättvisans krav" (Alma 42:15) genom att lida för alla som har syndat och genom att låta de ångerfulla få barmhärtighet.

## Lektionsförslag

## Alma 42:1–14

*Alma undervisar Corianton om Guds rättvisa*

Rita en enkel våg på tavlan före lektionen enligt illustrationen på nästa sida. (Vänta med att skriva orden tills du blir instruerad att göra det i lektionen. Uppmuntra gärna eleverna att rita av vågen i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.)

Skriv följande över vågen på tavlan: *Jag vill att den slutliga domen ska vara rättvis.*

Be eleverna att räcka upp handen om de instämmer i det.

- Varför vill ni att den slutliga domen ska vara rättvis?
- Vad innebär ordet *rättvis*?

Tala om att ordet *rättvis* i det här sammanhanget innebär att man får vad man förtjänar. *Rättvisa* är ett grundbegrepp i skrifterna. Skriv ordet *rättvisa* under vågen på tavlan.

För att hjälpa eleverna förstå begreppet rättvisa ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum:

*"Rättvisa har många betydelser. En är jämvikt. En vanlig symbol för rättvisa är en våg i jämvikt. Bryter någon mot lagen kräver rättvisan vanligtvis att ett straff utmätts, ett straff som återställer jämvikten [mellan vågskålarna] ...*

Guds lagar handlar också om rättvisa. Uppfattningen att rättvisa innebär att man får vad man förtjänar är det grundläggande i alla skriftställen som talar om att människan ska dömas i enlighet med sina gärningar" ("Sins, Crimes, and Atonement" [tal till KUV:s religionslärare 7 feb 1992], s. 1, si.lds.org).

Tala om att Almas son Corianton oroade sig och undrade om den slutliga domen verkligen kunde vara rättvis. Be en elev att högt läsa Alma 42:1 medan klassen är uppmärksam på vad Corianton tyckte var orättvist i fråga om den slutliga domen.

- Vad tyckte Corianton var orättvist? (Att syndare skulle överlämnas till ett tillstånd av elände.)
- Varför kan Corianton ha tyckt att det var orättvist att syndare skulle bestraffas? (Om eleverna behöver bli påmind om att Corianton kämpade med olika synder, ber du dem läsa Alma 39:2–3.)
- Om rättvisa innebär att få vad vi förtjänar och att straffas för våra synder, hur skulle det här då också kunna vara oroande för vår del? (Vi syndar alla och är underkastade rättvisans krav.)

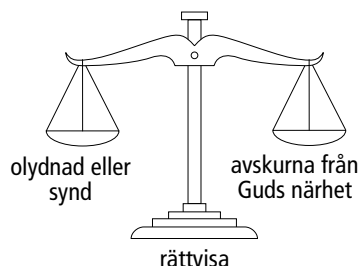
Sammanfatta Alma 42:2–11 genom att berätta att Alma gick in på Coriantons reservationer. Han berättade att Adams fall utsatte hela människosläktet för fysisk och andlig död (se Alma 42:9). Han berättade också att om det inte hade funnits ett medel att befria människosläktet från detta fallna tillstånd, skulle människornas själar vara olyckliga och avskurna från Herrens närhet i all evighet (se Alma 42:11).

Be en elev läsa Alma 42:12 högt. Tala om att den här versen betonar att fallet och dess följd, bland annat att vara avskuren från Guds närhet, förorsakades av Adams olydnad mot Guds bud. Hjälpe eleverna förstå att när vi inte lyder Guds bud och befällningar – när

vi syndar – så avlägsnar vi oss ytterligare från Gud i andligt avseende och underkastas rättvisans krav. (Be gärna en elev läsa andra trosartikelns högt.) Be eleverna läsa Alma 42:14 tyst för sig själva och leta efter vad rättvisans krav innebär när det gäller olydnad.

- Vad innebär det att vara "avskurna från" Guds närhet? (Att vara åtskild från Gud och inte kunna återvända till honom och bo i hans närhet. Nämn också gärna att när vi syndar så drar vi oss undan den Helige Andens sällskap – en medlem av Gudomen.)

Lägg till *olydnad eller synd* och *avskurna från Guds närhet* under vågskålarna, enligt illustrationen nedan.



Med tanke på vad ni har lärt er i Alma 42:1–14, hur skulle ni sammanfatta i en enda mening vad rättvisans lag kräver när någon är olydig? (Skriv följande sanning på tavlan under vågen: **Rättvisans lag kräver att vi blir avskurna från Guds närhet på grund av vår olydnad.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter i närheten av Alma 42:1–14.)

Be eleverna läsa Alma 42:18 tyst för sig själva och leta efter en annan följd av synd.

- Vad innebär det att ha samvetskval?

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de kände ånger och sorg eller frånvaron av den Helige Anden därför att de hade syndat. Be dem att föreställa sig den känslan multiplicerad med allt de någonsin gjort som var orätt. Be dem sedan föreställa sig att den känslan blir kvar för evigt.

Ställ gärna följande fråga för att hjälpa eleverna förstå och känna behovet av barmhärtighet:

- Med tanke på vad ni har lärt er i Alma 42:1–14, skulle ni egentligen vilja att den slutliga domen enbart grundade sig på rättvisa?

## Alma 42:15–31

### Alma undervisar Corianton om barmhärtighetsplanen

För att hjälpa eleverna förstå att rättvisans krav måste tillfredsställas pekar du på vågens "straff-skål" på tavlan. Du skulle kunna hålla fram en taveludd som om du tänkte sudda bort rättvisans krav. Fråga:

- Finns det något sätt att ta bort eller avvisa rättvisans krav? (Nej. Överträds Guds lagar kräver rättvisan ett straff. Rättvisans krav måste på något sätt tillfredsställas.)

Hjälp eleverna förstå att det skulle vara orättvist att ta bort följderna rättvisan kräver. Be en elev läsa Alma 42:25 högt.

- Vad skulle hända enligt Alma om syndens följder togs bort och rättvisan inte tillfredsställdes?

Be eleverna begrunda följande fråga innan du hänvisar dem till skriftstället där svaret står.

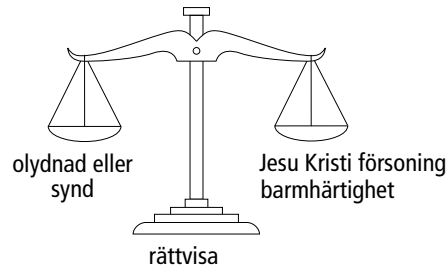
- Om det inte går att ta bort rättvisans krav, hur kan då de som har syndat (var och en av oss) någonsin få samvetsfrid och återföras till Guds närhet? (Efter att eleverna har haft tillräcklig tid att begrunda frågan ber du en elev läsa Alma 42:15. Det kan vara bra att förklara att uttrycket "tillfredsställa rättvisans krav" betyder att betala priset eller lida straffet som rättvisan kräver.)
- Hur är det möjligt enligt Alma 42:15 att vi någonsin kan få barmhärtighet?

När eleverna besvarar frågan suddar du bort uttrycket "avskurna från Guds närhet" på tavlan och skriver *Jesu Kristi försoning* och *barmhärtighet*. Skriv följande sanning under

#### Be eleverna begrunda en fråga

Genom att ställa en fråga till eleverna som kräver eftertanke sporrar du dem att vilja veta svaret och får dem att tränga djupare in i skrifterna och i sina egna upplevelser för att förstå. Låt eleverna få tid på sig att tänka på frågan innan du hänvisar dem till skrifterna och svaret.

vågen på tavlan: *Jesu Kristi försoning tillfredsställde rättvisans krav så att vi kunde få barmhärtighet.*



- Vad betyder det för er att veta att Frälsaren villigt led i ert ställe så att ni kunde få barmhärtighet?

Be eleverna läsa Alma 42:22–24 och leta efter vad som fordras för att vi ska få barmhärtighet.

- Vad fordras för att vi ska få barmhärtighet och undgå rättvisans krav? (När eleverna har svarat att omvändelse är medlet genom vilket vi kan få barmhärtighet, skriver du följande princip under vågen på tavlan: **Om vi omvänder oss får vi barmhärtighet genom Frälsarens försoning.** Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver det i sina skrifter i närheten av Alma 42:22–24.)

- Vad tror ni menas med uttrycket "verkligt ångerfulle"? (Den som uppriktigt omvänder sig.)
- Varför är det viktigt för oss att förstå att Frälsaren led straffet för våra synder i vårt ställe?

Förklara att Jesus Kristus är vår medlare. En medlare är någon som står mellan två parter för att hjälpa till att lösa en konflikt. Be en elev att högt läsa följande uttalande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen vara uppmärksam på skäl till att det behövs en tredje person för att syndaren ska få barmhärtighet:

"Enligt den eviga lagen kan barmhärtighet inte ges såvida det inte finns någon som både vill och kan överta vår skuld och betala priset och ange villkoren för vår räddning.

Om det inte finns en medlare, om vi inte har en vän, faller rättvisans hela tyngd över oss, oförmildrat och utan medkänsla, ja, måste falla över oss. Varje överträdelse, oavsett hur liten eller omfattande, kommer att utkrävas av oss till sista öret.

Men det ska ni veta, att sanningen, den underbara sanningen, förkunnar att det finns en sådan medlare ...

Genom honom kan var och en av oss få fullständig barmhärtighet utan att det bryter mot rättvisans eviga lag ...

Denna barmhärtighet fås inte automatiskt. Det sker genom förbund med honom. Det sker på hans villkor, hans generösa villkor" (se "Medlaren", *Nordstjärnan*, okt. 1977, s. 53).

Be eleverna läsa Alma 42:29–31 tyst för sig själva och ta reda på vad Alma önskade för Coriantons del. (Föreslå gärna att eleverna markerar det de hittar.)

- Vad tror ni menas med att låta Herrens rättvisa och barmhärtighet och lidande "helt behärska [vårt] hjärta"?

Be eleverna skriva en kort lektionsplan som visar hur de kunde undervisa andra om begreppen rättvisa och barmhärtighet. Uppmuntra dem att undervisa sina familjer om vad de har lärt sig i dag.

Påminn eleverna om Coriantons reservationer i fråga om Guds rättvisa. Vittna gärna om att den slutliga domen blir rättvis och att vi till slut får vad vi förtjänar, i enlighet med Guds rättvisa och barmhärtighet. Påpeka gärna också att Corianton omvände sig från sina synder och påverkade kyrkans tillväxt i positiv riktning (se Alma 49:30). Be eleverna begrunda hur de själva kanske kan behöva fortsätta i sin omvändelseprocess.

Be några elever berätta och bära vittnesbörd om sin tacksamhet för Frälsarens villighet att sona våra synder och tillfredsställa rättvisans krav för vår skull. Vittna själv om barmhärtigheten och återlösningen som finns att få tack vare Frälsarens försoningsoffer.

# Alma 43–44

### Inledning

Medan Alma och hans söner fortsatte att predika evangeliet förenade sig zoramiterna med lamaniternas här för att angripa nephiterna. Överbefälhavare Moroni visade tro och klokhet när han anförde nephiterna i försvaret mot lamaniternas här. Nephiterna var

underlägsna i antal men deras förberedelser och tro på Jesus Kristus gav dem övertaget i striden. När lamaniterna såg att de stod inför ett säkert nederlag, ingick de ett förbund om fred och lämnade landet för en tid.

## Lektionsförslag

### Alma 43

#### *Överbefälhavare Moronis förberedelser och strategi hindrar lamaniternas planer*

Be eleverna att lista sina planer, mål och önskningar för framtiden i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker. När de skriver påminner du dem om att också tänka på andliga mål, som att gå ut som missionär, viga i templet och bilda familj. Skriv gärna själv en sådan lista före lektionen med egna mål och önskningar för framtiden. Du skulle kunna berätta för eleverna om några av dem för att hjälpa dem att komma igång.

Efter att eleverna har skrivit sina listor ber du dem att urskilja önskningar och mål som de känner att Satan nog inte vill att de ska nå eller förverkliga. Be några elever berätta vilka mål de urskiljde. Be dem förklara varför Satan inte vill att de ska nå de här målen. Du skulle också kunna fråga dem varför de känner att de ska nå just de målen. Berätta att studiet av Alma 43–44 hjälper oss förstå hur vi kan nå våra rättfärdiga mål trots motståndarens destruktiva bemödanden.

Sammanfatta Alma 43:1–4 genom att berätta att trots Almas försök att få zoramiterna att återvända till kyrkan, förenade sig många av dem med lamaniterna och började göra förberedelser att anfälla nephiterna. De förstärktes av amalekiterna som i likhet med zoramiterna tidigare hade varit nephiter.

Be en elev läsa Alma 43:5–8 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Zerahemnah, lamaniternas ledare, hade för planer.

Tala om att när vi studerar skildringarna av strider i Mormons bok kan vi jämföra dem med de andliga strider vi själva står eller ställs inför.

- Hur påminner Zerahemnahs planer mot nephiterna om Satans planer mot oss?

Be en elev läsa Alma 43:9–12 högt. Be klassen urskilja nephiternas plan.

- Vad hade nephiterna för plan?

Be eleverna läsa Alma 43:16–19 tyst för sig själva och ta reda på hur Moroni, nephiternas överbefälhavare, förberedde folket så att de kunde försvara sitt land och sina familjer.

- Hur gjorde sig nephiterna beredda på lamaniternas angrepp?

Be en elev läsa Alma 43:20–22 högt, och be klassen vara uppmärksam på lamaniternas reaktion på nephiternas förberedelser.

- Varför drog sig lamaniterna tillbaka trots att de var överlägsna i antal?
- Vad kan vi lära oss av den här händelsen om att försvara oss mot Satans planer?

Be eleverna läsa Alma 43:23–24 tyst för sig själva och ta reda på vad Moroni gjorde när han var osäker på var fienden planerade att angripa dem närmast.

- Varför skickade Moroni budbärare till Alma?
- Vad lär oss Moronis exempel om hur vi kan vara beredda andligen på motståndarens angrepp? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **Om vi söker och följer profeternas råd, kan vi försvara oss bättre mot motståndaren.**)



Sammanfatta Alma 43:25–43 kort genom att berätta att Moroni handlade efter de upplysningar han fick av profeten. Han delade upp sin här. Ett antal soldater blev kvar i staden Jershon för att skydda Ammons folk. Resten av hären tågade till Mantis land. Moroni sände ut spejare för att ta reda på var lamaniterna befann sig, och han lät andra soldater gömma sig utmed vägen där lamaniterna skulle komma. När lamaniterna närmade sig blev de omringade av nephitiska soldater. Lamaniterna började kämpa ursinnigt, och många nephiter stupade, men lamaniterna led svårare förluster.

Be flera elever turas om att läsa högt ur Alma 43:43–54. Be klassen vara uppmärksam på skillnaden mellan lamaniternas motivation och kraftkälla och nephiternas.

- Vad lade ni märke till om varför lamaniterna stred? Vad lade ni märke till om varför nephiterna stred? Hur skilde sig nephiternas kraftkälla från lamaniternas? (Framhåll vid behov att lamaniterna stred på grund av hat och vrede medan däremot nephiterna inspirerades av en bättre sak [se Alma 43:45–47]. De ropade till Herren om hjälp, och han gav dem styrka [se Alma 43:49–50].)
- Vad lär vi oss av Moronis och hans härs exempel som kan hjälpa oss i våra strider med motståndaren?

Be eleverna besvara frågan skriftligt och sedan berätta vad de har skrivit. De kanske nämner några av följande principer:

**När vi ber till Gud om hjälp att genomföra våra rättfärdiga planer och önskningar så hjälper han oss att genomföra dem.**

**Vi är inspirerade av en bättre sak än de som strider mot sanningen.**

**Herren hjälper oss att fullgöra plikten att försvara vår familj, vår frihet och vår religion.**

Be eleverna berätta om tillfällen när de har upplevt Herrens hjälp i att nå rättfärdiga mål. Fundera på att berätta om egna upplevelser. Vittna om Herrens makt att hjälpa oss genomföra rättfärdiga planer. Uppmuntra eleverna att ständigt be om att rättfärdiga mål ska nås.

## Alma 44

### *Överbefälhavare Moroni befäller lamaniterna att ingå ett förbund om fred*

Be en ung man som är villig att läsa högt att ta med sig sina skrifter och komma och ställa sig framför klassen. Påminn klassen om att när överbefälhavare Moroni såg lamaniternas fruktan befallde han sina män att sluta strida (se Alma 43:54). Be den unge mannen läsa Moronis ord i Alma 44:1–6. Be klassen vara uppmärksam på Moronis förklaring till nephiternas seger.

- Vad ville Moroni att Zerahemnah skulle begripa när det gällde nephiternas styrka på slagfältet? Var fick de den ifrån? Vad erbjöd han lamaniterna? (Han sade att nephiterna inte skulle skada dem, om de överlämnade sina krigsvapen och ingick ett förbund om fred.)
- Vilka sanningar lär vi oss i Alma 44:4–6 som kan hjälpa oss i våra andliga strider? (Eleverna kanske nämner flera principer, bland annat sådana som redan behandlats i lektionen. Förvissa dig om att de nämner följande princip: **Herren stöder och bevarar oss i enlighet med vår tro på honom.** Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar ord i dessa verser som lär ut den sanningen.)

Be en elev att högt läsa följande råd till kyrkans ungdomar av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum. Gör gärna en kopia till varje elev.



”Dagens ungdom växer upp i fiendeland med allt sämre moralnormer. Men som en Herrens tjänare lovar jag att du skyddas och försvaras mot motståndarens attacker om du följer maningarna du får av den Helige Anden.

Klä dig anständigt. Tala värnadsfullt. Lyssna på uppbyggande musik. Undvik alla omoraliska och personligt förnedrande handlingar. Ta ledningen i ditt liv och ge dig själv order om att vara trofast. Eftersom vi är beroende av dig i så mycket, välsignas du ofantligt. Du är aldrig långt ifrån din kärleksfulle himmelske Faders omtanke” (se ”Råd till de unga”, *Liahona*, nov. 2011, s. 18).

- Vad känns särskilt viktigt för er i president Packers ord? Varför då?

Sammanfatta Alma 44:7–10 genom att berätta att Zerahemnah sade att han och hans folk inte trodde att Gud hade stärkt nephiterna. Han var villig att låta lamaniterna överlämna sina vapen men vägrade att ingå ett förbund om fred. Be eleven som läste Alma 44:1–6 att högt läsa Moronis svar till Zerahemnah i Alma 44:11. Fråga klassen:

- Varför tror ni att det var så viktigt för Moroni att lamaniterna ingick ett förbund om fred?

Sammanfatta Alma 44:12–20 genom att berätta att även om många av lamaniterna ingick ett förbund om fred så samlade Zerahemnah resten av sina män för att strida med Moronis här. När nephiterna började döda dem insåg Zerahemnah att han och hans män skulle gå under och lovade därför att ingå ett förbund om fred.

Vittna om Herrens skyddande hand i deras liv som är trofasta mot honom. Uppmuntra eleverna att kämpa tappert för sina rättfärdiga mål och önskningsar och lita på Guds löfte att han "stöder och bevarar och beskyddar oss så länge vi är trofasta mot honom" (Alma 44:4).

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Alma 43:3. Det krig vi utkämpar började i vår föruttillvaro

President Gordon B. Hinckley sade att vi befann oss i strid redan före världens början:

"Det finns en ... strid som började innan jorden skapades, och som förmodligen kommer att fortsätta länge än ...

Denna ... strid ... är striden mellan sanning och villfarelse, mellan fri vilja och tvång, mellan Kristi efterföljare och dem som har förnekat honom. Hans fiender har använt varje krigslist i den striden ...

Det är som det var i begynnelsen ... Offren som faller i den striden är lika dyrbara som de som fallit tidigare. Det är en ständig strid ...

Striden fortsätter ... Den pågår i vårt eget liv, dag efter dag, i våra hem, på våra arbetsplatser, i skolan

bland kamraterna. Det är en strid som gäller kärlek och respekt, lojalitet och trohet, lydnad och redbarhet. Vi är alla inblandade i den ... Vi håller på att segra, och framtiden har aldrig sett ljusare ut" (se "Den strid vi kommer att vinna", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 34, 35–36).

### Alma 43:9, 45. Att bevara och stärka familjen

Syster Virginia U. Jensen i Hjälpföreningens generalpresidentskap hänvisade till varningen i tillkännagivandet om familjen att "familjens upplösning kommer att frambringa de stora olyckor över enskilda människor, samhällen och nationer som förutsagts av forntida och nutida profeter" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129). Syster Jensen sade: "Bröder och systrar, vi befinner oss nu mitt i den verkligheten. Det är allas vår plikt att bevara och stärka familjen" (se "Kom, lyssna till profetens röst!", *Liahona*, jan. 1999, s. 14).

# Hemstudielektion

## Alma 39–44 (Studieavsnitt 20)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 39–44 (studieavsnitt 20) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 39)

När eleverna studerade Almas ord till hans egensinnige son Corianton lärde de sig att sexuell synd är avskyvärt i Herrens ögon. Alma undervisade också sin son om att omvändelse innefattar att erkänna och överge våra synder och vända oss till Herren av hela vår själ, förmåga och styrka. Eleverna läste Almas vittnesbörd om att Jesus Kristus kom för att ta bort världens synder.

#### Dag 2 (Alma 40–41)

Corianton oroade sig över uppståndelsen och den slutliga domen. När eleverna läste Almas svar till honom lärde de sig olika lärosatser i fråga om uppståndelsen, däribland sanningen att vi återställs antingen till lycka eller till elände alltefter våra gärningar och önskingar i jordelivet. Alma betonade också att "ogudaktighet ... aldrig inneburit lycka" (Alma 41:10).

#### Dag 3 (Alma 42)

Alma hjälpte Corianton förstå att olydnad leder till att människor blir avskurna från Guds närhet. Eleverna lärde sig hur återlösningsplanen gör det möjligt för personer att övervinna sitt fallna tillstånd. Almas undervisning bekräftar att Jesu Kristi lidande tillfredsställde rättvisans krav så att de som omvänder sig kan få barmhärtighet.

#### Dag 4 (Alma 43–44)

Eleverna läste om ett krig mellan lamaniterna och nephiterna. Något de lärde sig i Alma 43–44 är att om vi söker och följer profeternas råd, kan vi försvara oss bättre mot motståndaren. De upptäckte också att när vi ber till Herren om hjälp att genomföra våra rättfärdiga planer och önskingar så hjälper han oss att genomföra dem.

### Inledning

I Alma 39–42 hjälper Alma sin son Corianton att förstå det allvarliga i sexuell synd, undervisar honom om läran i fråga om uppståndelsen och den slutliga domen och om rättvisans och barmhärtighetens lagar och deras eviga konsekvenser. Den här lektionen ger eleverna möjlighet att undervisa om de här lärorna och förklara dem för varandra.

### Lektionsförslag

Gör utdelningsblad före lektionen med instruktionerna i den här lektionen. Bekanta dig med instruktionerna så att du kan hjälpa eleverna att lyckas när de undervisar varandra.

#### Alma 39–41

##### Alma undervisar om att omvändelse leder till lycka

Börja klassen med att be eleverna läsa upp Alma 39:9 tillsammans, ett nyckelskriftställe som de uppmuntrades att lära sig under veckan. Fråga om någon kan påminna klassen om varför Alma uppmanar sin son Corianton i den här versen att omvända sig och överge sina synder.

Påminn eleverna om att Alma i Alma 40–41 gick in på Coriantons reservationer i fråga om de dödas uppståndelse och den slutliga domen. För att hjälpa eleverna förklara vad de lärde sig och delge sina tankar och bära vittnesbörd om sanningarna i Alma 39–41, skriver du följande frågor och skriftställen på tavlan före lektionen:

1. Varför är det så viktigt att lyda kyskhetslagen? (Se Alma 39:1–9.)
2. Vad är uppståndelsen? Vad är skillnaden mellan jordiska kroppar och uppståndna kroppar? Vad händer efter det att vi uppstått? (Se Alma 40:21–26.)
3. Hur döms jag vid den slutliga domen? (Se Alma 41:1–7.)
4. Somliga som bryter mot buden verkar vara lyckliga. Är det så? (Se Alma 41:10–15.)

Be eleverna föreställa sig att de är missionärer och att de har ett avtalat möte med någon som letar efter svar på frågorna som står på tavlan. Berätta för dem att de kommer att få tid på sig att förbereda sig och sedan få tillfälle att besvara några av de här frågorna med hjälp av det de lärt sig i Alma 39–41.

Om klasstorleken medger delar du upp klassen i par som föreställer missionärspar. Tildela varje par en av frågorna på tavlan. (Om klassen är för liten, låter du enskilda elever få frågorna.) Ge varje par en kopia av instruktionerna nedan och be dem besvara undersökarens fråga med hjälp av dithörande verser.

Låt eleverna få tid på sig att studera verserna och förbereda en kort lektion för undersökaren. Uppmuntra paren att besluta vilka delar av instruktionerna som vardera kamrat ska undervisa om.

Gå gärna runt bland eleverna när de förbereder sig, så att du kan lyssna och vid behov hjälpa dem. Hjälp dem också vid behov att urskilja lärosatserna i Alma 39–41 som hjälper dem att besvara frågorna de tilldelats. Använd följande lärosatsen till ledning:

**Sexuell synd är avskyvärt i Herrens ögon** (se Alma 39:1–9).

**Uppståndelse är andens och kroppens återförening, när allt återställs till sin rätta och fullkomliga form** (se Alma 40:21–26).

**Vi återställs antingen till lycka eller till elände alltefter våra gärningar och önsknings i jordelivet** (se Alma 41:1–7).

**Ogudaktighet har aldrig inneburit lycka** (se Alma 41:10–15).

#### Instruktioner

Var redo att göra följande när ni undervisar:

1. Ge bakgrundsinformation om verserna (vem det är som talar och till vem och varför).
2. Läs delar av skriftstället ni fått för att besvara frågan ni tilldelats.
3. Skriv ner en lärosatsen eller princip som lärs ut i verserna som ni studerade och som är tillämplig på frågan ni tilldelats.
4. Förklara hur lärosatsen eller principen ni skrev bidrar till att besvara frågan ni tilldelats. Ni skulle kunna föreslå att de ni undervisar skriver den här lärosatsen eller principen i sina skrifter.
5. Berätta varför den här lärosatsen eller principen är viktig för er och vittna om de sanningar som ni undervisat om.

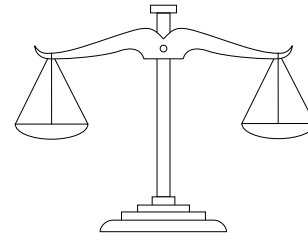
Efter att eleverna förberett sig att besvara frågorna som de tilldelats, delar du upp dem i mindre grupper så att de kan undervisa varandra. (Om klassen är liten låter du varje elev eller par undervisa hela klassen.) Efter att eleverna slutfört aktiviteten ställer du följande frågor till klassen:

- Om ni tänker på Coriantons synder, varför tror ni att han hade haft stor nytta av att förstå de här lärosatserna?
- Varför tror ni att det är viktigt att kunna förklara dessa sanningar för dem som ni kommer att umgås med i ert liv?
- Varför är det viktigt att ni själva förstår och lever efter dessa sanningar?

## Alma 42

### *Alma undervisar Corianton om rättvisa och barmhärtighet*

Rita en enkel våg med skålar på tavlan. Be en elev undervisa klassen om begreppen rättvisa och barmhärtighet med hjälp av vågen och det han eller hon har lärt sig av Almas råd och anvisningar till hans son Corianton i Alma 42. Be klassen slå upp Alma 42 i sina skrifter och leta efter uttryck och yttranden om rättvisa och barmhärtighet som de markerat eller strukit under.



För att hjälpa eleverna förstå på vilka villkor barmhärtighet fås, ställer du följande frågor:

- Vad gjorde Jesus Kristus så att vi kunde få barmhärtighet?
- Vad måste vi själva göra för att få barmhärtighet?

Be några elever berätta varför de är tacksamma för Jesu Kristi försoning.

## Alma 43–44

### *Vi beskyddas mot den onde när vi hörsammar profeternas råd*

Om ni har tid över, fundera då på att be eleverna repetera vad de lärde sig i Alma 43–44 genom att berätta vad de skrev i sina skriftdagböcker om att utkämpa sina andliga strider (dag 4, uppgift 3 och 4). Vittna om Jesus Kristus och hans makt att ge barmhärtighet när vi omvänder oss och beskydda oss när vi kommer till honom.

## Nästa studieavsnitt (Alma 45–63)

Varför var nephiterna så framgångsrika mot sina fiender? Hur kunde de kämpa med Herrens kraft? Svaren får man när man läser om överbefälhavare Moronis och Helamans och hans unga krigares exempel.

# Alma 45–48

## Inledning

Efter att Alma hade gett sin son Helaman några sista instruktioner lämnade han Nephis folk och hördes aldrig mera av. Helaman blev en betydande andlig ledare och överbefälhavare Moroni en betydande militär ledare under en svår tid för nephiterna. Amalickiah,

som anförde en grupp nephitiska avfallingar, satte i gång en listig plan för att ta makten över nephiterna. Överbefälhavare Moroni hjälpte nephiterna att befästa sig mot fiendens angrepp så att de kunde försvara sin frihet och rätt till religionsutövning.

## Lektionsförslag

### Alma 45

#### *Helaman tror på Almas ord och påbörjar sitt uppdrag*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när en förälder eller prästadömsledare intervjuade dem.

- Vad ställer föräldrar eller prästadömsledare vanligtvis för frågor i intervjuer?

Efter en kort diskussion berättar du att innan Alma anförtrorde de heliga uppteckningarna åt Helaman och lämnade landet (se Alma 45:18–19) ställde han en rad frågor till Helaman. Be eleverna läsa Alma 45:2–8 tyst för sig själva och ta reda på vilka frågor Alma ställde och vad Helaman svarade på dem.

- Nephiterna var i krig med lamaniterna vid tiden för det här samtalet. Hur tror ni att Helamans tro kan ha hjälpt honom under kriget och i hans andliga verksamhet?
- När har ni fått kraft därför att ni trott på Jesus Kristus och profeternas ord och varit fast beslutna att hålla buden?

Sammanfatta Alma 45:9–19 genom att berätta för eleverna att efter det att Alma hade profeterat om nephiternas slutliga undergång, lämnade han landet och hördes aldrig mera av. Innan han gav sig i väg uttalade han en profetia. Be en elev läsa Alma 45:16 högt.

- Vilka sanningar lär vi oss i den här profetian? (Eleverna kanske nämner flera principer, men förvissa dig om att de förstår följande: **Herren kan inte se på synd med den minsta grad av overseende.**)

Berätta att Helaman påbörjade sin andliga verksamhet med att utse präster och lärare över alla församlingar i hela landet. Be eleverna läsa Alma 45:23–24 och ta reda på hur folket tog emot kyrkans ledare.

- Hur tog folket emot kyrkans ledare? Varför vägrade många att lyssna till kyrkans ledare?

### Alma 46

#### *Överbefälhavare Moroni samlar de rättfärdiga till försvar av deras rättigheter och religion*

Sammanfatta Alma 46:1–3 genom att berätta att de som inte ville hörsamma kyrkans ledare anfördes av en man som hette Amalickiah. Be eleverna läsa Alma 46:4–5 tyst för sig själva och ta reda på vad Amalickiah och hans anhängare ville. Be eleverna berätta vad de får reda på.

Be eleverna läsa Alma 46:6–7 tyst för sig själva och ta reda på vad Amalickiahs påverkan på dem som följde honom resulterade i.

- Vad hände till följd av Amalickiahs påverkan?

Be eleverna läsa Alma 46:8–10 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon ville att vi skulle dra för lärdomar av Amalickiahs handlande. Du skulle kunna påpeka att flera av dessa lärdomar inleds med orden "sålunda ser vi" eller "vi ser". (Föreslå gärna att eleverna markerar de här lärdomarna i sina skrifter.) Eleverna kanske upptäcker följande lärdomar:

Många människor glömmer Herren fort och är snara till att göra ont.

En ogudaktig människa kan orsaka stor ogudaktighet.

Låt eleverna jämföra Amalickiah med överbefälhavare Moroni genom att läsa Alma 46:11–18 och Alma 48:11–13, 17 tyst för sig själva. Be hälften av klassen ta reda på vad Moroni önskade. Be den andra hälften leta efter ord och uttryck som beskriver vad Moroni var för slags person. (Hjälp eleverna se skillnaden mellan Moronis rättfärdiga motiv och Amalickiahs ogudaktiga motiv. Moroni stödde frihetens och rättfärdighetens sak medan däremot Amalickiah törstade efter makt och ville sätta nephiterna i trälldom.)

- Hur skulle ni beskriva överbefälhavare Moroni med tanke på vad ni läst? Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske föreslår flera olika principer, däribland sanningen att **en rättfärdig man kan åstadkomma mycket rättfärdighet.**)
- Vad bad Moroni till Gud om enligt Alma 46:11–18? (Att nephiterna skulle fortsätta att ha frihetens välsignelser och att Gud skulle främja "de kristnas sak".)

Moroni bad för de "kristnas sak". Vilka tre ideal ansåg Moroni enligt Alma 46:12 att kristna skulle försvara och upprätthålla? (Hjälp eleverna förstå att **det är vår plikt att försvara familjer, vår religion och vår frihet.** Se också Alma 43:45–48.)

- Vad finns det för hot i dag mot familjer, kristna och friheten? Hur försvarar vi vår familj, vår religion och våra fri- och rättigheter på lämpligt sätt?

Be eleverna läsa Alma 46:18–22 tyst för sig själva och ta reda på vad Moroni bad sitt folk att göra? (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar ordet *förbund* i de här verserna.)

- Vad slöt folket förbund om att göra? (Försvara sina rättigheter och sin religion, inte överge Herren, inte överträda Guds bud, inte skämmas för att ta på sig Kristi namn.)
- Vad gjorde folket enligt Alma 46:22 som ett tecken på det förbund som de hade slutit? (De rev sönder sina kläder och kastade styckena för Moronis fötter.)

Håll fram ett tygstycke och riv itu det. Förklara gärna att genom att riva sönder sina kläder visade folket att de var fast beslutna att hålla förbundet som de hade slutit.

- Vad sade folket enligt Alma 46:21–22 borde hända om de bröt sitt förbund?
- Hur får det här er att förstå att vi måste ta förbunden vi sluter med Gud på allvar?

Påminn eleverna om att Moroni och hans folk stod inför fiender som ville förgöra dem.

- Vad sade Moroni enligt Alma 46:18 kunde leda till att hans folk blev förgjort?

Skriv följande på tavlan: *Om vi håller våra förbund, ska Gud ...*

Be eleverna berätta hur de skulle avsluta påståendet med tanke på vad de har lärt sig i Alma 46:18–22. Be dem också ge ett exempel på hur de vet att påståendet är sant. De kanske kommer med olika svar. Sammanfatta deras svar genom att avsluta påståendet på tavlan på följande sätt: **Om vi håller våra förbund, ska Gud välsigna oss.** Uppmuntra eleverna att vara uppmärksamma på bevis för den här principen när de studerar de återstående kapitlen i Alma. Berätta gärna själv om ett tillfälle då Herren välsignade dig därför att du höll dina förbund.

Sammanfatta Alma 46:29–41. Berätta att Amalickiah och hans anhängare insåg att de var underlägsna i antal och gav sig i väg till Nephis land för att förena sig med lamaniterna. Moronis här hindrade de flesta i Amalickiahs grupp från att nå fram till Nephis land. Många av Amalickiahs anhängare ingick ett förbund att stödja frihetens sak. Ett litet fåtal vägrade att ingå förbundet och blev avrättade. Amalickiah och några av hans män flydde och förenade sig med lamaniterna.

## Alma 47

### *Amalickiah blir lamaniternas kung genom svek*

Fråga eleverna hur de skulle känna sig om de var med i en tävling och hade en bok som i detalj beskrev vad deras motståndare tänkte göra för att vinna tävlingen. Tala om för eleverna att vi genom att tillämpa Alma 47 på oss själva och vår situation kan lära oss viktiga saker om Satans taktik för att besegra oss.

Sammanfatta Alma 47:1–6 genom att berätta att Amalickiah inte gav upp sitt mål att ta makten över nephiterna. Han gjorde upp en listig plan att störta lamaniternas kung och själv bli deras kung så att han kunde få lamaniterna att angripa nephiterna. När

Amalickiah förenade sig med lamaniterna försökte han vinna gehör hos kungen, som gav honom befälet över en del av lamaniternas här. Kungen befälde Amalickiah och hans här att förfölja en utbrytargrupp i lamaniternas här som anfördes av en man som hette Lehonti. Amalickiah fick befallning att tvinga Lehontis här att gripa till vapen mot nephiterna, men Amalickiah hade andra planer.

Be eleverna studera Alma 47:7–19 som om de var Lehonti och som om Amalickiah var Satan. Be dem läsa Alma 47:7–10 tyst för sig själva och ta reda på var Lehontis här hade samlats för att försvara sig och vad Amalickiah försökte förmå Lehonti att göra.

- Var samlade Lehonti sin här inför striden? Vilken fördel har soldater som befinner sig på högre mark än fienden?
- Vad ville Amalickiah att Lehonti skulle göra? Vad använder Satan för taktik för att få oss att komma ner från högre mark? (Tänkbara svar är bland annat: fresta oss att sänka våra normer och locka oss att gå till platser där vi inte är i säkerhet andligen.)

Be flera elever turas om att läsa högt ur Alma 47:11–19. Be klassen följa med i texten och fundera på hur Amalickiahs taktik liknade den taktik som Satan använder för att förgöra oss.

- Hur liknade Amalickiahs taktik den taktik som Satan använder för att förgöra oss? (I svaren kan bland annat ingå: Satan är ihärdig, lömsk, listig och hänsynslös.)
- Vad finns det för exempel på hur Satan försöker förgifta oss "gradvis"?

Sammanfatta Alma 47:20–36 genom att berätta att Amalickiah fortsatte att bedra och mörda tills han blev lamaniternas kung. Betona att Amalickiahs avsikter och taktik i många avseenden liknade Satans avsikter och taktik i fråga om oss. Skriv följande princip på tavlan: ***Satan försöker förgöra oss, och han lockar oss gradvis att sänka våra normer.***

## Alma 48

### *Överbefälhavare Moroni inspirerar nephiterna att vara beredda och trofasta*

Be eleverna läsa Alma 48:7–10 tyst för sig själva och ta reda på vad Moroni gjorde medan Amalickiah försökte ta makten bland lamaniterna.

- Vad gjorde Moroni medan Amalickiah försökte ta makten bland lamaniterna?
- Hur stärkte Moroni sitt folk och befäste deras städer mot framtida angrepp? Vilka platser ägnade han särskild uppmärksamhet åt?

Låt eleverna få tid på sig att fundera över svaga områden i sitt liv och hur de skulle kunna stärka de områdena. Be dem skriva ner sina svar.

- Varför arbetade Moroni så flitigt enligt Alma 48:10 på att befästa sitt folk mot fiendens angrepp? (Betona att Moroni ville hjälpa nephiterna att bevara sin religionsfrihet.)
- Vad undervisar nutida ledare i kyrkan till exempel om för att hjälpa oss att befästa områden i vårt liv där vi är andligt svaga?
- Varför arbetar kyrkans ledare så flitigt på att befästa oss i andligt avseende?

Försäkra eleverna att **när vi följer Herrens tjänares råd är vi befästa mot frestelser.**

Uppmuntra eleverna att när de studerar de återstående kapitlen i Almas bok då vara uppmärksamma på principer om värdet av att hålla förbund och vikten av att befästa oss själva så att vi kan motstå Satan.

# Alma 49–51

### Inledning

Moronis försvarsförberedelser var helt nödvändiga för att skydda nephiterna mot fiendens angrepp, och nephiterna kunde försvara sig framgångsrikt mot lamaniterna ända tills uppror och ogudaktighet bland

det egna folket började försvaga dem. Morianton och kungsmännen försökte skapa söndring och oenighet bland folket. Moroni försökte få bort söndring och oenighet och skapa fred.

### Lektionsförslag

#### Alma 49; 50:1–24

#### *Nephiterna bygger befästningar, har framgång och bevarar sina fri- och rättigheter*

Läs följande scenario för klassen och ställ dithörande frågor (eller skapa ditt eget scenario, med egna frågor):

En ung man var trött men vill inte gå och lägga sig, så han började surfa på nätet. Han kände att han blev frestad att gå till sajter med pornografiska bilder.

- Vilka förberedelser hade den unge mannen kunnat göra för att undvika den här frestelsen?
- Vad skulle han kunna göra för att undvika frestelsen i framtiden?

Berätta för eleverna att när de studerar Alma 49–51 kan de vara uppmärksamma på hur överbefälhavare Moronis förberedelser mot lamaniterna kan jämföras med förberedelser som vi bör göra mot Satans frestelser i vår tid.

Berätta att samtidigt som Amalickiah hetsade lamaniterna att gå ut i strid, befäste överbefälhavare Moroni nephiternas städer. Be eleverna läsa Alma 49:1, 6–7 tyst för sig själva. Be dem fundera på hur överbefälhavare Moronis förberedelser att stå emot lamaniterna kan jämföras med de förberedelser vi måste göra för att stå emot Satans angrepp på oss. Be eleverna läsa Alma 49:2–4; 50:1–6 tyst för sig själva och ta reda på hur nephiterna beredde sig på framtida angrepp av lamaniterna.

- Om ni hade varit en lamanitisk soldat, hur tror ni att ni hade känt er när ni såg de här befästningarna för första gången?

Be några elever turas om att högt läsa ur Alma 49:8–12, och be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på lamaniternas reaktion på nephiternas förberedelser.

- Vad gjorde lamaniterna när de såg att staden Ammonihah hade befästs? (De drog sig tillbaka.)

Be en elev att högt läsa följande uttalande av president James E. Faust i första presidentskapet:

”Satan är vår största fiende och arbetar dag och natt för att tillintetgöra oss. Men vi behöver inte paralyseras av rädsla för Satans makt. Han har ingen makt över oss om vi inte tillåter det. Han är i själva verket en ynkrygg, och om vi står fasta så retirerar han” (se ”Var inte rädda”, *Liahona*, okt. 2002, s. 4).

Be några elever turas om att högt läsa ur Alma 49:18–20, 23, och be klassen följa med i texten och fundera på hur vi skulle kunna använda nephiternas förberedelser som ett mönster som hjälper oss att bereda oss själva på våra andliga strider med Satan.

- Överbefälhavare Moroni verkade för att beskydda nephiterna mot lamaniterna. På vad sätt verkar våra ledare för att beskydda och försvara oss mot motståndaren?
- Vad kan vi göra för att bygga höga andliga murar mot Satans frestelser? (I svaren kan till exempel ingå: be uppriktigt och studera skrifterna varje dag, gå i kyrkan regelbundet, tjäna andra och fasta.)

#### Anpassa scenarier

Du har de bästa förut-sättningarna att förstå elevernas bakgrund och omgivning och personligheter såväl som de frestelser som de ställs inför. Välj scenarier som ger eleverna tillfälle att fundera över situationer som påminner om deras egna. Det här ger den Helige Anden möjlighet att mana eleverna allt efter deras behov. När du söker ledning hos din himmelske Fader, hjälper han dig att anpassa scenarierna i den här handledningen så att de passar bättre in på dina elevers liv.



Fundera på att be eleverna besvara följande frågor i sina anteckningsböcker eller skriftdagböcker. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen.)

- Hur skulle du beskriva dina dagliga bemödanden att stärka dina andliga skyddsmurar?
- Välj en sak som du gör för att stärka dig själv i andligt avseende eller en sak som du ännu inte gör. Vad kan du göra så att den aktiviteten befäster dig bättre mot ondska?

Be en elev läsa Alma 49:28–30 högt. Be klassen vara uppmärksam på vilka som förutom Moroni verkade för att beskydda nephiterna mot lamaniterna. Framhåll att genom att hjälpa nephiterna att förbli rättfärdiga så hjälpte Helaman och hans bröder dem att få Herrens välsignelser och beskydd.

Ge eleverna tid att studera Alma 50:10–12. Be dem därefter diskutera följande scenarier med en klasskamrat. (Gör gärna ett utdelningsblad med scenarierna före lektionen. Annars läser du scenarierna ett i sänder och ger eleverna tillräcklig tid att diskutera vart och ett av dem.)

1. Moroni "skar ... av vägen till lamaniternas fästen". Hur skulle en ung kvinna kunna "skära av" en situation där det skvallras när hon träffar sina kamrater på lunchen?
2. Moroni befäste gränsen mellan nephiterna och lamaniterna. Hur skulle en ung man och en ung kvinna kunna befästa gränsen mellan att lyda kyskhetslagen och att gå över gränsen till omoral?
3. Moronis härar byggde befästningar för att skydda folket mot fienden. En ung man inser att han har tillbringat alldeles för mycket tid med sociala medier (på nätet eller med att sms:a). Det här tycks minska hans intresse för hans familj, och han försummar sina plikter hemma. Vad kan han göra för att stärka och befästa relationerna till sin familj?

Be några elever sammanfatta vad de har lärt sig av överbefälhavare Moronis åtgärder om hur vi kan försvara oss själva mot motståndarens angrepp. Förvissa dig om att eleverna förstår att **om vi förbereder oss kan vi stå emot motståndarens angrepp (frestelser)**. Skriv gärna den här principen på tavlan.

Be en elev läsa Alma 50:1 högt. Fråga klassen:

- Med tanke på hur framgångsrika överbefälhavare Moronis förberedelser var, vad lär vi oss mer i den här versen? (Att "Moroni inte slutade" göra förberedelser, att han fortsatte att förstärka befästningsverken trots att det inte tycktes föreligga någon omedelbar fara.)

För att hjälpa eleverna förstå att vi ständigt måste arbeta på att befästa oss i andligt avseende, läser du följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet:



"Då krafterna omkring oss ökar i intensitet, blir den andliga styrka som en gång räckte, till sist inte nog. Och oavsett vilken tillväxt i andlig styrka vi en gång trodde var möjlig, så kommer en ännu större tillväxt att vara tillgänglig för oss. Både behovet av andlig styrka och möjligheterna att skaffa sig den kommer att öka i en takt som det är farligt för oss att underskatta" ("Always", *Ensign*, okt. 1999, s. 9).

Skriv följande på tavlan:

*Jag ska förbereda mig att stå emot frestelser genom ...*

*Jag ska stå fast när ...*

Be eleverna avsluta meningarna i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker. Efter att eleverna har skrivit färdigt läser du följande uttalande av president Ezra Taft Benson. Föreslå gärna att eleverna skriver det här uttalandet i sina skrifter i närheten av Alma 50:10–12.)

"Det är bättre att förbereda och förebygga än att reparera och ångra" (*The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], s. 285).

- Varför tror ni att det uttalandet stämmer? När har ni sett exempel på principen som det här uttalandet lär ut?

Berätta att nephiternas förberedelser ledde till välstånd och fred i några år. Påpeka att samtidigt som Amalickiah förbannade Gud därför att han hade blivit besegrad så "tackade [nephiterna] Herren sin Gud" (Alma 49:28).

Be eleverna föreställa sig att de har en god vän som bor i ett krigsområde. Han eller hon säger att det tycks vara omöjligt att finna frid och lycka i kaoset. Skriv följande skriftställe hänvisning på tavlan: *Alma 50:18–23*. Be eleverna läsa det här skriftstället och tänka på vad de skulle kunna säga till den goda vännen. Be några elever berätta vad de skulle säga.

Något som de kunde säga är att **trofasthet mot Gud skänker lycka även i en orolig värld**. (Skriv gärna den här principen på tavlan.) Hjälp eleverna förstå att den här sanningen inte bara gäller för krig utan också för personliga svårigheter, som ekonomiska bakslag, arbetslöshet, dödsfall eller stridigheter i familjen, naturkatastrofer.

- Varför upplevde nephiterna en period av lycka enligt Alma 50:18–23?
- När har ni upplevt att Herren beskyddade och välsignade er därför att ni lydde honom och därför att ni befäste er mot frestelser?
- När har Herren välsignat er eller någon ni känner med framgång, frid och lycka i svåra tider? (Fundera på att också själv berätta om ett exempel ur ditt liv.)

## Alma 50:25–40; 51

### *Nephiternas försvar försvagas och Moroni tar itu med ett uppror bland folket*

(Obs: Av tidsskäl kan du behöva göra en kort sammanfattning av resten av stoffet. Om du gör det, berätta då att Alma 50:25–40 innehåller berättelsen om Moriantons uppror och död, och att Pahoran utses till överdomare. Alma 51 berättar om en grupp som kallades kungsmän som försökte ändra lagen så att nephiterna skulle styras av en kung. Deras försök misslyckades. I sin vrede vägrade kungsmännen att gripa till vapen när Amalickiah och lamaniterna började krig mot nephiterna. Moroni krävde att de skulle gripa till vapen enligt lagen eller också skulle de bli bestraffade. Amalickiahs här intog många av nephiternas städer och dödade många nephiter. När Amalickiah försökte erövra landet Ymnighet möttes han av Teancums här. Teancum dödade Amalickiah och förhindrade lamaniternas framstöt.)

Skriv följande på tavlan: *Enade vi stå, söndrade vi falla*.

Be eleverna läsa Alma 50:25–26 tyst för sig själva och hitta ordet i varje vers som beskriver orsaken till söndringen bland nephiterna.

- Vad var orsaken till söndringen bland folket?

Sammanfatta resten av Alma 50 genom att berätta att Morianton och hans folk försökte lämna nephiterna och fly till landet norrut. Moroni fruktade att den här söndringen kunde leda till att nephiterna förlorade sin frihet. Han sände en här, som leddes av en man som hette Teancum, för att hindra Moriantons folk från att lämna landet. Teancums här gensköt Moriantons folk innan de hann fram till landet norrut, och Morianton dödades. Resten av hans folk "[förband] sig att hålla fred" (Alma 50:36). Inte långt därefter uppstod det en allvarlig politisk söndring bland Nephis folk. Några av nephiterna vill avsätta Pahoran och ersätta honom med en kung. Men resten av folket ville ha kvar domarstyret.

Be eleverna leta i Alma 51:5–6 efter namnen på de två grupperna (kungsmän och frimän). Låt eleverna få ett ögonblick på sig att urskilja kungsmännens motiv i Alma 51:8.

Skriv följande sanning på tavlan: **Söndring och tvister förstör vår frid.**

- Hur är det här tydligt i berättelserna om tvister och söndring i Alma 50 och 51?
- Vad kan ni göra i era familjer, bland kamrater, i området där ni bor för att lösa konflikter?
- När har ni upplevt att enighetens välsignelser har stärkt en familj eller ett kворum eller en klass?

Vittna om de sanningar som du känner dig manad att betona. Påminn eleverna om att de närmaste lektionerna ger dem ytterligare möjligheter att urskilja principer och dra lärdom av kriget mellan nephiterna och lamaniterna.

# Alma 52–55

## Inledning

Vid den här tidpunkten i kriget med lamaniterna hade flera av nephiternas städer fallit på grund av nephiternas inre stridigheter. Moroni, Teancum och Lehi återerövrade staden Mulek och besegrade en av lamaniternas största härar. Moroni avtog en begäran av lamaniternas ledare Ammoron om utväxling av fångar och genomförde en plan att befria nephiter i

fångenskap utan blodsutgjutelse. Moroni visade ingen undfallenhet mot Ammorons och hans anhängares ogudaktighet.

*Obs:* Den här lektionen fokuserar på händelser i Moronis, Teancums och Lehis liv. I nästa lektion får eleverna lära sig mer om Helamans 2 060 unga krigare som omtalas i Alma 53:16–23.

## Lektionsförslag

### Alma 52–53

#### *Moroni, Teancum och Lehi samarbetar för att besegra lamaniterna*

Skriv följande uttalande på tavlan före lektionen:

*”Dagens ungdom växer upp i fiendeland med allt sämre moralnormer” (president Boyd K. Packer).*

Be en elev läsa det här uttalandet i början av lektionen. Fråga sedan:

- Vem är fienden? (Satan.)
- Vad ser ni för bevis på Satans inflytande i världen runtomkring er? (Eleverna kanske nämner olämpligt språk, olämplig klädsel, oärligt och omoraliskt beteende, frestelser som ofta främjas genom medierna och den moderna tekniken.)

Uppmuntra eleverna att fundera över hur de svårigheter de står inför kan jämföras med de händelser och situationer som beskrivs i Alma 52–55. Läs därefter fortsättningen på president Packer uttalande:

*”Dagens ungdom växer upp i fiendeland med allt sämre moralnormer. Men som en Herrens tjänare lovar jag att du skyddas och försvaras mot motståndarens attacker om du följer maningarna du får av den Helige Anden” (se ”Råd till de unga”, *Liahona*, nov. 2011, s. 18).*

Uppmuntra eleverna att söka den Helige Andens vägledning så att de kan stå emot ondskan.

Påminn eleverna om att samtidigt som Moroni slog ned kungsmännens uppror tog lamaniterna många befästa nephitiska städer i besittning (se Alma 51:26). Be eleverna läsa Alma 52:14 tyst för sig själva och leta efter Mormons beskrivning av nephiternas situation vid den här tidpunkten. Be därefter en elev läsa Alma 53:9 högt. Be klassen urskilja varför nephiternas omständigheter var riskfyllda.

- Vad finns det för exempel nu för tiden på att människor försätter sig i omständigheter som är riskfyllda i andligt avseende?

Skriv följande skriftställe hänvisning på tavlan: *Alma 52:5–10, 16–19*. För att hjälpa eleverna förstå sammanhanget och handlingen i fråga om dessa verser, ber du två elever högt läsa kapitelingresserna till Alma 52 och 53. Be därefter eleverna att studera verserna som du skrivit på tavlan och leta efter principer som kan hjälpa dem att undvika eller stå emot ondskan. När de har haft tillräcklig tid, frågar du:

- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske bland annat nämner följande sanning: **Om vi undviker motståndarens fästen, kan vi bättre undvika och stå emot frestelser.**)

Uppmuntra eleverna att fundera över platser eller sociala situationer där modern teknik kommer till användning (som internet) som de känner kan leda till riskfyllda omständigheter i deras liv.

### Hjälp eleverna att urskilja underförstådda principer

Många principer utsägs inte direkt av dem som skrev skrifterna. Ofta är principen inbäddad i handlingen eller i en bestämd händelse eller liknelse. Den kan illustreras av en hel bok i skrifterna, ett kapitel eller en vers. Underförstådda principer upptäcks ofta genom att man analyserar enskilda eller grupperns handlingar eller inställning i skrifterna och sedan urskiljer följderna av de handlingarna eller den inställningen.

Berätta att Mormon använde ord som *försvara*, *befästa*, *plåga* och *förstärka* när han anvisade Teancum hur han skulle hålla stånd mot lamaniterna. Be eleverna begrunda vad som kanske måste "plågas" bort ur deras liv för att de ska kunna vara i större andlig säkerhet.

Be en elev läsa Alma 52:19 högt. Fråga klassen:

- Vad gjorde nephiternas ledare innan de drog ut i strid? (De höll ett krigsråd.)
- På vilka sätt är ett familjeråd eller råd i kyrkan som ett "krigsråd"? Hur kan sådana råd stärka oss i våra strider med motståndaren?

Sammanfatta Alma 52:20–40 och Alma 53 genom att förklara att överbefälhavare Moroni efter krigsrådet lyckades återerövra staden Mulek genom att locka lamaniterna ut ur deras fästen. Nephiterna tog många lamaniter till fånga och sände dem för att befästa staden Ymnighet. Trots detta fortsatte lamaniternas militära framgångar på andra platser på grund av meningsskiljaktigheter bland nephiterna.

## Alma 54–55

### *Moroni förkastar Ammorons villkor för utväxling av fångar och använder list för att befria de nephitiska fångarna*

Berätta att Alma 54 innehåller brevväxlingen mellan Ammoron (lamaniternas kung) och överbefälhavare Moroni. Dessförinnan hade lamaniterna och nephiterna tagit många krigsfångar. Det här kapitlet redogör för Moronis svar på Ammorons begäran om utväxling av fångar.

Berätta att Alma 54:9–12 innehåller överbefälhavare Moronis ord till Ammoron. Be en elev läsa de här verserna högt. Be en annan elev läsa Ammorons svar till överbefälhavare Moroni i Alma 54:18–20.

- På vad sätt skilde sig överbefälhavare Moronis motiv för utväxling av fångar från Ammorons? (Framhåll gärna att Moroni tänkte på familjer medan däremot Ammoron bara tänkte på sina soldater eftersom han ville förgöra nephiterna.)
- Hur återspeglar Ammorons ord i Alma 54:18–20 Satans motiv för sitt krig mot oss?

Be en elev läsa Alma 55:1–2 högt. Be klassen vara uppmärksam på Moronis reaktion på Ammorons krav.

- Varför ville Moroni inte tillmötesgå Ammorons krav? (Han visste att Ammoron ljög, och han ville inte att han skulle få större makt än han redan hade.)
- Vad lär vi oss av det sätt som Moroni bemötte Ammoron? (Eleverna kanske nämner flera sanningar, men förvissa dig om att de förstår att **när vi står fasta för vad som är rätt, kan vi förhindra att det onda får makt över oss.**)

Följande uttalanden av Joseph Smith kan kanske vara till hjälp för er när ni samtalar om dessa verser:

"Satan kan inte förföra oss med sina lockelser såvida vi inte i våra hjärtan samtycker och ger efter" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 211).

"Djävulen har ingen annan makt över oss än den vi tillåter honom" (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith*, s. 211).

Skriv följande skriftställehänvisning på tavlan: *Alma 55:15–24, 28–31.*

Berätta att vi i Alma 55 får veta att överbefälhavare Moroni befriade de nephitiska fångarna i staden Gid med hjälp av en krigslist. I Alma 55:3–14 får vi veta att Moroni kunde använda sig av en nephitisk soldat som hette Laman, som lyckades få de lamanitiska soldater berusade som vaktade de nephitiska fångarna. Be eleverna tyst läsa verserna som du skrev på tavlan och ta reda på vad överbefälhavare Moroni gjorde efter det att lamaniterna hade blivit omringade i staden Gid. Påminn eleverna om att vara uppmärksamma på principer när de studerar. När de har haft tillräcklig tid ber du dem berätta vad de upptäckt. Du skulle också kunna fråga:

- Vad lär oss de här verserna om Moroni?

Skriv följande uttalande på tavlan och be eleverna fylla i orden som fattas.

*Vi ska inte ... , utan glädja oss över ...*

- Hur skulle vi kunna följa Moronis exempel att inte finna nöje i blodsutgjutelse? Hur skulle vi kunna tillämpa Moronis exempel på det vi läser och tittar på eller spel vi spelar?

Be eleverna begrunda följande fråga:

- Vad tror ni att Mormon ville lära er i dagens lektion som hjälper er att vara trofasta i er kamp mot motståndaren?

Fundera på att låta eleverna få tid att skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker om vad de kommer göra för att stå emot frestelsen att beträda Satans territorium och för att stå fasta mot hans angrepp.

Avsluta med att bära vittnesbörd om de sanningar ni samtalat om i dag på lektionen.

## Ytterligare undervisningsförslag

### Alma 53:20–21. Att vandra rättrådigt inför Gud

Be en elev läsa Alma 53:20–21 högt.

- Vad menas med att vandra rättrådigt inför Gud?

Be eleverna begrunda hur de, precis som de unga krigarna, alltid kan vara "trofasta i allt som [blivit] dem anförtrott". Läs följande uttalande i vilket president George Albert Smith berättar om ett gott råd som han fick av sin farfar George A. Smith:

"Min farfar brukade säga till familjen: 'Det går en tydlig gränslinje mellan Herrens territorium och djävulens territorium. Om du håller dig på Herrens sida av gränsen, står du under hans inflytande och har ingen önskan att göra orätt, men om du går över till djävulens sida av gränsen en enda tum har frestaren dig i sin makt, och om han lyckas kan du inte vare sig tänka eller resonera riktigt eftersom du har mist Herrens ande.'

När jag ibland har blivit frestad att göra en viss sak, har jag frågat mig själv: 'På vilken sida av gränsen är jag?'

Om jag bestämde mig för att vara på den säkra sidan, på Herrens sida, gjorde jag varje gång det rätta. Så när du blir frestad fundera då över och be angående ditt problem så kommer Herren att inspirera dig att välja rätt. Det finns trygghet för oss bara på Herrens sida av gränsen" ("A Faith Founded upon Truth", *Deseret News*, 17 juni 1944, kyrkodelen, s. 9).

Fundera på att dra en lodrät linje som delar tavlan i två hälfter. Benämnen den ena sidan av tavlan *Herrens territorium* och den andra *Djävulens territorium*. Fråga eleverna:

- Var är den säkraste platsen i förhållande till gränslinjen mellan de två territorierna? (På Herrens sida, så långt bort från gränsen som möjligt.)
- Vad finns det för fara med att försöka vara på Herrens sida men så nära gränsen som möjligt?
- Vad hjälper er att hålla er borta från gränsen?

## Alma 56–58

**Inledning**

Helaman och överbefälhavare Moroni stred mot lamaniterna i olika delar av landet. Helaman skrev ett brev till Moroni och berättade om sin härs strider med lamaniterna och sitt förtroende för de 2 060 unga

krigare som hade anslutit sig till hans här och för deras tro. Helaman beskrev också vad hans här gjorde för att segra och för att få hopp och styrka i sina bedrövelser.

**Lektionsförslag****Alma 56***Antipus och Helamans härar besegrar lamaniternas största här*

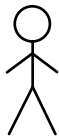
Fråga eleverna om de någonsin fått ett brev eller ett budskap som stärkte dem så att de kunde uthärda en särskild svårighet. Berätta att Alma 56–58 innehåller ett brev som Helaman skrev till överbefälhavare Moroni under ett svårt skede av kriget. Be eleverna läsa Alma 59:1–2 tyst för sig själva och upptäcka hur överbefälhavare Moroni reagerade på brevet. Uppmuntra eleverna att när de studerar brevet då vara uppmärksamma på skäl till att överbefälhavare Moroni fröjdade sig trots den svåra situation han befann sig i.

Sammanfatta Alma 56:2–17 genom att berätta att Helaman förde befäl över en liten här som bestod av 2 000 av anti-nephi-lehiternas eller Ammons folks söner. Dessa soldater kallas ofta de 2 000 unga krigarna. Föräldrarna till dessa unga män hade slutit förbund att aldrig gripa till vapen igen. De unga männen, som inte var bundna av det förbundet, erbjöd sig frivilligt att försvara sina föräldrar och andra nephiter när de hotades av en lamanitisk här.

Berätta att Helaman tågade med de 2 000 unga krigarna till staden Judea för att bistå Antipus och hans här. Lamaniterna hade erövrat flera nephitiska städer och hade försvagat Antipus här. Antipus glädde sig storligen när Helaman och hans soldater kom för att bistå dem.

Be eleverna läsa Alma 53:17–21 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som beskriver den andliga styrka som dessa unga män bidrog med till hären. Medan de läser gör du följande schematiska teckning på tavlan. Be flera elever komma fram till tavlan och under "Före striden" skriva orden och uttrycken de hittade.

Före striden



Under striden

Ung krigare/ung sista dagars helig

- Vad tror ni att Helaman kan ha menat när han beskrev de 2 000 unga krigarna som "sanningsälskande och allvarliga män"?
- Hur kan egenskaperna som står på tavlan hjälpa oss att modigt möta andliga strider och andra svårigheter vi ställs inför?

Gör en kort sammanfattning av början av de unga krigarnas första strid i Alma 56:29–43. Antipus använde Helaman och hans 2 000 soldater som lockbete för att få lamaniternas största här att komma ut ur staden Antiparah. En stor del av lamaniternas här lämnade Antiparah för att förfölja Helamans här, vilket gav Antipus här möjlighet att följa efter dem och anfälla dem bakifrån. När Antipus här hade hunnit upp lamaniternas här så gick de till angrepp som planerat. När lamaniternas här gjorde halt och slutade förfölja Helamans här, visste Helaman inte om lamaniterna försökt locka dem i en fälla eller om Antipus här hade

fallit lamaniterna i ryggen. Helaman och hans unga soldater måste besluta om de skulle fortsätta att fly eller angripa lamaniterna.

Be eleverna läsa Alma 56:44–48 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som visar att dessa unga män handlade i tro. Be några elever skriva på tavlan vad de hittade, under överskriften "Under striden".

- Vad var det som de här unga männen inte tvivlade på? (Att Gud skulle rädda dem.)
- Varför tvivlade de inte på att Gud skulle rädda dem?
- Hur hjälptes de under striden av egenskaperna som de hade utvecklat före striden?

Skriv följande sanning på tavlan: **När vi handlar i tro kan vi få styrka av Gud.** Be eleverna vara uppmärksamma på bevis för den här sanningen när de studerar Alma 56.

Sammanfatta Alma 56:49–53 genom att berätta att Helamans här upptäckte att Antipus här befann sig i svår situation. Antipus och många andra av härens ledare var döda och de utmattade och förvirrade nephiterna höll på att falla i lamaniternas händer.

Be en elev läsa Alma 56:54–56 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Gud välsignade Helamans unga krigare på grund av deras tro.

- Hur tror ni att de andliga egenskaper som står på tavlan bidrog till händelserna som skildras i Alma 56:56?
- När har ni eller någon ni känner handlat i tro och fått styrka av Gud i en svår situation?

## Alma 57

### *Helaman och hans unga krigare återerövrar staden Cumeni och bevaras i strider*

Tala om att Alma 57 är fortsättningen på Helamans brev till överbefälhavare Moroni. Det börjar med en skildring av hur nephiterna återerövrar två städer från lamaniterna. Under den här tiden fick Helaman förstärkningar: 6 000 man tillsammans med ytterligare 60 av Ammons folks söner. Lamaniterna fick också förstärkningar och fortsatte att befästa städerna som de hade erövrat.

Framhåll att i en av striderna var lamaniterna på väg att övervinna nephiterna (se Alma 57:18). Be eleverna läsa Alma 57:19–22 tyst för sig själva och leta efter orsaker till att nephiterna lyckades besegra lamaniterna.

- Varför lyckades nephiterna besegra lamaniterna?
- Helaman sade att hans unga krigare "lydde och vinnlade sig om att noggrant utföra varenda befallning de fick" (Alma 57:21). Vad tror ni det innebär? På vad sätt var den här lydningen ett uttryck för deras tro?

Efter att eleverna besvarat frågan läser du följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum:



"[Du] kommer att träffa personer som väljer vilka bud de ska hålla och vrakar andra, som de väljer att bryta mot. Jag kallar det här kafeteriasynen på lydning. Vanan att välja och vraka fungerar inte. Den leder till olycka. För att förbereda sig för att möta Gud håller man *alla* hans bud. Det krävs tro för att lyda dem, och genom att man håller hans bud stärks den tron" ("Se framtiden an med tro", *Liahona*, maj 2011, s. 34).

Be en elev läsa Alma 57:23–27 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur Herren bevarade Helamans unga soldater och varför han bevarade dem. För att hjälpa dem diskutera vad de upptäckte ställer du följande frågor:

- Helaman sade om sina krigare: "Deras sinnen är orubbliga." Vad tror ni det innebär? Varför måste vårt sinne vara orubbligt när vi står inför svårigheter?
- Hur visade Helamans soldater att de "[ständigt satte] sin lit till Gud"?

Det kan vara bra att förklara att de rättfärdiga ibland lider eller dör, liksom de unga krigarna led och liksom några i nephiternas här dog. Men Gud kommer alltid ära dem som ärar honom, och de rättfärdiga som dör blir välsignade.

- Vad ser ni för likheter mellan de unga krigarnas strider och våra strider med motståndaren?

Be en elev att högt läsa följande uttalande av äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum:

”I dag utkämpar vi en strid som på många sätt är mer riskfylld ... än striden mellan nephiter och lamaniter. Vår fiende är listig och förslagen. Vi kämpar mot Lucifer, alla lögners fader, fienden till allt som är gott och rätt och heligt ...

Vi kämpar bokstavligen om människornas själar. Fienden är oförsonlig och obeveklig. Han tar eviga fångar i en oroväckande takt. Och han visar inga tecken på att vilja sluta.

Även om vi är djupt tacksamma för de många medlemmar i kyrkan som utträttat stora ting i kampen för sanning och rätt, måste jag ärligt säga att det fortfarande inte är tillräckligt. Vi behöver mycket mer hjälp ... Vi behöver er. I likhet med Helamans 2 000 unga krigare är även ni Guds andebarn och ni kan också förlänas kraft att bygga och försvara hans rike. Vi vill att ni ingår heliga förbund, precis som de gjorde. Vi vill att ni är skrupulöst lydiga och trofasta, precis som de var” (“Den bästa generationen missionärer”, *Liahona*, nov. 2002, s. 46–47).

Skriv följande på tavlan: *Om vi förtröstar på Herren och lyder honom noggrant så ...*

- Hur skulle ni avsluta den här meningen med tanke på vad ni läst om Helamans krigare? (Avsluta meningen på tavlan med hjälp av elevernas förslag. Du kunde till exempel skriva följande sanning: ***Om vi förtröstar på Herren och lyder honom noggrant så bistår han oss i våra strider.***)

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de eller någon de känner lydde noggrant i en svår situation i skolan, i hemmet eller i någon annan omgivning. Be några elever berätta om sina eller andras upplevelser. Fråga dem hur Herren hjälpte dem eller andra i situationen i fråga.

Låt eleverna få tid att skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker om vad de kommer att göra för att lyda Herrens befallningar ”noggrant” (Alma 57:21) och “[ständigt sätta] sin lit till Gud” (Alma 57:27).

## Alma 58

### *De nephitiska soldaterna litar på att Gud ska bevara dem i deras umbäranden*

Tala om att Alma 58 innehåller slutet av Helamans brev till Moroni. Helaman skildrade hur nephiternas härar stötte på svåra omständigheter som förvärrade den kritiska situation som de befann sig i. Be några elever turas om att läsa högt ur Alma 58:2, 6–9, och be klassen urskilja dessa svåra omständigheter (brist på mat, inga förstärkningar, fruktan att fienden skulle förgöra dem).

Be eleverna läsa Alma 58:10–12 tyst för sig själva och leta efter svar på följande frågor. (Skriv frågorna på tavlan före lektionen. Läs frågorna för klassen innan de läser skriftstället. Samtala om dem efter att de läst det. Det här hjälper eleverna att vara uppmärksamma på hur Helamans här reagerade i den här svåra situationen.)

*Vad gjorde nephiterna i den här svåra situationen?*

*Hur besvarade Herren deras vädjanden och böner?*

*Hur hjälptes Helaman och hans här av den förvissning som Herren ingav dem?*

Be eleverna sammanfatta en sanning som de har lärt sig i Alma 58:10–12. (Eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, men förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Om vi vänder oss till Gud i svåra tider, kan han inge oss förvissning som stärker vår tro och ger oss hopp.**)

- När har Herren välsignat er med frid och en förvissning i en svår situation?

Tala om att Alma 58 berättar om den nephitiska härens framgångsrika försök att återta städerna som hade erövrats av lamaniterna (se Alma 58:31). Be en elev läsa Alma 58:39–40 högt.

- Hur visade Helamans unga krigare sin tro på Gud trots de ”många sår” de hade fått?
- När ni ställs inför svårigheter i livet, hur kan ni då ha nytta av att följa Helamans söners exempel?

Avsluta med att bära vittnesbörd om sanningarna du undervisade om under lektionen.



## Alma 59–63

## Inledning

Överbefälhavare Moroni glädde sig storligen över att Helaman hade lyckats återerövra några av de nephitiska städer som hade fallit i lamaniternas händer. Men när han fick veta att staden Nephiah hade erövrats av lamaniterna blev han vred på de styrande för att de hade försummat att skicka förstärkningar. Han skrev i ett brev till Pahoran, som var överdomare, att han sörjde över de rättfärdigas lidande och tillrättavise Pahoran för att han inte stödde frihetens sak.

Vad Moroni inte visste var att Pahoran hade flytt till Gideons land på grund av de nephitiska kungsmännens uppror. Pahoran blev inte stött över Moronis tillrättavisning utan glädde sig åt Moronis frihetskärlek. Herren styrkte nephiterna, och Moroni, Pahoran och folket besegrade gemensamt kungsmännen och lamaniterna. Efter flera års krig levde nephiterna i fred igen, och Helaman byggde upp kyrkan.

## Lektioner som behandlar flera kapitel

Om en lektion behandlar flera kapitel i skrifterna, behöver du inte ägna allt i kapitlen samma uppmärksamhet. Du kan sammanfatta delar av skriftställeblocket och sedan ägna mer tid åt de delar av blocket som är av störst betydelse för dina elever.

## Lektionsförslag

## Alma 59

*Nephiterna förlorar ett fäste, och överbefälhavare Moroni sörjer på grund av folkets ogudaktighet*

Skriv följande uttalande av president Ezra Taft Benson (ur *The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], s. 285):

*”Det är bättre att förbereda och förebygga än att reparera och ångra” (president Ezra Taft Benson).*

Du kanske citerade det här uttalandet i lektionen om Alma 49–51. Om du gjorde det, fundera då på att utelämna några ord när du skriver det på tavlan. Be eleverna att fylla i orden.

Be eleverna berätta om egna eller andras upplevelser då förberedelser har bidragit till att förebygga sorger och besvikelser.

Påminn eleverna om att de i tidigare lektioner studerade kapitlen om krig mellan nephiter och lamaniter. Be eleverna läsa Alma 59:5–11 tyst för sig själva och fundera på sambandet mellan uttalandet på tavlan och situationen som beskrivs i de här verserna.

- Vad tycks ha gjort det möjligt för lamaniterna att erövra staden Nephiah? (Folkets ogudaktighet i staden.)
- Vad hittade ni i de här verserna som har att göra med uttalandet som står på tavlan?

Gör eleverna uppmärksamma på följande ord i Alma 59:9 om eleverna inte själva nämner dem: ”Det var lättare att hindra staden från att falla i lamaniternas händer än att återerövra den från dem.” Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar den här meningen i sina skrifter. För att hjälpa eleverna tänka på hur den här sanningen gäller för deras liv, ber du dem jämföra städerna i berättelsen med sig själva och de andliga strider de står inför. Ställ därefter en eller flera av följande frågor:

- Hur kan vi tillämpa den här sanningen på vårt liv? (Hjälp eleverna förstå att **det är lättare och bättre att förbli trofast än det är att återvända till tron efter att ha gått vilse.**)
- Varför är det lättare att förbli trofast i kyrkan än att återvända till kyrkan efter att ha varit mindre aktiv under en tid?
- Varför är det lättare att bevara ett vittnesbörd än att återfå det efter att ha avfallit?

Be eleverna begrunda på vilka sätt motståndaren och hans anhängare kanske angriper dem. Uppmuntra dem att skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker hur de ska förbereda sig på andliga strider.

## Alma 60–62

### *Moroni beskyller med orätt Pahoran, som reagerar vänligt och respektfullt*

Läs Alma 59:13 högt. Förvissa dig om att eleverna förstår att Moroni var vred därför att han trodde att de styrande var likgiltiga för folkets frihet. I sin vrede skrev han ett brev till Pahoran, som var överdomare i Zarahemla. Be några elever turas om att högt läsa ur Alma 60:6–11.

- Vilka beskyllningar riktade Moroni mot Pahoran?
- Vad var det för starka känslor som låg bakom Moronis beskyllningar?

Skriv följande skriftställehänvisning på tavlan: *Alma 60:17–20, 23–24*. Be eleverna läsa de här verserna tyst för sig själva. Uppmuntra dem att föreställa sig hur de skulle känna sig om de var Pahoran.

- På vad sätt kan överbefälhavare Moronis ord ha varit sårande för Pahoran?

Be några elever turas om att högt läsa ur Alma 60:33–36. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad överbefälhavare Moroni var beredd att göra om Pahoran inte uppfyllde hans begäran. Efter att eleverna berättat vad de fick veta, ber du dem urskilja ord eller uttryck i dessa verser som visar varför Moroni kom med en sådan begäran.

Be eleverna läsa Alma 61:1–5 tyst för sig själva och ta reda på varför Moroni inte hade fått förstärkningar.

- Vad berättade Pahoran för Moroni?
- Hur reagerar människor ofta när de med orätt blir beskyllda för något?
- Har ni någonsin med orätt blivit beskyllda för något? Vad tyckte ni om beskyllningen och den som kom med den?

Be eleverna läsa Alma 61:9–10, 15–18 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på allt som vittnar om Pahorans ädla karaktär. När eleverna har haft tillräckligt tid ber du några elever berätta vad de hittade i texten.

- Vad lär vi oss av det sätt som Pahoran reagerade på Moronis beskyllningar? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **Vi kan välja att inte ta illa vid oss över andras ord eller handlingar.** Några andra sanningar som eleverna kanske urskiljer är att **vi ska undvika att kritisera andra ovänligt** och att **när vi förenar oss med andra i rättfärdighet blir vi starkare i vår kamp mot ondskan.** (Skriv gärna de här sanningarna på tavlan.)
- Hur kan vi välja att inte ta illa vid oss?

Fundera på att fråga eleverna om de är villiga att berätta om tillfällena då de valde att inte ta illa vid sig när andra sade ovänliga eller osanna saker om dem. Fundera också på att berätta om en egen upplevelse. Vittna om hur viktigt det är att förlåta andra för deras ord eller gärningar mot oss. Uppmuntra eleverna att följa Pahorans exempel.

Be en elev läsa Alma 62:1 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur Moroni kände sig när han fick Pahorans svar.

Förklara att även om överbefälhavare Moronis beskyllningar mot Pahoran visade sig felaktiga så undervisade han om sanna principer som vi kan använda i vårt liv. Be en elev läsa Alma 60:23 högt. Framhåll att Moronis ord om att "det inre kärlet" måste renas är tillämpligt på alla som behöver omvända sig. Förklara att ett käril är en behållare, till exempel en kopp. Smeta ner en kopp inuti och utanpå med lera eller dylikt (om möjligt en genomskinlig kopp). Fråga eleverna om de skulle vilja dricka ur koppen. Gör ren utsidan av koppen och fråga eleverna om de kan tänka sig att dricka ur den nu.

- Om vi ser oss själva som käril, vad kan det då innebära att rena det inre kärlet?

Läs följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"Vi måste först rena det inre kärlet (se Alma 60:23), börja med oss själva, därefter med våra familjer, och slutligen med kyrkan" (se "Att rena oss själva", *Nordstjärnan*, nr 6 1986, s. 3).

- Varför är det viktigt att vi är rena både inuti (det som människor inte kan se) och utanpå (det som människor kan se)?
- Varför är det viktigt att rena vårt livs inre käril innan vi kan vara helt användbara i Herrens rike?

Sammanfatta Alma 62:1–38 genom att berätta att överbefälhavare Moroni tog med sig en del av sin här för att hjälpa Pahoran att störta kungsmännen i Zarahemla. Med en förenad här och med hjälp av andra nephiter återtog Moroni och Pahoran de återstående städerna som hade fallit i lamaniternas händer. De drev ut lamaniterna ur landet och upprättade fred bland folket.

- Vad kan det finnas för svårigheter för enskilda och familjer efter ett långt krig?

Be eleverna läsa Alma 62:39–41 tyst för sig själva och ta reda på hur nephiterna hade påverkats av krigets prövningar.

- Vilka principer urskiljer ni i Alma 62:40–41?

När eleverna diskuterar den här frågan kommer de kanske med följande eller liknande svar:

**Våra rättfärdiga böner kan ha en gynnsam inverkan på samhället.**

**I svåra tider ödmjukar sig några inför Gud medan däremot andra blir förhärdade.**

- Varför tror ni att några kommer Herren närmare när de ställs inför prövningar? Varför vänder sig några bort från Herren när de ställs inför prövningar? (Hjälp eleverna förstå att i svåra tider avgör våra val om vi ska komma Herren närmare eller inte.)
- När ni har läst kapitlet i Mormons bok som handlar om krig, vad har de lärt er om att vara en Jesu Kristi lärjunge i tider då det råder krig eller förekommer stridigheter?

## Alma 63

### *Många nephiter färdas till landet norrut*

Sammanfatta Mormons ord i det här kapitlet genom att berätta att många nephiter utvandrade till landet norrut, till lands och sjöss. Shiblön anförde de heliga uppteckningarna åt Helaman. Överbefälhavare Moroni dog, och hans son Moronihah anförde en här som slog tillbaka en nytt lamanitiskt angrepp.

Avsluta gärna lektionen med att berätta om någon som befann sig i en svår situation och valde att ha ett mjukt hjärta och större förtröstan på Gud. Fundera på att berätta om en egen upplevelse.

### **Återblick på Almas bok**

Hjälp eleverna göra en återblick på Almas bok. Be dem tänka på vad de lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Vid behov uppmuntrar du dem att läsa några av kapitelingresserna i Almas bok för att hjälpa dem att komma ihåg vad de studerat. När de har haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever att berätta om någonting i boken som gjort intryck på dem.

# Hemstudielektion

## Alma 45–63 (Studieavsnitt 21)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Alma 45–63 (studieavsnitt 21) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Alma 45–49)

Alma förklarade för sin son Helaman att Herren inte kan se på synd med den minsta grad av overseende. Genom att jämföra nephiternas strider med sina egna strider lärde sig eleverna följande sanningar: Gud stöder och välsignar oss när vi liksom överbefälhavare Moroni modigt lyder Guds befallningar. Satan försöker förgöra oss, och han lockar oss gradvis att sänka våra normer.

#### Dag 2 (Alma 50–52; 54–55)

Även om nephiterna hade framgång efter att Amalickiah hade lämnat landet fortsatte Moroni att förbereda folket på framtida angrepp. När eleverna läste om den svåra situation som nephiterna befann sig i såg de att trofasthet mot Gud skänker lycka även i en orolig värld, men att söndring och tvister förstör vår frid. De såg också att när vi står fasta för vad som är rätt, kan vi förhindra att det onda får makt över oss.

#### Dag 3 (Alma 53; 56–58)

I ett kritiskt skede av kriget anförde Helaman en här av unga män från Ammons folk. Dessa unga krigare visade att när vi handlar i tro kan vi få styrka av Gud. De tappra unga människors exempel lärde eleverna att om vi förtröstar på Herren och lyder honom noggrant så bistår han oss i våra strider. Trots de många sår de fick och de många prövningar de gick igenom visade nephiternas här och de unga krigarna att om vi vänder oss till Gud i svåra tider, kan han inge oss förvisning som stärker vår tro och ger oss hopp.

#### Dag 4 (Alma 59–63)

På grund av ett uppror bland nephiterna föll flera av deras städer i lamaniternas händer. Det här lärde eleverna att det är bättre att förbli trofast än det är att återvända till tron efter att ha gått vilse. Moroni beskyllde överilrat Pahoran, som var överdomare, för att försumma sina plikter. Av hans reaktion lärde sig eleverna att vi kan välja att inte ta illa vid oss över andras ord eller handlingar. Dessutom lärde sig eleverna att när vi förenar oss med andra i rättfärdighet blir vi starkare i vår kamp mot ondskan, vilket Moroni och Pahoran är ett exempel på.

### Inledning

Eftersom den här lektionen omspannar 19 kapitel i Almas bok kan du inte undervisa om eller betona hela den historiska kontexten och alla läror och principer som eleverna lärde sig under veckan. Följande undervisningsförslag ger eleverna tillfälle att tillämpa sanningarna de lärde sig, när de läste om nephiternas krig, på striderna i sitt eget liv. Studera skriftställena i den här lektionen under bön så att du blir inspirerad att betona de sanningar som eleverna behöver koncentrera sig på under lektionen.

### Lektionsförslag

#### Alma 45–63

##### *Genom att förtrösta på Gud och följa inspirerade ledare lyckas nephiterna besegra lamaniterna*

Skriv följande uttalande av president Ezra Taft Benson på tavlan före lektionen: *”I Mormons bok lär vi oss hur Kristi lärjungar lever i krigstider”* (”Mormons bok – slutstenen i vår religion”, Nordstjärnan, jan. 1987, s. 4).

Be eleverna nämna några krig som utkämpats i ert land. Be dem därefter tala om vilka svårigheter som människor ställs inför i ett krig.

Fråga: Varför kunde det tänkas vara svårt att vara en Jesu Kristi lärjunge i krig?

Be eleverna tänka på de krig som de läst om i Alma 45–63 under veckan som gått. Uppmuntra dem gärna att ögna igenom några av kapitelingresserna till Alma 45–63. Be dem nämna några svårigheter som nephiterna ställdes inför under kriget.

Påminn eleverna om att även om vi aldrig måste kämpa i ett fysiskt krig så är vi alla i ett andligt krig. Be en elev läsa följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet där han beskriver det andliga krig vi befinner oss i. Gör gärna en kopia till varje elev.

”Ni har tagit värvning i Herrens armé i denna sista tidsutdelning. Det här är ingen fredens tid. Det har varit så ända sedan Satan ställde upp sina styrkor mot vår himmelske Faders plan i förut tillvaron. Vi känner inte till detaljerna i den striden. Men vi känner till ett resultat. Satan och hans efterföljare kastades ner till jorden. Och striden har fortsatt alltsedan Adam och Eva skapades. Vi har sett den bli värre. Och skrifterna antyder att striden ska bli våldsammare och antalet andliga offer på Herrens sida stiga” (se ”Fallen soldat!” *Liahona*, maj 2009, s. 63).

Rikta elevernas uppmärksamhet på uttalandet av president Benson på tavlan. Vittna för dem att uttalandet är sant vare sig vi talar om ett fysiskt krig eller ett andligt krig. Tala om att studiet av lärjungars liv som upplevde kriget i Mormons bok kan hjälpa oss att utveckla egenskaper som blir till stor hjälp för oss i våra egna andliga strider.

Skriv följande namn och skriftställehänvisningar på tavlan eller på ett utdelningsblad. Be eleverna välja en av de här personerna eller grupperna som de vill läsa om. Försök att få minst en elev att studera varje person eller grupp.

1. Moroni – Alma 46:11–21; 48:7–17
2. Helaman – Alma 48:19–20; 56:2–9; 58:4–12, 32–37
3. De 2 060 unga krigarna – Alma 53:16–22; 56:47–56; 57:19–27
4. Pahoran – Alma 50:39–40; 51:1–7; 61:1–21

Låt eleverna få flera minuter på sig att studera så många skriftställen som möjligt om personen eller gruppen de valde. Be dem förbereda sig att undervisa klassen om följande (skriv det gärna på tavlan eller på utdelningsbladet):

- En händelse ur den här personens eller gruppens liv som visar att de var sanna lärjungar till Jesus Kristus.
- En eller två egenskaper som den här personen eller gruppen hade som hjälpte dem att förbli tappra under kriget mot lamaniterna.
- En princip i evangeliet som vi lär oss av den här personen eller gruppen som kan ge oss styrka i våra andliga strider.

Låt så många elever som möjligt få tillfälle att berätta för klassen vad de lärde sig. Be gärna eleverna skriva evangelieprinciperna på tavlan.

Fundera på att ställa följande frågor för att hjälpa eleverna tillämpa det de lärde sig när de studerade Alma 45–63:

- Tänk på egenskaper som är betecknande för någon som är en Jesu Kristi lärjunge och som ni såg hos personerna som levde under tiden av krig med lamaniterna. Vilken av de här egenskaperna skulle ni mest av allt vilja utveckla i ert liv? Varför då?
- Vilka andliga strider ställs vi inför i dag? Hur kan dessa Kristi lärjungars exempel hjälpa er att ha tro och mod när ni ställs inför dessa andliga strider?

Berätta gärna för eleverna om ett av dina favoritavsnitt i Alma 45–63. Vittna om att de principer vi lär oss i dessa kapitel hjälper oss att vara sanna lärjungar till Jesus Kristus under det andliga kriget nu i de sista dagarna.

### Nästa studieavsnitt (Helaman 1–9)

Berätta att det första kapitlet i Helamans bok bland annat handlar om tre överdomares död. Tala om för de eleverna m att de får svar på följande frågor: Hur dog överdomarna? Vilket under fick Nephi och Lehi uppleva när de satt i fängelse? Vems röst hörde de? Berätta för eleverna att profeten Nephi lyckades klara upp ett mord genom profetians ande.

# Helamans bok

### Varför studera den här boken?

I Helamans bok får eleverna läsa om män som Helaman, hans söner Nephi och Lehi och lamaniten Samuel och deras föredöme och undervisning, stora män som modigt lydde Herren och vittnade om honom. De här männens andliga verksamhet visar att Gud ger sina tjänare kraft så att de kan göra hans vilja och så att deras rättfärdiga bemödanden kan bli till välsignelse för tusentals. Eleverna får också läsa om de förödande följderna av högmod, ogudaktighet och hemliga sammansvärjningar.

### Vem skrev den här boken?

Mormon sammanställde och förkortade uppteckningar från Nephis större plåtar och skapade Helamans bok. Boken är uppkallad efter Helaman som var son till Helaman och sonson till Alma den yngre. Helaman fick uppteckningarna av sin farbror Shiblon, och han verkade som överdomare över nephiterna. Han lärde sina söner Nephi och Lehi att hålla buden och att komma ihåg sin Återlösare och bygga sitt liv på honom (se Helaman 5:9–14). Det här inspirerade dem, och eftersom de var djupt bekymrade över folkets ogudaktighet predikade de för nephiterna och lamaniterna att de måste omvända sig. Nephi avgick till och med som överdomare för att kunna göra det. Efter att tusentals lamaniter hade omvänts, inspirerades en lamanitisk profet som hette Samuel att predika omvändelse och profetera för nephiterna. Helamans bok bygger på uppteckningarna som fördes under Helamans respektive Nephis ämbets- och verksamhet (Helaman 1–3; Helaman 4–16). Nephis uppteckningar innefattade lamaniten Samuels profetior och undervisning.

### För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon skrev Helamans bok för människor i de sista dagarna som skulle få hans uppteckning. I likhet med andra förkortningar som Mormon gjorde av Nephis större plåtar, vittnar Helamans bok om Jesu Kristi gudomlighet och återlösningsuppdrag (se Helaman 3:27–30; 5:9–12; 8:13–23; 14:1–29; 16:4–5).

### När och var skrevs den?

De ursprungliga uppteckningarna som användes som källor till Helamans bok skrevs förmodligen mellan 52 f.Kr. och 1 f.Kr. Mormon gjorde ett sammandrag av de här uppteckningarna någon gång mellan 345 och 385 e.Kr. Mormon skrev inte var han befann sig när han sammanställde boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

Helamans bok skildrar hur nephiterna mer än någonsin tidigare i deras historia pendlar mellan rättfärdighet och ogudaktighet. Den skildrar meningsskiljaktigheter, krig, mord och hemliga sammansvärjningar. Den beskriver också Gadiantons rövare, vars mörkrets gärningar ledde

till nephiternas slutliga undergång (se Helaman 2:13–14). Helamans bok är unik såtillvida att den beskriver en period då "den större delen" av lamaniterna hade blivit omvända och "deras rättfärdighet överträffade nephiternas" (Helaman 6:1). Den visar den makt som Gud ger sina profeter, som till exempel då Nephi avslöjade att en överdomare hade blivit mördad och profeterade att domarens bror skulle erkänna brottet (se Helaman 8–9) och då Nephi fick den beseglade makten av Herren och använde den för att framkalla och upphäva en hungersnöd (se Helaman 10–11). Dessutom innehåller den här boken den enda upptecknade predikan i Mormons bok av en lamanitisk profet för nephiterna (se Helaman 13–15). I den här predikan profeterade Samuel om tecknen på Jesu Kristi födelse och död.

### Översikt

**Helaman 1–3** Två överdomare, Pahoran och Pacumeni, mördas. Moroni slår tillbaka ett angrepp av lamaniterna lett av Coriantumr. Kishkumen dödas när han försöker lönnmörda Helaman, den nyutnämnde överdomaren. Trots att Gadianton och hans rövare sprider hemliga sammansvärjningar, döps tiotusentals personer in i kyrkan. Nephi blir överdomare efter Helamans död.

**Helaman 4–6** En här av nephitiska avfällingar och lamaniter erövrar nephiternas besittning i landet söderut. Nephiterna försvagas på grund av sin ogudaktighet. Nephi lämnar ifrån sig domarsätet till Cezoram. Nephi och Lehi kommer ihåg sin far Helamans råd och ägnar sig helt och hållet åt att predika evangeliet. Många avfällingar omvänder sig och återvänder till nephiterna. Herren beskyddar Nephi och Lehi i fångelset på ett mirakulöst sätt och flertalet av lamaniterna blir omvända och lämnar tillbaka de länder de erövrat till nephiterna. Under en tid av välstånd utökas Gadiantons rövare. Många nephiter förenar sig med dem i deras ogudaktighet, vilket

leder till att nephiternas regering bli korrumperad.

**Helaman 7–12** Nephi ber på sitt torn i trädgården och varnar folket och säger att de ska omvända sig. Han anför många vittnesbörd som profeterat om Kristus. Han avslöjar också att Seezoram, överdomaren, har blivit mördad av sin bror Seantum. Nephi får beseglingsmakten och fortsätter att predika omvändelse. Han ber Herren att ersätta nephiternas krig med hungersnöd, och hans böner får det att börja regna efter att folket omvänt sig, och därmed upphör hungersnöden. Efter en kort period av framgång och fred utbreder sig stridigheter och ogudaktighet bland folket. Mormon sörjer över människornas ostadighet och dårskap.

**Helaman 13–16** Lamaniten Samuel varnar nephiterna och säger att de måste omvända sig och profeterar att de annars ska förgås. Han förutsäger tecknen som ska åtfölja Jesu Kristi födelse och död. De som tror på hans ord låter döpa sig. Men de flesta förkastar Samuel och avfärdar tecknen och undren som ges.

# Helaman 1–2

## Inledning

Efter Pahorans död uppstod stridigheter bland nephiterna om vem som skulle bli överdomare. Folkets röst utsåg hans son Pahoran. Men den nye överdomaren mördades av Kishkumen, som ingick i en hemlig sammansvärjning. Lamaniterna drog fördel av

stridigheterna och splittringen bland nephiterna och intog huvudstaden Zarahemla. Nephiterna återtog Zarahemla, och Kishkumen dödades när han försökte dräpa Helaman (Helamans son), den nye överdomaren.

## Lektionsförslag

### Helaman 1

*Inre stridigheter delar nephiterna i flera läger och gör det möjligt för lamaniterna att inta Zarahemla*

Skriv följande på tavlan före lektionen:

*Helaman 1:1–4. Vad var det som orsakade stridigheter och söndring bland nephiterna?*

*Helaman 1:5–8. Vem utnämndes till överdomare, och hur reagerade hans två bröder?*

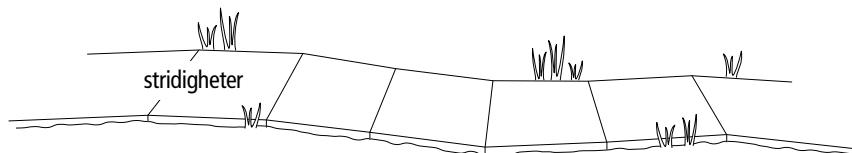
Börja lektionen med att be eleverna beskriva skillnaden mellan att *diskutera* en sak och *strida* om den. Behöver de hjälp att förstå skillnaden, ber du dem fundera över följande situationer och tala om vilka av dem som är exempel på strid. (De bör komma fram till att andra och tredje situationen är exempel på strid.)

1. Att förklara ens ståndpunkt genom vänligt övertygande och med hjälp av fakta
2. Att ringakta någon som har en annan uppfattning än en själv
3. Att anse att det är viktigare att gå segrande ur en diskussion än att tänka på en annan persons välbefinnande.

Be eleverna att när de studerar Helaman 1 då vara uppmärksamma på vad stridigheter kan leda till. Uppmuntra dem att fundera över om det kanske finns stridigheter i deras liv.

Be dem tyst läsa skriftställena som du har skrivit på tavlan och leta efter svar på dithörande frågor. Be dem berätta vad de hittar.

Rita en stig på tavlan och benämnen den *stridigheter*.



Tala om att stridigheter är som en stig som leder till andra synder och negativa följder. Be en elev läsa Helaman 1:9 högt.

Be klassen urskilja vad stridigheterna bland nephiterna ledde till. (Mord.) Skriv *mord* på tavlan, någonstans utmed stigen som du ritat.

Be eleverna läsa Helaman 1:10–12 tyst för sig själva och ta reda på vad Kishkumen och de som hade sänt honom gjorde för att dölja mordet han hade begått.

- Varför kan Kishkumen och hans anhängare ha velat hemlighålla sina gärningar?
- Vad finns det för nutida exempel på att personer försöker hemlighålla sina orättfärdiga handlingar? (I svaren kan till exempel ingå: ljuger för föräldrarna eller för biskopen eller grens-presidenten vid intervjuer.)
- Varför vore det oklokt att hjälpa någon dölja hans eller hennes synder?

Be en elev läsa Helaman 1:18–21 högt. Be klassen följa med i texten och urskilja andra följder av nephiternas stridigheter. Be eleverna skriva sina svar någonstans utmed stigen på tavlan. Du skulle också kunna be dem skriva andra följder av stridigheter som de lagt märke till.

Sammanfatta Helaman 1:22–30 genom att berätta att efter att lamaniterna hade intagit Zarahemla blev de besegrade av nephiterna i ett slag där många dog.

Be eleverna sammanfatta en princip när det gäller stridigheter som de lärde sig när de studerade Helaman 1. En princip som de kanske nämner är att **stridigheter gör oss sårbara för motståndarens inflytande**. Du skulle kunna skriva det här på tavlan.

För att hjälpa eleverna förstå och tillämpa den här principen skulle du kunna ställa några av följande frågor:

- Om en ung kvinna bråkar med sina föräldrar om sina kamrater, hur skulle det kunna påverka hennes inställning till föräldrarnas råd i andra områden av hennes liv?
- Om syskon är stridslystna, hur skulle det kunna påverka deras relationer på lång sikt? Hur skulle det kunna påverka hela familjen?
- Hur kan stridigheter i en församling eller gren göra kyrkans medlemmar sårbara för Satans angrepp?
- Om en ung man känner ovilja mot någon i sitt prästadömskvorum, hur skulle det kunna påverka hans handlingar när han är i kyrkan? Hur skulle det kunna påverka hans önskan att gå i kyrkan?
- På vad sätt kan stridslystnad försvaga oss när vi ställs inför frestelser?

Be eleverna berätta om andra situationer där stridigheter kan försvaga oss och göra oss sårbara för motståndarens planer.

Låt eleverna få tid att fundera på områden i sitt liv där de kanske bidrar till stridigheter. Be dem urskilja något specifikt de kan göra för att undvika att strida.

## Helaman 2

### *Helaman blir överdomare, och hans tjänare hindrar Kishkumen från att döda Helaman*

- Varför är det bättre att stå upp i en röra än att försöka dölja den?
- Varför kan någon tänkas vilja dölja något som han eller hon har gjort?

Be eleverna läsa Helaman 2:3–4 och L&F 58:43 tyst för sig själva.

- Vad är enligt de här verserna skillnaden mellan hur Herren vill att vi ska ta itu med synd och Gadiantons rövares tillvägagångssätt?

Tala om att vi i Helaman 2 läser om Kishkumens mordförsök på Helaman, den nye överdomaren. Be eleverna föreställa sig att de är journalister som har fått i uppgift att skriva om mordförsöket på överdomaren. Be dem läsa Helaman 2:2–9 tillsammans med någon annan i klassen och skriva en rubrik som sammanfattar händelseförloppet. Be flera elever läsa sina rubriker för klassen.

Be eleverna läsa Helaman 2:10–11 tyst för sig själva och ta reda på vad Helaman vidtog för åtgärd mot Gadiantons rövare. Be en elev sammanfatta de här verserna.

Tala om att Gadiantons rövarband är ett exempel på en hemlig sammansvärjning. Be en elev läsa Helaman 2:12–14 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur nephiterna påverkades av hemliga sammansvärjningar.

- Vad lär vi oss i de här verserna om faran med hemliga sammansvärjningar? (När eleverna besvarar frågan förvisar du dig om att de förstår följande sanning: **Hemliga sammansvärjningar kan föra till samhällets undergång**. Förklara gärna att hemliga sammansvärjningar inte bara ledde till nephiternas undergång utan också till Jarediternas. Det kommer eleverna läsa om senare i Ethers bok [se Ether 8:20–21].)

Läs följande yttrande av äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum. Be eleverna vara uppmärksamma på exempel på hemliga sammansvärjningar i vår tid:

#### **Urskilja lärosatser och principer**

Ibland när eleverna besvarar frågor eller sammanfattar vad de har lärt sig i ett skriftställeblock, framför de i själva verket lärosatser eller principer. Eftersom de inte alltid är medvetna om att de yttrar en grundläggande sanning, kan det vara till stor hjälp att skriva den på tavlan eller uppmuntra eleverna att skriva den i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.





”Mormons bok lär att hemliga sammansvärjningar som ägnar sig åt brottslighet är ett allvarligt problem, inte bara för den enskilde och familjen, utan för hela civilisationer. Bland dagens hemliga sammansvärjningar finner vi gäng, narkotikakarteller och den organiserade brottslighetens ’familjer’.

Om vi inte aktar oss, kan dagens hemliga sammansvärjningar skaffa sig makt och inflytande lika snabbt och fullständigt som de gjorde på Mormons boks tid ...

[Djävulen] använder hemliga föreningar och gäng ’från släktled till släktled, allteftersom han kan få grepp om människobarnens hjärtan.’ [Helaman 6:30.] Hans avsikt är att förgöra enskilda, familjer, samhällen och nationer. [Se 2 Nephi 9:9.] I viss mån lyckades han på Mormons boks tid. Och han har alltför stor framgång i dag. Det är därför det är så viktigt att vi som prästadömsbärare med bestämdhet står för sanning och rätt genom att göra vad vi kan för att hjälpa till att göra våra samhällen trygga” (”Stå för sanning och rätt”, *Nordstjärnan*, jan. 1998, s. 40).

Be eleverna begrunda hur de kan tillämpa äldste Ballards undervisning. Be dem skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker vad de kommer göra för att undvika varje form av hemlig sammansvärjning och vad de kommer göra för att ”med bestämdhet stå för sanning och rätt” där de bor.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Helaman 1:1–21. Stridigheter är destruktivt

Helamans bok berättar om en period då det rådde stor ogudaktighet bland nephiterna. Gadiantons rövare hade framgång och folket genomlevde gång på gång kretsloppet ogudaktighet, förstörelse och omvändelse. Många av dessa svårigheter hade sitt ursprung i stridigheter, vilket skildras i första kapitlet i Helamans bok. Det finns de som tycker att stridighet inte är någon större synd. Men följande yttranden av två sentida profeter betonar att det är en allvarlig synd.

President James E. Faust i första presidentskapet varnade och sade: ”Där det finns stridighet försvinner Herrens ande, oavsett vems felet är” (”Vad jag vill att min son ska veta innan han går på mission”, *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 43).

Äldste Joseph B. Wirthlin i de tolv apostlarnas kворum har sagt: ”Korruption, oärlighet, stridigheter, tvister och annat ont i världen är inte här av en slump. De vittnar om den oupphörliga och skoningslösa kamp

som förs av Satan och alla dem som följer honom. Han använder alla upptänkliga medel för att bedraga, förvirra och vilseleda oss” (”Djupa rötter”, *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 74).

President Henry B. Eyring i första presidentskapet har betonat den enighet och frid som Herrens ande för med sig i motsats till de destruktiva följderna av stridigheter:

”Där människor har den Anden hos sig, kan vi vänta oss harmoni. Anden lägger vittnesbördet om sanningen i våra hjärtan, vilket förenar dem som delar detta vittnesbörd. Guds ande förorsakar aldrig stridigheter (se 3 Nephi 11:29). Den framkallar aldrig känslor av åtskillnad mellan människor vilka leder till stridigheter (se Joseph F. Smith, *Evangeliets lära*, s. 107–108). Den leder till personlig frid och en känsla av samhörighet med andra. Den leder till själarnas förening. En enad familj, en enad kyrka och en värld i fred är beroende av förenade själar” (”På det vi må vara ett”, *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 69).

# Helaman 3–4

## Inledning

Under de här åren i Mormons boks historia kunde nephiterna glädja sig åt perioder av fred men upplevde också perioder av stridigheter. Tiotusentals nephiter hade gått med i kyrkan. Efter en tid av stor framgång började högmod tränga in i folkets hjärtan. Men

ödmjukare medlemmar i kyrkan fick starkare tro, trots att de förföljdes av de högmodiga. På grund av ogudaktigheten bland nephiterna förlorade de sin besittning i landet söderut till lamaniterna.

## Lektionsförslag

### Helaman 3

**Många nephiter utvandrar till landet norrut samtidigt som kyrkan har framgång mitt ibland ogudaktighet och förföljelse**

Skriv följande på tavlan (gärna före lektionen):

*Befolkningen i ... (namnet på ert land)*

*Invånarna i ... (namnet på er stad)*

*Medlemmarna i min församling eller gren*

*Min familj*

*Mig själv*

Fråga eleverna vilka av grupperna eller personerna som står på tavlan som de känner att de kan bestämma över. Be dem därefter räcka upp handen om de någonsin varit missmodiga på grund av andras handlingar. Be dem fortsätta att ha handen uppe om de har varit missmodiga nyligen på grund av andras orättfärdiga handlingar. Berätta att när de studerar Helaman 3 får de veta vad de kan göra när omgivningen inte lever efter evangeliet.

Be en elev läsa Helaman 3:1–2 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på uttryck som tyder på att det inte fanns några konflikter bland nephiterna. Be eleverna läsa Helaman 3:3, 19 tyst för sig själva och urskilja ord eller uttryck som visar att en förändring ägde rum bland nephiterna.

- Varför tror ni att nephiterna gick så snabbt från en period utan stridigheter till en period av många stridigheter?

Sammanfatta Helaman 3:3–16 genom att berätta att under den här perioden av stridigheter var det många nephiter som utvandrade till landet norrut.

Be en elev läsa Helaman 3:20 högt. Be klassen vara uppmärksam på hur Helaman beskrevs under den här perioden av stridigheter.

- Vad tycker ni är påfallande i fråga om Helamans exempel under den här perioden av stridigheter? (När eleverna besvarar frågan föreslå då gärna att de markerar ordet *ständig* i Helaman 3:20.)

Be eleverna läsa Helaman 3:22–26 tyst för sig själva och ta reda på hur situationen förändrades bland nephiterna.

- Vad förvånade kyrkans ledare?
- Vad lär vi oss i de här verserna om det inflytande som kyrkan kan ha på människor?

Påminn eleverna om att då Mormon sammanställde Mormons bok så betonade han ibland sådant som han ville att läsarna skulle dra lärdom av i skildringarna. I Helaman 3 använder han uttrycken "sålunda kan vi se", "sålunda ser vi", "ser vi" och "vi ser" för att rikta vår uppmärksamhet på vad det är vi ska lära oss. Be eleverna läsa Helaman 3:27–30 tyst för sig själva och ta reda på vilka lärdomar som Mormon ville att vi skulle dra. Efter att eleverna berättat vad de hittar, frågar du:

### Urskilja "och sålunda ser vi"-yttranden

När profeten Mormon sammanställde Mormons bok använde han ibland uttryck som "och sålunda ser vi" för att framhäva sanningar som han ville undervisa om. Genom att betona de här uttrycken i Helaman 3 hjälper du eleverna att även i andra delar av Mormons bok upptäcka vad Mormon ville att vi skulle lära oss.

- Vad ville Mormon att vi skulle veta om Guds ord?

Låt eleverna få tid på sig att begrunda hur deras studium av skrifterna gjort det möjligt för dem att få sådana välsignelser som de som utlovas i Helaman 3:29. Fundera på att be några elever berätta om sina erfarenheter.

Berätta att resten av Helaman 3 skildrar hur högmod bredde ut sig bland nephiterna efter en period av stor framgång. Många ödmjuka medlemmar i kyrkan förföljdes av andra medlemmar som var högmodiga i hjärtat. Läs följande situationer högt. Be eleverna fundera över när de har sett eller upplevt liknande situationer.

1. En ung kvinna driver med en annan flicka i församlingen.
2. En ung man retar en medlem i kvorumet för att han är ivrig att svara på frågor på lektionen eller för att han frivilligt åtar sig uppgifter i prästadömet.
3. En grupp unga män i församlingen utestänger en annan ung man från deras samtal och aktiviteter vid sidan av kyrkan.
4. En grupp unga kvinnor fäller sårande kommentarer om andra unga kvinnors klädsel.

Be en elev läsa Helaman 3:33–34 högt. Be klassen urskilja likheter mellan nephiternas situation och situationerna ovan. Efter att eleverna har haft tid att berätta vad de upptäckte, ställer du följande frågor:

- Varför tror ni att detta att kyrkans medlemmar förföljde andra medlemmar i kyrkan ansågs vara något "mycket ont"?
- Vilka principer i evangeliet bryter vi mot när vi behandlar andra medlemmar i kyrkan illa eller är ovänliga mot dem? Hur stärker vi vår kärlek till andra sista dagars heliga?

Be eleverna läsa Helaman 3:35 tyst för sig själva och ta reda på hur ödmjuka nephiter reagerade på förföljelsen.

- Fick de som förföljdes starkare tro? Eller försvagades den eller förblev oförändrad?
- Vad gjorde de förföljda som stärkte deras tro? (De fastade ofta och bad, strävade efter att vara ödmjuka och överlämnade sina hjärtan åt Gud.)
- Vad ledde de ödmjuka nephiternas handlingar till förutom en starkare tro? (Glädje och tröst, att deras hjärtan renades och heliggjordes.)

Skriv följande på tavlan: *När vi ... , får vi starkare tro på Jesus Kristus trots förföljelser och prövningar.* Be eleverna avsluta den här meningen utifrån vad de har lärt sig i Helaman 3:33–35. Be gärna flera elever berätta hur de avslutade meningen. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt förvissar du dig om att de förstår följande sanning: **När vi försöker leva rättfärdigt, får vi starkare tro på Jesus Kristus trots förföljelser och prövningar.** Ställ gärna följande frågor för att hjälpa eleverna fördjupa sin insikt om det som lärs ut i de här verserna:

- Hur har fasta och bön hjälpt er när ni har blivit förföljda eller utsatts för prövningar?
- Vad tror ni menas med att överlämna sitt hjärta åt Gud?
- Varför är det nödvändigt att ni överlämnar era hjärtan åt Gud för att få starkare tro när ni blir förföljda eller utsatts för prövningar?

Fråga eleverna om de har känt att de fått starkare tro när de har reagerat på ett rättfärdigt sätt på förföljelse. Be några elever berätta om sina upplevelser. Berätta gärna själv om en egen upplevelse.

Inled ert studium av Helaman 4 med att be eleverna läsa Helaman 3:36 tyst för sig själva. Be dem ta reda på i vilket tillstånd nephiterna befann sig. (De blev allt högmodigare trots Kristi ödmjuka efterföljares exempel.)

## Helaman 4

*Herrens ande drar sig undan nephiterna på grund av deras ogudaktighet och lamaniterna erövrar nephiternas landområden i söder*

Tala om att Helaman 4:4–8 berättar om en strid som nephiterna utkämpade med lamaniterna och nephitiska avfallingar. Be en elev läsa de här verserna högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vilka landområden som nephiterna förlorade i den här striden.

Skriv följande instruktioner på tavlan. (Gör det gärna före lektionen.) Be eleverna skriva av dem i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

*Skriv tre uttryck som visar nephiternas inställning och handlingar.*

*Skriv tre uttryck som visar vad som hände på grund av dessa handlingar.*

Dela upp eleverna i par. Be paren läsa Helaman 4:11–13, 23–26 tillsammans och leta efter och skriva ner nyckeluttryck enligt anvisningarna på tavlan.

Be några par berätta om sina svar. När eleverna berättar vad de har skrivit, uppmuntrar du dem att markera följande uttryck i skrifterna: "lämnades de åt sin egen styrka" (Helaman 4:13), "de hade blivit svaga" (Helaman 4:24) och "därför hade de ... blivit svaga" (Helaman 4:26).

Fråga eleverna vilka principer de hittar med tanke på vad de har studerat i Helaman 4. Hjälプ dem urskilja följande princip: **Högmod och ogudaktighet skiljer oss från Herrens ande så att vi lämnas åt vår egen styrka.** Skriv gärna den här principen på tavlan. Du skulle också kunna föreslå att eleverna skriver principen i sina skrifter bredvid Helaman 4:23–24.

För att hjälpa eleverna förstå den här principen ber du en av dem att komma och ställa sig framför klassen. Be eleverna föreställa sig att han eller hon har blivit inkallad och ska kämpa ensam mot lamaniterna. Fråga eleverna vad han eller hon skulle ha för chans mot en stor armé. Be en annan elev att komma och ställa sig bredvid den första eleven. Fråga den första eleven om han eller hon tror att tillskottet innebär att han eller hon nu har större chans att besegra fiendens armé. (Tillskottet av ytterligare en elev innebär knappast en märkbart större chans till seger mot en stor armé.) Skriv sedan *Herren* på tavlan. Fråga den första eleven:

- Vad tror du att du hade för chans att segra i striden om du hade Herren på din sida?

Fråga eleverna vad den här aktiviteten har att göra med principen i Helaman 4. Fundera på att ställa följande frågor:

- Nephiterna fick erfara att detta att vara utlämnad åt sin egen styrka innebar att de förlorade krig och landområden. Vilka "krig" kan vi förlora om den Helige Anden inte är med oss?

Be eleverna fundera på en sak som de kan göra för att den Helige Anden ska fortsätta att vara deras följeslagare. Uppmuntra dem att göra den saken. Bär ditt vittnesbörd om hur viktigt det är ha Anden i vårt liv.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Helaman 3:33–34, 36; 4:12. Hur högmod påverkar kyrkan

Mormon framhöll att högmod inte var en del av Herrens kyrka men att det på grund av stora rikedomar började tränga in i hjärtat hos några av kyrkans medlemmar (se Helaman 3:33, 36).

President Ezra Taft Benson sade:

"Betänk vad högmodet kostat oss i det förgångna och vad det nu kostar oss i vårt liv, vår familj och kyrkan.

Betänk den omvändelse som skulle kunna äga rum och förändra liv, rädda äktenskap och stärka hemmen, om högmodet inte hindrade oss från att bekänna våra synder och överge dem. (Se L&F 58:43.)

Tänk på de många medlemmar som är mindre aktiva i kyrkan på grund av att de förorättats, där högmodet inte tillåter dem att förlåta eller till fullo sitta med vid Herrens bord.

Tänk på de tiotusentals fler unga män och äkta par som skulle kunna vara på mission, om inte högmodet hindrade dem från att överlämna sitt hjärta åt Gud. (Se Alma 10:6; Helaman 3:34–35.)

Betänk hur tempelarbetet skulle öka, om tiden som ägnades åt detta rättfärdiga arbete var viktigare än de många högmodiga sysselsättningar som tävlar om vår tid" ("Tagen eder tillvara för högmod", *Nordstjärnan*, juli 1989, s. 5).

# Helaman 5

## Inledning

Ogudaktigheten bland nephiterna fortsatte och så småningom valde de flesta av dem hellre ogudaktighet än rättfärdighet. Nephi och Lehi gick ut och predikade Guds ord. Deras far Helaman hade lärt dem att komma ihåg Återlösaren och göra honom till grundval i livet.

Efter att ha predikat för nephiterna började de predika för lamaniterna, som kastade dem i fängelse. Herren befriade dem genom ett under, och flertalet av lamaniterna omvände sig och blev omvända till evangeliet.

### Undervisa genom den Helige Anden

När du förbereder dig för att undervisa, be då att den Helige Anden ska vara med dig och eleverna.

## Lektionsförslag

### Helaman 5:1–13

*Helaman råder sina söner att hålla Guds bud, att predika evangeliet och att komma ihåg Jesus Kristi makt att återlösa*

Gör sex breda pappersremsor före lektionen. Skriv ditt namn på den första remsan. På de fem andra skriver du följande ord och meningar: *Föräldrar, Jesu Kristi försoning, Profeter, Omvändelse leder till frälsning* och *Håll buden*.

Ge varje elev ett papper. Tala om att du kort kommer att visa dem sex pappersremsor försedda med ord. Därefter ska de skriva de orden ur minnet. Visa eleverna pappersremsorna en i sänder.

Be eleverna skriva orden de kommer ihåg. Visa dem sedan de sex pappersremsorna igen. Fråga:

- Var det lätt eller svårt att komma ihåg de här orden och meningarna?
- Vad tror ni att det gjorde för skillnad att ni blev instruerade att komma ihåg vad som stod på pappersremsorna?

Be en elev läsa följande yttrande av president Spencer W. Kimball. Uppmuntra klassen att vara uppmärksam på vad han sade om vikten av att komma ihåg den undervisning vi fått om evangeliet:



”När ni slår i ordboken efter det viktigaste ordet, vet ni vad det är? Det kan vara *minnas*. Eftersom ni alla har ingått förbund – ni vet vad ni ska göra och ni vet hur ni ska göra det – är det viktigaste för oss att minnas” (“Circles of Exaltation” [tal till KUV-lärare, 28 juni 1968], s. 5, si.lds.org).

Berätta för klassen att de i dag ska läsa om två personer som påverkade tusentals människors liv därför att de kom ihåg och handlade efter vissa sanningar. Uppmuntra eleverna att under lektionens gång begrunda vad de tror att Herren vill att de ska komma ihåg.

Sammanfatta Helaman 5:1–4. Berätta att Nephi avgick som överdomare på grund av folkets ogudaktighet, för att han och hans bror Lehi skulle kunna ägna sig helt åt att predika Guds ord.

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan. (Ta inte med orden inom parentes.)

*Helaman 5:5–7 (Hålla buden, komma ihåg förfädernas rättfärdiga exempel.)*

*Helaman 5:9–11 (Komma ihåg Kristi försoning, komma ihåg att vi inte kan bli frälsta i våra synder men att vi kan bli frälsta från våra synder genom omvändelse och försoningens makt.)*

*Helaman 5:12 (Komma ihåg att Jesus Kristus måste vara vår grundval.)*

Be eleverna ögna igenom verserna som angetts på tavlan och leta efter orden *komma ihåg* eller motsvarande former. Du skulle kunna föreslå att de markerar de här orden (och motsvarande former) varje gång de förekommer. Låt eleverna därefter få några minuter på sig att läsa de här skriftställena tyst för sig själva och leta efter vad Helaman ville att hans

söner skulle komma ihåg. Be eleverna berätta vad de hittade. Du skulle kunna skriva deras svar på tavlan bredvid motsvarande skriftställehänvisningar.

Ställ följande frågor för att hjälpa eleverna att analysera och förstå dessa verser:

- Hur kan detta att komma ihåg andras rättfärdiga exempel hjälpa er att välja att "göra det som är gott"?
- Vad gör ni för att komma ihåg Jesu Kristi försoning?

Skriv följande yttrande på tavlan: *Om vi ... , har Satan ingen makt över oss.*

Be en elev läsa Helaman 5:12 högt. Be eleverna följa med i texten och vara uppmärksamma på hur de skulle kunna avsluta meningen på tavlan. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, förvissar du dig om att svaren uttrycker att **om vi bygger vår grundval på Jesus Kristus, har Satan ingen makt över oss**. Föreslå gärna att eleverna markerar uttryck i Helaman 5:12 som avspeglar den här principen. Framhåll att Helaman 5:12 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

För att hjälpa dem förstå principen som lärs ut i versen bygger du ett torn eller hus av till exempel klossar eller böcker och ställer följande eller liknande frågor:

- Varför måste en byggnad ha en fast grundval?
- Vad tror ni menas med att bygga vår grundval på Jesus Kristus?
- Vilka löften ges till dem som bygger sin grundval på vår Återlösares "klippa"?
- Vad kan vi göra för att bygga vår grundval på Jesu Kristi klippa? (Fråga gärna eleverna på vad sätt sanningarna som lärs ut i Helaman 5:6–11 är exempel på hur vi kan bygga vår grundval på Jesus Kristus.)

Du skulle kunna framhålla att detta att vi bygger på Frälsarens grundval inte förhindrar Satans angrepp, men det ger oss styrka att övervinna dem.

- När kunde ni motstå frestelser eller uthärda provningar tack vare att ni hade byggt er grundval på Jesus Kristus?

Vittna om den styrka du fått därför att du byggt din grundval på Jesu Kristi klippa. Låt eleverna få några minuter på sig att skriva i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker om en eller två saker de kommer göra för att med större flit bygga sin grundval på vår Återlösares klippa.

## Helaman 5:14–52

### *Herren beskyddar Nephi och Lehi i fångelset och många lamaniter blir omvända*

Sammanfatta Helaman 5:14–19 genom att berätta att Nephi och Lehi predikade evangeliet med stor kraft för nephiterna och lamaniterna. Till följd av det återvände många nephitiska avfällingar till tron. I Zarahemlas land och runtomkring döptes 8 000 lamaniter.

Gör följande uppställning på tavlan. Dela upp eleverna i par och be varje par att skriva av uppställningen på ett pappersark. Be paren läsa skriftställehänvisningarna i uppställningen och sedan rita en enkel bild eller skriva en kort sammanfattning av vad varje skriftställe beskriver. (Be eleverna lämna tillräcklig plats under varje skriftställehänvisning när de skriver av uppställningen, så att de kan rita bilderna eller göra sammanfattningarna.)

Helaman 5:20–21	Helaman 5:22–25	Helaman 5:26–28
Helaman 5:29–34	Helaman 5:35–41	Helaman 5:42–44

När de har haft tillräcklig tid låter du eleverna kort visa och berätta om sina bilder eller sammanfattningar för ett annat par. Ställ följande frågor för att hjälpa eleverna fördjupa sin insikt i dessa verser:



### Helaman 5:12

är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

- När lamaniterna överskuggades av mörker, vad uppmanade rösten dem och sade att de skulle göra? (Se Helaman 5:29, 32.)
- Hur beskrivs den här rösten i Helaman 5:30?
- När har ni känt eller hört den stilla rösten viska till er "med fullkomlig mildhet"?
- Vad sade Aminadab att lamaniterna måste göra för att mörkret skulle skingras? (Se Helaman 5:41.)
- Vad hände när lamaniterna lydde Aminadabs råd och utövade tro på Kristus? (Se Helaman 5:43–44.)

Be eleverna läsa Helaman 5:44–47 tyst för sig själva och leta efter ord som beskriver några följder av omvändelse.

- Vad lär ni er i de här verserna om omvändelse? (Hjälp eleverna urskilja följande sanning: **När vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss från våra synder, fyller den Helige Anden vårt hjärta med frid och glädje.**)

Sammanfatta Helaman 5:48–52 genom att berätta att lamaniter och nephitiska avfallingar som upplevde det här undret gick ut och predikade för folket och att "den större delen av lamaniterna" blev omvända till evangeliet.

Uppmuntra eleverna att fundera över om de för närvarande känner sig glada och har frid. Om de inte gör det, uppmuntrar du dem att begrunda vad de kan göra för att bygga sin grundval på Jesus Kristus och skingra de mörka molnen runtomkring dem.

### Nyckelskriftställe – Helaman 5:12

Be eleverna läsa Helaman 5:12. För att hjälpa dem lära sig den här versen utantill ger du dem ett oskrivet papper. Låt dem skriva versen på pappret enbart med bilder och begynnelsebokstäver. Är det åskådliga ord (som till exempel *klippa*, *grundval*, *vind*, *hagel* och *storm*) så låter du dem rita enkla bilder. Gäller det ord som inte är åskådliga (som till exempel *nu* och *mina*) låter du dem skriva begynnelsebokstaven. Be eleverna att öva sig i att läsa upp versen enbart med hjälp av bilderna och begynnelsebokstäverna de har ritat och skrivit. Du kan också be dem att byta papper med varandra och läsa upp versen med hjälp av det som klasskamrater ritat och skrivit. Uppmuntra eleverna att ta med sig pappret hem och sätta upp det någonstans där de ser det ofta så att de kan öva på att lära sig versen utantill.

*Obs:* Gör gärna den här aktiviteten en annan gång när ni har mer tid på er än under dagens lektion.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Helaman 5:12. Hur kan vi stå emot djävulens "mäktiga vindar"?

President Spencer W. Kimball sade att vi måste hålla fast vid Jesu Kristi evangelium när den onde sänder sina krafter mot oss:

"Även vi ställs inför starka förgörande krafter som den onde släpper lös. Syndens, ogudaktighetens, omoralens, förnedringens, tyranniets, svekfullhetens, konspirationens och oärlighetens vågor hotar oss alla. De kommer med stor kraft och hastighet och kommer att förgöra oss om vi inte är på vår vakt.

Men vi blir varnade. Det är nödvändigt att vi är uppmärksamma och lyssnar och flyr från det onda för vårt

eviga livs skull. Utan hjälp kan vi inte stå emot. Vi måste fly till högre mark eller hålla fast vid det som hindrar oss från att sopas bort. Det som vi måste hålla fast vid för vår säkerhet är Jesu Kristi evangelium. Det är vårt skydd från allt som den onde kan utsätta oss för. En inspirerad profet i Mormons bok gav sitt folk följande råd: 'Kom ihåg att det är på klippan, vår Återlösare, som är Kristus, Guds Son, som ni måste bygga er grundval, så att när djävulen sänder sina mäktiga vindar, ja, sina pilar i virvelvinden, ja, när allt hans hagel och hans mäktiga storm piskar er, skall detta inte ha någon makt att dra er ned till eländets och det oändliga lidandets avgrund' (Helaman 5:12)" (se "Håll fast vi ledstången", *Nordstjärnan*, apr. 1979, s. 8).

# Helaman 6–7

## Inledning

Nephis och Lehis missionerande fick lamaniterna att bli allt rättfärdigare. Nephiterna däremot blev ogudaktiga och började stödja Gadiantons rövare, och Herrens ande drog sig undan dem. Nephi profeterade att

nephiterna skulle förgås om de fortsatte i sin ogudaktighet. Han profeterade också att Herren skulle vara barmhärtig mot lamaniterna tack vare deras ogudaktighet och bevara dem.

## Lektionsförslag

### Helaman 6

*Lamaniterna blir rättfärdiga och kämpar mot Gadiantons rövare medan däremot nephiterna blir allt ogudaktigare och stöder Gadiantons rövare*

Gör följande uppställning i mitten av tavlan:



Den Helige Andens inflytande i ditt liv



Be eleverna tänka på handlingar och inställningar som leder till att den Helige Andens inflytande tilltar respektive avtar i deras liv.

Tala om att Mormon skrev att Herren undandrog nephiterna sin Ande och började utgiuta den över lamaniterna (se Helaman 6:35–36). Påminn eleverna om att nephiterna hade blivit "svaga på grund av sin överträdelse" (Helaman 4:26), att "Herrens Ande inte längre bevarade dem" (Helaman 4:24) och att de blev "alltmer mogna för undergång" (Helaman 5:2).

Be en elev läsa Helaman 6:2 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på handlingar och inställningar som skulle få nephiterna att fortsätta att "mogna till evig undergång" (Helaman 6:40). Allteftersom eleverna berättar vad de hittar, låter du en elev skriva deras svar nederst på tavlan, nedanför eller bredvid den nedåtriktade pilen. (Förklara gärna att ordet *obotfärdig* betyder ovillighet att omvända sig.)

Påminn eleverna om att tack vare Nephis och Lehis missionerande föregående år hade tusentals lamaniter i Zarahemla blivit döpta, och större delen av lamaniterna i Nephis land hade blivit omvända till evangeliet (se Helaman 5:19–20, 50–51). Be en elev läsa Helaman 6:1, 3–5 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på handlingar och inställningar som ledde till att lamaniterna fick uppleva Andens inflytande i allt högre grad. Allteftersom eleverna berättar vad de hittar, låter du en elev skriva deras svar överst på tavlan, ovanför eller bredvid den uppåtriktade pilen.

- Vad innebär det för er att vara fasta och orubbliga i tron? (Se Helaman 6:1.)
- Hur reagerade kyrkans medlemmar på lamaniternas omvändelse? (Framhåll gärna att detta att berätta om evangeliet och ha gemenskap med de heliga skänker stor glädje trots att vi kanske är omgivna av ogudaktighet.)

Sammanfatta Helaman 6:7–14 genom att berätta att nephiterna och lamaniterna hade fred i tre år. Handeln tilltog mellan dem och båda folken blomstrade. Men i det sextio-sjätte året av domarnas regering blev två överdomare mördade. Be en elev läsa Helaman 6:16–17 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ytterligare handlingar och inställningar som gjorde att Anden drog sig undan nephiterna. Allteftersom eleverna berättar vad de hittar, låter du en elev skriva deras svar nederst på tavlan, nedanför eller bredvid den nedåtriktade pilen.



Berätta följande fakta för eleverna:

Hjärtat är livsviktigt för vår kropps överlevnad. Det pumpar blod genom kroppen så att syre och andra näringsämnen når alla våra celler. En vuxens hjärta är knytnävsstort och pumpar i genomsnitt 7 570 liter blod dagligen. Det slår omkring 70 gånger i minuten eller 100 000 gånger om dagen.

- Med tanke på att hjärtat har en livsviktig funktion i kroppen, vad är ni då villiga att göra för att det ska förbli friskt?

Skriv följande skriftställe hänvisning på tavlan: *Helaman 6:17, 21, 26, 28–31*. Framhåll att varje vers i den här skriftställe hänvisningen innehåller ordet *hjärta* eller *hjärtan* och syftar på våra andliga hjärtan. Låt eleverna få tid att studera dessa verser och besvara följande frågor. (Skriv gärna de här frågorna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad så att eleverna kan titta på dem när de studerar verserna som angetts på tavlan.)

*Varför tror du att Satan intresserar sig så för Guds barns hjärtan?*

*Vad var det nephiterna gjorde som gjorde det möjligt för Satan att få grepp om deras hjärtan? (Se Helaman 6:17.)*

*Vad händer med en person vars hjärta påverkas eller kontrolleras av Satan? (Se Helaman 6:21, 28, 30–31.)*

Be några elever besvara frågorna. Be därefter en elev högt läsa följande yttrande av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen lyssna uppmärksamt och urskilja olika sätt som Satan försöker så frestelser i vårt hjärta.



”Det kan finnas falsk uppenbarelse, maningar från djävulen, frestelser! Så länge ni lever försöker motståndaren, på ett eller annat sätt, att leda er vilse ...

Om du någonsin får en maning att göra något som *känns* fel, något som du *inom dig* vet är fel och som strider mot rättfärdiga principer, följ den inte!”  
 (“Personlig uppenbarelse: gåvan, provet, löftet”, *Nordstjärnan*, jan. 1995, s. 60.)

Lägg till *lyssna på och ge efter för frestelser* till listan på nedre delen av tavlan. Be några elever turas om att högt läsa ur Helaman 6:20–21, 37–38, och be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på nephiternas och lamaniternas skilda reaktioner på Gadiantons rövares inflytande.

Berätta att efter att Mormon hade skrivit om vad som hände nephiterna och lamaniterna så framhöll han olika saker som vi kan lära oss av erfarenheterna de gjorde. Skriv följande ofullständiga meningar på tavlan:

*Nephiterna förlorade Anden därför ...*

*Herren utgöt sin Ande över lamaniterna därför ...*

Be eleverna läsa Helaman 6:34–36 och leta efter information som hjälper dem att avsluta meningarna på tavlan.

- Hur skulle ni avsluta meningarna på tavlan med tanke på vad ni har läst i de här verserna? (Avsluta gärna meningarna på tavlan med hjälp av elevernas svar.)
- Vad lär oss de här verserna om vad vi kan göra för att ha Anden med oss? (Även om eleverna kanske kommer med olika svar förvissas du dig om att svaren uttrycker att **när vi tror på och lyder Herrens ord utgjuter han sin Ande över oss**. Eleverna bör också uttrycka sanningen att **när vi tillåter Satan att få grepp om vårt hjärta drar sig Herrens ande undan oss**.)

Rikta elevernas uppmärksamhet på det de skrev ovanför och under pilarna på tavlan. Framhåll att handlingarna och inställningarna på övre delen av tavlan visar någons villighet att tro på och lyda Herrens ord, medan däremot handlingarna och inställningarna på nedre delen av tavlan tyder på att någon är ogudaktig och hårdhärtad.

- Vad gör ni aktivt för att inbjuda den Helige Andens inflytande i ert liv och för att utestänga Satans inflytande från ert hjärta?
- Hur har en av sakerna på övre delen av tavlan hjälpt er att inbjuda den Helige Anden till ert liv? (Du skulle också kunna be eleverna att tänka efter om de har gjort något av det som står på nedre delen av tavlan eller haft någon av de inställningarna och fundera på om det ledde till att Andens inflytande minskade i deras liv.)

Be eleverna att i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker skriva en sak som de kommer göra för att inbjuda Herrens ande till sitt liv. Uppmuntra dem att genomföra sina planer.

## Helaman 7

### *Nephi predikar för de ogudaktiga nephiterna och befaller dem att omvända sig*

Be eleverna att så snabbt som möjligt besvara var och en av följande frågor med hjälp av skrifterna. Instruera dem att ställa sig upp när de har hittat svaret. Be den som först ställde sig upp att besvara frågan. Be därefter eleverna att sätta sig ner innan du läser nästa fråga.

- Vad hette enligt Helaman 7:1 profeten som återvände från landet norrut?
- Vilka ord i Helaman 7:2 beskriver vad Nephi undervisade folket i landet norrut om?
- Varför lämnade Nephi enligt Helaman 7:3 landet norrut?
- Vilka innehade domarsätena enligt Helaman 7:4 då Nephi återvände till Zarahemla?

Be en elev läsa Helaman 7:5 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur Gadiantons rövare regerade över folket.

Sammanfatta Helaman 7:6–12 genom att berätta att när Nephi såg det tillstånd som hans folk befann sig i "svällde hans hjärta av sorg i bröstet" (Helaman 7:6). Han gick upp i ett torn i sin trädgård för att be och för att sörja över folkets ogudaktighet. När folket hörde honom be och sörja, samlades en stor skara för att få veta orsaken till hans sorg. Han tog tillfället i akt att undervisa dem.

Be eleverna läsa Helaman 7:15–16 tyst för sig själva.

- Varför sade Nephi att folket "[borde] förundra [sig]"?
- Vad vill Satan göra?

Be eleverna att tänka på Nephis bildspråk i de här verserna. Efter att Satan har fått grepp om människors hjärtan försöker han slunga deras själar ner i evigt elände.

- Varför tror ni Nephi varnade folket för Satans avsikter? Vad ville Nephi att de skulle slippa?

Be några elever turas om att högt läsa ur Helaman 7:17–22, 26–28. Be hälften av klassen att urskilja nephiternas synder och den andra hälften att urskilja följderna som Nephi varnade för och sade skulle komma om folket inte omvände sig.

Be första hälften av klassen berätta vad de hittade och peka på likheter mellan detta och det som står på nedre delen av tavlan. När andra hälften av klassen berättar, ställer du följande frågor:

- Vilket uttryck i Helaman 7:22 visar på något som Herren hindrar dem från att få som vägrar att omvända sig? (Föreslå gärna att eleverna markerar det här uttrycket i sina skrifter.)
- Vad blir enligt Helaman 7:28 följden av att människor vägrar att omvända sig? (De går under. Du skulle kunna förklara att detta att nephiterna vägrade att omvända sig innebar att de skulle gå under både fysiskt och andligt sett.)

Skriv följande sanning på tavlan: ***Om vi vägrar att omvända oss från våra synder, går vi miste om Herrens beskydd och det eviga livets välsignelser.***

För att hjälpa eleverna förstå den här principen ber du dem tala om vad som kan bli följden för personerna i dessa situationer: 1) En ung man vägrar att omvända sig från sitt beroende av pornografi, 2) en ung kvinnas högsta prioritet är att bli berömd och populär trots att det inte är det som hennes föräldrar har undervisat henne om, 3) en ung man vägrar att utforska skrifterna och be trots att han har hört profeterna undervisa om hur viktigt det är att göra det.

Be eleverna begrunda hur de kan behöva omvända sig. Uppmuntra dem att omvända sig så att de alltid har Herrens kraft och beskydd i sitt liv.

# Helaman 8–9

## Inledning

Efter att Nephi hade sagt att folket måste omvända sig eller förgås, hetsade korrupperade domare folket mot honom. Några försvarade honom modigt. Nephi sade att de som förkastade hans vittnesbörd också förkastade alla tidigare profeters vittnesbörd. De hade alla

vittnat om Jesus Kristus. Nephi talade till dem i egen-skap av profet och avslöjade att överdomaren hade blivit mördad. Efter att Nephis ord hade verifierats, betraktade några bland folket honom som en profet.

## Lektionsförslag

### Helaman 8:1–10

#### *Korrupperade domare försöker hetsa folket mot Nephi*

• Vilken påverkan utsätts ni för som försöker övertala er att inte tro på profeternas ord? Be en elev skriva elevernas svar på tavlan. Uppmuntra eleverna att när de i dag läser i Helaman 8 om olika slags påverkan att då vara uppmärksamma på vad de själva skulle kunna göra när de utsätts för sådan påverkan.

Påminn eleverna om att Nephi talade öppet till folket och sade att de måste omvända sig (se Helaman 7). Be flera elever turas om att högt läsa ur Helaman 8:1–6. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur domarna reagerade på Nephis undervisning. Framhåll gärna att några av domarna var del av Gadiantons hemliga band.

- Vad försökte domarna förmå folket att göra? (De försökte förmå dem att vredgas på Nephi.)
- Varför straffade domarna inte Nephi, enligt Helaman 8:4?

Be eleverna fundera över vad de skulle göra om någon försökte förmå dem att inte bry sig om profeters ord.

Berätta för eleverna att det fanns personer som sade emot domarna. Be en elev läsa Helaman 8:7–9 högt. Framhåll att **vi kan höja vår röst till stöd för profeten även om det är impopulärt**, precis som några i folkskaran gjorde.

- Har det funnits tillfällen i ert liv när ni har höjt era röster till stöd för den levande profeten trots att det han sade var allt annat än populärt? På vad sätt gjorde det här stor skillnad? Hur påverkade det andra?

Be eleverna läsa Helaman 8:10 tyst för sig själva och ta reda på hur de här personernas ord gjorde stor skillnad.

- Hur gjorde det stor skillnad att några stödde profeten? Varför tror ni att det är viktigt att vi gör det i dag?

Be en elev läsa följande yttrande av äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum:



”Vi behöver komma ihåg Edmund Burkes ord: ’Det enda som behövs för att det onda ska segra är att goda människor inte gör någonting.’ [*Familiar Quotations*, sammanst. av John Bartlett, 15:e utgåvan (1980), s. ix.] Vi måste höja våra röster jämte andra bekymrade medborgare över hela världen för att motarbeta den rådande utvecklingen. Vi måste göra sponsorer för motbjudande medier medvetna om att vi har fått nog. Vi måste stödja program och produkter som är positiva och uppbyggande. När vi sluter oss samman med grannar och vänner som delar våra åsikter, kan vi sända ett klart budskap till dem som är ansvariga” (“Låt våra röster höras”, *Liahona*, nov. 2003, s. 18).

- Hur motstår vi påverkan som försöker förmå oss att inte bry oss om profeters ord?
- Vad finns det för lämpliga sätt att yttra sig mot ogudaktig påverkan och tala för profeters ord?

Be eleverna berätta om ett tillfälle då de eller någon de känner motsatte sig sådan påverkan.

## Helaman 8:11–24

### *Nephi undervisar om att alla profeter vittnar om Jesus Kristus*

Be en elev läsa Helaman 8:13 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Nephi sade att folket förnekade. Visa bilden Mose och kopparormen (62202 180 *Evangeliabilder* [2009], nr 16). Be dem läsa Helaman 8:14–15 och ta reda på vad Mose undervisade om i fråga om Frälsaren.

- På vilka sätt kan man till exempel "[rikta] blicken på Guds Son med tro"?
- Att ha "en botfärdig ande", ett uttryck som används i Helaman 8:15, är att vara ödmjuk, ångerfull och mottaglig för Herrens vilja. Varför är det så viktigt att ha den inställningen när vi riktar blicken på Frälsaren?
- Hur kan kunskap om Frälsarens mission hjälpa oss att stå emot det onda?

Be eleverna formulera det som lärs ut i Helaman 8:15 med egna ord. De skulle till exempel kunna säga att **om vi fokuserar på Jesus Kristus och utövar tro på honom, får vi evigt liv.**

Be en elev läsa Helaman 8:16 högt. Be klassen följa med i texten och urskilja andra som har undervisat om budskapet som kommer till uttryck i Helaman 8:15. Be därefter eleverna att ögna igenom Helaman 8:17–22 och leta efter andra profeter som vittnade om Kristus. Be eleverna tänka på de många vittnesbörden om Jesus Kristus de har läst eller hört som burits av forna och nutida profeter.

Tala om att många förkastade Nephi och hans budskap. Be eleverna läsa Helaman 8:24–26 och ta reda på vilka följder nephiterna stod inför därför att de förkastade profeternas vittnesbörd.

- Varför tror ni att de som konsekvent förnekar sanningen och gör uppror mot Gud ställs inför så allvarliga följder?
- När har en profets budskap hjälpt er att vända er till Herren?

Be eleverna fundera på hur de kan bli bättre på att vända sig till Frälsaren. Uppmuntra dem att välja ett sätt som de ska förbättra sig på i det här avseendet den kommande veckan.

## Helaman 8:25–9:41

### *Nephi avslöjar att överdomaren har blivit mördad*

Sammanfatta Helaman 8:25–28 genom att berätta att Nephi, som bevis på att folket befann sig i ett syndigt tillstånd och att han talade Guds ord, avslöjade att överdomaren hade blivit mördad. Dela upp klassen i par. Be varje par föreställa sig att de är kriminalare som utreder vem som mördade överdomaren. Skriv följande frågor på tavlan eller på ett utdelningsblad till varje par.

#### **Dag 1:**

1. Vad upptäckte fem personer som undersökte Nephis påståenden? Varför föll de till marken? (Se Helaman 9:1–5.)
2. Vilka trodde folket hade mördat överdomaren? (Se Helaman 9:7–9.)

#### **Dag 2:**

3. Vilka frigavs? (Se Helaman 9:10–13, 18.)
4. Vem anklagades? (Se Helaman 9:16–17, 19.)
5. Vilka ytterligare upplysningar kom Nephi med? (Se Helaman 9:25–36.)
6. Vem var mördaren? (Se Helaman 9:37–38.)

Be paren finna svaren på den första och andra frågan. När de har haft tillräcklig tid, frågar du:

- Vad trodde de fem männen när de upptäckte att överdomaren hade blivit mördad? Vad fruktade de? (Se Helaman 9:5.)

Be paren att besvara de återstående frågorna och avsluta utredningen. Fråga därefter:

- Vad skulle Seantum säga enligt Nephi efter att ha bekänt mordet? (Se Helaman 9:36.)
- Varför trodde några på Nephi enligt Helaman 9:39–41?



### **Ge eleverna tid att begrunda**

Ställ omsorgsfullt formulerade frågor som stimulerar till eftertanke. Några frågor kan kräva att eleverna tar sig tid att begrunda innan de svarar. Är detta fallet skulle du kunna säga: "Tänk efter ett ögonblick på vad ni ska svara, och sedan ber jag er att komma med svar."

Be eleverna sammanfatta vad de har lärt sig i Helaman 9 om profeters ord. Eleverna kanske uttrycker olika tankar, men förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Profeters ord går i uppfyllelse**. Betona gärna den här sanningen genom att låta eleverna läsa Läran och förbunden 1:37–38.

- Vilka upplevelser har stärkt ert vittnesbörd om att vi har sanna profeter på jorden i dag? Avsluta med ditt vittnesbörd om att profeters ord går i uppfyllelse.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Helaman 8:14–15. "Kopparormen"

När Nephi talade om att Mose lyfte upp en "kopparorm" syftade han på en tid då israeliterna hemsöktes av "giftiga ormar" (se 4 Mos. 21:6–9). Upprinnelsen till israeliternas svårigheter var att de hade talat illa om Gud och hans profet (se 4 Mos. 21:5). De som såg på kopparormen blev botade, de som valde att inte se på den dog (se 4 Mos. 21:9; 1 Nephi 17:41).

I likhet med de här israeliterna fanns det många på Nephis tid som talade illa om Gud och hans profet. När Nephi talade om händelsen med kopparormen betonade han att hans folk skulle rikta "blicken på Guds Son med tro" så att de skulle få leva (Helaman 8:15; se också Joh. 3:14–15 där Jesus Kristus använder kopparormen som symbol för sin korsfästelse). Nephi påminde sedan folket om att alla profeter hade vittnat om Kristus (se Helaman 8:16–23).

## Ytterligare undervisningsförslag

### Helaman 7–9. Dvd-presentation

I stället för att göra brottsutredningsaktiviteten i lektionen kan du gärna visa dvd-presentationen

"Högmodets kretslopp", vilken skildrar händelserna i Helaman 7–9 och de första verserna i Helaman 10. Presentationen finns på *Mormons bok: DVD-presentationer 1–19* (54011 180) och LDS.org.

# Hemstudielektion

## Helaman 1–9 (Studieavsnitt 22)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Helaman 1–9 (studieavsnitt 22) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Helaman 1–2)

När eleverna studerade de politiska striderna och morderna bland nephiterna och förlusten av staden Zarahemla till lamaniterna, lärde de sig att stridigheter leder till söndring och gör oss sårbara för motståndarens inflytande. De lärde sig också att hemliga sammansvärjningar kan föra till samhällets undergång.

#### Dag 2 (Helaman 3–4)

När eleverna studerade hur Frälsarens ödmjuka efterföljare bland nephiterna fick utstå stor förföljelse, lärde de sig att vi får starkare tro på Jesus Kristus, trots förföljelser och prövningar, om vi ödmjukt åkallar Gud och överlämnar vårt hjärta åt honom. När de studerade hur det allt större högmodet bland nephiterna fick till följd att lamaniterna lyckades erövra hälften av nephiternas land, lärde de sig att högmod och ogudaktighet skiljer oss från Herrens ande så att vi lämnas åt vår egen styrka.

#### Dag 3 (Helaman 5)

När eleverna studerade Helamans råd till hans söner Nephi och Lehi, lärde de sig att om vi bygger vår grundval på Jesus Kristus har Satan ingen makt över oss. Genom Guds kraft och Nephis och Lehis tro och missionerande omvändes många lamaniter. Eleverna lärde sig att när vi utövar tro på Jesus Kristus och omvänder oss från våra synder, fyller den Helige Anden vårt hjärta med frid och glädje.

#### Dag 4 (Helaman 6–9)

Eleverna lärde sig att när vi tror på och lyder Herrens ord, utgjuter han sin Ande över oss. Nephi varnade de ogudaktiga nephiterna för följderna av deras ogudaktighet och betonade att om vi vägrar att omvända oss från våra synder, går vi miste om Herrens beskydd och det eviga livets välsignelser. Efter att ha hört Nephis ord tog några honom i försvar. Eleverna lärde sig att om vi står emot det onda kan vi hindra det från att sprida sig. Nephi påminde folket om att många profeter hade vittnat om Frälsaren och sagt att om vi fokuserar på Jesus Kristus och utövar tro på honom, får vi evigt liv. När eleverna studerade Nephis undervisning i Helaman 7–9 lärde de sig att profeters ord går i uppfyllelse.

### Inledning

I de tilltagande stridigheterna och den växande ogudaktigheten lärde Nephi sina söner att bygga sin tro på Jesus Kristus. Nephis undervisning om omvändelse och vikten av att hörsamma Herrens profeters ord var precis det som folket behövde höra för att kunna bli lyckliga.

### Lektionsförslag

#### Helaman 1–5

*Nephiterna lider ett militärt nederlag på grund av inre stridigheter och ogudaktighet; många lamaniter omvänds när Nephi och Lehi predikar evangeliet*

Be eleverna fundera över varför en del byggnader står under lång tid medan däremot andra störtar samman. Fråga sedan: Varför är det viktigt att en byggnad har en fast grund?

Be en elev läsa Helaman 5:12 högt. Eftersom det här är ett nyckelskriftställe ber du flera elever att försöka läsa det ur minnet. Uppmuntra dem att försöka även om de kanske inte har lärt sig det helt och hållet utantill. Ställ därefter följande frågor:

- Vad utlovas i den här versen om vi bygger vårt liv på Jesu Kristi grundval? (Elevernas svar bör uttrycka att **om vi bygger vår grundval på Jesus Kristus, har Satan ingen makt över oss.**)
- Vad har ni gjort för att bygga ert liv på Jesu Kristi grundval?

Be eleverna berätta om tillfällen när deras vittnesbörd om Frälsaren har hjälpt dem att motstå frestelser eller uthärda prövningar. Bär ditt vittnesbörd om den andliga styrka du har fått därför att du byggt ditt liv på Jesu Kristi grundval. Uppmuntra eleverna att tänka på en eller flera saker de kommer göra för att i högre grad bygga sitt liv på Jesu Kristi klippa.

#### Helaman 6–7

*Lamaniterna blir rättfärdigare medan däremot nephiterna blir ogudaktigare; Nephi predikar för de ogudaktiga nephiterna och befäller dem att omvända sig*

Påminn eleverna om att även om många lamaniter omvände sig och växte sig starka i evangeliet så blev nephiterna kvar i sin ogudaktighet och den Helige Anden drog sig bort från dem. Be eleverna tänka på ett tillfälle när de kände att den Helige Anden drog sig bort från dem på grund av deras val.

Tala om att när Nephi såg sitt folks tillstånd "svällde hans hjärta av sorg i bröstet" (Helaman 7:6). Han gick upp i ett torn i sin trädgård för att be och sörja över folkets ogudaktighet. En stor skara församlade sig vid tornet, och Nephi tog tillfället i akt att undervisa dem.

Be en elev komma fram och föreställa Nephi uppe i tornet. Be eleven läsa Helaman 7:15–22, 26–28 högt, och be klassen följa med i texten. Innan han eller hon börjar läsa, delar du upp

klassen i två hälfter. Be ena hälften vara uppmärksam på vilka synder Nephi sade att nephiterna var skyldiga till och andra hälften vara uppmärksam på följderna Nephi sade att nephiterna skulle drabbas av om de inte omvände sig. Be därefter eleverna berätta vad de fick veta.

Efter att eleverna berättat, ber du dem att tala om vilka principer vi lär oss i den här redogörelsen. Även om eleverna nämner olika principer så bör andemeningen vara att **om vi vägrar att omvända oss från våra synder, går vi miste om Herrens beskydd och det eviga livets välsignelser.**

För att hjälpa eleverna förstå den här principen ber du dem tala om vad som kan bli följderna för personerna i dessa situationer: 1) En ung man vägrar att omvända sig från sitt beroende av pornografi, 2) en ung kvinnas högsta prioritet är att bli berömd och populär trots att det inte är det som hennes föräldrar har undervisat henne om, 3) en ung man vägrar att utforska skrift-erna och be trots att han har hört profeterna undervisa om hur viktigt det är att göra det.

Be eleverna begrunda om det finns något som de behöver omvända sig från så att de kan ha Herrens kraft i högre grad i sitt liv.

## Helaman 8

### *Nephi undervisar om att alla profeter vittnar om Jesus Kristus*

Skriv orden *ta emot* och *förneka* på tavlan. Be eleverna förklara skillnaden mellan de här orden. Be en elev läsa Helaman 8:13 och be klassen vara uppmärksam på vad Nephi sade att folket förnekade. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar.

Visa eleverna bilden Mose och kopparormen (62202 180 *Evan-geliebilder* [2009], nr 16). Be dem läsa Helaman 8:14–15 och ta reda på vad Mose undervisade om i fråga om Frälsaren. Be dem berätta vad de hittar. Fråga därefter:

- Hur riktar man blicken på Frälsaren med tro?
- Vad innebär det att ha en "botfärdig ande"? (Att vara ödmjuk, ångerfull och mottaglig för Herrens vilja.) Varför är det så viktigt att ha den inställningen när vi riktar blicken mot Frälsaren?
- Hur kan kunskap om Frälsarens försoning hjälpa oss att stå emot det onda och omvända oss när vi syndar?

Be eleverna formulera en princip som vi lär oss i de här verserna. Eleverna kanske använder olika ord men bör uttrycka att **om vi fokuserar på Jesus Kristus och utövar tro på honom, får vi evigt liv.**

Be en elev läsa Helaman 8:16 högt, och be klassen vara uppmärksam på vem mer som undervisade om Frälsarens mission. Be eleverna ögna igenom Helaman 8:17–22 och leta efter namn på andra profeter som vittnade om Jesus Kristus. Uppmuntra eleverna att tänka på hur profeter både i forna dagar och i vår tid har burit vittnesbörd om Frälsarens mission och försoningsoffer.

Ge eleverna tillfälle att bära vittnesbörd om vad Frälsarens försoning betyder för dem. Bär gärna själv vittnesbörd.

## Nästa studieavsnitt (Helaman 10–16)

Be eleverna föreställa sig att Herren har lovat dem att han ska göra vad de än ber honom om. Nephi var så trofast att Herren gav honom det löftet och den beseglade makten. Uppmuntra eleverna att studera Helaman 10–11 under veckan och vara uppmärksamma på hur Nephi använde den makt som Herren gav honom till att hjälpa sitt folk. Uppmuntra dem också att se hur många tecken på Jesu Kristi födelse och död de kan hitta när de studerar lamaniten Samuels profetia i Helaman 13–16.

# Helaman 10

## Inledning

Utredningen av vem som hade mördat överdomaren lades ner när Nephis uppenbarelse om mördaren bekräftades. Efter att ha friats från anklagelserna mot honom började Nephi gå hemåt. Han begrundade det som Herren hade visat honom, och han var

nedstämmd på grund av folkets ogudaktighet. Då hörde han Herrens röst. Herren välsignade honom med den beseglade makten och befallde honom att fortsätta att predika omvändelse för folket. Nephi lydde genast Herrens befallning.

## Lektionsförslag

### Helaman 10:1–11

#### Nephi får den beseglade makten

Påminn eleverna om Nephis uppenbarelse om mordet på överdomaren i Helaman 8–9. Be eleverna föreställa sig att de är Nephi strax efter det att han avslöjat vem som mördat överdomaren.

- Hur skulle ni känna er? Hur skulle ni förvänta er att andra reagerade?
- Vad skulle ni vilja säga till folket?
- Hur skulle ni känna er om folket ignorerade er och lämnade er ensam?

Berätta att Nephi efter att ha friats från mordet på överdomaren började gå hemåt. Be en elev läsa Helaman 10:1–3 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Nephi gjorde på vägen hem. Föreslå gärna att eleverna markerar ordet *begrundade* varje gång det förekommer i de här verserna.

- Varför var Nephi "nedstämmd"?
- Vad hände när Nephi begrundade? (Herrens röst kom till honom.) Vad finns det för samband mellan att begrunda och att få uppenbarelse?

När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då att urskilja följande princip: **Begrundan av det som hör Herren till förbereder oss för att få uppenbarelse.** Skriv gärna den här principen på tavlan.

Fråga eleverna om de kan komma på händelser i skrifterna eller kyrkans historia då personer fick uppenbarelsen till följd av att de begrundade det som hör Herren till. (I exemplen ingår Lehis son Nephi som såg en syn efter att ha önskat att få se det som hans far såg och "begrundade det i [sitt] hjärta" [se 1 Nephi 10:17; 11:1], Joseph Smith vars första syn kom efter att han "begrundade" Jakobs brev 1:5 "om och om igen" [se Joseph Smith — Historien 1:11–17], Joseph F. Smith som efter att ha begrundat Herrens ord såg synen om de dödas återlösning [se L&F 138:1–6, 11].)

- När har begrundan hjälpt er att få personlig uppenbarelse? (Nämn gärna att personlig uppenbarelse vanligtvis inte äger rum under så "dramatiska" former som ibland i skrifterna. Uppenbarelsen utgörs ofta av ögonblick av plötslig klarsyn, som när vi plötsligt förstår något som vi hade att kämpa med tidigare.)
- Vad finns det till exempel för tillfällen eller situationer när det är särskilt lämpligt att begrunda det som hör Herren till? (Under och efter sakramentsmötet, före och efter personlig bön och skriftstudier, efter att ha tittat eller lyssnat på generalkonferensen, medan vi fastar, medan vi tjänar i templet, medan vi ärar Herren på sabbaten.)

Uppmuntra eleverna att ta sig tid att begrunda regelbundet. Föreslå att de skriver ner ingivelser de får när de begrundar.

Förbered eleverna för fortsatt studium av Nephis upplevelser genom att be dem föreställa sig att deras grannar ska åka bort och behöver någon som håller ett öga på deras hus och ägodelar.

### Undervisningsmiljö

En idealisk miljö för lärande av evangeliet främjar kärlek, respekt, vördnad och frid. I en sådan miljö råder ordning, vilket hjälper eleverna att vara målmedvetna. President Boyd K. Packer sade att "inspiration kommer lättare i en fridfull atmosfär" och att "vördnad öppnar uppenbarelsens kanaler" ("Vördnad öppnar uppenbarelsens kanaler", *Nordstjärnan*, jan. 1992, s. 25, 26).



- Vad för slags person tror ni att era grannar vill ska hålla ett öga på deras hus?
- Hur skulle ni kunna visa era grannar att de tryggt kan anförtro uppdraget åt er?

Be eleverna läsa Helaman 10:4–5 tyst för sig själva och ta reda på varför Nephi anförtroddes stora välsignelser och stort ansvar av Herren. Be eleverna berätta vad de hittade.

- Hur visar outtröttligt tjänande att Herren kan anförtro välsignelser och ansvar åt oss?
- Om vi följde Nephis exempel att inte vara rädda för folket, hur skulle det kunna förbereda oss för att ges ansvar i Herrens rike?
- Vad innebär de här orden för er: "du har inte ... sökt rädda ditt eget liv"?

Skriv följande på tavlan: *Herren anförtro välsignelser och ansvar åt oss när vi ...* Fråga eleverna hur de skulle avsluta det här påståendet med tanke på vad de har lärt sig om Nephi i Helaman 10:4–5. De skulle kunna avsluta det på följande sätt: **Herren anförtro välsignelser och ansvar åt oss när vi låter hans vilja gå före vår egen.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter eller studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

Be eleverna begrunda följande frågor och besvara en av dem, skriftligt:

- Vad har du gjort nyligen för att visa Herren att hans vilja är viktigare än din egen?
- I vilket område av ditt liv skulle du kunna försöka göra Herrens vilja mer?

Vittna om Herrens villighet att anförtro större och större välsignelser åt oss när vi strävar efter att göra hans vilja och hålla hans bud.

Be eleverna läsa Helaman 10:5–7 tyst för sig själva och ta reda på vilka välsignelser och ansvar som Herren gav Nephi. Medan eleverna läser skriver du följande på tavlan:

*vers 5*

*vers 6*

*vers 7*

Be några elever komma fram till tavlan och bredvid motsvarande versnummer skriva välsignelserna som Herren gav Nephi.

Betona att en av välsignelserna som Herren gav Nephi var makten att besegla. Skriv därefter följande sanning på tavlan: **Den beseglade makten binder och löser på jorden och i himlen.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Helaman 10:7.

Fråga eleverna om de vet några andra förutom Nephi som fick beseglingsmakten. Efter att eleverna svarat skulle du kunna uppmuntra dem att tvärhänvisa Helaman 10:7 till följande skriftställen: 1 Kungaboken 17:1 (Elia); Matteus 16:15–19 (Petrus); Läran och förbunden 132:46 (Joseph Smith).

Berätta att i vår tid innehas nycklarna till den makten av presidenten för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. I likhet med Nephi har kyrkans presidenter tjänat outtröttligt och visat att Herren kan anförtro dem stora välsignelser och ansvar. Vi talar oftast om beseglingsmakten i samband med beseglingen av familjer genom tempelförrättningar.

För att hjälpa eleverna att få djupare insikt i den beseglade makten ber du en elev läsa följande yttrande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum:



"Tempel, förrättningar, förbund, begåvningar och beseglingar har återställts, precis som profetiorna förutsagt. Templets förrättningar ombesörjer vår förlikning med Herren och beseglar familjer för evigt. Lydnad mot de heliga förbunden som ingås i templet gör oss värdiga för evigt liv – Guds största gåva till människan" ("Förbered dig för templets välsignelser", *Liahona*, okt. 2010, s. 42).

- På vilka sätt har kunskapen om att familjer kan förenas för evigt varit till välsignelse för er?
- Vad kan ni göra för att få den beseglade maktens välsignelser i framtiden? (I svaren kan ingå att eleverna kan förbereda sig för att vigas i templet och att de kan ägna sig åt tempeltjänst och släktforskning nu så att de kan bli beseglade till sina förfäder.)

Delge eleverna dina tankar om den beseglade maktens välsignelser och vikten av att ta emot beseglade förrättningar i templet.

## Helaman 10:12–19

### *Nephi lyder Herrens befallning att predika omvändelse för folket*

Fråga eleverna om de någonsin har dröjt med att göra något som de blev ombedda att göra. (Till exempel en syssla i hemmet eller en uppgift i skolan eller på arbetet.)

- Om vi dröjer med att göra det som andra ber oss att göra, hur skulle andra möjligtvis kunna uppfatta det?

Be en elev läsa Helaman 10:11–12 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på Nephis reaktion när Herren befallde honom att predika omvändelse för folket.

- Vad visar vi Herren när vi reagerar snabbt på hans råd och befallningar?

Be en elev läsa Helaman 10:13–14 högt. Be sedan en annan elev läsa Helaman 10:15–17 högt.

- Vad lär vi oss av Nephis exempel i de här verserna?
- Hur hjälpte Herren Nephi?

Hjälp eleverna förstå att Herren beskyddade Nephi och lät honom få stor makt därför att Nephi var trofast. Nephi var fast besluten att fullgöra det uppdrag som Herren hade gett honom.

- Hur kan ni visa er beslutsamhet att tjäna Herren?

Uppmuntra eleverna att vara uppmärksamma på för hur de kan låta Herrens vilja gå före sin egen och lyda snabbt. Vittna om de välsignelser vi får när vi lyder Herren.

### Repetition av nyckelskriftställen

Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra följande aktivitet i samband med repetition av nyckelskriftställen.

Ge varje elev i uppgift att tyst läsa ett av följande nyckelskriftställen: 1 Nephi 3:7; 2 Nephi 2:27; 2 Nephi 31:19–20; Mosiah 2:17. Be eleverna läsa skriftstället de tilldelats och fundera över hur det kan appliceras på Nephi och hans verksamhet skildrad i Helaman 10. När eleverna har haft tillräcklig tid ber du några av dem berätta vad de kom fram till.

# Helaman 11–12

## Inledning

De elfte och tolfte kapitlen i Helamans bok omspänner fjorton år av nephiternas historia under vilka folket gick igenom ett kretslopp av rättfärdighet och

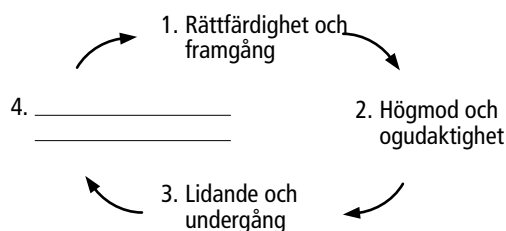
ogudaktighet. Den här historien visar hur snabbt människor glömmer Herren och hur han tuktar dem för att hjälpa dem att omvända sig och återvända till honom.

## Lektionsförslag

### Helaman 11

*Nephiterna går igenom ett kretslopp av rättfärdighet och ogudaktighet*

Gör följande schematiska översikt på tavlan. Förklara att den visar högmodets kretslopp.



Be eleverna fundera över vad som är den fjärde delen i kretsloppet. Låt dem diskutera möjliga svar. Skriv därefter *Ödmjukhet och omvändelse* bredvid 4 i översikten. Berätta för eleverna att de kommer göra en skriftställeaktivitet som visar hur människor i Mormons bok gick igenom det här kretsloppet. Framhåll att kretsloppet ofta är uppenbart i större samhällen men att det också återspeglar mönster i familjer och hos enskilda individer.

Påminn eleverna om att efter att Nephi hade berättat för folket om deras överdomares död, "förhårdade de sina hjärtan och hörsammade ... inte Herrens ord" (Helaman 10:13). I slutet av det sjuttioförsta året av domarnas regering började "stridigheter ... uppstå så att de vände sig mot varandra och började dräpa varandra med svärd" (Helaman 10:18).

- Var tror ni nephiterna befann sig någonstans i högmodets kretslopp vid den här tidpunkten?

Gör följande uppställning på tavlan före lektionen. Ta inte med de kursiverade svaren i tredje och fjärde spalterna. Gör om möjligt ett utdelningsblad till varje elev. Om detta inte är möjligt, ber du dem att skriva av uppställningen i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

Visa eleverna hur aktiviteten ska göras genom att göra den första raden tillsammans som klass. Be en elev läsa Helaman 11:1–2 högt. Be klassen kort sammanfatta folkets tillstånd enligt de här verserna. Skriv deras sammanfattning på tavlan. Be sedan eleverna tala om i vilket stadium eller vilka stadier av kretsloppet som folket befann sig i. Skriv deras svar på tavlan.

När eleverna förstår hur de ska fylla i uppställningen, låter du dem få tillräcklig tid att göra det. Du kan låta dem arbeta enskilt, i par eller små grupper eller tillsammans som klass.

### Visa hur skriftställeaktiviteter ska göras

När eleverna ska göra en skriftställeaktivitet anpassa då svårighetsgraden till dina elevers förmåga. I några fall kan du behöva visa dem hur aktiviteten ska göras så att de klarar av att göra den på egen hand.

År i domarnas regering	Verser i Helaman 11	Beskrivning av folkets tillstånd	Stadium/stadier i kretsloppet
72–73	1–2	<i>Stridigheterna och krigen tilltar, och det hemliga rövarbandet utövar förödelsens verk.</i>	2, 3
73–75	3–6	<i>På grund av Nephis bön till Herren ersätts krigerna av hungersnöd och tusentals förgås av svält.</i>	2, 3
75	7–11	<i>Folket börjar komma ihåg Herren och ödmjukar sig, och de driver bort Gadiantons rövarband ifrån sig.</i>	3, 4
76	17–20	<i>Folket gläds och prisar Gud. De är rättfärdiga och börjar få framgång igen.</i>	4, 1
77–79	21–23	<i>Fred och framgång återställs. Det finns bara några få stridigheter, och de löses genom uppenbarelser och undervisning om evangeliet.</i>	1
80	24–26	<i>Folket blir återigen högmodiga, vrede och ogudaktiga. Det uppstår på nytt ett ogudaktigt rövarband bland folket med mord och hemliga planer.</i>	2, 3
80–81	27–35	<i>Rövarna åstadkommer stor skada och förödelse, och nephiternas och lamaniternas härar lyckas inte förgöra det ogudaktiga rövarbandet. Rövarna dödar många och för bort i synnerhet kvinnor och barn i fångenskap i vildmarken. Prövningarna får folket att komma ihåg Herren.</i>	3, 4

Efter att eleverna har haft tid att fylla i uppställningen ber du dem berätta vad de har lärt sig av aktiviteten. Ställ därefter följande frågor:

- Varför bad Nephi att de skulle bli hungersnöd enligt Helaman 11:4? (Han hoppades att hungersnöden skulle få folket att komma ihåg Herren och omvända sig.)
- Hur hade folket kunnat undgå stadiet "lidande och undergång" i kretsloppet?

Eleverna kanske kommer med flera bra svar på den här frågan. Förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Med hjälp av ödmjukhet och omvändelse kan vi undgå högmod och undergång.** Framhåll att nephiterna kunde ha hoppat över det andra och det tredje stadiet i kretsloppet. De kunde ha levt rättfärdigt och ödmjukt och inte dröjt med att omvända sig varje gång de syndade. Om de hade levt på det här sättet, skulle de fortfarande ha haft prövningar i livet, men de hade sluppit det fruktansvärda lidandet och förgörelsen som de drabbades av på grund av sin ogudaktighet.

Be en elev läsa Helaman 11:36–37 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på den förändring som ägde rum på kort tid.

- Hur lång tid tog det för nephiterna efter det att de hade kommit ihåg Herren att "återigen [ mogna ] till undergång"? (Fyra år.)
- Vilket stadium av högmodets kretslopp är det som beskrivs i slutet av Helaman 11?

Be eleverna tänka på tillfällena när de i någon mån har iakttagit det här kretsloppet i sitt eget liv eller bekantas liv. Be dem begrunda vad de kan göra för att undgå det andra och det tredje stadiet av kretsloppet. Uppmuntra dem att skriva ner idéer de får när de begrundar det här.

## Helaman 12

### *Mormon förklarar varför Herren tuktar människor*

Skriv följande på tavlan: "Och sålunda kan vi se ..." Tala om att Mormon använde det här uttrycket för att rikta vår uppmärksamhet på vad vi kan dra lärdom av i berättelserna som han tog med.

- Hur skulle ni avsluta den här meningen med tanke på vad ni har läst i Helaman 11?

Be en elev läsa Helaman 12:1 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur Mormon avslutade meningen.

- Vad tror ni menas med att "människobarnens hjärtan" är föränderliga?
- Vad hjälper era hjärtan att vara oföränderligt hängivna för Herren?

Be eleverna studera Helaman 12:2–3 tyst för sig själva och ta reda på annat som Mormon ville att vi skulle lära oss av den här delen av nephiternas historia. Påminn eleverna om att Mormon ofta använde uttryck som "vi kan se" (vers 2) och "sålunda ser vi" (vers 3) när han berättade om sanningar som vi kan lära oss av skildringarna i skrifterna.

- Med era egna ord, vad ville Mormon att vi skulle lära oss? (I elevernas svar kan till exempel följande ingå: **Om vi inte aktar oss, kan vår framgång leda till att vi glömmet Herren; Herren tuktar sitt folk för att väcka dem till hägkomst om honom.**)
- Varför tror ni att framgångsrika människor ibland glömmet Herren?
- Varför tror ni att människor ibland måste bli tuktrade för att komma ihåg Herren? (Du kan behöva förklara att ordet *tukta* betyder att tillrättavisa någon genom något slags straff eller lidande.)

Be eleverna begrunda följande fråga:

- På vilka sätt kan Herren tänkas tukta oss i vår tid?

För att hjälpa eleverna besvara frågan läser du följande yttrande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum:

"Gudomlig tuktan har minst tre syften: 1) Att förmå oss att omvända oss, 2) att rena och helga oss samt 3) att ibland ändra kurs i livet till det som Gud vet är en bättre väg" ("Alla som jag älskar tillrättavisar och tuktar jag", *Liahona*, maj 2011, s. 98).

- På vad sätt är Herrens tuktan ett bevis på hans kärlek?

Be en elev läsa Helaman 12:4–6 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på inställningar som gör det svårt för folket att komma ihåg Herren. Be eleverna berätta vad de hittar.

Tala om att Mormon beskrev människor som inte vill att Herren ska vara deras vägledare och sade att de är "ringare än jordens stoft" (Helaman 12:7). Be en elev läsa Helaman 12:7–8 högt.

- Varför kan sådana människor anses vara "ringare än jordens stoft"? (Hjälp eleverna förstå att Mormon inte påstår att i vår himmelske Faders ögon är människor mindre värda än jordens stoft. Han riktar snarare vår uppmärksamhet på att stoftet alltid lyder Guds befallningar, vilket människor ofta inte gör.)

Sammanfatta Helaman 12:9–22 genom att tala om att Mormon i de här verserna påminner oss om Herrens stora makt – att Herren kan befalla jordens beståndsdelar att flytta sig eller förändras och att han kan göra så att en syndare blir avskuren från hans närhet. Be eleverna utforska Helaman 12:23–26 och leta efter sådant som visar att vi är värdefullare än jordens stoft. Föreslå gärna att eleverna markerar ord och uttryck som de tycker är viktiga.

- Vilken gåva får vi om vi omvänder oss och hörsammar Herrens röst?
- På vad sätt är det här ett bevis på vårt värde i Guds ögon?

Skriv följande ofullständiga meningar på tavlan. Be eleverna avsluta de här meningarna i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.

*Och sålunda ser jag i Helaman 11–12 att ...*

*Och därför ska jag ...*

Vitna om att när vi kommer ihåg Herren, hörsammar hans röst och omvänder oss, visar vi vår ödmjukhet och vår tro på honom. I gengäld håller han sitt löfte att välsigna oss och låta oss få framgång och ger oss så småningom evigt liv.

# Helaman 13

## Inledning

Några år före Frälsarens födelse sände Herren en lamanitisk profet som hette Samuel att predika omvändelse för nephiterna. Han förkunnade för nephiterna i Zarahemla det glada budskapet om återlösning genom

Jesu Kristi försoning. Han konfronterade dem med att de hade förkastat profeterna och hade en benägenhet att söka lycka i att göra ont. Han varnade dem för deras undergång såvida de inte omvände sig.

## Lektionsförslag

### Helaman 13

#### *Samuel profeterar om nephiternas undergång såvida de inte omvänder sig*

Gör före lektionen utdelningsbladet som återfinns i slutet av den här lektionen. Klipp gärna utdelningsbladet i tre delar, med en gruppuppgift på vardera papper. Gör också följande översikt före lektionen av Helaman 13 på tavlan.

*Helaman 13:1–4. Herren kallar lamaniten Samuel att predika för nephiterna.*

*Helaman 13:5–23. Samuel varnar nephiterna för deras undergång såvida de inte omvänder sig.*

*Helaman 13:24–39. Samuel varnar folket för följderna av att förkasta profeterna och att vägra omvända sig.*

Börja lektionen med att visa bilden Lamaniten Samuel på muren (62370 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 81). Fråga eleverna om de vet varför nephiterna ville döda Samuel. Efter att eleverna besvarat frågan talar du om att Helaman 13–16 innehåller berättelsen om den lamanitiska profeten Samuel. Den här berättelsen är unik eftersom det är enda gången vi läser i Mormons bok att en lamanitisk profet kallar nephiterna till omvändelse. På den här tiden var lamaniterna rättfärdigare än nephiterna. Ge en kort överblick av Helaman 13 med hjälp av översikten på tavlan.

Dela upp klassen i tre grupper. (Varje grupp bör om möjligt ha samma antal elever.) Ge varje elev en kopia av hans eller hennes gruppuppgift (finns i slutet av den här lektionen). Tala om för eleverna att de var och en ska studera en del av Helaman 13 och sedan undervisa varandra om vad de har lärt sig. Be varje elev att förbereda sig för att undervisa ur skriftstället som han eller hon har tilldelats och att besvara dithörande frågor. Om de vill kan de skriva svaren. (Den här aktiviteten ger eleverna möjlighet att delta i undervisningen och skapar en trygg miljö där eleverna kan delge känslor och tankar och bära vittnesbörd för varandra.)

Efter att de har haft tillräcklig tid att studera på egen hand delar du upp dem i grupper på tre elever. Varje grupp bör om möjligt ha en elev som studerade Helaman 13:1–7, 11, en som studerade Helaman 13:17–23 och en som studerade Helaman 13:24–33. Låt varje elev få tillräcklig tid att berätta om sina svar för de andra i gruppen. Gå runt i klassrummet under gruppdiskussionerna och lyssna på elevernas svar. Gör klarläggande inpass vid behov.

När alla elever haft möjlighet att undervisa varandra, ber du några av dem berätta för hela klassen om en sanning eller insikt de lärde sig av en annan elev under aktiviteten.

Sammanfatta Helaman 13:9–14 genom att berätta om nephiternas undergång 400 år senare (se Helaman 13:9–10) och att det enda skälet till att de inte redan hade gått under var att det fortfarande fanns rättfärdiga bland dem (se Helaman 13:13–14). Vittna om att det var Herren som sände Samuel till nephiterna och att Samuel talade vad Herren ingav honom i hjärtat när han uppmanade nephiterna att omvända sig och återvända till Herren (se Helaman 13:11).

Be en elev läsa Helaman 13:27–28 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur nephiterna hade bemött falska profeter.



### Ge eleverna tillfälle att berätta vad de har lärt sig av varandra

Genom den Helige Andens kraft kan elevernas ord och yttranden ha stort inflytande på kamraternas hjärtan och tankar. När du ber dem berätta om sanningar som de har lärt sig av varandra, hjälper du dem att skapa en miljö som främjar kärlek, respekt och enighet.

- Hur bemötte nephiterna dem som predikade falska läror enligt Samuel? Varför tror ni att somliga tog till sig hans uppmaning och andra förkastade den?
- Hur är yttrandena och inställningen vi läser om i Helaman 13:27 märkbara i vår tid?

Be en elev högt läsa följande yttrande av president Ezra Taft Benson:

”Vår reaktion på en levande profets ord när han talar om för oss vad vi absolut måste veta, men helst inte vill höra, är ett mått på vår trofasthet” (“Fourteen Fundamentals in Following the Prophet” [tal på Brigham Young-universitetet, 26 feb. 1980], s. 3–4, speeches.byu.edu).

- Vilket av profeternas råd kan somliga ha svårt att följa i vår tid?
- Ge exempel på profetiska råd har som ni valt att lyda. Hur har ni blivit välsignade därför att ni har följt de råden?

Uppmuntra eleverna att i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker skriva om ett sätt som de kan bli bättre på att följa levande profeters råd.

När eleverna har haft tillräcklig tid att skriva, ber du en elev läsa Helaman 13:33–37 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad de obofärdiga nephiterna så småningom skulle uppleva och vad de skulle säga om sig själva. Be därefter en annan elev läsa Helaman 13:38 högt. Be klassen vara uppmärksam på den sorgliga sanning som profeten Samuel förkunnade i fråga om senare generationer av nephiter.

- Vad var det för sorglig sanning som profeten Samuel förkunnade i fråga om senare generationer av nephiter?
- Vad tror ni Samuel menade när han sade att deras ”prövotid [var] förbi”? (Framtida generationer av nephiter skulle skjuta upp sin omvändelse till dess det var för sent för dem att omvända sig. Och eftersom de inte omvände sig skulle deras synder leda till deras undergång.)
- Vad är det för fel med att söka ”lycka i att göra ont”? (Hjälp eleverna förstå att **sann lycka finner vi bara när vi håller Guds bud.**)
- Vad finns det för exempel på att människor söker lycka i att göra ont?

Påminn eleverna om andra skildringar i Mormons bok där människor framhärdade i upproriskhet och ogudaktighet tills deras hjärtan blev okänsliga för den Helige Andens inflytande. (Exempel på det här är bland annat Laman och Lemuel, som blev ”känslolösa” [1 Nephi 17:45] och vägrade att hörsamma Gud, och kung Noa och hans folk, som vägrade att omvända sig trots profeten Abinadis varningar.) Samuel betonade att nephiternas vägran att omvända sig så småningom skulle leda till deras folks undergång.

Hjälp eleverna förstå att på ett personligt plan finns det hopp för alla som väljer att omvända sig. Genom omvändelse kan vi få Herrens förlåtelse och förhindra att våra hjärtan blir förhärdade. För att hjälpa eleverna förstå att vi kan rätta vår kurs genom omvändelse läser du följande yttrande av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:

”Under min utbildning till flygkapten behövde jag lära mig att navigera mitt plan över stora avstånd. Flygturer över väldiga oceaner och vidsträckta öknar och att sammanlänka kontinenter kräver noggrann planering för att man ska komma säkert fram till sin planerade destination. Vissa av dessa nonstop-flygningar kan vara i 14 timmar och sträcka sig över nära 1 500 mil.

Det finns en viktig punkt under dessa långflygningar som brukar kallas *punkten utan återvändo*. Fram till den punkten har flygplanet nog med bränsle för att vända och återvända säkert till utgångspunkten. När man passerat den punkten har kaptenen inte längre den möjligheten utan måste fortsätta. Det är därför denna punkt ofta kallas för *punkten utan återvändo* ...

Satan vill att vi ska tro att när vi syndar så passerar vi en ”punkt utan återvändo” – att det är för sent att ändra kurs ...

För att få oss att förlora hoppet och bli olyckliga som han själv och tro att vi är bortom förlåtelse, kan Satan också missbruka ord i skrifterna som betonar Guds rättvisa för att antyda att det inte finns någon barmhärtighet.

Kristus kom för att rädda oss. Om vi valt fel kurs kan Jesu Kristi försoning ge oss förvisningen att synden *inte* är utan återvändo. Det är möjligt att återvända i säkerhet om vi följer Guds plan för vår frälsning” (“Återvänd med säkerhet”, *Liahona*, maj 2007, s. 99).

- Hur skulle president Uchtdorfs ord kunna ge hopp åt någon som har syndat?

Uppmuntra eleverna att begrunda sanningarna som de har samtalat om. Uppmuntra dem att handla efter ingivelser de har fått från den Helige Anden. Vittna om att de som hör sammar Herrens inbjudan att omvända sig blir lyckliga.

*Obs:* Gör följande utdelningsblad till de tre grupper som beskrivits tidigare i lektionen.

### **Grupp 1 – Helaman 13:1–7, 11**

*Profeter framför de budskap som Herren inger dem i hjärtat.*

1. Vilka verser tycker du undervisar om den här sanningen?
2. Vilket budskap ingav Gud i Samuels hjärta?
3. Varför tror du att det kan ha varit svårt för Samuel att framföra det här budskapet?
4. Vilken inverkan hoppades Samuel att hans budskap skulle ha på nephiterna?
5. När har du känt att en förälder eller ledare i kyrkan inspirerades att framföra ett budskap till dig? Hur påverkade det dig?
6. Vilka andra sanningar hittar du i de här verserna?

### **Grupp 2 – Helaman 13:17–23**

*När vi inte kommer ihåg Herren är vi mottagliga för högmod och ogudaktighet.*

1. Vilka verser tycker du undervisar om den här sanningen?
2. Vilken förbannelse sade Samuel skulle komma över nephiterna om de framhärdade i ogudaktighet?
3. Vilka andra synder hade nephiternas kärlek till rikedomar lett till?
4. Vad finns det för något som ungdomar kan fästa sina hjärtan vid som leder till högmod och synd?
5. Varför tror du att det är så viktigt att du ”kommer ... ihåg Herren [din] Gud för det han har välsignat [dig] med”? (Helaman 13:22.)
6. Vilka andra sanningar hittar du i de här verserna?

### **Grupp 3 – Helaman 13:24–33**

*Om vi förkastar Herrens profeters ord, kommer vi att få ångra oss och sörja.*

1. Vilka verser tycker du undervisar om den här sanningen?
2. Varför förkastade nephiterna de sanna profeterna enligt Samuel?
3. Varför tror du att några människor tar emot falska profeter, vilket Samuel beskrev?
4. Vad undervisar de levande profeterna och apostlarna till exempel särskilt om?
5. Vad finns det till exempel för ”dåraktiga och blinda vägvisare” (Helaman 13:29) som levande profeter har varnat oss för och sagt att vi ska undvika?
6. Vilka andra sanningar hittar du i de här verserna?



# Helaman 14

## Inledning

Lamaniten Samuel fortsatte att predika för nephiterna i Zarahemla och tillkännagav tecknen som skulle åtfölja Jesu Kristi födelse och död. Han sade att han profeterade om de här tecknen för att hjälpa folket att tro på Jesus Kristus och för att övertyga dem om att omvända sig från sina synder. Han undervisade dem om att på

grund av Jesu Kristi försoning skulle hela människosläktet föras tillbaka till Guds närhet. Han uppmanade folket att omvända sig och lovade att de som omvände sig skulle få förlåtelse för sina synder, men de som inte omvände sig skulle återigen bli avskurna från Guds närhet.

### Bära vittnesbörd

Ett vittnesbörd är ett rättframt tillkännagivande av sanningen. Bär ofta vittnesbörd om Jesus Kristus och hans återställda evangelium. Det inbjuder den Helige Anden och hans inflytande, vilket stärker eleverna i deras strävan att lära sig, förstå och leva efter evangeliet.

### Var uppmärksam på författarens eller den talandes avsikt

När forna profeter sammanställde skrifterna blev de inspirerade att ta med budskap som skulle ha avseende på våra behov i dag. När du försöker avgöra avsikten hos en författare eller en talande i Mormons bok, var då noga med att inte läsa in något utöver vad som tydligt framgår av texten. Kom ihåg att profeternas huvudsakliga avsikt alltid har varit att vittna om Jesus Kristus.

## Lektionsförslag

### Helaman 14:1–13

#### Samuel profeterar om tecken som ska åtfölja Frälsarens födelse

Rita tre pilar på tavlan före lektionen (se nedan). Du kommer att lägga till ord och uttryck under lektionens gång.



Be eleverna erinra sig vad ni talade om i den föregående lektionen, som behandlade Helaman 13. Om de behöver hjälp att erinra sig, påminner du dem om att ni talade om en profet som hette Samuel. Be dem berätta vad de kommer ihåg om honom, som till exempel vem han var, vart han gick, vad han undervisade om och hans åhörarens andliga tillstånd. Be eleverna erinra sig hur folket reagerade på Samuels budskap. Tala om att Helaman 14 innehåller fortsättningen på Samuels undervisning.

Berätta att Samuel profeterade om händelser som skulle äga rum i framtiden, några av dem många hundra mil från Zarahemla. Be eleverna ögna igenom Helaman 14:1–2 och urskilja en händelse som Samuel profeterade om (Jesu Kristi födelse).

Be eleverna läsa Helaman 14:3–6 tyst för sig själva och leta efter tecknen som nephiterna skulle se vid tiden för Frälsarens födelse. Föreslå gärna att eleverna markerar de här tecknen i sina skrifter. Rikta elevernas uppmärksamhet på fotnoterna till dessa verser, som pekar på hur Samuels profetior gick i uppfyllelse.

- Vad betyder Frälsarens födelse för er?

Läs Helaman 14:8–9 högt. Betona vikten av att tro på Frälsaren för att få evigt liv. Skriv *evigt liv* efter den sista pilen på tavlan. Evigt liv är att leva det slags liv som Gud lever och att leva för evigt i hans närhet tillsammans med vår familj. Samuel undervisade nephiterna i Zarahemla om vad de behövde göra för att få evigt liv.

Be eleverna läsa Helaman 14:11–13 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på vad Samuel ville att folket skulle veta och göra. Föreslå gärna att eleverna markerar vad Samuel ville att folket skulle veta och göra.

Skriv *kunskap* till vänster om den första pilen på tavlan. Fråga därefter eleverna vad de läste att Samuel ville att folket skulle veta. Be några elever skriva det här på tavlan under ordet *kunskap*. (I svaren bör ingå att Samuel ville att folket skulle veta om Guds domar när det gäller dem som syndar, villkoren för omvändelse, Jesu Kristi ankomst och tecknen som skulle åtfölja den.)

- Vad hoppades Samuel att den här kunskapen skulle få folket att göra? (Tro på Jesus Kristus och omvända sig från sina synder.)

Be eleverna skriva ner en princip utifrån Helaman 14:13. Be därefter några av dem läsa vad de har skrivit. (Ett svar vore att **tro på Jesus Kristus leder till omvändelse och syndernas förlåtelse**.)

För att hjälpa eleverna förstå innebörden av uttrycket "genom hans förtjänster" talar du om att förtjänster är egenskaper eller handlingar som gör att en person är värd en belöning. För att vi ska vara värda att få syndernas förlåtelse måste vi omvända oss uppriktigt, bli döpta och konfirmerade och hålla buden. Men det är på grund av Frälsarens förtjänster som vi får förlåtelsens gåva, inte på grund av våra egna. Påminn gärna eleverna om nyckelskriftstället 2 Nephi 25:23: "Det är genom nåd vi blir frälsta, sedan vi har gjort allt vi kan göra." Du skulle också kunna föreslå att eleverna läser Alma 22:14 och Alma 24:10–11.

Avsluta den schematiska översikten på tavlan så att det står:

Kunskap → tro på Kristus → omvändelse → evigt liv

- Hur har detta att ni har fått kunskap om Frälsaren stärkt er tro på honom?
- Hur har er tro på Frälsaren lett till att ni har omvänt er och strävar efter att bli mer lika honom?

Vittna om att det är enbart genom Jesu Kristi förtjänster som vi kan få syndernas förlåtelse och evigt liv.

## Helaman 14:14–31

### Samuel profeterar om tecken som ska åtfölja Frälsarens födelse

Be en elev läsa Helaman 14:14 högt. Be därefter eleverna studera Helaman 14:20–27 tyst för sig själva och ta reda på vilka tecken som nephiterna skulle se vid tiden för Jesu Kristi död. Föreslå gärna att de markerar dessa tecken. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa ber du dem berätta vad de har hittat. Tala om för dem att vi kan läsa i 3 Nephi om hur dessa tecken syntes (se Helaman 14:20, fotnot *a*).

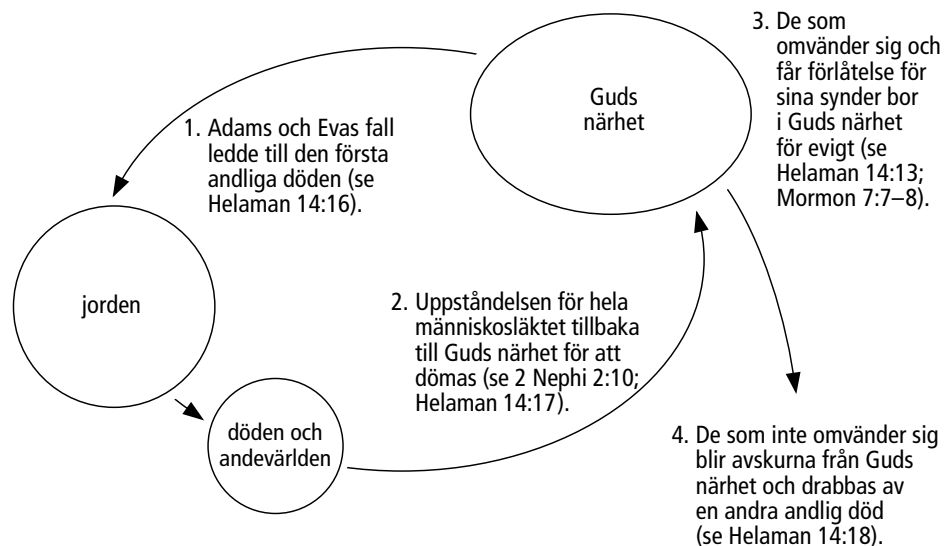
Be en elev läsa Helaman 14:28–29 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på skäl till att Herren låter oss få se tecken och under. Be några elever uttrycka de här skälen med egna ord. (Förvissa dig om att de urskiljer följande sanning: **Herren låter människor få se tecken och under för att hjälpa dem att tro på honom.**)

- Vad lär oss den här sanningen om tecknen som ska föregå Frälsarens andra ankomst?

Be eleverna tänka på tecken eller bevis som Herren har gett dem för att hjälpa dem att tro på honom. Du skulle kunna uppmuntra eleverna att berätta om sådana upplevelser (men påminn dem om att de inte ska känna sig tvungna att berätta något som är alltför personligt). Vittna om att Herren låter människor få se tecken och sänder profeter, liksom Samuel, också i vår tid för att förmå människor att tro på honom.

*Obs:* Detta att många skriftställen varnar oss för att be om tecken kan vara förvirrande för eleverna. Hjälpl dem förstå att det är skillnad mellan att se tecken på Guds kärlek och att be om tecken av själviska skäl (se Jakob 7:9–14; Alma 30:43–50; L&F 46:9; 63:7–11). När profeter varnar för att be om tecken syftar de på personer som vägrar att tro såvida de inte får se tecken, inte på personer som utövar tro så att under kan ske i enlighet med Herrens vilja.

Tala om att även om det är bra att känna till tecknen som nephiterna skulle få se i samband med Frälsarens död så är det viktigare att förstå Samuels undervisning om betydelsen av Jesu Kristi död och uppståndelse. Gör följande schematiska översikt på tavlan men utelämna numrerade förklaringar. Lägg till dessa förklaringar vid lämpligt tillfälle under genomgången av Helaman 14:15–19. (Fundera på att be eleverna skriva av översikten i sina studieanteckningsböcker eller skriftdagböcker.)



Förklara att uttrycket "andlig död" syftar på att vara avskild från Guds närhet. Be en elev läsa Helaman 14:15–16 högt.

- Vad menas med den första andliga döden, som omtalas i Helaman 14:16? (Du kan behöva förklara att vi på grund av Adams och Evas fall är avskilda från Guds närhet.)

Be en elev läsa Helaman 14:17 högt. Be klassen följa med i texten och begrunda hur de kan övervinna den första andliga döden. Skriv följande sanning på tavlan: **Jesus Kristus återlöser hela människosläktet från fallet så att vi kan återvända till Guds närhet.** Tala om att hela människosläktet ska återvända till Guds närhet för att dömas (se 2 Nephi 2:10).

Be en elev läsa Helaman 14:18–19 högt.

- Vad menas med den andra andliga döden, som omtalas i Helaman 14:18–19? (Du kan behöva förklara att de som inte omvänder sig blir återigen avskurna från Faderns närhet.)
- Vad kan vi göra för att undgå den andra andliga döden som Samuel talade om? (Fundera på att be eleverna läsa Helaman 14:13 och Mormon 7:7–8. Framhåll att **genom Jesu Kristi försoning får de som omvänder sig bo i Guds närhet för evigt.**)

För att betona vikten av handlingsfrihet i vår strävan att få Frälsarens försonings välsignelser ber du eleverna läsa Helaman 14:30–31 tyst för sig själva. Be dem leta efter ord och uttryck som beskriver deras handlingsfrihet. Be dem berätta vilka ord och uttryck de hittar. Be dem förklara hur dessa ord och uttryck hjälper dem inse betydelsen av valen de gör varje dag.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Helaman 14:18–19. Omvändelsens gudomliga gåva

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum har vittnat om den glädje som omvändelsen ger:

"Med tacksamhet accepterar och vittnar jag om att vår Herres ofattbara lidande, död och uppståndelse 'åstadkommer omvändelsens villkor' (Helaman 14:18).

Omvändelsens gudomliga gåva är nyckeln till lycka här och i livet efter detta. Med Frälsarens ord och i ödmjukhet och kärlek inbjuder jag alla: 'Omvänd er, ty himmlandet är nu här' (Matt. 4:17). Jag vet att om ni tackar ja till denna inbjudan så finner ni glädje både nu och för evigt" ("Omvändelsens gudomliga gåva", *Liahona*, nov. 2011, s. 41).

# Helaman 15–16

## Inledning

Lamaniten Samuel varnade nephiterna för att de skulle förgöras om de inte omvände sig. Han sade att Herren skulle förlänga lamaniternas dagar som hade blivit rättfärdigare än nephiterna. Några nephiter trodde på

Samuels ord och döptes av Nephi. De som inte trodde på Samuel försökte döda honom. Men Samuel beskyddades av Guds makt och kunde återvända till sitt eget land.

## Lektionsförslag

### Helaman 15

#### *Samuel varnar nephiterna och förklarar hur lamaniterna har blivit ett löftets folk*

Läs följande beskrivningar för eleverna:

En ung man växte upp i ett hem där föräldrarna inte tillhörde vår kyrka och inte betonade Jesu Kristi lära. De tillät honom att dricka alkohol, något som han fortsatte att göra när han läste vid högskolan. Men så mötte han kyrkans missionärer. Efter att ha träffat dem några gånger lovade han att sluta dricka alkohol. Några dagar senare var han ute med några kamrater. De bjöd honom på en drink.

En annan ung man hade vuxit upp i en sista dagars heliga-familj. Hans föräldrar hade hållit hemaftnar och samlat familjen till skriftstudier. Han hade tagit för vana att dagligen också studera skrifterna på egen hand och be. Han gick i primär, tjänade i aronska prästdörets kворum, gick ut seminariet och fick kunskap om Herrens bud och vägar. När han läste vid högskolan fick han nya kamrater. En kväll bjöd en kamrat honom på en drink.

- Vem skulle begå den största synden om han tackade ja till drinken – den förste unge mannen eller den andre? Varför då?

Skriv följande på tavlan:

*Nephiternas andliga tillstånd – Helaman 15:1–3, 17*

*Lamaniternas andliga tillstånd – Helaman 15:4–6*

Be eleverna att tyst för sig själva läsa skriftställen som står på tavlan. (Rikta gärna deras uppmärksamhet på ordet *samvetsgrant* i Helaman 15:5 innan de börjar läsa. Att göra någonting samvetsgrant är att göra det noggrant.) Be eleverna skriva två meningar – en som sammanfattar nephiternas andliga tillstånd och en som sammanfattar lamaniternas andliga tillstånd. När de har haft tillräcklig tid, frågar du:

- Vilken av de två unga männen vi pratade om i början av lektionen liknar nephiterna som beskrivs i de här verserna? Vilken av dem liknar lamaniterna?
- Varför kunde lamaniterna få så många välsignelser trots att de hade en lång historia av ogudaktighet?
- Varför löpte nephiterna fara att förgöras?
- På vad sätt är Herrens tukta ett bevis på hans kärlek? (Du kan behöva förklara att ordet *tukta* betyder att tillrättvisa någon genom något slags straff eller lidande.)

Skriv följande på tavlan:

*När människor får kunskap om sanningen och tror på skrifterna, bringas de till ... och ... , vilket åstadkommer ...*

Be eleverna läsa Helaman 15:7 tyst för sig själva och försöka komma på hur de skulle kunna avsluta meningen på tavlan. När eleverna har haft tillräcklig tid på sig frågar du några elever hur de skulle avsluta meningen. (De kanske nämner följande princip: **När människor får kunskap om sanningen och tror på skrifterna, bringas de till tro och omvändelse, vilket åstadkommer en hjärtats förändring.**)

Be en elev läsa Helaman 15:8 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Samuel beskrev lamaniterna som hade upplevt en hjärtats förändring. (De var "fasta och ståndaktiga i tron".)

Låt eleverna få tid att begrunda om detta att de studerar skrifterna har lett till att de har fått starkare tro på Herren. Fråga dem också om det har lett till att de är fasta och ståndaktiga i tron. Fundera på att be en eller två elever berätta hur detta att de studerar skrifterna har stärkt deras tro på Jesus Kristus.

Rikta elevernas uppmärksamhet på Helaman 15:9–17. Förklara att orden *er* syftar på nephiterna och orden *de* och *dem* syftar på lamaniterna. Läs de här verserna för klassen och gör uppehåll vid behov för att ge förklaringar eller besvara frågor. Låt därefter eleverna få tid att titta på verserna igen och skriva en mening som uttrycker en sanning som lärs ut i dem.

Be flera av eleverna berätta vad de har skrivit. Eleverna kanske ger uttryck åt följande sanning: **Om människor blir otroende efter att ha fått evangeliets fullhet, får de en större fördömelse.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Helaman 15:9–17.

När eleverna samtalar om den här sanningen betonar du de stora välsignelser de får om de förstår och lever efter evangeliet nu. Samuels ord är inte någon ursäkt för nya medlemmar att begå synd. Inte heller innebär de att vi undgår ansvarighet och fördömelse genom att vägra att lära oss om evangeliet. Kunskap om evangeliet innebär större ansvarsskyldighet om vi gör något som är orätt, men också större kraft och styrka att göra det rätta. Och när vi gör Guds vilja och hjälper andra att göra det så välsignar han oss med frid och glädje som vi inte kan få på något annat sätt.

## Helaman 16

### *De som tror på Samuel omvänder sig och döps medan däremot andra förhärdar sina hjärtan*

Visa ett fotografi av den nuvarande presidenten för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga. Be eleverna berätta vilka olika reaktioner de har sett på profetens budskap både inom kyrkan och utanför kyrkan.

Be hälften av klassen läsa Helaman 16:1–5 tyst för sig själva och ta reda på vad de som trodde på Samuels budskap gjorde. Be andra hälften läsa Helaman 16:2–3, 6–7 tyst för sig själva och ta reda på vad de som inte trodde på Samuels budskap gjorde. (Skriv gärna de här skriftställehänvisningarna på tavlan.) Be några elever berätta vad de fick veta.

- Varför tror ni att människor reagerar på så olika sätt på profeterna och deras budskap?
- Varför tror ni att en del blir arga när profeterna kommer med råd, som till exempel råden de ger i häftet *Vägledning för de unga*?

Be en elev läsa följande yttrande av president Ezra Taft Benson för klassen:



"När profeten pekar på världens synder, vill de världsligt sinnade antingen täppa till munnen på profeten eller också leva som om han inte fanns, detta hellre än att omvända sig. Kriteriet på sanning är inte popularitet. Många profeter har blivit dräpta eller bortdrivna. Du kan räkna med att ju orättfärdigare människorna blir och ju mer vi nalkas dagen för Herrens andra ankomst, desto mindre omtyckt blir Guds profet" (*The Teachings of Ezra Taft Benson* [1988], s. 133).

- Vad finns det för exempel på människor som har blivit välsignade därför att de följde profeternas råd även om andra förkastade det rådet?

Be eleverna att slå igen sina skrifter. Be därefter en elev att slå upp Helaman 16:13–14 och läsa det skriftstället för klassen. Fråga klassen hur de tror att icke troende skulle reagera på de tecknen och uppenbarelserna.

Be eleverna att slå upp Helaman 16:15–16 och följa med i texten när du läser skriftstället för dem. Be dem därefter föreställa sig att de har getts möjlighet att tala med människor som befann sig i Zarahemla vid tiden för tecknen. Be dem tänka på frågor som de skulle vilja ställa till troende och icke troende. När eleverna har haft tid att tänka efter, ber du några av dem berätta för klassen om sina frågor.

Be därefter eleverna begrunda följande fråga utan att svara högt:

- Hur tror du att du hade reagerat om du var där och såg tecknen och undren?

När eleverna har haft tid att begrunda frågan, ställer du följande fråga:

- Varför förkastade somliga enligt Helaman 16:16 uppfyllelsen av profeternas förutsägelser och tecknen från himlen?

Låt eleverna få några minuter på sig att läsa Helaman 16:17–21 tyst för sig själva och leta efter andra skäl som de orättfärdiga kom med för att inte tro på Samuels profetior. Be några av eleverna berätta vad de hittade.

- Vilka av de här argumenten mot profeten tror ni är de vanligaste i vår tid?

Be en elev läsa Helaman 16:22–23 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad som händer när många fortsatte att ignorera Samuels varningar. Be eleverna berätta vad som händer.

- Vad händer med oss om vi förkastar Herrens nutida profeter?

När eleverna besvarar frågan, betona då följande princip: **När vi förkastar Herrens vittnen tillåter vi Satan att få grepp om vårt hjärta.** (Skriv gärna det här på tavlan.)

Avsluta dagens lektion med att be en elev läsa följande yttrande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet. Be klassen vara uppmärksam på vad vi i själva verket väljer när vi förkastar Guds råd, som oftast kommer via nutida profeter:

”När vi förkastar det råd som kommer från Gud, väljer vi inte att vara oberoende av inflytande utifrån. Vi väljer ett annat inflytande. Vi förkastar skyddet från en fullkomligt kärleksfull, allsmäktig, allvetande Fader i himlen, vars hela avsikt, liksom hans älskade Sons avsikt, är att ge oss evigt liv, att ge oss allt han har, och att åter föra oss hem familjevis, till hans kärleksfulla vård. Om vi förkastar hans råd väljer vi inflytandet från en annan makt, vars mål är att göra oss olyckliga och vars motiv är hat. Vi har moralisk handlingsfrihet som en gåva från Gud. I stället för rätten att välja att vara fri från inflytande, är det den omistliga rättigheten att underordna oss den av dessa makter som vi väljer” (*”Finna trygghet i råd”, Nordstjärnan, juli 1997, s. 24*).

- Vad är det enligt president Eyring som vi i själva verket väljer om vi förkastar råd från Gud och hans profeter?

Be eleverna att begrunda om de i något avseende har förhärdat sina hjärtan mot råd som Gud har gett genom profeter och apostlar. Uppmuntra dem att vara fasta och ståndaktiga i att leva efter evangeliet och i att hörsamma Herrens råd som ges genom hans profeter. Vittna om sanningarna som ni har talat om under lektionen.

### Återblick på Helamans bok

Hjälpa eleverna göra en återblick på Almas bok. Be dem tänka på vad de lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Uppmuntra dem att kort läsa några av kapitelingresserna i Helamans bok för att hjälpa dem att komma ihåg vad de har studerat. Be några elever berätta om något i Helamans bok som inspirerat dem eller stärkt deras tro på Jesus Kristus. När de haft tillräcklig tid på sig ber du flera elever att delge sina tankar och känslor.

# Hemstudielektion

## Helaman 10–16 (Studieavsnitt 23)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Helaman 10–16 (studieavsnitt 23) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Helaman 10)

Helaman 10 gav eleverna möjlighet att lära sig mer om Nephis andliga styrka. Hans exempel lärde eleverna att begrundan av det som hör Herren till förbereder oss för att få uppenbarelse. De lärde sig också att Herren anförtror välsignelser och ansvar åt oss när vi låter hans vilja gå före vår egen. När Nephi lät Herrens vilja gå före sin egen, gav Herren honom beseglingsmakten.

#### Dag 2 (Helaman 11–12)

När eleverna studerade fjorton år i nephiternas historia lärde de sig att vi med hjälp av ödmjukhet och omvändelse kan undgå högmod och undergång. Om vi inte aktar oss, kan vår framgång leda till att vi glömmer Herren. Nephi undervisade om att Herren tuktar sitt folk för att väcka dem till hägkomst om honom och hjälpa dem att undvika det här misstaget.

#### Dag 3 (Helaman 13–14)

Samuel, en lamanitisk profet, visade att profeter framför de budskap som Herren inger dem i hjärtat. När eleverna studerade hans profetiska varningar, lärde de sig att om vi förkastar Herrens profeters ord, kommer vi få ångra oss och sörja. Samuel uppmanade folket att tro på Jesus Kristus och vittnade om att Herren låter människor få se tecken och under för att hjälpa dem att tro på honom.

#### Dag 4 (Helaman 15–16)

Eftersom nephiterna hade blivit så rikligen välsignade av Herren, försökte Samuel hjälpa dem förstå att Guds domar skulle drabba dem om de inte omvände sig. Det här lärde eleverna att om människor blir otroende efter att ha fått evangeliets fullhet, får de en större fördömelse. Och av nephiternas reaktion på Samuels undervisning lärde eleverna sig att om vi förkastar Herrens vittnen, tillåter vi Satan att få grepp om vårt hjärta.

### Inledning

I Helaman 10–16 betonas profeternas uppdrag att predika omvändelse. Eleverna hade under veckan möjlighet att läsa om profeterna Nephi och Samuel och deras trofasthet. Båda fick uppenbarelser och hade myndighet att verka bland de egensinniga nephiterna. Båda predikade omvändelse trots att folket var hårdhärtat. De undervisade folket om att man bara kan finna lycka i att leva efter de principer som Jesus Kristus lärde och inte i att göra ont.

### Lektionsförslag

#### Helaman 10–16

##### *Helaman och Samuel verkar trofast bland folket*

Fråga eleverna om de någonsin har befunnit sig i en situation där de visste att de skulle göra sig impopulära bland kamraterna om de höll fast vid normerna i häftet *Vägledning för de unga*. Du skulle kunna be några elever berätta om erfarenheterna de gjorde och hur de kände sig.

Tala om för eleverna att Helaman 10–16 skildrar hur två män höll fast vid och försvarade Herrens normer trots att de därmed gjorde sig impopulära bland folket. Uppmuntra eleverna att fundera på vad de kan lära sig av Nephis och lamaniten Samuels exempel som hjälper dem i liknande situationer.

Gör följande uppställning på tavlan eller på ett papper:

Likheter mellan Nephi och lamaniten Samuel		
Nephi (Helaman 10:1–5, 12, 15–16)		Samuel (Helaman 13:1–6; 16:1–2)

Be eleverna att utforska verserna i uppställningen och leta efter likheter mellan Nephi och Samuel. Be några elever att skriva de här likheterna i tomrummet i uppställningen. I listan kan ingå: förkastades av folket, hörde Herrens röst, följde genast Herrens anvisningar, talade det som Herren ingav dem i hjärtat, varnade nephiterna att de skulle förgås om de inte omvände sig, beskyddades av Guds makt så att de kunde framföra hans budskap.

Efter att eleverna har skrivit likheterna de upptäckte, ber du en elev läsa Helaman 10:4 högt. Ställ därefter följande frågor:

- Vad finns det för tänkbara skäl till Nephis outröttlighet?
- På vad sätt visade också Samuel den här outröttligheten? Hur kan vi bli outröttliga som de?

Be en elev läsa följande yttrande av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum där han lär oss hur vi kan tillägna oss den här egenskapen:

”Om vi är fokuserade på Jesus och hans verk, får vi både större glädje och uthållighet ... Nephi hade inte själviskt sökt sitt ’eget liv’ utan snarare sökt göra Guds vilja. Detta gav honom den extra och odelade energi som gjorde att han kunde sträva med outtröttlig flit. Nephi visste i vilken riktning han var på väg: mot Gud” (*If Thou Endure It Well* [1996], s. 116).

Fråga:

- Vad sade äldste Maxwell att vi kan göra för att tjäna med outtröttlig flit?
- Vilka uttryck i Helaman 10:4 visar att Nephi var inriktad på att göra Guds vilja?
- Vilka uttryck i Helaman 13:3–5 visar att Samuel lät Guds vilja gå före sin egen?
- Vilken sanning lär vi oss av Nephis och Samuels upplevelser? (Ett tänkbart svar vore något som eleverna lärde sig den här veckan i sina personliga studier: **Herren anförtror välsignelser och ansvar åt oss när vi låter hans vilja gå före vår egen.**)

Läs följande berättelse ur ett tal av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum om en tolvårig flicka som lät Guds vilja gå före sin egen:

”[Vi kan] aldrig ha verklig tro på Herren utan att också ha fullständig tillit till Herrens vilja och hans tidschema. Då vi har den sortens tro och tillit till Herren, får vi verklig trygghet i livet ...

Jag läste om en ung kvinna som hade detta slags tro och förtröstan. Hennes mor hade varit svårt sjuk i många månader. Till slut sammankallade den trofaste fadern barnen vid hennes säng och bad dem ta farväl av sin mor, eftersom hon var döende. Den tolvåriga dottern protesterade:

’Pappa, jag vill inte att mamma ska dö. Jag har varit hos henne på sjukhuset ... i sex månader. Om och om igen ... har du smort och välsignat henne, och hon har fått slippa sin smärta och somnat lugnt. Jag vill att du ska lägga händerna på mamma och bota henne.’

Fadern, som var äldste Heber J. Grant, sade till barnen att han kände i sitt hjärta att deras mors tid hade kommit. Barnen gick därifrån, och han knäböjde vid sin hustrus säng. Senare drog han sig till minnes sin bön: ’Jag sade till Herren att jag erkände hans hand i livet och i döden ... Men jag sade till Herren att jag saknade styrkan att låta min hustru dö så att detta påverkade mina små barns tro.’ Han vädjade till Herren att ge dottern ’kunskap om att det var hans sinne och vilja att hennes mamma skulle dö’.

Modern dog inom en timme. När äldste Grant hämtade barnen till hennes rum och berättade det för dem, började hans lille sexårige pojke [Heber] gråta bittert. Den tolvåriga systemen tog honom i famnen och sade: ’Gråt inte, Heber. Sedan vi gick ut ur det här rummet har Herrens röst från himlen sagt till mig

att genom mammas död sker Herrens vilja’ (Bryant S. Hinckley, *Heber J. Grant: Highlights in the Life of a Great Leader*, Salt Lake City: Deseret Book Co., 1951, s. 243–244).

När vi har samma slags tro och förtröstan som den unga kvinnan, har vi styrka nog att möta varje viktig händelse i livet” (se ”Tro på Herren Jesus Kristus”, *Nordstjärnan*, juli 1994, s. 97).

Fråga:

- Vad hjälpte president Heber J. Grant och hans familj att låta Herrens vilja gå före sin egen?
- Har ni någonsin haft en upplevelse där ni behövde förtrösta på Gud och låta hans vilja gå före er egen? (Fundera på att be några elever berätta för klassen om sina upplevelser. Påminn dem om att de inte bör berätta om något som är alltför personligt.)

Försäkra eleverna att när vi förtröstar på Herren och låter hans vilja gå före vår egen så stöttar han oss under svåra tider.

Tala om att en viktig del av Nephis verksamhet var att hjälpa folket att komma ihåg Gud och omvända sig från sina synder. Men de fortsatte att förhärda sina hjärtan och ville inte bli tillrättavisade.

Dela upp klassen i två grupper. Låt ena gruppen läsa Helaman 10:15–18; 11:3–10 och den andra gruppen Helaman 11:30–37; 12:1–3. (Skriv gärna de här skriftställe hänvisningarna på tavlan.) Be vardera gruppen komma med skäl till att Herren tuktrade sitt folk. Eleverna kanske nämner några olika skäl, men förvissa dig om att de uttrycker att **Herren tuktar sitt folk för att väcka dem till hågkomst om honom.**

- Vilket slags tuktan använde sig Herren av för att få folket att lyssna till honom?
- Enligt Helaman 12:3 kommer många människor inte ihåg Herren om han inte tuktar dem. Varför tror ni att det är på det viset?

Be en elev läsa Helaman 15:3 högt.

- På vad sätt är Herrens tuktan ett bevis på hans kärlek?

Be eleverna berätta hur de besvarade uppgift 5, dag 2 den här veckan. Upprepa gärna att **med hjälp av ödmjukhet och omvändelse kan vi undgå högmod och undergång** och att **om vi inte aktar oss, kan vår framgång leda till att vi glömmet Herren.**

### Nästa studieavsnitt (3 Nephi 1–11)

Härnäst ska eleverna läsa om hur alla nephiter samlades och stred mot Gadiantons rövare i ett fruktansvärt slag. Hur kunde nephiterna besegra de ogudaktiga rövarna? Eleverna kommer också att läsa om den förödande naturkatastrofen på den amerikanska kontinenten vid Jesu Kristi död i Jerusalem. Folket hörde Jesu Kristi röst i mörkret. Sedan kom den uppståndne Frälsaren för att betjäna dem personligen. Be eleverna fundera över hur de skulle ha känt sig om de hade varit där.



# Tredje Nephi: Nephis bok

### Varför studera den här boken?

I 3 Nephi får eleverna läsa vad Frälsaren sade och gjorde under de tre dagar han verkade bland nephiterna. President Ezra Taft Benson sade: "3 Nephi innehåller några av de mest berörande och kraftfulla ställena i skrifterna. Den vittnar om Jesus Kristus, hans profeter och frälsningens lära" ("Frälsarens besök i Amerika", *Nordstjärnan*, juli 1987, s. 4–5). När de läser om hur Jesus Kristus visade medlidande med "den ene efter den andre" bland nephiterna, förstår eleverna hans personliga omsorg om dem själva (se 3 Nephi 11:15; 17:21). De får också värdefulla insikter när de studerar de rättfärdigas förberedelser inför Frälsarens ankomst. De kan också dra lärdom av de orättfärdigas brist på förberedelser inför hans ankomst.

### Vem skrev den här boken?

Mormon förkortade uppteckningar från Nephis större plåtar och skapade boken 3 Nephi. Boken är uppkallad efter Nephi (Nephis son) vars verksamhet också omspände tiden före och efter Frälsarens besök. Nephi verkade med "kraft och stor myndighet" (3 Nephi 7:17) under den tid av ogudaktighet som föregick Jesu Kristi besök. Hans arbete var förspelet till Jesu Kristi verksamhet, vars ord och gärningar står i centrum i 3 Nephi. När Mormon förkortade Nephis uppteckning tog han med egna anmärkningar och sitt eget vittnesbörd (se 3 Nephi 5:8–26; 26:6–12; 29–30).

### För vem skrevs den här boken och varför?

3 Nephi är avsedd för två grupper. Mormon förklarar för det första att han skrev den för Lehis efterkommande (se 3 Nephi 26:8). För det andra vänder han sig till icke-judarna i de sista dagarna och återger vad Herren uppmanar dem att göra: komma till Herren och ingå i hans förbundsfolk (se 3 Nephi 30). Boken 3 Nephi understryker den här inbjudan genom att vittna kraftfullt om Jesus Kristus och genom att betona betydelsen av förbund.

### När och var skrevs den?

De ursprungliga uppteckningar som användes som källor till boken 3 Nephi skrevs förmodligen mellan 1 f.Kr. och 35 e.Kr. Någon gång mellan 345 och 385 e.Kr. gjorde Mormon ett sammandrag av de här uppteckningarna. Mormon skrev inte var han befann sig när han sammanställde boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

3 Nephi beskriver uppfyllelsen av profetior om Jesu Kristi födelse, död och uppståndelse (se 3 Nephi 1; 8; 11). Dess skildring av Frälsarens besök hos nephiterna är, för att använda äldste Jeffrey R. Hollands ord, "brännpunkten, det största ögonblicket, i hela Mormons boks historia" (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 250). Tjugo av de trettio kapitlen i 3 Nephi innehåller Frälsarens undervisning av folket (se 3 Nephi 9–28).

### Översikt

**3 Nephi 1–5** Nephi får plåtarna av sin far. Tecknen på Kristi födelse ges, en plan att förgöra de troende omintetgjorts, många blir omvända. Nephiter och lamaniter förenas för att strida mot Gadiantons rövare. De omvänder sig från sina synder, och anförda av Lachoneus och Giddoni besegrar de så småningom rövarna. Mormon skriver om sin uppgift som Kristi lärjunge och som historieskrivare.

**3 Nephi 6–7** Nephiternas framgång leder till högmod, ogudaktighet och hemliga sammansvärjningar. Regeringsmakten störtas och folket delar sig i stammar. Nephi predikar med stor kraft.

**3 Nephi 8–10** Oväder, förödelse och mörker utgör tecknen på Frälsarens korsfästelse och död. Folket sörjer dem som har omkommit i förödelser. Jesu Kristi röst inbjuder de överlevande att omvända sig och komma till honom.

**3 Nephi 11–18** Jesus Kristus visar sig för en folkmängd vid templet och inbjuder var och en att känna på märkena efter spikarna i hans händer och fötter. Han utser tolv lärjungar och ger dem myndighet att utföra förrättningar och leda kyrkan. Frälsaren undervisar om sin lära och rättfärdighetens lagar och förklarar att han har fullbordat Moses lag. Han botar sjukdomar,

ber för folket och välsignar deras barn. Han lämnar dem efter att ha gett ytterligare undervisning och instiftat sakramentet.

**3 Nephi 19–26** De tolv lärjungarna betjänar folket, och den Helige Anden utgjuts över dem. Jesus Kristus visar sig ännu en gång och ber för alla som kommer att tro på honom. Han välsignar och delar ut sakramentet och undervisar om hur Fadern ska fullborda sitt förbund med Israel. Frälsaren befäller folket att utforska Jesajas och alla profeternas ord, och han befäller Nephi att skriva ner uppfyllelsen av lamaniten Samuels profetior. Han återger de ord som Fadern hade gett till Malaki och förklarar "allting ... från begynnelsen till den tid då han skall komma i sin härlighet" (3 Nephi 26:3). Därefter lämnar han dem.

**3 Nephi 27–28** Jesus Kristus visar sig och befäller de tolv lärjungarna att kalla kyrkan efter hans namn. Han tillkännager vad som är hans evangelium och säger åt sina lärjungar att vara som han är. Jesus Kristus ger sina lärjungar enligt deras önskingar.

**3 Nephi 29–30** Mormon förklarar att Mormons boks framkomst är ett tecken på att Gud har börjat insamla Israel i de sista dagarna. Herren uppmanar icke-judarna att omvända sig och bli del av hans förbundsfolk.

# 3 Nephi 1

## Inledning

När tiden började närma sig då lamaniten Samuels profetia om Frälsarens födelse skulle gå i uppfyllelse, väntade de troende ivrigt på tecknen som Samuel hade förutsagt. De icke troende hotade att döda de troende om profetian inte hade gått i uppfyllelse en viss dag. Nephi, som var son till Nephi och sonson till Helaman, bad till Herren för de troende. Som svar på

Nephis bön kom Herrens röst till honom och sade att tecknet skulle ges den natten. När solen gick ner blev det inte mörkt, och en ny stjärna visade sig. Större delen av folket omvändes till Herren trots Satans försök att omintetgöra deras tro. Men två år senare började Gadiantons rövare få många nephiter och lamaniter att bli ogudaktiga.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 1:1–26

#### *Profetior om Jesu Kristi födelse går i uppfyllelse och många nephiter omvänds*

Be eleverna tänka på personer som har offrat livet för evangeliet. (Några exempel är Jesus Kristus, Abinadi, några av anti-nephi-lehiterna och Joseph och Hyrum Smith.) Be eleverna förklara varför de tror att människor är villiga att göra ett sådant offer. Låt eleverna få ett ögonblick på sig att fundera över hur de skulle handla om de befann sig i en situation som krävde att de gav sitt liv för evangeliet. Berätta att fem år efter det att lamaniten Samuel predikade i Zarahemla befann sig en grupp trofasta nephiter i just den situationen.

Sammanfatta 3 Nephi 1:1–3 genom att berätta för eleverna att Helamans son Nephi gav de heliga upppteckningarna till sin son Nephi och lämnade sedan landet. Ingen vet vart han tog vägen.

Be flera elever turas om att läsa högt ur 3 Nephi 1:4–9. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad trofasta nephiter hotades av.

- Vilket hot stod de troende inför?
- Varför kan somliga ha svårt att förbli trofasta i en sådan situation?
- Känner ni några som ni tror skulle förbli trofasta i en sådan situation? Varför tror ni att de skulle förbli trofasta?

Be eleverna läsa 3 Nephi 1:10–12 tyst för sig själva och ta reda på vad Nephi gjorde i den här svåra situationen.

- Vad tycker ni är imponerande med hur Nephi agerade i den här situationen? Varför då?

Be en elev läsa 3 Nephi 1:13–14 högt, och be klassen vara särskilt uppmärksam på hur Herren besvarade Nephis bön.

- Vad sade Herren att han skulle "visa världen"? (Elevernas svar bör återspegla att **Herren uppfyller allt som han låter sina heliga profeter säga.**)
- När Herren sade att han skulle komma till världen för att "göra både Faderns och Sonens vilja", syftade han på sin försoning. Hur hjälper oss det budskapet att "var[a] vid gott mod"?

Be eleverna läsa 3 Nephi 1:4, 14–15, 19–21 tyst för sig själva och leta efter uttryck som betonar att Herren uppfyller profeternas ord.

- Hur tror ni att ni skulle ha känt er om ni hade varit bland de troende när tecknet gavs?
- På vad sätt hjälper er vetskapen om att Herren uppfyller profeternas ord, när andra förlöjligar era normer eller förföljer er på grund av era övertygelser?

Be två eller tre elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 1:16–18. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur de ogudaktiga reagerade när de såg tecknen som hade förutsagts.

- Vad visste de ogudaktiga efter att tecknen hade getts?

- Varför leder synd och otro till fruktan?

Be en elev läsa 3 Nephi 1:22–23 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Satan gjorde för att förmå folket att inte tro på tecknen på Herrens födelse.

- Vad gjorde Satan? (Han spred lögner bland folket.) Vilka lögner sprider Satan till exempel ut i vår tid?
- Vad lär vi oss för sanning av folkets reaktion på Satans lögner? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **När vi ställs inför Satans lögner kan vi välja att tro på Jesus Kristus och bli omvända.** Skriva gärna den här principen på tavlan.)

För att hjälpa eleverna känna att det här är en viktig och sann princip läser du följande ord av biskop Richard C. Edgley i presiderande biskopsrådet. Du kan ge eleverna en kopia av det som de kan stoppa in i sina skrifter.

”På grund av de konflikter och utmaningar vi möter i världen i dag vill jag föreslå ett enda val – ett val som ger frid och skydd, ett val som lämpar sig för alla. Det är att välja att tro. Välj tro i stället för tvivel, välj tro framför rädsla, välj tro framför det okända och osedda, och välj tro i stället för pessimism ...

När logik, förnuft eller personligt intellekt står i strid med heliga lärdomar och lärosatser, eller när motstridiga budskap angriper dina trosuppfattningar ... *välj* då att inte kasta ut fröet ur ditt hjärta genom otro [se Alma 32:28]. Kom ihåg att vi inte får någon förvisning förrän efter det att vår tro har prövats (se Ether 12:6) (“Tro – valet är ditt”, *Liahona*, nov. 2010, s. 31, 32–33).

- Vad kan vi göra för att välja tro i stället för tvivel, rädsla och pessimism? (I svaren kan ingå att vi kan välja att be och söka hjälp hos Herren, studera skrifterna, hålla buden, gå i kyrkan och tjäna andra.)

Be eleverna läsa 3 Nephi 1:24–25 tyst för sig själva och leta efter en svårighet som några av de troende ställdes inför.

- Vad försökte några bevisa i fråga om Moses lag?
- Vad tycker ni är imponerande med hur de här människorna reagerade när de fick veta att de hade fel?

Skriv följande fråga på tavlan: *Hur bevarar jag min tro på Jesus Kristus och hans återställda evangelium när motståndaren försöker få mig att tvivla?* Be eleverna skriva frågan i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Låt dem få några minuter på sig att skriva sina svar.

### 3 Nephi 1:27–30

#### *Nephitiska avfällingar och många unga lamaniter ansluter sig till Gadiantons rövare*

Be två elever komma och ställa sig framför klassen. Be den ena eleven blunda och ställa sig på ett ben. Förklara att den här eleven föreställer någon som känner till sanningen men inte utövar tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus och inte är nogga med att leva efter evangeliet.

Förklara att den andra eleven föreställer inflytande som kan få någon att vända sig bort från sanningen. Be den eleven att trycka lätt mot den första elevens arm ända tills den första eleven tappar balansen eller vacklar. Förklara att när någon inte försöker leva efter evangeliet så är det mer sannolikt att han eller hon blir förledd av Satans lögner och frestelser.

- Vad måste den första eleven göra för att vara stadig? (Eleven bör öppna ögonen och stå på båda benen.)

Be den första eleven att öppna ögonen och ställa sig på två ben med fötterna isär (axelbrett avstånd). Tala om att den här eleven nu föreställer någon som är ”fast och ståndaktig tron” (se Helaman 15:8). Be därefter den andra eleven att än en gång trycka lätt mot den första elevens arm. Framhåll att när någon strävar efter att verkligen studera evangeliet och hålla Guds bud så förblir han eller hon stadig trots motstånd från andra.

Be de två eleverna att gå och sätta sig. Berätta att Satan fortsatte att försöka få människor att tvivla på att evangeliet var sant även efter att tecknen på Jesu Kristi födelse hade getts.

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 1:27–29. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på det inflytande som orättfärdiga människor hade på många unga lamaniter.

- Vad hände med många av de unga lamaniterna? (De "förleddes av några som var zoramiter" och förenade sig med Gadiantons rövare.)
- Varför trodde många unga lamaniter enligt 3 Nephi 1:29 på zoramiternas "lögn" och "smickrande ord"? (Om eleverna inte nämner Mormons ord om att de unga "rådde sig själva" så gör du dem uppmärksamma på det.)
- Vad tror ni menas med uttrycket "rådde sig själva"?

I samband med att eleverna diskuterar den här frågan läser du vad syster Kathleen H. Hughes i Hjälpföreningens generalpresidentskap sade om uttrycket:

"Det antyder för mig att de såg till sig själva först och hängav sig åt sådant som profeterna hade varnat dem för. De gav efter för Satans frestelser och lockelser" ("Växa upp åt Herren", *Liahona*, feb. 2010, s. 42).

Be en elev läsa 3 Nephi 1:30 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på "det uppväxande släktets" (ungdomars) inflytande på andra.

- Vilket inflytande hade det uppväxande släktet på sin omgivning?

För att hjälpa eleverna att relatera det här till nutida förhållanden ställer du följande frågor:

- Vad finns det för "lögn" och "smickrande ord" i vår tid som kan förleda ungdomar att umgås med orättfärdiga grupper?
- När har ni sett att ungdomar haft ett negativt inflytande på andras tro?

Be eleverna att formulera en princip som sammanfattar det vi lär oss i 3 Nephi 1:29–30. De kanske formulerar sig olika, men se till att de urskiljer följande sanning: **Om vi ger efter för frestelser kan vårt exempel få negativ inverkan på andras tro och rättfärdighet.** Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här sanningen i sina skrifter.

Framhåll att även om ungdomarna som nämns i 3 Nephi 1:30 hade ett negativt inflytande på andras tro så kan ungdomar också utöva ett rättfärdigt inflytande på sin omgivning. Be en elev att komma till tavlan och skriva åt klassen. Be eleven skriva deras svar på följande fråga:

- På vad sätt kan ni utöva ett positivt inflytande på era familjer, på församlingen eller grenen och på er omgivning?

Uppmuntra eleverna att välja ett eller två förslag på tavlan som de genast kommer omsätta i handling. Försäkra dem att de kan stärka andras tro genom att vara ett rättfärdigt exempel.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 1:29–30. "Det uppväxande släktets ogudaktighet"

President Henry B. Eyring i första presidentskapet har förklarat den inverkan som någon som går vilse kan ha på en familj:

"Kyrkans ungdomar ... håller framtiden i sin hand. Kyrkan har alltid stått en generation ifrån utdöende.

Om en hel generation går förlorad, vilket inte kommer att hända, skulle vi förlora kyrkan. Men bara en enda person som går förlorad för Jesu Kristi evangelium stänger dörren för generationer av efterkommande, såvida inte Herren sträcker sig efter dem för att föra några av dem tillbaka" ("We Must Raise Our Sights" [tal till KUV-lärare, 14 aug. 2001], s. 1, si.lds.org).

# 3 Nephi 2–5

## Inledning

Efter att folket såg tecknen på Jesus Kristi födelse förvånades de mindre och mindre över tecken, och de förhårdade sina hjärtan. Många av dem förkastade ytterligare tecken och under och blev allt mer ogudaktiga. Till följd av det här blev Gadiantons rövare så talrika och mäktiga att nephiter och lamaniter måste ta till vapen mot dem. Omvända lamaniter förenade

sig med nephiterna och kallades nephiter. Lachoneus, nephiternas överdomare, uppmanade folket att omvända sig och förberedde dem för krig. Tack vare sin omvändelse, sin tro på Herren och sina omsorgsfulla förberedelser lyckades nephiterna besegra Gadiantons rövare. Efter sin befrielse uttryckte folket sin tacksamhet över att Guds makt hade bevarat dem.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 2

#### *Omvända lamaniter förenar sig med nephiterna för att försvara sig mot Gadiantons rövare*

Låt eleverna få några minuter på sig att i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker lista några andliga upplevelser som de har haft. Påminn dem om att andliga upplevelser inte behöver vara ovanliga eller dramatiska för att vara meningsfulla. Föreslå att de begrundar tillfällena när de har känt sin himmelske Faders kärlek eller den Helige Andens påverkan. De skulle till exempel kunna skriva om upplevelser de hade när de fick bönesvar, när de fick prästadömsvälsignelser eller när de tjänade andra. När de är färdiga frågar du dem varför de tror att det kan vara viktigt att komma ihåg de här andliga upplevelserna i dag och om tio eller tjugo år.

Be en elev läsa 3 Nephi 2:1–3 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som hände när folket började glömma tecknen på Frälsarens födelse.

- Vad lär oss den här skildringen om faran med att glömma andliga upplevelser?

När eleverna besvarar frågan betonar du följande princip: **Om vi glömmet andliga upplevelser vi har haft, blir vi mer sårbara för Satans frestelser och lister.** Skriv gärna den här principen på tavlan. Uppmuntra gärna eleverna att skriva den under listan över andliga upplevelser.

- Varför tror ni att detta att glömma andliga upplevelser gör oss sårbara för Satans inflytande?
- Vad kan vi göra för att se till att vi inte glömmet andliga upplevelser som vi har haft? (I svaren kan ingå att om det är lämpligt berätta om dem för andra, skriva ner dem i en privat dagbok eller skriva ner upplevelser i samband med aktiviteter som gäller Plikt mot Gud eller Personlig tillväxt.)

Be en elev läsa följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet där han berättar hur det hjälpte honom att skriva ner andliga upplevelser i en dagbok. Be klassen vara uppmärksam på välsignelsen med att föra en sådan uppteckning.



”Jag skrev några rader varje dag under flera år. Jag hoppade aldrig över en dag hur trött jag än var eller hur tidigt jag skulle stiga upp dagen efter. Innan jag skrev brukade jag begrunda frågan: ‘Har jag sett Guds hand röra vid oss, våra barn eller vår familj i dag?’ När jag fortsatte så hände något. När jag såg tillbaka på dagen som gått såg jag saker som Gud hade gjort för någon av oss som jag inte hade insett under dagens jäkt. När det hände, och det hände ofta, insåg jag att jag genom att försöka minnas gjorde det möjligt för Gud att visa mig vad han hade gjort.

Något som var mer än tacksamhet började växa i mitt hjärta. Mitt vittnesbörd växte. Jag blev ännu mer säker på att vår himmelske Fader hör och svarar på våra böner. Jag kände

större tacksamhet för den uppmjukning och förädling som är en följd av Frälsarens försoning. Och jag visste med större säkerhet att den Helige Anden kan påminna oss om allt – till och med om saker som vi inte lade märke till eller trodde var viktiga när de hände” (se ”O, kommen ihåg, kommen ihåg”, *Liahona*, nov. 2007, s. 67).

Be eleverna berätta hur detta att komma ihåg andliga upplevelser – genom att skriva ner dem i en dagbok eller på andra sätt – har hjälpt dem att vara trofasta trots Satans försök att fresta eller förleda dem.

Sammanfatta 3 Nephi 2:4–19 genom att berätta att Gadiantons rövare blev talrikare och mäktigare allteftersom folket fortsatte att vara ogudaktiga. Gadiantons rövare blev allt mer aggressiva, och omvända lamaniter förenade sig med nephiterna för att bekämpa dem. Även om de i viss mån hade lyckats fördriva Gadiantons rövare, befann sig nephiterna (tillsammans med omvända lamaniter, som nu kallades nephiter) fortfarande i en farlig situation femton år efter att tecknet på Jesu Kristi födelse hade getts.

### 3 Nephi 3:1–10

#### *Ledaren för Gadiantons rövarband kräver att nephiterna kapitulerar*

Berätta att vi i 3 Nephi 3:1–10 ser ett exempel på hur motståndaren ibland verkar genom andra för att försvaga vår tro och vilseleda oss. Giddianhi, ledaren för Gadiantons rövarband, skrev brev till Lachoneus, nephiternas överdomare, för att förmå honom att överlämna sig åt Gadiantons rövare.

Skriv *Giddianhi frestar Lachoneus* på tavlan. Be hälften av klassen att läsa 3 Nephi 3:2–5 tyst för sig själva och den andra hälften 3 Nephi 3:6–10. Be eleverna leta efter ord och uttryck som visar Giddianhis taktik när det gällde att försvaga Lachoneus tro och vilseleda honom. När eleverna har läst färdigt ber du dem berätta vad de hittade. Be en elev skriva deras svar på tavlan.

Sammanfatta taktiken som eleverna hittade i 3 Nephi 3:2–10 genom att skriva följande sanning på tavlan under elevernas lista: ***Satan och hans anhängare använder ofta smicker, bedrägliga löften och hotelser för att vilseleda människor.*** Be eleverna att välja en av Giddianhis taktiker som står på tavlan och berätta hur Satan och hans anhängare i vår tid använder en liknande taktik mot ungdomar. För att hjälpa eleverna att göra de här jämförelserna skulle du kunna ställa följande eller liknande frågor:

- Hur använder Satan till exempel smicker mot ungdomar i vår tid? Vad använder motståndaren till exempel för bedrägliga löften eller tomma hotelser? Hur kan ungdomar stå emot de här taktikerna?

### 3 Nephi 3:11–5:7

#### *Lachoneus folk förbereder sig för att försvara sig och besegrar Gadiantons rövare*

Be en elev läsa 3 Nephi 3:11–12 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Lachoneus reagerade på Giddianhis hotfulla brev.

- Vad lär vi oss för sanningar av Lachoneus reaktion på Giddianhis brev? (En av sanningarna som eleverna kanske nämner är att **rättfärdiga män och kvinnor behöver inte vara rädda för de ogudaktiga och bör inte ge efter för deras hotelser.**)

Dela upp klassen i fyra grupper. Ge varje grupp ett stort papper. Be grupperna att dela papperen i två spalter, den ena spalten med överskriften *Lachoneus förberedelser* och den andra med överskriften *Nutida paralleller*. Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan och tilldela varje grupp en av dem: 3 Nephi 3:12–15; 3 Nephi 3:16–21; 3 Nephi 3:22–26; 3 Nephi 4:1–4. Be eleverna att läsa verserna som de tilldelats och leta efter hur Lachoneus förberedde sitt folk andligt och materiellt för att stå emot Gadiantons rövares angrepp. Be en elev från varje grupp att under *Lachoneus förberedelser* skriva vad folket gjorde för att förbereda sig. (Obs: Se till att eleverna inte blandar ihop Giddianhi som var ledare för Gadiantons rövare och Gidgiddoni, den store profeten och nephiternas överbefälhavare.)

När eleverna har haft tillräcklig tid att skriva sina listor under *Lachoneus förberedelser* ber du dem att under *Nutida paralleller* lista de andliga och materiella förberedelser som vi har blivit uppmanade att göra i vår tid. När eleverna har haft tillräcklig tid att göra uppgiften

ber du en elev från varje grupp att berätta för klassen vad hans eller hennes grupp har kommit fram till. För att hjälpa eleverna förstå hur de kan använda det som de har lärt sig, ställer du följande eller liknande frågor under eller efter deras presentationer:

- Hur kan vi befästa våra hem mot motståndarens angrepp?
- Varför är materiella förberedelser – som att skaffa sig en utbildning och hemförråd – viktiga i de sista dagarna?
- Att vi samlas i familjen och i församlingar och grenar, på vad sätt är det ett skydd för oss?
- När har bön hjälpt er att få andlig styrka?
- Hur kan omvändelse förbereda oss för framtiden?
- Vilka välsignelser får vi när vi följer de levande profeterna och apostlarna?
- Hur får vi uppenbarelsens ande i vårt liv?

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 4:7–12. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur människor blev välsignade på grund av sina andliga och materiella förberedelser.

- Vilka sanningar har ni lärt er av den här skildringen? (Betona följande princip när eleverna besvarar frågan: **När vi förbereder oss andligt och materiellt välsignar Herren oss så att vi kan övervinna svårigheter.**)

Sammanfatta 3 Nephi 4:13–29 genom att berätta att Lachoneus och hans folk besegrade Gadiantons rövare och avrättade deras ledare. Läs 3 Nephi 4:30–33 högt. Be eleverna att följa med i texten och vara uppmärksam på hur folket reagerade på den här segern.

- Hur reagerade folket när Herren befriade dem från deras fiender?
- Vad insåg folket var orsaken till att de hade befriats från Gadiantons rövare? (Deras omvändelse, ödmjukhet och Guds godhet. Framhåll gärna att **när vi omvänder och ödmjukar oss så stöttar Gud oss i våra prövningar och befriar oss från dem.**)

Berätta gärna om en upplevelse när du litade på Gud och han hjälpte dig att uthärda eller övervinna en prövning. Du skulle också kunna be en eller två elever att berätta om en sådan upplevelse.

Be en elev läsa 3 Nephi 5:1–4 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad nephiterna gjorde till följd av hjälpen och välsignelserna de fick i kampen mot Gadiantons rövare. När eleverna berättar vad de hittar betonar du att folket bland annat predikade evangeliet för andra.

### 3 Nephi 5:8–26

#### *Friden återställs bland folket; Mormon förklarar varför han förkortar uppteckningarna*

Berätta för eleverna att resten av 3 Nephi 5 innehåller Mormons förklaring av varför han förkortade den här uppteckningen. Be eleverna läsa 3 Nephi 5:12–15 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon sade om sitt ansvar att skriva en kortfattad uppteckning av nephiternas historia.

- Vilken sanning har ni lärt er i de här verserna som beskriver vår plikt som Jesu Kristi lärjungar? (Även om eleverna kanske använder olika ord, bör de förstå följande sanning: **Som lärjungar till Jesus Kristus är det vår plikt att undervisa andra om vägen till evigt liv.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)

Framhåll att ett av de bästa sätten att visa vår tacksamhet mot Herren för välsignelser han ger oss är att hjälpa andra att komma till honom och få samma välsignelser. Be eleverna att föreslå några sätt som de som lärjungar till Jesus Kristus kan undervisa andra om vägen till evigt liv. Uppmuntra eleverna att välja ett eller två av de här förslagen till hur de berättar för andra om evangeliet och sedan i bön söka hjälp hos Herren att kunna genomföra det som de väljer att göra.

# 3 Nephi 6–7

## Inledning

Efter den mirakulösa befrielsen från Gadiantons rövare levde nephiterna i fred i tre år. Men det uppstod högmod, klasskillnader och förföljelser bland folket. Även om några förblev trofasta så anslöt sig många till hemliga sammansvärjningar. På grund av de hemliga

sammansvärjningarna blev överdomaren mördad och regeringen störtades. Folket delade sig i stammar och utsåg sina egna ledare. Nephi predikade för folket med kraft och stor myndighet.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 6:1–18

*Efter en tid av framgång blir nephiterna högmodiga och kyrkan splittras*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen. Be eleverna besvara dem och förklara sina svar.

*Är det möjligt att vara ...*

*Rik och ödmjuk?*

*Fattig och högmodig?*

*Välutbildad och ödmjuk?*

*Lågutbildad och högmodig?*

Uppmuntra eleverna att fortsätta att tänka på de här frågorna när de studerar 3 Nephi 6. Sammanfatta 3 Nephi 6:1–9 genom att berätta att efter det att nephiterna och lamaniterna hade besegrat Gadiantons rövare så upprättade de fred i landet och började få framgång. Men efter en kort tid hotades freden och framgången.

Be en elev läsa 3 Nephi 6:5, 10–12 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad som hotade folkets fred och framgång.

- Vad började hända som hotade folkets fred och framgång?
- Har ni upplevt att jakten efter rikedom eller lärdom har lett till liknande problem i era skolor eller på platsen där ni bor eller i samhället? I så fall, på vad sätt?

Dra en lodrät linje som delar tavlan i två spalter. Skriv *Högmodig* överst i den ena spalten och *Ödmjuk* överst i den andra. Be eleverna att utforska 3 Nephi 6:13–14 och leta efter ord och uttryck som beskriver hur folket reagerade när rikedom och lärdom började splittra dem. (Du kanske behöver förklara att *glåpord* är förolämpande ord och att *småda* betyder att utsätta någon för grovt nedsättande kritik.) När eleverna är färdiga ber du dem att i respektive spalt skriva orden och uttrycken som de har hittat.

- Vad ser ni för bevis i 3 Nephi 6:13 på att några av dem som förföljdes av de högmodiga också var högmodiga?
- Varför tror ni att detta att besvara "glåpord med glåpord" också är ett uttryck för högmod?
- Vad tycker ni är imponerande med hur de omvända lamaniterna reagerade?
- Vad lär vi oss för principer i 3 Nephi 6:13–14? (Även om eleverna formulerar sina svar på olika sätt bör de urskilja följande princip: **Vi kan välja att vara ödmjuka och trofasta oavsett vår situation.**)

Rikta elevernas uppmärksamhet på spalten på tavlan med ödmjuka reaktioner. Ställ följande frågor:

- Vad kan vi göra konkret för att förbli ödmjuka och trofasta i varje situation? (Skriv elevernas svar på tavlan under *Ödmjuk*.)



- Tänk på någon som ni tycker är ett bra exempel när det gäller att välja att vara ödmjuk och trofast oavsett livssituation. På vad sätt är den här personen ett exempel i fråga om ödmjukhet?

Berätta att eftersom en stor del av nephiterna inte omvände sig från sitt högmod så förvärrades deras situation. Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 6:15–18. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur folkets högmod gjorde det möjligt för Satan att påverka dem.

- Vad lär vi oss i de här verserna om sambandet mellan högmod och Satans förmåga att fresta oss? (När eleverna besvarar frågan hjälper du dem att urskilja följande sanning: **När vi är högmodiga ger vi Satan större makt att fresta oss och få oss att begå fler synder.** Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här principen i sina skrifter eller anteckningsböcker eller studiedagböcker.)
- Vilka ord eller uttryck beskriver enligt 3 Nephi 6:15–18 den förändring i hjärtat som dessa människor upplevde på grund av högmod? (De "[överlämnades]" åt att ledas ... vart [Satan] än ville föra dem och åt att göra vad ont han än önskade". De befann sig i "ett tillstånd av förfärlig ogudaktighet" och de gjorde "medvetet uppror mot Gud".)
- Varför tror ni att högmod påverkar den omfattning i vilken Satan kan fresta oss?



Du kan be en elev läsa följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet efter det att eleverna har besvarat frågan. Be eleverna att vara uppmärksamma på vad president Eyring säger är en av farorna med högmod.

"Högmodet skapar ett oljud inom oss vilket gör att det är svårt att uppfatta Andens tysta röst. Och snart, i vår fåfänga, lyssnar vi inte ens efter den. Vi kan snabbt börja tro att vi inte behöver den" ("Bön", *Liahona*, jan. 2002, s. 17).

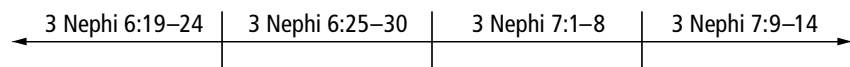
- Varför är det farligt att inte längre lyssna efter Andens röst? (Hjälp eleverna förstå att när vi inte bryr oss om den Helige Andens viskningar så är vi mottagligare för djävulens frestelser.)

Rikta återigen elevernas uppmärksamhet på listan med ödmjuka reaktioner på tavlan. Be dem att välja en ödmjuk reaktion som de känner skulle vara till störst hjälp för dem personligen. Låt dem få några minuter på sig att skriva hur de genast kan börja använda det förslaget i skolan eller i hemmet.

### 3 Nephi 6:19–7:14

*Hemliga sammansvärjningar leder till att regeringen störtas, och folket delar sig i stammar*

Gör följande kronologi på tavlan:



Dela upp klassen i fyra grupper och tilldela varje grupp ett av skriftställena på tavlan. Be eleverna i varje grupp att läsa skriftstället tyst för sig själva och leta efter kritiska händelser bland nephiterna. När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa, ber du en elev från varje grupp att skriva viktiga händelser i skriftstället under motsvarande avsnitt i kronologin (andra elever i gruppen kan hjälpa honom eller henne). När de är färdiga förklarar du att listan med händelser visar hur de hemliga sammansvärjningarna ledde till att nephiternas regering störtades och att folket delade sig i stammar.

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 6:27–30. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vem som är grundaren av hemliga sammansvärjningar och vad som är syftet med dem. När eleverna har hittat vem som är grundaren (djävulen), frågar du:

- Vilka ord och uttryck beskriver syftet med hemliga sammansvärjningar? (I svaren kan ingå "sammangadda de onda mot all rättfärdighet", "förgöra" Herrens folk, "[trotsa] lagen och sitt lands rättigheter" och "att landet inte längre skulle vara fritt".)
- Hur undgick de som mördade profeterna att bli straffade? (Deras släktingar och vänner tillhörde också den hemliga sammansvärjningen och gjorde gemensam sak för att hjälpa dem att hålla sina gärningar hemliga och undgå följden av dem.)

- Föreställ er att ni har några kamrater som vill undgå följderna av sitt handlande. Hur kan ni hjälpa dem att i stället leva efter evangeliet och dess normer?

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 7:1–8. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur nephiterna påverkades av de här hemliga sammansvärjningarna. Tala om att **djävulen lockar människor att ansluta sig till hemliga sammansvärjningar i ett försök att krossa rättfärdigheten och få ogudaktigheten att tillta**. Hjälpeleverna förstå att hemliga sammansvärjningars metoder och avsikter ofta är raffinerade och inte alltid lätta att upptäcka. Uppmuntra dem att undvika alla grupper eller personer som för tankarna till hemliga sammansvärjningar.

### 3 Nephi 7:15–26

*Nephi fortsätter att predika under en tid då få är trofasta, och några omvändes*

- Hur tror ni att ni hade känt er om ni bodde bland nephiterna efter att deras regering hade störtats? Varför?
- Vart tror ni att ni hade vänt er för att få ledning?

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 7:15–20. Be eleverna att följa med i texten och vara uppmärksamma på skäl till att de kanske hade velat följa Nephi i den här situationen. Du kan låta eleverna göra ett uppehåll efter varje vers så att du kan be eleverna berätta varför de kanske hade känt sig inspirerade att följa Nephi.

- Vad hade Nephi för budskap till folket vid den här tiden? (Se 3 Nephi 7:16.)
- På vad sätt är kyrkans ledare i vår tid som Nephi?
- När har ni sett en ledare i kyrkan "[undervisa] med kraft och stor myndighet"? (3 Nephi 7:17.)

Be eleverna läsa 3 Nephi 7:21–26 tyst för sig själva och ta reda på hur de som omvändes blev välsignade för att de följde Nephi och omvände sig från sina synder. Be flera elever berätta vad de upptäckte.

- Vad lär vi oss för principer av deras exempel som omvände sig och följde Nephi?

Även om eleverna kanske nämner olika sanningar bör de alla urskilja följande princip: **Om vi omvänder oss och följer Herrens tjänare, kommer vi under den Helige Andens inflytande.**

- Varför är det nödvändigt att omvända sig för att den Helige Anden ska vara med oss?
- Varför tror ni att detta att följa Herrens tjänare hjälper oss att vara mottagligare för den Helige Andens vägledning?

Läs följande ord av president James E. Faust i första presidentskapet:



”Jag har kommit fram till att andlig vägledning i hög grad beror på om vi är eniga med kyrkans president, första presidentskapet och de tolvsvorum – alla dessa som inröstats ... som profeter, siare och uppenbarare. Jag vet inte hur vi kan förvänta oss att vara i harmoni med Herrens ande om vi inte är i harmoni med kyrkans president och de andra profeterna, siarna och uppenbararna” (*”Kallade och utkorade”, Liahona, nov. 2005, s. 53–54*).

- När har ni känt den Helige Andens inflytande därför att ni valde att lyda Herrens tjänare?

Uppmuntra eleverna att skriva ner ingivelser som de har fått om vad de kan göra för att tillämpa sanningarna som de har lärt sig i dag. Betona att även om andra väljer att inte leva efter Herrens bud, i likhet med nephiterna, så kan vi välja att ödmjukt följa Gud och de tjänare som han har utvalt.

# 3 Nephi 8–10

## Inledning

Trettiofyra år efter att nephiterna hade sett tecknet på Frälsarens födelse började de vänta på tecknet som lamaniten Samuel hade profeterat skulle ges vid Frälsarens död. Trots att många tecken gavs uppstod det tvivel och ordstrider bland folket. Inom mindre än ett år gick Samuels profetia i uppfyllelse. Efter att oväder,

jordbävningar och andra naturkatastrofer hade vållat omfattande förödelse, täcktes landet av mörker i tre dagar. I mörkret hörde de överlevande Jesu Kristi röst. Han uppmanade dem att omvända sig och återvända till honom. När mörkret skingrades vändes folkets sorg i glädje och de prisade Jesus Kristus.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 8:1–18

#### *Stor förödelse efter Jesu Kristi död utgör uppfyllelsen av lamaniten Samuels profetia*

Börja lektionen med att ställa följande fråga till klassen:

- Vet ni om några tecken redan har inträffat som visar att Frälsarens andra ankomst närmar sig? (Framhåll gärna att många profetior redan har gått eller håller på att gå i uppfyllelse, som att evangeliet skulle återställas, profeten Elia komma och evangeliet predikas i hela världen.)
- Hur känner ni er när ni ser att något är ett tydligt tecken på att dagen för Frälsarens andra ankomst närmar sig?

Påpeka att vi lever i en tid som påminner om tiden strax innan Jesus Kristus besökte nephiterna. Liksom nephiterna väntade på tecknen som lamaniten Samuel hade profeterat skulle ges vid Jesus Kristi död och uppståndelse, bör vi vara uppmärksamma på tecknen på Frälsarens andra ankomst.

Be eleverna läsa 3 Nephi 8:3–4 tyst för sig själva och ta reda på om det fanns skillnader i hur nephiterna såg på tecknen. Be eleverna berätta vad de upptäckte. (Även om folket väntade på tecknen "med stor iver" så fanns det också "stort tvivel och ordstrider" bland dem.)

- På vad sätt påminner situationen som beskrivs i 3 Nephi 8:3–4 om tillståndet i världen i dag?
- Hur kan vi stärka vår tro på Jesus Kristus trots att många i vår omgivning tvivlar öppet på honom?

Fråga eleverna om de någonsin har upplevt en svår storm, en jordbävning eller en annan naturkatastrof. När eleverna besvarar frågan ber du dem att berätta hur de kände sig under och efter upplevelsen.

Be en elev läsa 3 Nephi 8:5–7 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som hände i det trettiofjärde året efter Kristi födelse. Be därefter eleverna läsa 3 Nephi 8:8–18 och ta reda på vad som hände med städernas invånare. Be eleverna berätta vad de fick veta. Påminn eleverna om att lamaniten Samuel hade profeterat om det här (se Helaman 14:20–27). Betona att **profeternas ord går alla i uppfyllelse** och att **Gud ställer de ogudaktiga till svars för deras gärningar**.

### 3 Nephi 8:19–25

#### *Mörker täcker landet i tre dagar*

Berätta att efter ovädren och jordbävningarna så täcktes landet av mörker i tre dagar. Släck ljuset i rummet för ett ögonblick. Fråga därefter eleverna om de någonsin har befunnit sig på en helt mörk plats, till exempel i en grotta eller i ett rum utan fönster.

- Hur kände ni er där?

Framhåll att mörkret som täckte landet i tre dagar skilde sig från mörkret som uppstår när vi släcker ljuset eller går till en plats utan fönster. Be eleverna läsa 3 Nephi 8:19–23 tyst för sig själva och leta efter uttryck som beskriver mörkret som nephiterna upplevde. (I svaren kan ingå "tjockt mörker", "mörkrets töcken" och "inget ljus".)

Be eleverna läsa 3 Nephi 8:23–25 tyst för sig själva och ta reda på vad mörkret hade för inverkan på nephiterna som överlevde förödelser. Be eleverna berätta vad de fick veta.

### 3 Nephi 9:1–14

#### *I mörkret uppmanar Jesus Kristus dem som har överlevt förödelser att omvända sig och komma till honom*

Skriv följande frågor på tavlan. Be eleverna läsa 3 Nephi 9:1–12 tyst för sig själva och leta efter svar på frågorna.

*Varför ägde den här förödelser rum?*

*Hur reagerade Satan på förödelser?*

*Vad lär oss det här om Satan och hur han behandlar dem som följer honom?*

Läs 3 Nephi 9:13–14 för klassen. Be eleverna att följa med i texten och vara uppmärksamma på Frälsarens inbjudan till dem som hade skonats från förödelser. Be eleverna föreställa sig hur dessa nephiter lyssnar till Frälsarens röst i fullständigt mörker. De hade "skonats för att [de] var mera rättfärdiga" än de som hade förintats, men de behövde fortfarande omvända och ändra sig (se 3 Nephi 9:13; 10:12).

- Hur tror ni nephiterna kände sig när de fick den här inbjudan av Frälsaren? Varför då?

Be en elev läsa följande uttalande av äldste C. Scott Grow i de sjuttios kvarum:

"Jesus Kristus är vår själs store helare ...

När vi syndar säger Satan till oss att vi är förlorade. Tvärtom detta erbjuder vår Återlösare återlösning till alla – oavsett vad vi har gjort fel – även åt dig och mig" ("Försoningens under", *Liahona*, maj 2011, s. 109).

Försäkra eleverna att Frälsarens inbjudan i 3 Nephi 9:13 – att komma till honom och bli helade – riktar till var och en av oss. För att Frälsaren ska kunna hela oss måste vi ta emot hans inbjudan att komma till honom och sedan omvända oss från våra synder och bli omvända. Be eleverna tänka på områden i sitt liv där de behöver Frälsarens helande kraft. Be dem sedan besvara följande fråga i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker:

- Vad behöver du göra för att kunna ta emot Frälsarens helande kraft i ditt liv?

### 3 Nephi 9:15–22

#### *Frälsaren tillkännager att genom hans offer är Moses lag fullbordad*

Läs 3 Nephi 9:19 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Jesus sade att han inte längre skulle ta emot av nephiterna. Du kan behöva påminna eleverna om att nephiterna vid den här tiden levde efter Moses lag. I Moses lag ingick att frambära djuroffer, det hade Herren befallt sitt folk, som en förebild och en skugga av det offer som Frälsaren skulle göra genom sin försoning.

Be eleverna läsa 3 Nephi 9:20 tyst för sig själva och ta reda på vad Frälsaren sade att nephiterna nu skulle frambära som offer. Be eleverna berätta vad de fick veta.

- Vad tror ni menas med att frambära ett "förkrossat hjärta och en botfärdig ande" som offer?
- Vad utlovar Frälsaren för välsignelser till dem som kommer till honom med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande?

Berätta att äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvarum har talat om hur vi kan frambära "ett förkrossat hjärta" och "en botfärdig ande". Läs följande uttalande efter att ha bett eleverna att vara uppmärksamma på ord som äldste Christofferson använde för att hjälpa oss förstå dessa uttryck:

#### **Personliga frågor**

Personliga frågor hjälper eleverna att tillämpa sanningar i evangeliet. Men just den personliga karaktären hos sådana frågor får eleverna ibland att tveka att besvara dem muntligt. Genom att ge eleverna tillfälle att besvara personliga frågor enskilt i skrift ger du dem möjlighet att vara friare och uppriktigare. Men du bör avråda dem från att skriva om konfidentiella angelägenheter som till exempel begångna synder eller överträdelser.



”[Du kan] som gåva erbjuda Herren ditt förkrossade eller omvända hjärta och din botfärdiga eller lydiga ande. I verkligheten ger du dig själv som gåva – det du är och det du är på väg att bli.

Finns det något hos dig eller i ditt liv som är orent eller ovärdigt? När du gör dig av med det, är det en gåva till Frälsaren. Finns det någon god vana eller egenskap som saknas i ditt liv? När du tillägnar dig den och gör den till en del av din karaktär, ger du Herren en gåva” (se ”När du har omvänt dig”, *Liahona*, maj 2004, s. 12).

- Vilket ord använde äldste Christofferson för att hjälpa oss förstå uttrycket ”förkrossat hjärta”? (Omvänt.) Vad tror ni det innebär att ha ett omvänt hjärta?
- Vilket ord använde äldste Christofferson för att hjälpa oss förstå uttrycket ”botfärdig ande”? (Lydig.) Hur skulle ni beskriva någon som har en lydiga ande?

Be eleverna läsa 3 Nephi 9:21–22 tyst för sig själva och leta efter vad Frälsaren sade om hur vi bör komma till honom. Be dem berätta vad de fick veta. Visa en bild av ett litet barn, kanske av någon i din familj.

- Hur föreställer ni er att ett litet barn kommer till Frälsaren? Hur hjälper det här er att förstå hur vi bör komma till Frälsaren?

Skriv följande på tavlan:

*Om vi kommer till Kristus med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande, ska han ...*

Be eleverna läsa 3 Nephi 9:13–15, 19–22 och leta efter möjligheter att avsluta meningen på tavlan. Be dem berätta vad de kom fram till. I svaren kan ingå att han ska hela oss (se 3 Nephi 9:13), ge oss evigt liv (se 3 Nephi 9:14) och ta emot oss (se 3 Nephi 9:22). När eleverna har haft tillfälle att berätta, avslutar du meningen på tavlan: ***Om vi kommer till Kristus med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande, ska han ta emot oss, hela oss och ge oss evigt liv.***

### 3 Nephi 10

#### *Herren erbjuder att samla sitt folk så som en höna samlar sina kycklingar*

Sammanfatta 3 Nephi 10:1–3 genom att berätta att när folket hade hört Frälsarens röst var de så förvånade att de inte sade något på flera timmar. Sedan talade han till folket igen.

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 10:4–6. Påpeka att Frälsaren i de här verserna talar om Israels hus, sitt förbundsfolk.

- På vad sätt är Frälsaren som en höna som beskyddar sina kycklingar mot fara? Varför hade Frälsaren inte samlat och beskyddat hela Israels hus? (De ville inte komma till honom.)
- Vad lovade Frälsaren dem som omvände sig och återvände till honom? (Att samla dem så som en höna samlar sina kycklingar.)

Be eleverna besvara följande fråga i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. (Skriv gärna frågan på tavlan eller läs den högt så att eleverna kan skriva ner den.)

- När har du känt att Frälsaren har inbjudit dig att komma till honom och få hans näring och beskydd?

Be en elev läsa 3 Nephi 10:9–11 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad som hände efter att Frälsaren hade talat till folket. Avsluta gärna med att vittna om att Frälsaren är barmhärtig mot alla som kommer till honom med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande. Berätta också gärna att ni i nästa lektion ska behandla Frälsarens besök hos folket och hur han betjänade var och en av dem.

# 3 Nephi 11:1–17

## Inledning

Efter förödelserna och efter mörkret som varade i tre dagar och var tecknet på Frälsarens död, samlade sig omkring 2 500 nephiter, män, kvinnor och barn, vid templet i landet Ymnighet (se 3 Nephi 17:25). Medan de samtalade med varandra hörde de vår himmelske Faders röst. Han presenterade sin Son Jesus Kristus, som

sedan visade sig. Jesus Kristus inbjöd folket att övertyga sig personligen om att han hade blivit dödad för världens synder. En efter en kom de fram till honom och kände på såret i hans sida och märkena efter spikarna i hans händer och fötter.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 11:1–7

#### *Nephiterna hör Faderns röst förkunna hans Sons ankomst*

När eleverna kommer in i klassrummet spelar du en andlig sång eller ett tal från generalkonferensen i bakgrunden, men bara så högt att det kan uppfattas. Stäng av sången eller talet när det blir dags att ha inledningen. Efter bönen frågar du eleverna om de hörde sången eller talet. (Om du saknar teknisk utrustning, kan du också be en elev läsa ur 3 Nephi 11 med dämpad röst medan eleverna kommer in i klassrummet. Om du väljer det alternativet, bör du ge uppdraget en dag i förväg, kanske till en elev som brukar komma tidigt till lektionen.)

- Vad måste man göra för att kunna höra och förstå någon som talar med dämpad röst?
- Vad var budskapet i sången (eller generalkonferenstalet eller skriftstället) ni hörde när ni kom in i klassrummet i dag?
- Var det lätt eller svårt att höra och förstå orden när alla kom in i klassrummet? Varför då?

Be en elev läsa 3 Nephi 11:1–3 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad nephiterna hade svårt att förstå.

- Hur beskrivs rösten i 3 Nephi 11:3? (Föreslå gärna att eleverna markerar beskrivningen av rösten i sina skrifter.)
- Vilken inverkan hade rösten på dem som hörde den?

Be eleverna läsa 3 Nephi 11:4–7 tyst för sig själva och ta reda på vad nephiterna gjorde den tredje gången de hörde rösten och som hjälpte dem att förstå den.

- Vad gjorde nephiterna den tredje gången de hörde rösten och som hjälpte dem att förstå den?
- Vilken röst hörde folket enligt 3 Nephi 11:7? (De hörde vår himmelske Faders röst. Han presenterade sin Son Jesus Kristus.)

Du kan också be eleverna läsa beskrivningen av Herrens röst i Helaman 5:30.

- På vad sätt påminner rösten som nephiterna hörde om de maningar och ingivelser som den Helige Anden ger oss? (Eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, men de bör förstå följande sanning: **Den Helige Anden talar ofta till oss genom våra känslor.**)
- Varför är det viktigt att vara uppmärksam på den inspiration som Herren ger oss genom den Helige Anden?

Be eleverna berätta om upplevelser då de kände hur den Helige Anden inspirerade dem i hjärtat eller i tankarna. Be dem beskriva vad de kände. Skildra gärna en egen upplevelse.

### *Dela in lektionerna*

Dela in varje lektion så att ni har tillräcklig tid till de viktigaste delarna. Så till exempel får eleverna tillfälle att bära vittnesbörd om Jesus Kristus i slutet av den här lektionen. Även om andra delar av lektionen är viktiga förvissas du dig om att tiden räcker till för vittnesbörd.

Be en elev läsa följande ord av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum om vad vi måste göra för att lyssna till och förstå Herrens röst när han talar till oss genom den Helige Anden:



”Anden drar inte till sig vår uppmärksamhet genom att ropa, den skakar oss aldrig hårdhänt. Anden viskar. Den smeker så försiktigt att om vi är upptagna så känner vi inte att den gör det.

Ibland trycker Anden lite hårdare, men bara så pass hårt eller så pass ofta att vi ska lyssna. Jag vet av egen erfarenhet att om vi inte ger akt på den där stilla känslan, om vi inte lyssnar med de där känslorna, så drar sig Anden för det mesta bort och väntar tills vi kommer och söker och lyssnar” (“How Does the Spirit Speak to Us?” *New Era*, feb. 2010, s. 3).

- Vilka principer lär vi oss i 3 Nephi 11:1–7 och av president Packer? (Se till att eleverna urskiljer följande sanning: **När vi lär oss hur vi ska lyssna till Herrens röst till oss genom den Helige Anden, då förstår vi vad den säger.**)
- Vad hjälper er att förbereda er i tankar och hjärta så att ni förstår den Helige Andens viskningar?

### 3 Nephi 11:8–17

*Jesus Kristus visar sig för nephiterna och inbjuder dem att en efter en komma och känna på märkena efter såren i hans händer, fötter och sida*

Be en elev läsa 3 Nephi 11:8–10 högt. Be klassen att följa med i texten och föreställa sig hur det kan ha varit att befinna sig bland nephiterna vid den här tidpunkten. Visa bilden Jesus undervisar på västra halvklotet (62380 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 82) och fråga:

- Vad tror ni att ni hade tänkt och känt om ni hade varit bland nephiterna när Frälsaren besökte dem?

Påminn eleverna om förödelsen och mörkret som nephiterna hade upplevt strax innan Frälsaren visade sig. Be därefter en elev högläsa följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum om betydelsen av Frälsarens ankomst till nephiterna:



”Den ankomsten och det tillkännagivandet utgjorde brännpunkten, det största ögonblicket, i Mormons boks hela historia. Det var den uppenbarelsen och kungörelsen som hade upplyst och inspirerat varje nephitisk profet under de föregående sexhundra åren, för att inte tala om deras israelitiska och Jareditiska förfäder i tusentals år före den här tidpunkten.

Alla hade talat om honom, sjungit om honom, drömt om honom och bett om att han skulle visa sig – och nu var han där. Dagarnas dag! Den Gud som vänder varje mörk natt i gryningsljus hade kommit” (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 250–251).

Tala om för klassen att nästa avsnitt i lektionen ger dem möjlighet att tänka på Frälsarens besök. Skriv följande anvisningar och frågor på ett utdelningsblad före lektionen (eller på tavlan eller på ett stort papper som du kan sätta upp på tavlan). Låt eleverna få tillräcklig tid att läsa 3 Nephi 11:11–17 och sedan följa anvisningarna på utdelningsbladet. Uppmuntra dem att begrunda innebörden av verserna när de studerar dem.

1. Läs 3 Nephi 11:11–12 tyst. Ta reda på vad Jesus Kristus ville att folket skulle veta i fråga om honom och om vad han hade gjort under sin jordiska verksamhet. Begrunda följande frågor:
  - Vilket av Frälsarens ord i 3 Nephi 11:11 betyder mest för dig? Varför då?
  - Vad menade Frälsaren då han sade: ”Jag har druckit ur den bittra kalk som Fadern har givit mig?” Varför är det så viktigt att veta att Jesus Kristus alltid har underkastat sig vår himmelske Faders vilja?
2. Läs 3 Nephi 11:13–15 och begrunda följande frågor:
  - Vad inbjöd Frälsaren nephiterna att göra? Vad ville han att de skulle veta till följd av den här upplevelsen?

- Folket gick till Frälsaren "den efter den andre till dess de alla hade gått fram" (3 Nephi 11:15). Med tanke på att folkmängden utgjordes av ungefär 2 500 personer (se 3 Nephi 17:25), vad säger det om Frälsarens känslor för var och en av oss?
3. Besvara följande frågor i en anteckningsbok eller i din studiedagbok:
- Varför tror du att Herren ville att folket skulle se honom och vidröra honom "var och en"?
  - Hur tror du att du skulle påverkas om du kunde röra vid såren som Frälsaren fick när han sonade dina synder?
4. Du kan skriva följande sanning i marginalen bredvid 3 Nephi 11:11–15: **Jesus Kristus inbjuder mig att få ett eget vittnesbörd om att han är min Frälsare.** Besvara följande frågor i en anteckningsbok eller i din studiedagbok:
- Vilka upplevelser har lett till att du har fått ett eget vittnesbörd om att Jesus Kristus är din Frälsare?
  - Vad tror du att Frälsaren vill att du ska göra för att stärka ditt vittnesbörd om honom?
  - När har du känt att Frälsaren känner dig och har välsignat dig personligen?

När eleverna har haft tillräcklig tid att göra aktiviteten ber du en elev högläsa 3 Nephi 11:16–17. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad folket gjorde efter att ha upplevt Frälsaren personligen. Förklara gärna att *hosianna* är ett ord från hebreiskan som betyder "fräls oss". Det används som hyllningsrop och vädjan i skrifterna (se Handledning för skriftstudier, "Hosianna", scriptures.lds.org).

- Varför tror ni att folket ropade "hosianna" efter att de hade upplevt Frälsaren?

Be eleverna att studera 3 Nephi 11:15 ingående och ta reda på vad folket gjorde efter att ha sett och rört vid Frälsarens sår. (Folket bar vittne om att han var Jesus Kristus.)

- Måste vi se och röra vid Frälsaren för att veta att han lever? (Se Moroni 10:5.) På vad sätt kan vi "[bära] vittne om" Jesus Kristus?
- Hur kan vi tillämpa 3 Nephi 11:15 på oss själva? Vad bör vi var och en göra efter att ha fått ett vittnesbörd om Jesus Kristus? (**När vi får ett eget vittnesbörd om Jesus Kristus är det vår plikt att vittna om honom.**)

Avsluta lektionen med att be eleverna berätta om tillfällena då de har vittnat för andra om Jesus Kristus. I mån av tid låter du alla som önskar det bära ett kort vittnesbörd om Frälsaren och kanske också berätta vad de har gjort för att få ett vittnesbörd. Om tiden medger, skulle du också kunna be dem berätta lite om vad de skrev ner eller kände då de studerade 3 Nephi 11 i dag.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 11:3. "En mild röst"

President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum har förklarat på vad sätt den Helige Andens röst verkar på vårt sinne och vårt hjärta:

"Andens röst känns snarare än hörs. Du kommer, liksom jag gjorde, att lära dig att 'lyssna' efter den röst som känns snarare än hörs ...

Om du tillåter det, leder och skyddar den Helige Andens gåva dig och rättar också dina handlingar. Det är en andlig röst som kommer till sinnet som en tanke eller till ditt hjärta som en känsla ...

Det förväntas inte att du ska gå genom livet utan att göra misstag, men du kommer inte att göra något stort misstag utan att först ha varnats för det av Andens maningar" (se "Råd till de unga", *Liahona*, nov. 2011, s. 17–18).



# Hemstudielektion

## 3 Nephi 1–11:17 (Studieavsnitt 24)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 3 Nephi 1–11:17 (studieavsnitt 24) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (3 Nephi 1)

När eleverna läste om hur lamaniten Samuels profetior om Jesu Kristi födelse gick i uppfyllelse, lärde de sig att Herren uppfyller allt som han låter sina heliga profeter säga. Och när de läste om dem som var trofasta till och med när de icke troende planerade att förgöra dem, lärde de sig att när vi ställs inför Satans lögn kan vi välja att tro på Jesus Kristus och förbli trofasta. Unga lamaniters uppror visade eleverna att om vi ger efter för frestelser kan vårt exempel få en negativ inverkan på andras tro och rättfärdighet.

#### Dag 2 (3 Nephi 2–5)

När eleverna läste om hur folkets rättfärdighet avtog, såg de att om vi glömmar andliga upplevelser vi har haft, blir vi mer sårbara för Satans frestelser och lister. När de analyserade Giddianhis svekfulla brev till Lachoneus upptäckte eleverna att Satan och hans anhängare ofta använder smicker, bedrägliga löften och hotelser för att vilseleda människor. När eleverna läste om nephiter och lamaniter som försvarade sig framgångsrikt mot Gadiantons rövare, lärde de sig att när vi förbereder oss andligt och materiellt välsignar Herren oss så att vi kan övervinna svårigheter. Och när de läste om hur nephiterna prisade Herren för att de hade blivit befriade, lärde sig eleverna att detta att erkänna Guds godhet och barmhärtighet i att befria oss från svårigheter hjälper oss att förbli ödmjuka. Nephiternas ansträngningar att predika evangeliet och Mormons ord om varför han gjorde uppteckningen belyser varför det är vår plikt som lärjungar till Jesus Kristus att undervisa andra om vägen till evigt liv.

#### Dag 3 (3 Nephi 6–10)

När eleverna läste om hur nephiterna och lamaniterna återigen blev ogudaktiga upptäckte de att när vi är högmodiga ger vi Satan större makt att fresta oss och få oss att begå fler synder. Men några trofastas exempel visade att vi kan välja att vara ödmjuka och trofasta oavsett vår situation. När nephiternas regering störtades visade de som följde Nephi att om vi omvänder oss och följer Herrrens tjänare, kommer vi under den Helige Andens inflytande. Efter den fruktansvärda förödelelsen hörde människor runtom i landet Jesu Kristi röst

i mörkret förkunna att om vi kommer till honom med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande, ska han ta emot oss, hela oss och ge oss evigt liv.

#### Dag 4 (3 Nephi 11:17)

När eleverna läste om hur Fadern presenterade Jesus Kristus upptäckte de att den Helige Anden ofta talar till oss via våra känslor. De lärde sig också att när vi lär oss hur vi ska lyssna till Herrrens röst till oss genom den Helige Anden, då förstår vi vad den säger. I skildringen av hur Frälsaren inledde sin verksamhet bland nephiterna lärde sig eleverna att Jesus Kristus inbjuder oss alla att få ett eget vittnesbörd om att han är vår Frälsare och att när vi en gång har fått det vittnesbördet då är vår plikt att vittna om honom.

### Inledning

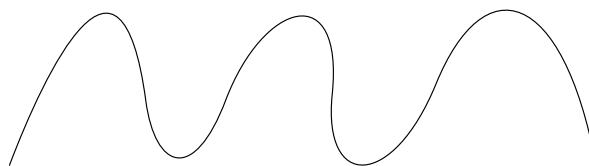
Aktiviteten i samband med 3 Nephi 1–7 i den här lektionen betonar några av de lärosatser och principer som hjälper eleverna att förstå vad det innebär att vara omvänd till Jesu Kristi evangelium. Undervisningsaktiviteterna i samband med 3 Nephi 8–10 hjälper eleverna att fundera över sitt eget vittnesbörd om Frälsaren medan de lär sig om Frälsarens besök hos Lehis efterkommande i 3 Nephi 11.

### Lektionsförslag

#### 3 Nephi 1–7

*Tecken och under kungör Jesu Kristi födelse; folket pendlar mellan rättfärdighet och ogudaktighet tills statsmakten kollapsar*

Rita en linje på tavlan som den här:



Fråga: Med tanke på vad ni har studerat under den gångna veckan, på vad sätt skulle den här linjen kunna stå för nephiterna ni läste om i 3 Nephi 1–7? (Be gärna eleverna att titta på kapitelingresserna till 3 Nephi 1–7 för att påminna dem om att nephiterna pendlade mellan rättfärdighet och ogudaktighet från år 1 till år 33 e.Kr.)

För att hjälpa eleverna att fundera över vad 3 Nephi 1–7 kan lära oss om hur vi blir helt omvända till Jesus Kristus och hans evangelium, ber du en elev läsa följande ord av Marion G. Romney i första presidentskapet. (Ge om möjligt varje elev ett utdelningsblad med citatet och be dem att stryka under de ord eller uttryck som de tycker bäst beskriver en omvänd person.)

”Omvändelse är en andlig och moralisk förändring. Att vara *omvänd* innebär inte bara att mentalt ta emot Jesus och hans lära, utan också att ha en drivande tro på honom och hans evangelium ... Hos den som är fullständigt omvänd har begäret efter sådant som strider mot Jesu Kristi evangelium i själva verket slocknat. Och det har ersatts med kärlek till Gud, med en orubblig och förhärskande beslutsamhet att hålla hans bud” (Conference Report, Guatemala Area Conference 1977, s. 8).

Fråga: Vilka ord eller uttryck tycker ni bäst beskriver en omvänd person?

Skriv följande uppställning på tavlan eller på ett utdelningsblad:

	Övertygelser och handlingar som leder till omvändelse	Övertygelser och handlingar som leder till omvändelsen urholkas
3 Nephi 1:15–23, 27–30		
3 Nephi 2:1–3; 3:1–10		
3 Nephi 4:7–12, 30–33		
3 Nephi 6:13–18; 7:1–5		
3 Nephi 7:15–22		

Tilldela varje elev ett av skriftställena i uppställningen. Låt eleverna få tid att utforska skriftstället och leta efter övertygelser och handlingar som antingen leder till omvändelse eller till att omvändelsen urholkas. Många av principerna finns i Sammanfattning av dagliga hemstudieelektioner för dagarna 1–3 i början av den här lektionen. När eleverna berättar vad de hittar, skriver du deras svar på tavlan eller uppmuntrar dem att skriva svaren på utdelningsbladet. Hjälpe eleverna att tillämpa principerna de har hittat genom att ställa följande eller liknande frågor om en eller två av sanningarna som de urskilde:

- På vad sätt har ni eller någon ni känner levat efter den sanningen eller upplevt den principen?
- Med tanke på den sanning som ni upptäckte, vad skulle ni ge för råd till någon för att hjälpa honom eller henne att bli mera omvänd och andligt stabilare?

### 3 Nephi 8–11:17

*Stor förödelse och tjockt mörker utgör tecknen på Jesu Kristi död; efter sin uppståndelse besöker han Lehis efterkommande*

Be en elev att sammanfatta händelserna i 3 Nephi 8 och berätta för klassen vad den fick för tankar i samband med studiet av det

här kapitlet under den gångna veckan. Be en elev läsa 3 Nephi 8:20–23 högt. Be klassen förklara varför tecknet som beskrivs i de här verserna är ett passande tecken för Jesus Kristi död. Gör gärna följande aktivitet för att betona mörkret som nephiterna upplevde:

Ge varje elev en ficklampa och släck ljuset i rummet. (Om du inte har nog med ficklampor, får eleverna samsas med varandra om dem du har.) Säg åt eleverna att tända ficklamporna, och be några av dem turas om att högläsa ur 3 Nephi 9:13–20. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på sanningar som folket lärde sig om Jesus Kristus i mörkret efter hans död. Tänd ljuset i rummet och sammanfatta på tavlan de sanningar som eleverna urskilde. Betona följande principer: **Jesus Kristus är världens ljus och liv. Om vi kommer till Jesus Kristus med ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande, ska han ta emot oss, hela oss och ge oss evigt liv.**

Sammanfatta 3 Nephi 11:1–7 genom att berätta att folket som hade överlevt förödelelsen samlades vid templet i landet Ymnighet.

Visa bilden Jesus undervisar på västra halvklotet (62380 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 82) eller Jesus botar nephiterna (*Evangeliebilder*, nr 83). Be eleverna att visualisera 3 Nephi 11:8–17 medan du läser det för dem. Gör ett uppehåll då och då och be eleverna att berätta vad de känner när de visualiserar, särskilt när de föreställer sig hur ”den ene efter den andre” av nephiterna kommer fram till Frälsaren, vilket beskrivs i 3 Nephi 11:15.

När du har läst 3 Nephi 11:8–17 ställer du följande frågor till eleverna. Be dem att tyst begrunda frågorna innan de svarar. (Se till att eleverna får tillräcklig tid att besvara de här frågorna så att de inte känner sig jäktade när de begrundar dem och berättar för varandra om sina tankar och bär vittnesbörd.)

- Om du hade varit bland nephiterna och hade möjlighet att känna på Frälsarens sår, vad skulle du då ha sagt till honom?
- När Jesus Kristus presenterade sig för nephiterna, varför tycker du att det är anmärkningsvärt att han riktade deras uppmärksamhet på den ”bittra kalk[en]”? (3 Nephi 11:11.)
- Vad är den ”bittra kalk[en]” som Jesus Kristus talade om? (Se L&F 19:16–19.)

Bär vittnesbörd om Frälsaren och det ljus som du har fått i ditt liv genom att följa honom. (Uppmuntra gärna eleverna att komma ihåg känslorna de hade under den här lektionen och skriva ner dem i en privat dagbok när de kommer hem.)

### Nästa studieavsnitt (3 Nephi 11:18–16:20)

Be eleverna att fundera på följande frågor när de studerar nästa avsnitt: Finns det några som jag anser vara mina fiender? Och hur behandlar jag i så fall sådana personer? Vilken dygd tycker Gud är viktiga i mitt liv? Är det rätt att döma andra? Eleverna får svar på de här frågorna när de studerar Frälsarens ord i studieavsnitt 25.

# 3 Nephi 11:18–41

## Inledning

Efter att nephiterna hade kommit fram och känt på märkena efter såren i Frälsarens händer, fötter och sida, gav Herren Nephi och andra fullmakt att döpa och utföra andra prästadömsuppgifter. Frälsaren varnade

också folket och sade att de skulle undvika stridigheter och lovade att de som lever efter hans lära får ära Guds rike.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 11:18–27

#### *Jesus Kristus ger Nephi och andra fullmakt att döpa*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen: *Vem får döpa mig? Hur utförs dopet?*

Om du har en eller två elever i klassen som nyligen har blivit medlemmar i kyrkan, skulle du kunna börja lektionen med att be dem berätta om upplevelser i samband med att de lärde sig om kyrkan. Fråga dem om de funderade över svaren på de två frågorna på tavlan när de bestämde sig för att bli döpta.

Du skulle också kunna börja lektionen med att be eleverna föreställa sig att en av deras kamrater nyligen bestämt sig för att gå med i kyrkan och har ställt de här två frågorna på tavlan till dem. Be eleverna berätta hur de skulle besvara frågorna. Eller be två elever att göra ett rollspel av ett samtal mellan en medlem i kyrkan och en vän till honom eller henne med hjälp av de här frågorna.

Påminn eleverna om att de i förra lektionen studerade skildringen av hur Jesus Kristus visade sig för en grupp nephiter. Jesus Kristus inbjöd dem att övertyga sig personligen om hans uppståndelse och gudomlighet genom att känna på märkena efter såren i hans händer, fötter och sida. Berätta att Frälsaren omedelbart därefter undervisade folket om sin lära, som är att tro på honom, bli döpt och ta emot den Helige Anden.

Be en elev läsa 3 Nephi 11:18–22 högt. Be klassen att följa med i texten och leta efter svar på frågan: *Vem får döpa mig?* Be en elev att skriva svaren på tavlan under frågan. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Dop måste utföras av en person som har vederbörlig myndighet.** (Skriv gärna det här på tavlan om det inte redan står där.)

För att hjälpa eleverna förstå den här sanningen skulle du kunna förklara kort att dopet bara får utföras av en person som innehar prästens ämbete i aronska prästadömet (se L&F 20:46) eller av någon som har förlänats det melkisedekska prästadömet (se L&F 20:38–39; 107:10–11). Dessutom måste personen i fråga handla under ledning av en prästadömsledare som innehar nycklarna som krävs för att kunna auktorisera förrättningen (biskop, grenspresident eller missionspresident).

- Varför tror ni att Herren kräver att dopets förrättning utförs av en bemyndigad prästadömsbärare?

Be en elev läsa 3 Nephi 11:23–27 högt. Be klassen att följa med i texten och leta efter svar på frågan: *Hur utförs dopet?* Be en elev att skriva svaren på tavlan under frågan.

- Vad händer om orden i dopförrättningen inte återges riktigt vid dopet eller om den som blir döpt inte är helt och hållet under vattnet? (Förrättningen upprepas.) Vilken sanning lär vi oss av det? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Dop måste utföras på det sätt som Herren har föreskrivit.** Skriv gärna det på tavlan.)
- Varför tror ni att det är viktigt att dop utförs exakt på det sätt som Herren har föreskrivit?

Ställ gärna några av följande frågor för att hjälpa eleverna att inse vikten av sanningarna som ni har behandlat ur 3 Nephi 11:18–27:

### Anpassa lektionen

Många lektioner i den här handledningen börjar med att föreslå en aktivitet eller fråga tänkt att hjälpa eleverna att förbereda sig för studier i skrifterna. Dessa förslag kan anpassas efter elevernas behov och omständigheter.

- Hur kände ni er när ni blev döpta? Vad betyder det för er att veta att ni döptes av en person som hade vederbörlig myndighet och på det sätt som Herren har föreskrivit?
- Har ni bevittnat ett dop nyligen? Vad kände ni då?

Om någon av dina elever innehar prästens ämbete i aronska prästadömet, frågar du:

- Hur påverkar det dig att du vet att du har myndighet att döpa? (Ta gärna reda på om någon i klassen har döpt någon. Om de har gjort det, ber du dem att berätta vad de kände och lärde sig vid dopet.)

Skildra gärna själv upplevelser i samband med dopets heliga förrättning och delge dina tankar.

### 3 Nephi 11:28–30

#### *Jesus Kristus varnar och säger att stridigheter är av djävulen*

Skriv ordet *stridigheter* på tavlan.

- Vad är stridigheter? (Gräl eller konflikter.)

Be eleverna att i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker skriva ner några situationer eller sysselsättningar som kan ge upphov till stridigheter. När eleverna har haft tillräcklig tid att skriva, ber du en elev läsa 3 Nephi 11:28–30 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som orsakade stridigheter bland en del nephiter.

- Vad hade tydligen några av nephiterna tvistat om? (Dopets förrättning [se också 3 Nephi 11:22] och Kristi lära.)
- Varifrån kommer stridslystnad enligt 3 Nephi 11:29? (Skriv följande sanning på tavlan: ***Den som har en stridslystnad är inte av Gud utan av djävulen.*** Föreslå gärna att eleverna markerar den här sanningen i 3 Nephi 11:29.)
- Varför tror ni att det är viktigt att undvika stridigheter när vi pratar med andra om evangeliet? Varför är hetsiga diskussioner fel sätt att undervisa om evangeliet? (Förvissa dig om att eleverna förstår att när vi strider med andra eller har hetsiga diskussioner om evangeliet, är den Helige Anden inte där för att hjälpa oss att undervisa eller för att vittna om sanningen i hjärtat hos dem vi undervisar.)

För att betona en allvarlig konsekvens av stridigheter skriver du följande ord av president James E. Faust i första presidentskapet. Uppmuntra gärna eleverna att skriva ner uttalandet i sina skrifter bredvid 3 Nephi 11:29. (Uttalandet står i "Vad jag vill att min son ska veta innan han går på mission", *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 43).

*"Där det finns stridigheter försvinner Herrens ande, oavsett vems felet är" (president James E. Faust).*

- När har ni upplevt att Herrens ande försvunnit på grund av stridigheter? Hur visste ni att Anden försvunnit?

Framhåll vad Frälsaren sade om stridigheter i 3 Nephi 11:30: "Det är min lära att sådant skall upphöra."

- Hur får vi stridigheter att "upphöra"? (I svaren kan bland annat ingå: Vi kan försöka vara fridstiftare [se 3 Nephi 12:9]. Vi kan be om visdom och tålmod att övervinna stridigheter. Vi kan försöka undvika situationer där vi kan bli frestade att strida med andra.)
- När har ni själva känt att ni blev välsignade därför att ni försökte undvika eller övervinna stridigheter?
- Hur hjälper det er att tänka på Frälsarens undervisning i 3 Nephi 11:29–30 när ni är i en situation där stridigheter förekommer eller som lätt kan urarta till stridigheter?

Berätta gärna om en egen upplevelse när du kände att du blev välsignad därför att du försökte undvika eller övervinna stridigheter. För att uppmuntra eleverna att tillämpa det de har lärt sig i 3 Nephi 11:28–30 ber du dem att titta på situationerna eller sysselsättningarna de skrev ner som kunde ge upphov till stridigheter. Uppmuntra dem att skriva ner ett mål för hur de tänker undvika eller övervinna stridigheter i en av de situationerna eller sysselsättningarna.

### 3 Nephi 11:31–41

#### *Jesus Kristus förkunnar sin lära*

För att förbereda eleverna för studiet av 3 Nephi 11:31–41 skriver du följande på tavlan:

Handling       $\longrightarrow$       Följd

Be eleverna berätta för en klasskamrat om något de gjorde nyligen som fick en positiv följd och vad den följden var. Du skulle också kunna be dem berätta om något de gjorde eller upplevde som fick en negativ följd. (Tala om att de inte ska berätta något som kan vara olämpligt eller alltför personligt.)

Läs 3 Nephi 11:31 för klassen. Tala om för eleverna att med början i 3 Nephi 11:32 och till slutet av kapitlet kungör Jesus Kristus sin lära för Nephis folk. Kapitlet skildrar också följderna av att ta emot eller förkasta hans lära.

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: 3 Nephi 11:32–34; 3 Nephi 11:35–36; 3 Nephi 11:37–38; 3 Nephi 11:39–40. Dela upp eleverna i par och ge varje par i uppgift att studera en av skriftställe hänvisningarna. Be dem ta reda på vilka handlingar och följder som Jesus Kristus undervisade om. (Föreslå gärna att eleverna jämför det med fjärde trosartikeln.)

När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa, ber du några av dem berätta vilka handlingar och följder de hittade i sina verser. Be dem att skriva dem på tavlan under *Handling* eller *Följd*. För varje skriftställe som eleverna redogör för, ställer du motsvarande frågor nedan:

Par som tilldelades 3 Nephi 11:32–34 frågar du:

- Hur hjälper den Helige Anden oss att tro på Jesus Kristus och vår himmelske Fader? (**Den Helige Anden vittnar om vår himmelske Fader och Jesus Kristus.**) När har den Helige Anden vittnat för er om vår himmelske Fader och Jesus Kristus och deras kärlek?

Par som tilldelades 3 Nephi 11:35–36 frågar du:

- Om vi väljer att tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus, hur bjuder det in den Helige Anden till vårt liv enligt de här verserna?

Par som tilldelades 3 Nephi 11:37–38 frågar du:

- Vad hittade ni för likheter mellan 3 Nephi 11:37 och 3 Nephi 11:38?
- Vad har ett litet barn för bra egenskaper? Varför tror ni att det är viktigt att "bli som ett litet barn"?

Par som tilldelades 3 Nephi 11:39–40 frågar du:

- Hur betonar Frälsarens ord i de här verserna vikten av valet vi har att antingen lyda eller inte lyda hans lära?

Be eleverna sammanfatta vad Frälsaren undervisade om och sade att vi måste göra för att komma in i himmelriket. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de uttrycka följande sanning: **För att komma in i himmelriket måste vi omvända oss, tro på Jesus Kristus, bli döpta och ta emot den Helige Anden.** Avsluta gärna med att själv vittna om den här sanningen. Uppmuntra eleverna att leva efter Jesu Kristi lära så att de kan ärva Guds rike. Påminn dem också om att arbeta på målet att undvika och övervinna stridigheter.

## LEKTION 122

# 3 Nephi 12

### Inledning

Jesus Kristus undervisade nephiterna om hur de kunde få hans evangeliums välsignelser och uppmanade dem att göra gott mot andra. Han sade att han hade

fullbordat Moses lag, och han gav folket en högre lag så att de kunde bli lika honom och vår himmelske Fader.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 12:1–12

*Jesus Kristus undervisar folkmängden om välsignelser vi får när vi lever efter evangeliet*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Förväntar sig vår himmelske Fader att vi ska vara fullkomliga?*

*Måste vi bli fullkomliga i det här livet för att komma in i celestialet rike?*

*Kan vi någonsin bli fullkomliga?*

Börja lektionen med att uppmana eleverna att begrunda de här frågorna. Be dem att fundera över dem under lektionens gång.

Be en elev läsa 3 Nephi 12:48 högt. Framhåll att det är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt.

Be en elev läsa följande ord av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum om befällningen att vara fullkomlig:



”Vi behöver inte känna oss nedslagna om våra uppriktiga ansträngningar att uppnå fullkomlighet tycks mödosamma och ändlösa. Fullkomligheten är i sikte. Den kan bara uppnås till fullo efter uppståndelsen och bara genom Herren. Den väntar alla som älskar Herren och håller hans bud” (se ”Med fullkomligheten i sikte”, *Nordstjärnan*, jan. 1996, s. 88).

- Varför tror ni att fullkomlighet bara kan uppnås ”genom Herren”?

Gå igenom de tre frågorna som du skrev i början av lektionen. Fråga eleverna om svaret på de här frågorna blir ett annat efter att de har läst 3 Nephi 12:48 och hört äldste Nelsons förklaring. Hjälp eleverna förstå att vår himmelske Fader inte väntar sig att vi ska bli fullkomliga här i jordlivet, men om vi strävar att noga hålla buden och förtröstar på försöket, kan vi så småningom göras fullkomliga.

Skriv ordet *välsignade* på tavlan. Be eleverna läsa 3 Nephi 12:1–12 tyst för sig själva och leta efter egenskaper som Frälsaren vill att vi tillägnar oss och välsignelser han utlovar om vi gör det.

- Vilka välsignelser har ni fått i ert liv till följd av att ni levat efter det som Jesus undervisade om i 3 Nephi 12:1–12?

Framhåll hur ofta ordet *välsignade* förekommer i de här verserna. Bär vittnesbörd om de välsignelser som du har fått när du har levat efter det som Frälsaren undervisade om.

Be eleverna att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om en välsignelse de önskar som beskrivs i 3 Nephi 12:1–12. Be dem därefter skriva ner den egenskap de måste tillägna sig för att få den välsignelsen. Be dem slutligen att skriva vad de vill göra för att tillägna sig den egenskapen. Be några elever berätta vad de har skrivit och varför de skrev det.



### 3 Nephi 12:48

är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

### 3 Nephi 12:13–16

#### *Frälsaren uppmanar folkmängden att vara ett rättfärdigt föredöme för världen*

Visa en behållare med salt. Be klassen berätta om nyttan av salt. Förvissa dig om att det nämns att salt smaksätter mat och att det är ett konserveringsmedel som används för att kött inte ska bli skämt. Berätta också gärna att Moses lag föreskrev att prästerna skulle offra salt tillsammans med alla matoffer (se 3 Mos 2:13). Saltet var en symbol för förbundet mellan Gud och hans folk.

Be eleverna läsa 3 Nephi 12:13 tyst för sig själva och ta reda på vem Frälsaren jämförde med salt. När eleverna besvarar frågan förklarar du att Frälsaren inte bara syftade på folkmängden som befann sig vid templet den dagen utan på alla som har blivit döpta in i hans kyrka och lever efter hans evangelium.

- På vad sätt kan vi som Jesu efterföljare vara som salt? (Vi ska hjälpa till att bevara eller rädda människor och förbättra världen genom att ha ett gott inflytande på den.)
- Vad tror ni det innebär att salt mister sin sälta?

När eleverna samtalar om frågan läs då gärna följande ord av äldste Carlos E. Asay i de sjuttios kворum:

”Salt mister inte sin sälta med åldern. Sältan försvinner genom utblandning och föroreningar ... Sälta och kvalitet viker från den människa som förorenar sitt sinne med onära tankar, vanhelgar sin mun genom att tala osanning och missbrukar sin styrka genom att göra det som är ont” (*”Salt of the Earth: Savor of Men and Saviors of Men”, Ensign, maj 1980, s. 42*).

- Varför måste vi vara rena för att kunna ha ett gott inflytande på andra?

Berätta att Frälsaren använde en annan symbol för att undervisa om hur förbundsmedlemmar i hans kyrka bör ha ett gott inflytande på andra. Be en elev läsa 3 Nephi 12:14–16 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur Frälsaren använde ljusets symbol för att undervisa om sitt förbundsfolks uppgift i världen. Förklara gärna innan eleven börjar läsa att en skäppa är en korg.

- Hur skulle kyrkans medlemmar kunna vara ett ljus för andra? Vad tror ni menas med att vi ska låta vårt ljus lysa? (När eleverna besvarar frågan, hjälp dem då inse att deras goda föredöme i fråga om att leva rättfärdigt kan hjälpa andra.)
- På vad sätt kan somliga medlemmar i kyrkan tänkas dölja sitt ljus?
- Varför vill Frälsaren enligt 3 Nephi 12:16 att vi ska låta vårt ljus lysa? (**När vi är rättfärdiga föredömen kan vi hjälpa andra att prisa vår himmelske Fader.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen med egna ord i sina skrifter.)
- Vems rättfärdiga föredöme har hjälpt er att komma er himmelske Fader närmare och stärkt er önskan att leva efter evangeliet?

Be eleverna fundera över det föredöme de är för sin omgivning. Uppmuntra dem att tänka på hur de bättre kan hjälpa andra att fördjupa sin kärlek till vår himmelske Fader och sin önskan att följa honom.

### 3 Nephi 12:17–48

#### *Jesus Kristus undervisar mängden om den högre lagen som hjälper dem att bli lika honom och vår himmelske Fader*

Berätta att Frälsaren fortsatte att undervisa nephiterna om hur de skulle komma till honom och in i himmelriket. Be en elev läsa 3 Nephi 12:19–20 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på ett ord som förekommer flera gånger i dessa verser.

- Vad för viktigt ord använder Frälsaren tre gånger som del av den här inbjudan att komma till honom? (Bud.)

Tala om att 3 Nephi 12:21–47 innehåller några viktiga bud som Herren gav och som hjälper oss att komma till honom och bli mer lika honom. När han undervisade nephiterna om de här buden talade han om stadgar som ingick i Moses lag och undervisade sedan om en högre lag. Han syftade på den traditionella uppfattningen av Moses lag när han använde uttryck som ”det har sagts av de gamle” och ”det står skrivet”. När han sade ”men jag säger er” talade han om hur han vill att vi ska hålla buden i dag.

För att hjälpa eleverna studera de här verserna skriver du följande uppställning på tavlan. Dela upp klassen i fyra grupper. Tilldela varje grupp en rad i uppställningen och be dem läsa dithörande verser och besvara frågorna.

Vad var den traditionella uppfattningen av Moses lag?	Hur rådde Frälsaren oss att leva?	Vad kan en ung man eller kvinna göra för att tillämpa Frälsarens undervisning?
3 Nephi 12:21	3 Nephi 12:22–26	
3 Nephi 12:27	3 Nephi 12:28–30	
3 Nephi 12:38	3 Nephi 12:39–42	
3 Nephi 12:43	3 Nephi 12:44–46	

Berätta gärna att äldste David E. Sorensen i de sjuttios kворum har sagt att uttrycket "kom snabbt överens med din motståndare" (3 Nephi 12:25) betyder att "lösa våra konflikter i ett tidigt skede så att inte ögonblickets känslor stegas till fysiskt och känslomässigt övergrepp och vi blir vår vredes fångar" ("Förlåtelse förvandlar bitterhet till kärlek", *Liahona*, maj 2003, s. 11).

När eleverna har haft tillräcklig tid att studera sina verser ber du varje grupp att berätta om sina svar. Be dem gärna att skriva svaren i uppställningen på tavlan.

- Vad tycks ha förändrats från Moses lag till den högre lag som Jesus Kristus undervisade om?

Framhåll att den högre lagen fokuserar mer på våra önskningar, tankar och motiv än på våra yttre gärningar.

- Varför är det så viktigt i vår strävan efter fullkomlighet att fokusera på våra önskningar, tankar och motiv?

Be eleverna att välja en av de saker som Frälsaren undervisade om i 3 Nephi 12 och skriva ett kort stycke om hur de ska göra framsteg inom det området.

Be en elev läsa 3 Nephi 12:19–20 högt. Hjälp eleverna förstå att vi genom att omvända oss och sträva att noga hålla buden som Frälsaren undervisade om kan göras fullkomliga genom försoningen och "komma in i himmelriket" (3 Nephi 12:20).

När eleverna har gjort dessa aktiviteter ber du dem berätta vad som kändes viktigast för dem. Sammanfatta det här kapitlet genom att skriva följande princip på tavlan: **När vi kommer till Kristus och håller hans bud blir vi mer lika honom och vår Fader i himlen, som är fullkomliga.** Påminn eleverna om att vi måste förtrösta på Jesu Kristi försoning för att överhuvudtaget kunna bli fullkomliga. Be eleverna skriva om ett eller två sätt som de skulle vilja tillämpa det de lärde sig i dag att Frälsaren undervisade om. Avsluta med att bära vittnesbörd om principen du skrev på tavlan.

### Nyckelskriftställe – 3 Nephi 12:48

Be eleverna att slå upp 3 Nephi 12:48. Be dem läsa versen unisont. Låt eleverna få tid att studera versen, och be dem sedan att slå ihop skrifterna och läsa upp versen igen så felfritt de kan. Be dem att upprepa det hela – titta på versen, slå ihop skrifterna och sedan läsa upp den ur minnet.

- Hur blev ni bättre genom att anstränga er?
- Hur hjälper den här aktiviteten er att förstå er färd mot fullkomligheten?

Framhåll att våra ansträngningar i livet är av avgörande betydelse. Men påminn eleverna om att Herren inte väntar sig att vi ska bli fullkomliga i allt här i jordlivet. Genom försoningen och våra flitiga ansträngningar att följa Frälsaren kan vi till slut bli fullkomliga. Be eleverna tänka på ett sätt som de kan sträva att följa Frälsaren.

*Obs:* Med tanke på lektionens omfattning kan du gärna använda den här aktiviteten en annan gång, när ni har mer tid på er.



# 3 Nephi 13

## Inledning

Frälsaren fortsatte sin predikan vid templet i landet Ymnighet. Han varnade folket för hyckleri och undervisade dem om att göra rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader. Han uppmanade också

folkmängden att samla sig skatter i himlen och sina lärjungar att först söka Guds rike, före egna materiella behov.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 13:1–18

*Frälsaren varnar folket för hyckleri och undervisar dem om att göra rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader*

Gör ett utdelningsblad före lektionen med följande självbedömningsuppgift. Om detta inte är möjligt, kan du framföra uppgiften muntligt eller skriva den på tavlan.

1. Jag ger allmosor (gåvor till nödställda) därför att:
  - a) Jag förväntas att göra det.
  - b) Jag älskar Herren och tycker om att hjälpa andra.
  - c) Jag vill att andra ska ha höga tankar om mig.
2. Jag ber därför att:
  - a) Jag vill kunna svara "ja" när mina föräldrar eller biskopen frågar om jag ber.
  - b) Det ingår i min vardagsrutin.
  - c) Jag vill kommunicera med min himmelske Fader.
3. Jag fastar därför att:
  - a) Fastan hjälper mig att komma Herren närmare.
  - b) Andra kan tro att jag är svag om jag inte gör det.
  - c) Mina föräldrar säger att jag bör göra det.

Börja lektionen med att be eleverna göra självbedömningsuppgiften (antingen på utdelningsbladet eller i anteckningsböcker eller studiedagböcker) genom att markera vilka uttryck som bäst beskriver deras motiv eller skäl till att ge allmosor, be och fasta. Försäkra eleverna att du inte kommer be dem att berätta om svaren för andra. När de har avslutat uppgiften påpekar du att de möjliga svaren som förts upp under ge allmosor, be och fasta, återspeglar olika motiv eller skäl vi kan ha för att göra de här eller andra evangelierelaterade saker (vi kan till exempel göra dem av plikt, för att göra intryck på andra eller för att behaga vår himmelske Fader).

- Spelar det någon roll varför vi gör rättfärdiga gärningar? Och i så fall, varför då?

Skriv följande ämnen och dithörande skriftställehänvisningar på tavlan (gärna före lektionen):

*Allmosor: 3 Nephi 13:1–4*

*Bön: 3 Nephi 13:5–6*

*Fasta: 3 Nephi 13:16–18*

Berätta att 3 Nephi 13 skildrar hur Jesus Kristus undervisade nephiterna vid templet om vikten av att ha rätt motiv när man ger allmosor, ber och fastar.

Be eleverna att välja ett av de tre ämnena på tavlan. Be dem att läsa det dithörande skriftstället tyst för sig själva och leta efter svar på följande frågor (skriv gärna frågorna på tavlan):

- Vilket motiv varnar Herren oss för att ha när vi gör den här saken?

- Hur sade Herren att vi skulle göra den här saken?

Innan eleverna börjar kan det vara bra att definiera *hycklare* som någon som uppträder på ett falskt rättfärdigt sätt eller som säger en sak men gör något helt annat.

Be några elever berätta vad de hittade för svar på de två frågorna. (Eleverna bör ha upptäckt att Herren varnade för att göra rättfärdiga gärningar för att man ska bli sedd av människorna och sade att vi bör göra rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader.) För att hjälpa eleverna att fortsätta att tänka på och tillämpa Frälsarens undervisning ställer du följande frågor:

- Hur kan våra motiv för att göra rättfärdiga gärningar påverka sättet vi gör dem på?
- Vad finns det till exempel för rättfärdiga motiv som kan inspirera någon att ge allmosor, be eller fasta i det fördolda?

Skriv följande på tavlan: *Om vi gör rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader ...*

- Vilka välsignelser enligt 3 Nephi 13:4, 6, 18 får de som gör rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader? (Allteftersom eleverna besvarar frågan avslutar du meningen på tavlan: *Om vi gör rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader, ska han belöna oss öppet.*)

Be eleverna att kort titta på självbedömningen de gjorde och avgöra vad de har för motiv när de ger allmosor, ber eller fastar. Uppmuntra dem att fundera över hur de skulle kunna tillämpa Frälsarens undervisning och förbättra sina motiv för att göra det här eller andra saker, som till exempel att betala tionde, gå i kyrkan och ta sakramentet.

### 3 Nephi 13:19–24

#### *Jesus Kristus undervisar folket om att samla sig skatter i himlen*

Skriv följande uttryck på tavlan: *Skatter på jorden* och *Skatter i himlen*. Be eleverna diskutera följande fråga med någon annan i klassen:

- Vad finns det för exempel på skatter på jorden och skatter i himlen?

När eleverna har haft tid att diskutera det här, skulle du kunna be några att berätta för klassen vad de kom fram till. Du kan komma med ett exempel ur ditt eget liv på skatter på jorden (du skulle kunna visa en dyrbar ägodel) och ett exempel på skatter i himlen (du skulle kunna visa ett fotografi av din familj eller tala om hur viktigt ditt vittnesbörd är för dig). Be en elev läsa 3 Nephi 13:19–23 högt. Be klassen att följa med i texten och urskilja vad Frälsaren gav för råd i fråga om detta att samla skatter på jorden och skatter i himlen.

- Hur skiljer sig skatter på jorden enligt 3 Nephi 13:19–20 från skatter i himlen?
- Hur skulle detta att samla skatter på jorden kunna avleda oss från att samla skatter i himlen? (Klargör gärna att Frälsaren inte sade att pengar eller jordiska ägodelar är av ondo utan betonade vikten av att eftertrakta himmelska skatter som består.)
- Vad tror ni menas med orden "om ... din blick är odelad" i 3 Nephi 13:22? Hur visar ni att ni är hängivna när det gäller att samla skatter i himlen?

Be en elev att skriva ordet *Gud* på ett papper och sätta upp det på en vägg i klassrummet. Be en annan elev att skriva ordet *Världslighet* på ett papper och sätta upp det på motsatt sida av klassrummet. Be en tredje elev att komma och ställa sig framför klassen med ansiktet vänt mot papperet som det står *Gud* på. Be därefter eleven att vända sig om så att den står mitt emot papperet som det står *Världslighet* på. Be honom eller henne att försöka stå vänd mot båda papperen samtidigt. Be eleverna läsa 3 Nephi 13:24 tyst för sig själva och fundera över sambandet mellan den här versen och elevens försök att stå vänd mot båda papperen samtidigt. Förklara att ordet *Mammon* står för världslighet eller rikedomar.

- På vad sätt är detta att försöka tjäna både Gud och Mammon som att försöka stå vänd mot båda väggarna samtidigt?
- Vad finns det för exempel på detta att försöka tjäna Gud och Mammon samtidigt?

Be eleverna att ställa sig upp och stå vända mot papperet som det står *Gud* på.

- Varför är det viktigt att ni har Gud till herre?
- Med tanke på Frälsarens ord i 3 Nephi 13:24, hur vet ni om Gud är er herre? (Eleverna kanske kommer med flera riktiga svar, men förvissa dig om att de urskiljer följande

#### **Att definiera svåra ord eller uttryck**

Språket i skrifterna kan ibland vara svårförståeligt för eleverna. Genom att definiera svåra ord eller uttryck hjälper du eleverna att inte bara förstå en viss vers utan också profetens och författarens budskap i stort. Ordböcker, fotnoter och Handledning för skriftstudier kan hjälpa eleverna att upptäcka ett ords eller ett uttrycks betydelse.

princip: **Om Gud ska vara vår herre, måste vi älska och tjäna honom över det som hör världen till.**)

Innan du ber eleverna att sätta sig ner läser du exemplen nedan och ber dem att vända sig mot den sida av klassrummet som står för den herre som de menar att personen i exemplet tjänar – *Gud* eller *Världslighet* (Mammon). Be eleverna förklara varför de valde att vända sig som de gjorde. (Anpassa gärna exemplen efter dina elevers omständigheter och intressen.)

1. En ung man tackar nej till ett jobb som skulle innebära att han inte kunde gå i kyrkan på söndagar och väljer i stället ett jobb med lägre lön som inte kräver att han arbetar på söndagar.
2. En ung kvinna klagar ofta hos sina föräldrar över att hon behöver nya kläder. De kläder hon vill köpa har familjen inte råd med.
3. En ung man ger regelbundet tionde av lönen han får från jobbet, men resten ger han ut på nöjen, bland annat också på olämpliga filmer och olämplig musik, och han har inte lagt undan något till en mission eller en utbildning.
4. En ung kvinna använder ofta en del av sin inkomst till att köpa små presenter för att visa andra att hon tycker om dem.

Be eleverna att sätta sig ner och ställ sedan följande frågor:

- Varför kan det enligt er mening ibland vara svårt att alltid älska och tjäna Gud över det som hör världen till? Varför att det mödan väl värt att sätta Gud främst?

### 3 Nephi 13:25–34

*Frälsaren uppmanar de tolv lärjungarna att först söka Guds rike, före egna materiella behov*

Sammanfatta 3 Nephi 13:25–31 genom att berätta för eleverna att Jesus Kristus uppmanade sina tolv lärjungar att inte bekymra sig över materiella behov som mat och kläder. Framhåll att även om de här anvisningarna gällde de tolv lärjungarna så är de underliggande principerna fortfarande allmängiltiga. Be en elev läsa 3 Nephi 13:32–33 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur Frälsaren tröstade lärjungarna i fråga om deras materiella behov.

- Hur hjälper det oss att vi vet att Gud känner till våra behov?
- Vad lovade Jesus Kristus enligt 3 Nephi 13:33 dem som först söker hans rike i sitt liv? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Om vi först söker Guds rike så hjälper han oss att täcka våra behov.** Skriva gärna den här principen på tavlan.)
- Hur känns det när en god vän eller familjemedlem låter era intressen och behov gå före sina egna? Vad är det vi säger till vår himmelske Fader och Frälsaren när vi sätter dem högre än våra materiella behov och intressen?

Be eleverna skriva ner ett mål i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker för något de kan göra för att i högre grad sätta Gud främst i sitt liv. Avsluta gärna lektionen med att bära vittnesbörd om välsignelser du har upplevt när du har strävat att sätta Gud och hans rike främst i ditt liv.

## LEKTION 124

# 3 Nephi 14

### Inledning

När Jesus fortsatte sin predikan vid templet i landet Ymnighet varnade han folket för att döma andra. Han sade att de skulle söka välsignelser hos vår himmelske

Fader genom att be och göra hans vilja. Frälsaren varnade dem också för falska profeter och betonade vikten av att göra Guds vilja.

### Lektionsförslag

#### 3 Nephi 14:1–6

##### Frälsaren undervisar om att döma rättfärdigt

För att förbereda eleverna för studiet av Frälsarens undervisning om rättfärdiga domar läser du följande berättelse av president Thomas S. Monson:



”Ett ungt par, Lisa och John, flyttade till ett nytt område. En morgon när de åt frukost tittade Lisa ut genom fönstret och såg grannen hänga tvätt.

’Den där tvätten är inte ren!’ utropade Lisa. ’Vår granne vet inte hur man får sina kläder rena!’

John hörde på men sade inget.

Varje gång grannen hängde sin tvätt sade Lisa samma sak.

Några veckor senare titta Lisa ut genom fönstret och såg till sin förvåning fin, ren tvätt hänga på grannens bakgård. Hon sade till sin man: ’Titta, John – hon har äntligen lärt sig tvätta rätt! Jag undrar hur det gick till.’

John sade: ’Kära du, det kan jag svara på. Det kanske intresserar dig att veta att jag steg upp tidigt i morse och tvättade våra fönster!’” (“Kärleken upphör aldrig”, *Liahona*, nov. 2010, s. 122).

- Vad lär vi oss av den här berättelsen?

Berätta att 3 Nephi 14 innehåller fortsättningen på Frälsarens undervisning av nephiterna vid templet. Be en elev läsa 3 Nephi 14:1–2 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Frälsaren varnade för när det gäller att döma andra. Uttrycket ”med det mått ni mäter” syftar på den norm som någon använder för att mäta eller döma andra.

- Hur skulle ni uttrycka sanningen i 3 Nephi 14:2 med egna ord? (Elevernas svar bör återspegla följande sanning: **Vi blir dömda efter hur vi själva dömer andra.**)

För att hjälpa eleverna förstå Frälsarens befallning: ”döm inte”, i 3 Nephi 14:1, ber du en elev läsa följande ord av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad slags dömande vi ska undvika i fråga om andra.



”Den slutgiltiga domen ... är det tillfälle i framtiden när vi alla ska stå inför Kristi domstol för att dömas enligt våra gärningar ... Jag tror att skrifternas befallning att inte döma, med stor tydlighet syftar på denna slutgiltiga dom

... Varför befallde Frälsaren oss att inte fälla några slutgiltiga domar? Jag tror att den här befallningen gavs därför att vi tillåter oss att fälla slutgiltiga domar varje gång vi tillkännager att någon viss person kommer till helvetet

(eller till himlen) på grund av en viss handling eller vid någon viss tidpunkt. När vi gör detta – och det är mycket frestande att göra det – skadar vi både oss själva och den person vi tillåter oss att döma ...

Evangeliet är ett hoppets evangelium, och ingen av oss har rätt att förneka försoningens kraft att åstadkomma en rening av personliga synder, förlåtelse och ett bättre liv på skäliga villkor” (“Judge Not” and Judging”, *Ensign*, aug. 1999, s. 7, 9).

- Hur hjälper äldste Oaks ord er att förstå Frälsarens befallning: ”Döm inte”?

Visa eleverna en träflisa. Visa dem (eller rita) därefter en träbjälke eller ett långt trästycke. Tala om för eleverna att Frälsaren nämnde flisan och bjälken för att hjälpa oss förstå problemen som uppstår när vi dömer andra på ett orättfärdigt sätt. Be en elev läsa 3 Nephi 14:3–5 högt, och be klassen fundera på vad flisan och bjälken står för.

- Vad står flisan för? (Ett fel vi ser hos någon annan.) Vad står bjälken för? (Våra egna fel.)

Framhåll att Frälsarens analogi fokuserar på föremål som finns inuti ögat. Sådana föremål påverkar synen.

- Hur kan våra fel påverka hur vi ser på andra?

Be eleverna fundera på om det någonsin är rätt att döma andra. Låt dem få tid på sig att begrunda den här frågan. Berätta sedan att profeten Joseph Smiths inspirerade översättning av Matteus 7:1 förtydligar Frälsarens undervisning om detta att döma andra. Enligt Joseph Smith sade Frälsaren: "Döm inte orättfärdigt, så att ni inte blir dömda, utan döm rättfärdiga domar" (JSÖ, Matteus 7:2). Be en elev läsa följande förklaring i *Stå fast i din tro*: "Ibland tror man att det är fel att döma andra på något sätt. Det är sant att du inte ska fördöma andra eller döma dem orättfärdigt, men du behöver ändå göra bedömningar av idéer, situationer och människor i livet. Herren har gett många befallningar som du inte kan hålla utan att göra vissa bedömningar" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 26–27).

För att hjälpa eleverna förstå att Frälsaren undervisade om vikten av att döma rättfärdiga domar, ber du dem läsa 3 Nephi 14:6 tyst för sig själva. Be dem att leta efter några bedömningar som han sade att vi skulle göra. Be dem sedan berätta vad de upptäckte.

- Vad menas med att ge det som är heligt åt hundarna eller att kasta pärlor för svinen? (Att berätta om något som är heligt för sådana som inte kommer att värdesätta det eller hålla det heligt.)
- Varför kräver Frälsarens råd i 3 Nephi 14:6 att vi gör en bedömning av andra?

När eleverna har besvarat frågan läser du följande ord av äldste Dallin H. Oaks om andra situationer där det krävs att vi dömer rättfärdiga domar:

"Vi dömer alla när vi väljer våra vänner, när vi väljer hur vi ska använda vår tid och våra pengar och naturligtvis när vi väljer vår eviga livskamrat ...

En rättfärdig dom styrs av Herrens ande, inte av vrede, hämndlystnad, avundsjuka eller egen nytta" ("*Judge Not' and Judging*", s. 9).

- Varför är det viktigt att döma rättfärdiga domar när det gäller sådant som att välja vänner, besluta hur vi ska använda vår tid och våra pengar och välja evig livskamrat?
- Vad finns det för situationer till exempel där vi måste döma eller bedöma andra? (Eleverna kanske nämner sådant som att välja arbetsgivare eller om man ska tacka ja till en dejt.)

### 3 Nephi 14:7–11

#### *Frälsaren undervisar om att söka välsignelser hos vår himmelske Fader*

Be eleverna läsa 3 Nephi 14:7–11 tyst för sig själva och leta efter vad Frälsaren sade om vår himmelske Faders villighet att besvara våra böner. Förklara att om jordiska fäder, som är goda och kärleksfulla men ofullkomliga, ger sina barn bröd och fisk i stället för sten och orm, så ska vår himmelske Fader, som är fullkomligt god och kärleksfull, med säkerhet besvara sina barns böner om hjälp.

- Vad lär vi oss för principer i 3 Nephi 14:7–11? (Eleverna kanske nämner flera principer, men betona följande princip: **Vår himmelske Fader välsignar oss när vi ber honom om hjälp.**)
- Varför är det viktigt för er att veta att vår himmelske Fader besvarar era böner?
- När har ni känt att er himmelske Fader älskar er därför att han besvarade era böner? (Låt gärna eleverna få tid att begrunda frågan innan de besvarar den. Du kan berätta om en egen upplevelse.)

### 3 Nephi 14:12–27

#### *Frälsaren undervisar om vikten av att göra vår himmelske Faders vilja*

Be eleverna läsa 3 Nephi 14:12 tyst för sig själva och fundera över hur Frälsarens undervisning i den här versen kan hjälpa dem att bli mer lika vår himmelske Fader.

- Om vi lyder rådet i 3 Nephi 14:12, hur kan det hjälpa oss att bli mer lika vår himmelske Fader?

Berätta för eleverna att då Frälsaren fortsatte att undervisa använde han kraftfulla analogier för att hjälpa oss förstå hur viktigt det är att göra vår himmelske Faders vilja.

För att förbereda eleverna för studiet av Frälsarens analogier i 3 Nephi 14 gör du följande aktivitet:

Dela upp eleverna i grupper på två till fyra personer. Ge varje elev ett papper. Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan och tilldela varje grupp en av dem: *3 Nephi 14:13–14*; *3 Nephi 14:15–20*; *3 Nephi 14:24–27*. (Om klassen är stor får mer än en grupp ett visst skriftställeblock.) Be eleverna läsa skriftstället som de tilldelats och rita analogierna som Frälsaren använde. Be dem också skriva vad de lär sig av analogierna.

När de har haft tillräcklig tid på sig låter du dem visa sina teckningar för klassen och berätta vad de har lärt sig. När eleverna gör det ställer du följande eller liknande frågor:

- På vad sätt är detta att lyda Jesus Kristus som att gå på en smal väg? Att förkasta Jesu Kristi lära, hur är det som att gå på en bred väg? (Se 3 Nephi 14:13–14.) Hur skiljer sig Frälsarens lära från världens läror?
- Varför kan en varg vilja klä sig i fårkläder? (Se 3 Nephi 14:15.) Vad lär oss den här analogin om falska profeters motiv och handlingar?
- Om trädet i 3 Nephi 14:16–20 står för människor, vad kan då frukten tänkas stå för? (I svaren kan till exempel ingå: människors tankar, ord, handlingar och inflytande på andra.)
- När vi hör Frälsarens ord och följer dem, på vad sätt är vi då som en man som bygger sitt hus på en klippa? (Se 3 Nephi 14:24–25.) Om vi väljer att inte följa Frälsarens ord, hur är vi då som en man som bygger sitt hus på sanden? (Se 3 Nephi 14:26–27.)

Efter diskussionen ber du en elev läsa 3 Nephi 14:21–23 högt.

- Vad lär vi oss av 3 Nephi 14:21? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning [skriv den på tavlan]: ***Vi måste göra vår himmelske Faders vilja för att få komma in i himmelriket.***)
- Hur relaterar den här sanningen till era teckningar av breda och smala vägar, goda och dåliga träd, den vise mannen och den dåraktige mannen?

Låt eleverna få ett ögonblick på sig att begrunda och tillämpa det som de har lärt sig i 3 Nephi 14. Be dem skriva i anteckningsböcker eller studiedagböcker hur de kommer att förbättra sina ansträngningar att följa Frälsarens undervisning i 3 Nephi 14. Om tiden medger, ber du några elever sammanfatta vad de har lärt sig och berätta vad de kommer att göra på grund av det. Avsluta gärna med att vittna om välsignelser som du har fått när du har gjort din himmelske Faders vilja.

# 3 Nephi 15–16

## Inledning

Jesus Kristus fortsatte att undervisa folket vid templet i landet Ymnighet och tillkännagav att Moses lag var fullbordad och att han var ljuset och lagen som folket skulle vända sig till. Han berättade sedan för de tolv lärjungarna att folket på den amerikanska kontinenten

var de "andra får" som han hade talat om i Jerusalem (se Joh. 10:14–16). Han lovade också att de som omvänder sig och återvänder till honom ska räknas bland hans förbundsfolk.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 15:1–10

#### *Frälsaren tillkännager att han har fullbordat Moses lag*

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen:

*Varför ska man betala tionde? Varför ska man helga sabbatsdagen? Varför ska man hedra sina föräldrar?*

Börja lektionen med att peka på frågorna på tavlan och fråga:

- Några undrar kanske varför Herren ger bud. Hur skulle ni förklara syftet med bud?

Berätta för eleverna att när Jesus Kristus undervisade nephiterna så sade han att ett av syftena med hans bud var att få människor att vända sig till honom. Be eleverna tänka på det här syftet när de studerar 3 Nephi 15.

Berätta för eleverna att när Frälsaren talade till folkmängden märkte han att några bland dem hade en fråga. Be klassen att ögna igenom 3 Nephi 15:1–2 och ta reda på vad de ville veta. (De undrade vad Frälsaren ville att de skulle göra "beträffande Moses lag". Nephiternas gudsdyrkan, kyrkobruk och kyrkoorganisation byggde på Moses lag, som skulle förbereda folket för Jesu Kristi ankomst och hjälpa dem att se fram emot hans försoningsoffer. Några var uppenbarligen osäkra på vad de skulle göra i stället för att hålla Moses lag.)

Be en elev läsa 3 Nephi 15:3–5, 9 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på uttryck i Frälsarens förklaring som kan ha lugnat nephiterna att de inte behövde ändra sin tro. Be några elever att berätta vad de hittade för uttryck. Be dem att förklara varför de tror att de uttrycken kan ha varit till stor hjälp för nephiterna.

- Vad tror ni att Frälsaren ville undervisa folket om när han tillkännagav att han är "lagen"? (3 Nephi 15:9.)

Eleverna kanske kommer med olika svar. Hjälプ dem att urskilja följande sanningar (skriv dem på tavlan): **Jesus Kristus är lagens upphov. Alla evangeliets lagar visar oss på Jesus Kristus och hans försoning. Om vi håller hans bud får vi evigt liv.**

- Varför var det viktigt att nephiterna förstod de här sanningarna vid den här tidpunkten? (Framhåll gärna att den nya lagen, precis som Moses lag, pekade på Frälsaren och hans försoning. Även om formerna för folkets gudsdyrkan ändrades skulle de fortsätta att utöva tro på Jesus Kristus och tillbe Fadern i hans namn.)

Sammanfatta 3 Nephi 15:6–8 genom att berätta att Frälsaren försäkrade folket att precis som profeternas ord om en Återlösare hade gått i uppfyllelse så skulle också deras profetior om framtida händelser äga rum. Han talade också om att förbundet som han hade slutit med sitt folk fortfarande gällde och skulle fullbordas.

Be en elev läsa 3 Nephi 15:9–10 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Frälsaren ville att hans folk skulle göra i fråga om kunskapen om sanningarna som står på tavlan.

- Vad innebär det för er att "vänd[a] er till" Kristus?

Be eleverna läsa 3 Nephi 15:9–10 och sammanfatta hur Herren vill att vi ska gå till väga när det gäller att leva efter evangeliet samt välsignelsen som blir följden. (Eleverna kanske sammanfattar det här skriftstället på olika sätt, men deras svar bör återspegla följande princip: **Om vi vänder oss till Kristus genom att hålla hans bud och hålla ut intill änden, ska han ge oss evigt liv.**)

- Är det möjligt att följa Jesus Kristus utan att hålla hans bud? Varför inte?

Be eleverna fundera på frågan du skrev på tavlan före lektionen.

- Är det möjligt för någon att hålla buden utåt sett utan att vända sig till Jesus Kristus?
- Vad kan det finnas för orsaker till att någon håller buden utåt sett utan att vända sig till Jesus Kristus? (I svaren kan till exempel ingå: pliktkänsla, rädsla för straff, en önskan att upprätthålla skenet eller kärlek till regler.)
- Vad bör vara skälet till att vi håller buden? (Vi bör hålla buden därför att vi älskar Herren, därför att vi vill behaga honom och därför att vi vill komma till honom.)
- Hur har ni blivit välsignade när ni har hållit buden med ärligt uppsåt?

Be eleverna att tänka på ett bud eller en evangeliets norm som de har haft svårt att förstå och följa. Be dem att fundera över hur deras känslor inför det här budet kanske skulle ändras om de höll det därför att de älskar Herren. Uppmuntra dem att hålla buden av kärlek till Herren. Berätta hur buden har hjälpt dig att komma vår himmelske Fader och Frälsaren närmare.

### 3 Nephi 15:11–16:5

#### *Jesus Kristus talar till sina lärjungar om sina andra får*

Be eleverna att räcka upp handen om de någonsin har känt sig mindre viktiga än någon annan. Be dem att tänka efter om de någonsin har känt sig bortglömda eller ensamma eller om de har undrat över om vår himmelske Fader vet vem de är.

Skriv följande på tavlan: **Gud bryr sig om alla sina barn, och han uppenbarar sig för dem.** Försäkra eleverna att det här är sant, och be dem att vara uppmärksamma på bevis för den sanningen när de studerar resten av 3 Nephi 15 och början av 3 Nephi 16.

Be en elev läsa 3 Nephi 15:11–17. Be eleverna att vara uppmärksamma på vad Herren sade till folket i Jerusalem om sitt folk i Amerika. Be också gärna eleverna läsa Johannes 10:14–16. (Hjälp eleverna förstå att uttrycket "andra får" syftar på andra efterföljare till Herden, Jesus Kristus. Ordet *fålla* kan syfta på ett mindre, inhägnat område för får, men det betecknar också en grupp människor som har en gemensam tro.)

- Hur lovade Herren enligt 3 Nephi 15:17 att han skulle uppenbara sig för sina andra får eller efterföljare? (De skulle få höra hans röst.)

Be en elev läsa 3 Nephi 15:18–19 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på orsaker till att Fadern befallde Jesus Kristus att inte säga något till folket i Jerusalem om sina andra får. När eleverna har berättat vad de fick veta, frågar du:

- Vad lär vi oss för princip av det här? (Elevernas svar bör återspegla följande princip: **Gud ger oss kunskap och sanning alltefter vår tro och lydnad.**)

Sammanfatta 3 Nephi 15:21–23 genom att berätta att Herren förklarade för nephiterna att de var de andra får som han hade talat om men att judarna i Jerusalem hade trott att han talade om icke-judarna. De hade inte begripit att icke-judarna inte skulle få höra hans röst.

Be en elev läsa 3 Nephi 15:24 högt, och be klassen att vara uppmärksam på hur Herren försäkrade nephiterna om sin omsorg om dem. Du skulle kunna fråga eleverna hur de skulle känna sig om de hörde Herrens röst säga det här till dem.

Be eleverna läsa 3 Nephi 16:1–3 tyst för sig själva och ta reda på vilka andra som skulle få höra Herrens röst. Tala om att vi inte har några uppteckningar om de andra platserna som Frälsaren besökte, men det är tydligt att han besökte andra grupper eller "fällor".

För att föra fram tanken att Frälsaren också uppenbarar sig för dem som inte hör hans röst, ställer du följande frågor innan du ber eleverna att utforska skrifterna och hitta svar där.

- Hur är det med dem som inte får höra Frälsarens röst? Hur visar han att han bryr sig om dem?

#### **Ställ frågor som stimulerar till utforskning**

Frågor som stimulerar till utforskning hjälper eleverna att fördjupa sin förståelse av skriftställeblocket, eftersom de här frågorna får dem att leta efter eller vara uppmärksamma på viktiga detaljer när de läser. Ställ sådana frågor innan du ber eleverna läsa verserna där svaret finns. Det här kanaliseras elevernas uppmärksamhet och hjälper dem att hitta svar när de läser skriftstället.



Be eleverna utforska 3 Nephi 15:22–23 och 3 Nephi 16:4 och ta reda på vad Herren sade om hur han skulle uppenbara sig för icke-judarna (genom att låta andra predika för dem, genom den Helige Andens vittnesbörd och genom profeternas skrifter.)

- Hur visar de här uppenbarelserna att Gud bryr sig om alla sina barn?
- Hur har Herren uppenbarat sig för er och era familjer?
- Hur kan ni hjälpa till i Herrens verk att uppenbara sig för alla bland hans folk?

### 3 Nephi 16:6–20

#### *Jesus Kristus tillkännager välsignelser och varningar för icke-judarnas del som får evangeliet i de sista dagarna*

Fråga eleverna om de någonsin har velat tillhöra en grupp, förening eller ett lag. Fråga dem vad som krävdes för att bli medlem i den gruppen. Framför tanken att den viktigaste grupp vi kan tillhöra är Herrens förbundsfolk.

Be en elev läsa 3 Nephi 16:6–7 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Herren sade skulle hända i de sista dagarna därför att icke-judarna skulle tro på honom och Israels hus inte skulle tro på honom. (Förklara gärna att Mormons boks profeter använde ordet *icke-judar* när de talade om människor som inte kom från det heliga landet. Ordet syftar såväl på kyrkans medlemmar som på icke troende och medlemmar i andra trossamfund.) När eleverna har berättat vad de fick veta, sammanfattar du 3 Nephi 16:8–9 genom att tala om att Jesus Kristus profeterade att det också skulle finnas icke troende icke-judar i de sista dagarna som skulle skingra personer i Israels hus och behandla dem illa. Be en elev läsa 3 Nephi 16:10 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som ska hända med dessa icke troende icke-judar.

- Vad sade Herren att de icke troende icke-judarna skulle mista?
- Hur kan det här tänkas gälla för dem som känner till sanningen men blir högmodiga?

Tala om att Herren lovade att hålla sitt förbund med Israels hus genom att föra sitt evangelium till dem (se 3 Nephi 16:11–12). Be en elev läsa 3 Nephi 16:13 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som krävs för att någon ska få tillhöra Herrens förbundsfolk. Skriv följande på tavlan: *”Om vi ..., då ska vi ...”* Be eleverna att avsluta meningen med hjälp av 3 Nephi 16:13. Eleverna bör urskilja följande sanning: ***Om vi omvänder oss och återvänder till Jesus Kristus, då ska vi räknas bland hans folk.***

- Varför är det en välsignelse att räknas bland Herrens folk?

Avsluta med att bära vittnesbörd om sanningarna som togs upp i den här lektionen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 15:5–8. Förbundet är inte helt fullbordat

Vad menade Jesus då han sade: ”Förbundet som jag har slutit med mitt folk är inte helt fullbordat”? (3 Nephi 15:8.) Långt tillbaka i tiden slöt Jehova ett förbund med

Abraham. Abraham lovades 1) evig avkomma, 2) ett land till arvedel och 3) Guds prästadömsmakt. De här löften gavs också till Abrahams avkomlingar (se L&F 132:30–31) och ska uppfyllas i framtiden.

# Hemstudielektion

## 3 Nephi 11:18–16:20 (studieavsnitt 25)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminariet

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 3 Nephi 11:18–16:20 (studieavsnitt 25) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (3 Nephi 11:18–12:48)

Eleverna lärde sig att dopet måste utföras av en person som har vederbörlig myndighet och på det sätt som Herren har föreskrivit. De studerade också Kristi lära och lärde sig att den Helige Anden vittnar om vår himmelske Fader och Jesus Kristus. När de studerade bergspredikan och Frälsarens utläggning om den högre lagen lärde de sig att vi blir välsignade om vi lever efter Jesu Kristi lära och redo att komma in i himmelriket. De lärde sig också att när vi kommer till Kristus och håller hans bud blir vi mer lika honom och vår Fader i himlen, som är fullkomliga.

#### Dag 2 (3 Nephi 13)

När eleverna studerade Frälsarens undervisning om vikten av att ha rätt motiv när vi ger allmosor, ber och fastar, lärde de sig att om vi gör rättfärdiga gärningar för att behaga vår himmelske Fader, ska han belöna oss öppet. När de studerade Frälsarens undervisning om det omöjliga i att tjäna två herrar, lärde de sig följande principer: Om Gud ska vara vår herre, måste vi älska och tjäna honom över det som hör världen till. Om vi först söker Guds rike så hjälper han oss att täcka våra behov.

#### Dag 3 (3 Nephi 14)

Frälsarens undervisning om vikten av att döma rättfärdigt hjälpte eleverna förstå att vi blir dömda efter hur vi själva dömer andra. De lärde sig också att vår himmelske Fader välsignar oss när vi ber honom om hjälp. Eleverna ritade teckningar av det som Frälsaren undervisade om och lärde sig att vi måste göra vår himmelske Faders vilja för att få komma in i himmelriket.

#### Dag 4 (3 Nephi 15–16)

Eleverna lärde sig att Jesus Kristus är upphovet till evangeliets alla lagar och bud. Om vi vänder oss till Kristus genom att hålla hans bud och hålla ut intill änden, ska han ge oss evigt liv. När eleverna studerade Frälsarens ord om "andra får" (3 Nephi 15:21) lärde de sig att Gud bryr sig om alla sina barn och uppenbarar sig för dem. De lärde sig också att Gud ger oss kunskap och sanning alltefter vår tro och lydnad.

### Inledning

I den här lektionen får eleverna tillfälle att fundera över hur stridigheter påverkar deras förmåga att känna Anden. De får också tillfälle att tänka på dem som har varit ett gott föredöme för dem och fundera över hur de själva kan vara bättre föredömen för andra.

### Lektionsförslag

#### 3 Nephi 11:18–41

*Jesus Kristus föreskriver dopsättet, fördömer stridigheter och förkunnar sin lära*

Skriv ordet *stridigheter* på tavlan och be eleverna att definiera ordet (gräl eller konflikter).

Be eleverna att lista några situationer eller sysselsättningar där det lätt händer att de får uppleva stridigheter. (Be gärna en elev att skriva klassens förslag på tavlan.) När ni gör den här aktiviteten undvik då det som äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum kallade för "motståndarens teknik" som uppmuntrar till "debatt och strid" (*The Lord's Way* [1991], s. 139).

Påminn eleverna om att de läste i 3 Nephi 11 att Jesus Kristus visade sig för nephiterna som hade samlats vid templet. Be en elev läsa 3 Nephi 11:28 högt, och be klassen urskilja vad som hade orsakat ordstrider bland nephiterna.

Fråga: Varför tror ni att det är viktigt att undvika stridigheter när vi pratar med andra om evangeliet?

Skriv följande på tavlan: *Den som har en stridslysten ande är inte av Gud utan ...* Be en elev läsa 3 Nephi 11:29–30 högt, och be eleverna urskilja varifrån den anden kommer. Den sanning de urskiljer kan uttryckas på följande sätt: **Den som har en stridslysten ande är inte av Gud utan av djävulen.** Föreslå gärna att eleverna markerar den här sanningen i sina skrifter.

Fråga: Hur hjälper det er att tänka på Frälsarens undervisning i 3 Nephi 11:29–30 när ni är i en situation där stridigheter förekommer eller som lätt kan urarta till stridigheter? (Du skulle kunna framhålla situationer som står på tavlan eller be eleverna tänka på en situation där någon vill dra in dem i en hetsig diskussion om lärosatser i evangeliet.)

För att hjälpa eleverna inse en allvarlig konsekvens av stridigheter läser du eller visar följande ord av president James E. Faust i första presidentskapet: "Där det finns stridigheter försvinner Herrens ande, oavsett vems felet är" ("Vad jag vill att min son ska veta innan han går på mission", *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 43).

Föreslå gärna att eleverna skriver det här uttalandet i sina skrifter eller studiedagböcker.

Fråga: Har ni någonsin känt att Herrens ande försvann på grund av stridigheter? Hur kändes det?

Framhåll vad Frälsaren sade om stridigheter i 3 Nephi 11:30: "Det är min lära att sådant skall upphöra." Ställ därefter följande frågor:

- Hur får vi stridigheter att upphöra?
- Hur bär vi oss åt för att ha en annan åsikt än andra och samtidigt undvika stridigheter?
- Hur har ni känt att ni blev välsignade därför att ni försökte undvika eller övervinna stridigheter?

Berätta gärna om en egen upplevelse när du kände att du blev välsignad därför att du försökte undvika eller övervinna stridigheter. Be eleverna att titta på listan på tavlan och välja en situation där de ofta kan känna sig stridslystna. Låt dem få tid på sig att skriva ner ett mål för hur de tänker undvika eller övervinna stridigheter i den situationen.

### 3 Nephi 12–16

*Jesus Kristus undervisar om principer som hjälper hans barn att bli fullkomliga*

Be eleverna att resa sig och läsa upp 3 Nephi 12:48. De kan behöva läsa upp det några gånger så att de lär sig nyckelskriftstället utantill. Be eleverna att med hjälp av 3 Nephi 12:1–12 peka på några av egenskaperna som ingår i fullkomlighet och som de hoppas kunna tillägna sig i högre grad.

Lägg lite salt på en sked och be eleverna gissa vad det är för ämne. Be därefter en elev att komma fram och ta reda på vad det är för ämne genom att smaka på det. När eleven har sagt att det är salt ber du eleverna att beskriva nyttan av salt. Förvissa dig om att det nämns att förutom att salt används för att smaksätta mat så används det också som konserveringsmedel för att bevara kött så att det inte blir skämt.

Be eleverna läsa 3 Nephi 12:13 och ta reda på vem Frälsaren jämförde med salt. När eleverna berättar det förklarar du att Frälsaren inte bara syftade på folkmängden som befann sig vid templet den dagen utan på alla som har blivit döpta in i hans förbund.

Fråga: På vad sätt kan vi som Jesu efterföljare vara som salt? (Vi ska hjälpa till att bevara eller rädda människor och förbättra världen genom att ha ett gott inflytande på andra.)

Tala om att i 3 Nephi 12:13 syftar ordet *sälta* inte bara på saltets smak utan också på dess egenskap som konserveringsmedel eller bevarare.

Be en elev läsa följande ord av äldste Carlos E. Asay i de sjuttios kворum om hur salt kan mista sin sälta:

"Salt mister inte sin sälta med åldern. Sältnen försvinner genom utblandning och föroreningar. På liknande sätt gäller att ... sälta och kvalitet viker från den människa som förorenar sitt sinne

med orena tankar, vanhelgar sin mun genom att tala osanning och missbrukar sin styrka genom att göra det som är ont" ("Salt of the Earth: Savor of Men and Saviors of Men", *Ensign*, maj 1980, s. 42).

Fråga: Varför måste vi sträva att vara rena för att kunna ha ett gott inflytande på andra?

Visa eleverna en ficklampa. Tänd ficklampan och be eleverna läsa 3 Nephi 12:14–16 och vara uppmärksamma på hur Frälsaren använde exemplet ljus för att undervisa om sitt förbundsfolks uppgift i världen. Förklara gärna innan de börjar läsa att en *skäppa* är en korg.

Fråga: På vad sätt skulle medlemmar i kyrkan som håller sina förbund kunna vara ett ljus för andra?

Täck över ficklampan med en korg eller handduk och fråga:

- Hur skulle vi till exempel kunna vara frestade att gömma vårt ljus?
- Varför vill Frälsaren enligt 3 Nephi 12:16 att vi ska vara ett rättfärdigt föredöme för andra? (**När vi är rättfärdiga föredömen kan vi hjälpa andra att prisas vår himmelske Fader.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här principen i marginalen i skrifterna.)
- Vems rättfärdiga föredöme har hjälpt er att komma er himmelske Fader närmare och stärkt er önskan att i högre grad leva efter evangeliet?

Uppmuntra eleverna att vara som salt och som ett ljus för världen genom att välja att vara rättfärdiga föredömen.

Berätta att Frälsaren fortsatte att undervisa nephiterna om att den verkliga belöningen för att de levde rättfärdigt efter buden skulle komma när de tillbad utan hyckleri och utan att fästa hjärtat vid jordiska skatter eller belöningar. Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: 3 Nephi 13:22; 13:31–33; 14:7–8; 15:9; 16:13. Be eleverna att utforska dessa skriftställen och urskilja några av de belöningar som vår Fader i himlen har lovat oss om vårt hjärta är inriktat på att leva rättfärdigt. När de har haft tillräcklig tid på sig ber du dem att berätta vad de har hittat.

Bär vittnesbörd för eleverna om att vår himmelske Fader och Jesus Kristus kommer att hjälpa och välsigna dem när de försöker få stridigheter att upphöra och vara ett rättfärdigt föredöme för världen.

### Nästa studieavsnitt (3 Nephi 17–22)

Berätta för eleverna att när de studerar 3 Nephi 17–22 kommer de att läsa om hur Jesus Kristus grät när han var tillsammans med nephiternas barn. Uppmuntra dem att leta efter svar på följande frågor: Vad gjorde han för dem? Vilka andra under gjorde Jesus hos nephiterna?

# 3 Nephi 17

## Inledning

När Frälsarens första dag tillsammans med nephiterna gick mot sitt slut märkte han att många inte förstod hans ord helt. Han undervisade dem om hur de skulle få djupare insikt och betonade vikten av att be och begrunda. Folket grät när han sade att han skulle gå.

Han kände medlidande med dem och stannade lite längre för att bota dem som var sjuka, för att be för folket och för att välsigna deras barn. Nephiterna var överväldigade av glädje.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 17:1–3

*Jesus uppmanar nephiterna att begrunda hans ord och be till Fadern om att kunna förstå dem*

Be eleverna föreställa sig att de befinner sig i följande situation: Du och en kamrat sitter på första bänkraden på generalkonferensen eller på en regionkonferens där profeten talar. Ni får båda möjlighet att träffa honom. Efter konferensen åker du och din kamrat hem.

- Vad tror du att ni hade pratat om efter mötet?

Tala om för eleverna att Jesus Kristus förmodligen hade undervisat nephiterna en stor del av dagen. När han skulle gå märkte han att folket inte helt förstod det han hade undervisat om. Be eleverna läsa 3 Nephi 17:1–3 tyst för sig själva och leta efter vad Frälsaren uppmanade nephiterna att göra för att få djupare insikt. (Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar.) Efter att eleverna har berättat vad de hittade, frågar du:

- Vad menas med att begrunda?

Be en elev att högläsa följande uttalande av president Henry B. Eyring i första presidentskapet.



Be klassen vara uppmärksam på vad han sade om vad det innebär att begrunda.

”Läsa, studera och begrunda är inte samma sak. Vi läser ord och får kanske idéer. Vi studerar och upptäcker kanske mönster och samband i skrifterna. Men när vi begrundar, inbjuder vi till uppenbarelser genom Anden. Begrundan innebär för mig tankearbetet och bönerna efter att ha läst och studerat skrifterna noga” (se ”Tjäna med Anden”, *Liahona*, nov. 2010, s. 60).

- Hur tror ni att begrundan och bön kan bidra till att vi förstår det vi lär oss i kyrkan eller seminariet?

Framhåll Frälsarens uppmaning i 3 Nephi 17:3 att nephiterna skulle “[bereda sina] sinnen för morgondagen” då han skulle återvända och fortsätta att undervisa dem.

- Vad kan man göra för att bereda sitt sinne innan man kommer till kyrkan eller seminariet?
- Vad gör det för skillnad om vi bereder vårt sinne för sådana tillfällen att lära?

För att hjälpa eleverna urskilja en princip som lärs ut i 3 Nephi 17:1–3 skriver du följande ofullständiga mening på tavlan och ber eleverna att avsluta den utifrån vad de har lärt sig.

*Genom att begrunda och be till Fadern kan vi ...*

Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Genom att begrunda och be till Fadern kan vi få större insikt.**

Skriv följande på tavlan:

*Bereda mitt sinne innan jag kommer till kyrkan eller seminariet*

*Begrunda det jag hör i kyrkan eller seminariet*

*Be till Gud om det jag hör i kyrkan eller seminariet*

Be eleverna att välja en av handlingarna som står på tavlan. Låt dem få tid på sig att fundera över 1) hur de har gjort det och 2) hur det har hjälpt dem att få ut mer av kyrkans möten eller seminariet. Be några elever berätta för klassen vad de kom fram till. Uppmuntra eleverna att fundera över hur de skulle kunna förbättra sig inom ett av de här tre områdena och planera hur de ska göra det. Du skulle kunna föreslå att de skriver ner sina mål i anteckningsböcker eller studiedagböcker. Berätta för eleverna att nästa del av lektionen ger dem tillfälle att öva sig i begrundan.

### 3 Nephi 17:4–25

#### *Frälsaren botar sjuka bland nephiterna, ber till Fadern för folket och välsignar deras barn*



Visa bilden Jesus undervisar på västra halvklotet (62380 180; *Evangeliebilder* [2009], nr 82). Be en elev läsa 3 Nephi 17:4. Framhåll orden "nu går jag till Fadern". Be eleverna föreställa sig att de har tillbringat hela dagen med Frälsaren och att han just har sagt att det är dags för honom att gå. Be några elever berätta hur de skulle känna sig i den här situationen. Be en elev läsa 3 Nephi 17:5 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur nephiterna reagerade när Frälsaren sade att han tänkte gå.

Tala om att om det inte hade varit för nephiternas rättfärdiga önsknings, hade kanske händelserna som beskrivs i 3 Nephi 17 och 18 aldrig ägt rum. Följande aktivitet är tänkt att hjälpa eleverna inse den kärlek som Jesus Kristus har till sitt folk och hjälpa dem att på egen hand finna sanningar i skrifterna om Jesu Kristi karaktär. Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan och be eleverna att skriva ner dem i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker:

3 Nephi 17:6–10

3 Nephi 17:11–18

3 Nephi 17:19–25

Läs följande ord av president Ezra Taft Benson:



"Den människa är störst och lyckligast och mest välsignad som i sitt liv mest efterliknar Kristi liv. Det här har ingenting att göra med jordisk rikedom, makt eller anseende. Det enda verkliga provet på storhet, lycka och glädje är hur mycket vi liknar Mästaren, Jesus Kristus. Han är den rätta vägen, den fullständiga sanningen och liv i överflöd" ("Jesus Christ – Gifts and Expectations", *Ensign*, dec. 1988, s. 2).

Låt eleverna få 5 till 10 minuter på sig att tyst för sig själva studera vart och ett av skriftställen som du har listat på tavlan. Be dem att hitta sanningar om Frälsarens karaktär. De bör hitta minst en sanning i varje skriftställe. Be dem att skriva ner sanningarna de hittar. När eleverna är färdiga ber du flera av dem att under motsvarande skriftställe hänvisning på tavlan skriva en sanning som de har lärt sig om Frälsaren. Efter den här aktiviteten ställer du följande frågor:

- Varför är det viktigt att veta de här sanningarna om Frälsaren?
- Vad hittade ni för bevis på att Frälsaren är lyhörd för våra behov och önsknings?
- Vilka delar av den här skildringen gjorde störst intryck på er? Varför då?
- Varför tror ni att folket överväldigades av glädje? (Se 3 Nephi 17:18.)
- Varför tror ni att Frälsarens glädje var fullkomlig den där dagen? (Se 3 Nephi 17:20.)

Be eleverna att sammanfatta vad de lärde sig i 3 Nephi 17:6–25. Eleverna kanske kommer med olika svar. En sanning som de kanske urskiljer är att **Frälsaren har stort medlidande med oss**. Skriv den sanningen på tavlan. Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen, eller en annan sanning som de har hittat, i marginalen i skrifterna i närheten av 3 Nephi 17:6.

För att hjälpa eleverna förstå hur insikt i Jesu Kristi karaktär hjälper oss att få större tro, läser du följande uttalande:

"Du kan utöva tro på Kristus när du är förvissad om att han finns till, har en rätt uppfattning om hans egenskaper samt vet att du strävar efter att leva enligt hans vilja" (*Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 156).

- Detta att man vet att Frälsaren är medlidsam till sitt väsen, hur hjälper det en att utöva tro på honom?

Framhåll uttrycket "som led på något sätt" i 3 Nephi 17:9.

- Vilka slags lidanden skulle kunna innefattas i uttrycket "på något sätt"? (Alla slags lidanden: kroppsliga, känslomässiga, psykiska och andliga.)

Be eleverna att fundera över om de lider på något sätt och vilket eller vilka lidanden de skulle be Frälsaren att bota om han själv skulle välsigna dem. Påminn dem om att även om Frälsaren inte är här och betjänar oss personligen så har vi genom prästadömet tillgång till hans makt att välsigna och bota.

- Vem går ni till för att få en prästadörets välsignelse?
- När var sista gången ni upplevde Frälsarens läkande inflytande i ert liv?

Påminn eleverna om begrundandets princip som ni talade om i början av lektionen.

Framkasta tanken att de kan begrunda genom att visualisera att de själva befinner sig i situationer som beskrivs i skriftställena de läser. Uppmuntra eleverna att visualisera att de befinner sig bland nephiterna vid tidpunkten för de händelser som skildras i 3 Nephi 17. Låt eleverna få tid på sig att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om vad de kanske hade hört, sett, känt och lärt sig om de hade varit tillsammans med nephiterna och Frälsaren vid det tillfället. Du skulle kunna föreslå att de skriver om ett lidande som de skulle ha bett Frälsaren att bota. När de är färdiga skulle du kunna be några elever att läsa vad de har skrivit. Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta något som är alldeles för personligt.

Efter att några elever har berättat vad de skrev kan du gärna be en eller två av dem att berätta hur de kom till insikt om att Jesus Kristus älskar dem och har medlidande med dem. Uppmuntra eleverna att tänka på den här lektionen och förtrösta på Frälsarens medlidande och lita på att han ska hjälpa dem med deras önskningar, svagheter, sorger och provningar.

### Visualisering

Visualisering är en skriftstudieteknik som hjälper eleverna att analysera, förstå och tillämpa vad de läser. Hjälpt eleverna lära sig att visualisera händelser i skrifterna genom att uppmuntra dem att försöka föreställa sig människorna, platserna och händelserna de läser om. Ett sätt som de kan göra det är att föreställa sig att de ingår i berättelsen som de läser.

# 3 Nephi 18

## Inledning

Jesus Kristus avslutade sin första dag hos nephiterna med att välsigna och utdela sakramentet. Han befälde dem att ta del av sakramentet, alltid be till Fadern och räcka alla människor en vänskaplig hand. Frälsaren utlovade stora välsignelser till dem som lydde. Han gav

därefter sina tolv nephitiska lärjungar instruktioner rörande deras tjänst i kyrkan. Innan han steg upp till himlen gav han dem myndighet att ge den Helige Andens gåva.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 18:1–14

#### *Kristus välsignar och utdelar sakramentet till nephiterna*

Be en elev läsa följande av äldste Gerald N. Lund i de sjuttios kvorum. (Innan eleven börjar läsa, pekar du på namnet *Czenkusch* i texten och talar om för honom eller henne att det uttalas "Se'nkusch".) Uppmuntra eleverna att föreställa sig hur det kan ha varit att vara klättraren som äldste Lund berättar om.

"För en tid sedan läste jag en intressant artikel om bergsklättring i en läkartidning ...

Artikeln handlade om en man som hette Czenkusch som har en klätterskola ... Czenkusch beskrev för journalisten den säkringsteknik man använder vid klättring. Med hjälp av den skyddar sig klättrare mot att falla. Den ene klättraren hittar ett säkert fäste och säkrar repet för den andre klättraren, vanligtvis runt sin egen kropp. 'Säkring klar' betyder: 'Jag har dig. Om något händer så stoppar jag dig om du faller.' Det är en viktig del av bergsklättring. Lägga nu märke till vad som följde i artikeln. 'Rep och säkringar har gett Czenkusch hans bästa och värsta ögonblick som klättrare. Han föll en gång från en hög klippvägg och ryckte med sig tre kilar och drog ner sin klätterkamrat från en klipphylla. Han slutade falla huvudstupa tre meter från marken när hans klätterkamrat [Don] hejdade fallet med blotta styrkan i sina utsträckta armar. "Don räddade mig", säger Czenkusch. "Vad känner man för en person som har gjort något sådant? Ger man honom en begagnad klätterlina i julklapp? Nej, man kommer ihåg honom. Man kommer alltid ihåg honom!" [Eric G. Anderson, "The Vertical Wilderness", *Private Practice*, november 1979, s. 21; betoning tillagd]" ("The Grace and Mercy of Jesus Christ", i *Jesus Christ: Son of God, Savior*, sammanst. av Paul H. Peterson, Gary L. Hatch och Laura D. Card [2002], s. 48).

- Varför tror ni att klättraren kände att materiella gåvor inte räckte till för att visa hans tacksamhet?

Be eleverna läsa 3 Nephi 18:1–7 tyst för sig själva och leta efter vad Frälsaren uppmanade nephiterna att göra för att komma ihåg honom. (Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar orden *minne* och *kommer ihåg* i 3 Nephi 18:7.) När eleverna har berättat vad de hittat, ställer du följande frågor:

- Att ta sakramentet, hur hjälper det oss att komma ihåg Frälsarens offer för oss?
- Vad var det nephiterna skulle komma ihåg enligt 3 Nephi 18:7 när de åt brödet?

Låt eleverna få tid på sig att titta på 3 Nephi 11:14–15. Ställ därefter följande frågor:

- Varför kan detta att komma ihåg Frälsarens kropp ha haft en alldeles särskild betydelse för nephiterna?
- Även om ni själva inte har sett såren i Frälsarens kropp, varför är det ändå viktigt att ni äter sakramentsbrödet "till minne av [Frälsarens] kropp"? (L&F 20:77.)
- Vad kan ni göra så att ni alltid kommer ihåg Frälsaren?

Skriv följande mening på tavlan: *När vi tar sakramentet betygar vi för Fadern att ...*

Be eleverna läsa 3 Nephi 18:8–11 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som avslutar meningen på tavlan. Be några elever berätta vad de har hittat. (Eleverna skulle kunna avsluta meningen så här: **När vi tar sakramentet betygar vi för Fadern att vi alltid kommer ihåg Jesus Kristus.** Ett annat svar vore: **När vi tar sakramentet betygar vi för Fadern att vi är villiga att göra allt som Frälsaren har befallt.**)

Ställ några av eller samtliga följande frågor för att hjälpa eleverna att fördjupa sin insikt om och sätta större värde på sakramentets roll när det gäller att hjälpa oss att komma ihåg Frälsaren.

- Vilka aspekter av Frälsarens liv och verksamhet skulle vi till exempel kunna komma ihåg under sakramentet? (I svaren kan bland annat ingå: hans död och försoningsoffer, hans födelse i enkla omständigheter, hans under och lära, hans kärleksfulla omsorg om andra och hans villighet att underkasta sig sin himmelske Faders vilja.)
- Även om sakramentets förrättning är kort så är följderna av att förbereda sig för och delta i den eviga. Vad kan vi göra så att vi alltid kommer ihåg Frälsaren efter att ha tagit sakramentet och under den kommande veckan?
- Hur skulle den uppriktighet och uppmärksamhet vi ägnar sakramentet kunna hjälpa oss att komma ihåg Frälsaren under veckan?
- Vad har sakramentet för mening om vi försummar att komma ihåg honom?
- Vad lovade Herren enligt 3 Nephi 18:7, 11 dem som tar sakramentet och kommer ihåg honom? (**När vi tar sakramentet och alltid kommer ihåg Frälsaren, ska vi ha hans Ande hos oss.**)

Be en elev högläsa 3 Nephi 18:12–14 och en annan elev Helaman 5:12. Be resten av klassen att följa med i texten och fundera över samband mellan de två skriftställena.

- Att regelbundet ta sakramentet, hur hjälper det er att göra Jesus Kristus till den grundval ni bygger ert liv på?

För att hjälpa eleverna att i högre grad komma ihåg Jesus Kristus uppmuntrar du dem att varje dag under den kommande veckan skriva i sina anteckningsböcker, studiedagböcker eller personliga dagböcker om vad de gör för att komma ihåg Frälsaren. Uppmuntra dem också att skriva ner vad de tänkte under sakramentet eller hur detta att de kom ihåg Frälsaren påverkade deras tankar, ord och handlingar.

Påminn dem om den här uppgiften under kommande lektioner och uppmuntra dem att fortsätta skriva varje dag. Under veckan kan du gärna låta dem få några minuter i början av lektionen att skriva ner vad de gör för att komma ihåg Frälsaren.

### 3 Nephi 18:15–25

#### *Jesus lär nephiterna att alltid be till Fadern och ofta komma tillsammans*

Dela upp eleverna i par. Be varje par läsa 3 Nephi 18:15–21 tillsammans och ta reda på vad Frälsaren sade att vi skulle göra för att stå emot frestelser. När de har läst färdigt ber du paren att skriva en mening som de tycker sammanfattar Frälsarens undervisning om att övervinna frestelser. Be flera par att berätta vad de skrev. (Även om eleverna kanske formulerar sina sammanfattningar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Om vi är vaksamma och alltid ber till Fadern kan vi stå emot Satans frestelser.**)

- Vad tror ni ordet *vaka* i 3 Nephi 18:18 betyder? (Att vara andligt vaken eller på sin vakt.)
- Varför tror ni att det krävs både vaksamhet och bön för att stå emot frestelser?

Framhåll att 3 Nephi 18:15, 20–21 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de kan hitta det snabbt.

- Hur hjälper bönen oss att vara på vår vakt mot Satans försök att fresta oss?

Be eleverna besvara en av följande frågor i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. (Skriv gärna frågorna på tavlan eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.)

- Hur har bönen hjälpt er att stå emot Satans frestelser?
- Vad kan ni göra för att förbättra era personliga böner?
- Vilka välsignelser har ni fått genom att be med familjen?
- Vad kan ni göra för att hjälpa era familjer att be regelbundet och på ett meningsfullt sätt?

 **3 Nephi 18:15, 20–21** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.



Om tiden medger, skulle du kunna be några elever att berätta för klassen vad de skrev. Be eleverna att tänka på någon som de skulle vilja hjälpa att komma Frälsaren närmare. Skriv följande princip på tavlan och uppmuntra eleverna att skriva ner den: ***När vi betjänar andra kan vi hjälpa dem att komma till Kristus.*** Be eleverna läsa 3 Nephi 18:22–24 tyst för sig själva.

- Vad ber Frälsaren oss att göra för att hjälpa andra att komma till honom? (Vi ska inte avvisa dem när de kommer till våra möten i kyrkan, och vi bör be för dem.)
- Frälsaren sade att han är det ljus som vi ska hålla upp för världen. Hur kan var och en av oss leva vårt liv så att vi håller upp Frälsarens ljus?

Läs följande ord av äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum. Be eleverna att vara uppmärksamma på vad äldste Hales sade kommer att hända när vi lever rättfärdigt.



”Skulle det inte behaga Jesus om vi lät vårt ljus lysa på ett sådant sätt att de som följde oss skulle följa Frälsaren? Det finns de som söker efter ljuset som med glädje ska gå genom dopets port och in på den raka och smala vägen som leder till evigt liv (se 2 Nephi 31). Blir ni ljuset som leder dem till en trygg hamn?” (”That Ye May Be the Children of Light” [tal på Brigham Young-universitet, 3 nov 1996], s. 8, speeches.byu.edu.)

- Vad tänker ni när ni funderar över frågan: ”Skulle det inte behaga Jesus om vi lät vårt ljus lysa på ett sådant sätt att de som följde oss skulle följa Frälsaren?”

Tala om för eleverna att de kan betjäna andra genom att be för dem, genom att bjuda in dem till kyrkans möten och genom att vara sanna kristna. Be några elever att berätta om en upplevelse då de höll upp Frälsarens ljus för att hjälpa någon att komma till honom.

### 3 Nephi 18:26–39

#### *Frälsaren undervisar sina lärjungar om att räcka alla en vänskaplig hand*

Sammanfatta 3 Nephi 18:26–39 genom att berätta att efter det att Frälsaren hade talat till folkmängden vände han sig till de tolv lärjungar som han hade utvalt och undervisade dem om hur de skulle handha kyrkans angelägenheter. Be eleverna läsa 3 Nephi 18:32 tyst för sig själva och ta reda på hur vi bör bemöta personer som har kommit bort från tron.

- Varför är det viktigt att vi fortsätter att betjäna dem som har kommit bort från tron?

Du kan berätta om en upplevelse när du hjälpte till att betjäna ett av Guds barn och hjälpte honom eller henne att komma till Kristus.

#### Nyckelskriftställe – 3 Nephi 18:15, 20–21

*Obs:* Med tanke på den här lektionens omfattning kan du gärna vänta med följande aktivitet och i stället inleda nästa lektion med att göra den. Eller också kan ni göra den vid en senare lektion när ni har mer tid att repetera nyckelskriftställen.

Lägg ner flera minuter på att hjälpa eleverna att lära sig 3 Nephi 18:15, 20–21 utantill. Skriv de tre verserna på tavlan och låt eleverna läsa upp dem flera gånger. När de har läst upp verserna några gånger börjar du sudda bort olika delar av dem medan eleverna fortsätter att läsa upp hela skriftstället. Upprepa det här tills alla ord har suddats bort.

# 3 Nephi 19

### Inledning

När Frälsaren hade avslutat sitt första besök hos nephiterna spreds nyheten om hans besök hela natten. (Händelserna som skildras i 3 Nephi 11–18 ägde rum inom loppet av en enda dag.) Hela natten ansträngde sig folket "storligen ... för att de nästa dag skulle kunna vara på den plats" där Frälsaren skulle visa sig igen (3 Nephi 19:3). På morgonen undervisade de tolv

lärjungarna folket och bad tillsammans med dem. Jesus Kristus uppenbarade sig och befallde folket att be medan han bad till Fadern för dem. De tolv lärjungarna blev renade på grund av sin tro. Jesus bad att lärjungarna och alla som trodde på deras ord skulle bli ett med honom och hans Fader.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 19:1–14

#### *De tolv lärjungarna betjänar folket som Frälsaren befallde*

Be eleverna föreställa sig vad de skulle göra eller hur de skulle känna sig om de visste att Jesus Kristus skulle komma till templet i morgon (eller stavscentret eller någon annan plats som krävde viss ansträngning av dem för att ta sig dit).

- Hur skulle ni komma dit?
- Vem skulle ni vilja följa med er?
- Hur skulle ni förbereda er för den här upplevelsen?

Påminn eleverna om att Frälsaren mot slutet av den första dagen av besöket hos nephiterna uppmuntrade folket att gå hem och begrunda och be om det han hade sagt och förbereda sig för hans besök dagen därpå (se 3 Nephi 17:3). Be eleverna läsa 3 Nephi 19:1–3 tyst för sig själva och ta reda på hur nephiterna reagerade på Frälsarens löfte att han skulle återvända nästa dag. När eleverna har berättat vad de fick veta, sammanfattar du 3 Nephi 19:4–8 genom att tala om att folket samlades dagen därpå och att de tolv lärjungarna delade upp folket i tolv grupper och började undervisa dem. Efter att ha uppmanat folket att falla på knä och be började också de tolv lärjungarna att be och undervisade sedan folket om samma sanningar som Frälsarens hade undervisat om dagen före. Sedan föll lärjungarna på knä igen och bad.

Be en elev läsa 3 Nephi 19:8–9 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad lärjungarna bad om.

- Vad önskade sig lärjungarna mest av allt?
- De tolv lärjungarna skulle handha kyrkans angelägenheter bland nephiterna efter det att Frälsaren hade lämnat dem. Varför tror ni att de behövde den Helige Anden i sin verksamhet?
- När ni själva ber, vad önskar ni då mest av allt?
- Ber ni om den Helige Andens vägledning? Och i så fall, varför då?

Be en elev läsa 3 Nephi 19:10–12 högt. När han eller hon har slutat läsa, förklarar du att det här dopet var ett specialfall. Nephiterna hade redan tidigare blivit döpta till syndernas förlåtelse och var värdiga att stå inför Jesus Kristus, ändå befallde Frälsaren dem att bli döpta igen eftersom han hade organiserat sin kyrka på nytt.

Be en elev läsa 3 Nephi 19:13–14 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på välsignelser som lärjungarna fick på grund av sina rättfärdiga önsknings. För att hjälpa eleverna få en starkare önskan om den Helige Andens påverkan i deras liv gör ni följande aktivitet:

Dela upp eleverna i par. Be varje par att göra en lista i anteckningsböcker eller studiedagböcker över vad den Helige Anden gör för dem som lever värdigt. Be därefter eleverna att

jämföra sina listor med följande ord av äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum. (Gör kopior av uttalandet före klassen eller skriv det på tavlan.) Uppmuntra eleverna att lägga till idéer de får till listan när de läser uttalandet.



”Den Helige Anden ... är källan till vårt vittnesbörd om Fadern och Sonen ...

Vi behöver den Helige Anden som vår ständige ledsagare för att hjälpa oss fatta bättre beslut i de situationer vi dagligen ställs inför ... Att ha Anden som ledsagare ger dem [våra ungdomar] styrka att motstå det onda och, när så behövs, att omvända sig och återvända till den trånga och smala stigen ...

Alla behöver vi den styrka vi kan få genom den Helige Anden ... Att ha den Helige Andens gåva hjälper familjemedlemmarna fatta kloka beslut – beslut som hjälper dem återvända med sina familjer till sin Fader i himlen och hans Son Jesus Kristus, för att leva tillsammans med dem i all evighet” (*”Dopförbundet: Att vara i riket och tillhöra riket”, Liahona, jan. 2001, s. 8).*

- Hur skulle välsignelserna på era listor kunna hjälpa ungdomar i kyrkan?

Be eleverna att titta på listorna med välsignelser och fundera på vad vi behöver göra för att få dessa välsignelser. Be dem läsa 3 Nephi 19:9, 13 tyst för sig själva och leta efter en princip i fråga om att få tillgång till den Helige Andens påverkan. Be eleverna att skriva ner principen. Be några av dem att berätta vad de skrev. (Eleverna kanske formulerar principen på följande sätt: **Våra rättfärdiga önskingar och böner gör det möjligt för oss att fyllas av den Helige Anden.**)

- När har era rättfärdiga önskingar och böner hjälpt er att känna Andens påverkan?

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan. Be eleverna att skriva ner den och sedan avsluta den med egna ord.

*Jag ska visa min himmelske Fader att jag vill ha den Helige Andens sällskap genom att ...*

### 3 Nephi 19:15–36

**Frälsaren uppenbarar sig och ber för folket att de ska bli renade genom sin tro**

Be en elev läsa 3 Nephi 19:15–16 högt. Framhåll att medan folket stod på knä bevittnade de hur Jesus Kristus uppsände tre böner för sina lärjungar och för folkmängden. (Berätta att de kommer att studera Frälsarens tredje bön längre fram i lektionen.)

Skriv följande skriftställe hänvisningar och frågor på tavlan före lektionen (eller på ett utdelningsblad till varje elev).

*3 Nephi 19:17–18, 24–26, 30*

*3 Nephi 19:19–23*

*3 Nephi 19:27–29*

*Vad lär ni er om bön i det här skriftstället?*

*Hur kan ni tillämpa det ni har lärt er i de här verserna i era personliga böner?*

Dela upp klassen i grupper om tre. (Om du har en liten klass, kan du behöva dela upp klassen i mindre grupper.) Ge en elev i varje grupp i uppgift att läsa ett av skriftställena som står på tavlan. Tala om för eleverna att de alla bör vara redo att besvara frågorna på tavlan inom gruppen.

När de har haft tillräcklig tid ber du eleverna att berätta för de andra i gruppen om sina svar på frågorna. Var redo att svara om eleverna frågar varför lärjungarna bad till Frälsaren (se 3 Nephi 19:18). Påpeka att i det här unika fallet bad lärjungarna till Jesus Kristus därför att han var hos dem personligen som Faderns företrädare (se 3 Nephi 19:22).

Be en elev läsa 3 Nephi 19:31–34 högt. Be klassen att följa med i texten och fundera på varför Frälsarens bön hade en sådan stor inverkan på folket. Be några elever berätta vad de upptäckte. Även om eleverna lär sig många sanningar av varandra när de berättar, betonar den här aktiviteten två principer som de kan upptäcka när de studerar.

Skriv följande på tavlan: *Vi kan bli renade om ...*

Be eleverna läsa 3 Nephi 19:28 tyst för sig själva och leta efter möjligheter att avsluta meningen som står på tavlan. (Be eleverna att skriva ner sina förslag. Ett sätt att avsluta meningen vore: **Vi kan bli renade om vi utövar tro på Jesus Kristus.**)

- Vad innebär det att bli renad? Att utöva tro på Jesus Kristus, hur hjälper det oss att vara rena?
- På vad sätt utövade lärjungarna tro under de händelser som skildras i 3 Nephi 19?

För att hjälpa eleverna förstå att vi renas av den Helige Anden, påminner du dem om att lärjungarna hade fått den Helige Anden och var "fylld[a] ... av eld" (3 Nephi 19:13). Tala om att uttrycket "fylld[a] ... av eld" är symboliskt och syftar på välsignelsen att bli renad genom den Helige Andens inverkan.

Be eleverna att återigen läsa 3 Nephi 19:23, 29 tyst för sig själva och leta efter en annan välsignelse som ges till dem som har Herrens ande med sig. (Föreslå gärna när de har läst färdigt att de markerar uttrycken "att vi kan bli ett" och "att vi kan vara ett".)

- Hur är Jesus Kristus och Fadern ett? De är åtskilda, påtagliga personer, men de är ett i avsikt och lära. De genomför vår himmelske Faders gudomliga frälsningsplan i fullkomlig enighet.)
- Vad innebär det för vår del att bli ett med Gud Fadern och Sonen?
- Vad lär vi oss i 3 Nephi 19:23, 29 om hur vi kan bli ett med dem? (**Vi kan bli renade och bli ett med Jesus Kristus genom tro, så som han är ett med Fadern.**)

Be en elev läsa följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum. Be klassen vara uppmärksam på hur vi kan vara ett med Fadern och Sonen.



"Jesus uppnådde fullkomlig enighet med Fadern genom att både till kött och ande underkasta sig Faderns vilja. Hans handlingar var alltid klart fokuserade, eftersom det inte fanns någon hämmande eller distraherande tveksamhet hos honom. När Jesus talade om sin Fader, sade han: 'Jag gör [alltid] det som behagar honom' (Joh. 8:29) ...

Vi kommer säkerligen inte att vara ett med Gud och Kristus förrän vi gör deras vilja och intresse till vår största önskan. Sådan undergivenhet uppnås inte på en dag, men om vi är villiga kommer Herren att vara vår handledare genom den Helige Anden, tills det med tiden helt riktigt kan sägas att han är i oss så som Fadern är i honom" (se "Att de skall vara ett i oss", *Liahona*, nov. 2002, s. 72, 73).

Be eleverna läsa 3 Nephi 19:35–36 tyst för sig själva och begrunda hur kraftfulla deras egna böner är. Lova eleverna att även vi kan få större andliga upplevelser och utvecklas mot att bli ett med Fadern och Sonen om vi får större tro och ber uppriktigt om att få Andens sällskap.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 19:18, 22. "De bad till Jesus"

Vi vet genom skrifterna och sentida profeters undervisning att vi ska tillbe Gud Fadern och endast be till honom. Vi bör inte be till Jesus Kristus. Frälsaren sade till exempel till nephiterna: "Därför måste ni alltid be till Fadern i mitt namn" (3 Nephi 18:19). Men kort efter att han hade sagt det, bad hans lärjungar till honom (se 3 Nephi 19:18). Han sade att de gjorde det därför att han var hos dem (se 3 Nephi 19:22). Äldste Bruce R.

McConkie i de tolv apostlarnas kvorum förklarade att det här var ett undantag – en unik situation:

"Det fanns en särskild anledning till varför detta gjordes i det här fallet och som en engångshändelse. Jesus hade redan lärt dem att be i hans namn till Fadern, vilket de först gjorde ... Jesus stod framför dem som en symbol för Fadern. När de såg på honom var det som att se Fadern, och när de bad till honom var det som om de bad till Fadern. Det var en särskild och unik situation" (*The Promised Messiah* [1978], s. 560, 561).

# 3 Nephi 20

## Inledning

På den andra dagen av Jesu Kristi besök hos nephiterna välsignade han återigen sakramentet och utdelade det till folket. Han vittnade om att Faderns förbund och

löften skulle fullbordas i de sista dagarna. Israel skulle insamlas och alla jordens nationer bli välsignade.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 20:1–9

#### *Frälsaren välsignar återigen sakramentet och utdelar det till folket*

Börja lektionen med att berätta att du vill att de unga männen och de unga kvinnorna i klassen besvarar skilda frågor. Be några unga män som bär aronska prästadömet att berätta för klassen vilka uppgifter de har när det gäller att bereda, välsigna och dela ut sakramentet. Hjälプ dem att berätta hur de känner inför de här plikterna genom att ställa följande frågor till dem:

- Vad innebär det för dig att hjälpa till med sakramentet?
- Hur visar du Herren att du förstår att det här är en helig förrättning?

Hjälp några unga kvinnor att berätta om sina känslor inför sakramentets heliga förrättning genom att ställa följande frågor till dem:

- Hur känns det när du ser värdiga unga män välsigna eller dela ut sakramentet?
- Vad gör du under sakramentet som visar att du förstår att det här är en helig förrättning?

Berätta att på den andra dagen av Frälsarens besök hos nephiterna välsignade han och hans lärjungar sakramentet ännu en gång och utdelade det till folket. Be eleverna läsa 3 Nephi 20:1 tyst för sig själva. Framhåll följande mening: "Och han befalle dem att de inte skulle sluta be i sina hjärtan."

- Vad innebär det för er att "inte ... sluta be" i era hjärtan?

Be en elev läsa 3 Nephi 20:3–5 högt.

- Hur tror ni att detta att be i era hjärtan kan påverka upplevelsen varje vecka när ni tar sakramentet?
- Varför tror ni att det är viktigt att koncentrera oss på Frälsaren när vi tar sakramentet?

Be en elev läsa 3 Nephi 20:8 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad brödet och vinet symboliserar. (Förklara gärna att kyrkan i vår tid använder vatten i stället för vin [se L&F 27:2].)

- Vad symboliserar brödet och vattnet? (Frälsarens kropp och blod.)

Läs gärna följande ord av äldste James E. Talmage i de tolv apostlarnas kворum för att hjälpa eleverna förstå den symboliska innebörden av Frälsarens inbjudan att äta hans kött och dricka hans blod:

*"Att äta Kristi kött och dricka hans blod innebar och innebär att tro på och acceptera honom som Guds verkliga Son och världens Frälsare och att lyda hans bud. Endast på detta sätt kan Guds Ande bli och förbli en del av människans personlighet, liksom den mat hon äter införlivas med vävnaderna i hennes kropp" (Jesus Kristus, s. 335; kursivering tillagd).*

- Vad finns det för symbolik i att äta brödet och dricka vattnet?
- Vad lovade Herren enligt 3 Nephi 20:8 dem som tar sakramentet? (Deras själar ska bli mättade.)

För att hjälpa eleverna förstå vad som menas med att deras själar ska bli mättade, frågar du dem hur mycket bröd de äter eller vatten de dricker när de tar sakramentet. Fråga därefter:

- Om ni var hungriga och törstiga, skulle ni bli mätta av det?

Be en elev läsa 3 Nephi 20:9 högt och fråga klassen:

- Vad lär vi oss för princip i Frälsarens undervisning i 3 Nephi 20:8–9? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande princip: **Om vi värdigt tar sakramentet, kan vi fyllas av den Helige Anden.**)

Be en elev läsa följande ord av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen vara uppmärksam på välsignelser vi kan få när vi är fyllda av Anden.



”Låt oss göra oss värdiga Frälsarens löfte att vi, genom att ta del av sakramentet, ska ’bli mättad[e]’ (3 Nephi 20:8; se också 3 Nephi 18:9), vilket innebär att vi ska bli ’fylld[a] ... av Anden’ (3 Nephi 20:9). Den Anden – den Helige Anden – är vår tröstare, vår vägvisare, vår uppenbarare, vår uttydare, vårt vittne och vår renare – vår osvikliga ledning och heliggörare under vår färd i jordlivet mot evigt liv ...

Av den till synes ringa handlingen att medvetet och vördnadsfullt förnya våra dopförbund kommer en förnyelse av välsignelserna av dopet i vatten och Ande, så att vi alltid kan ha hans Ande hos oss. På det sättet får vi alla ledning, och på det sättet kan vi alla bli renade” (se ”Alltid hava hans Ande”, *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 59).

- Hur kan vi till exempel bli välsignade när vi är fyllda av Anden?
- När har ni tagit sakramentet och känt att det hjälpte er att bli fyllda av den Helige Anden?

Vittna om välsignelser som du har fått därför att du tagit sakramentet och varit fylld av Anden. Framhåll för eleverna att ett sätt att förbereda sig att ta sakramentet och bli fylld av den Helige Anden är att först be i hjärtat. Uppmuntra eleverna att ägna sig åt bön innan de tar sakramentet.

### 3 Nephi 20:10–46

#### *Frälsaren undervisar nephiterna om förbund som ska fullbordas i de sista dagarna*

Be eleverna att i anteckningsböcker eller studiedagböcker kort beskriva sina viktigaste egenskaper. När de är färdiga ber du dem att titta på vad för slags egenskaper de fokuserade på. Var det kroppsliga egenskaper? Karaktärsegenskaper? Andliga egenskaper? (Om ni har tid, skulle du kunna be några elever att läsa vad de skrev.) Läs följande ord av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum, och be klassen att vara uppmärksam på vad han säger bör definiera vilka vi är:



”Kanske tycker ni om musik, sport eller är tekniskt lagda, kanske kommer ni en dag att arbeta som affärsmän, akademiker eller ägna er åt ett konstnärligt yrke. Hur viktiga sådana aktiviteter eller yrken än må vara så definierar de inte vilka vi är. Vi är först och främst andliga varelser. Vi är Guds [barn] och Abrahams avkomlingar” (se ”Att bli en missionär”, *Liahona*, nov. 2005, s. 47).

- Hur definierar äldste Bednar vilka vi är? Varför tror ni att det är viktigt att vi ”först och främst” ser på oss själva som andliga varelser som är Guds barn?

Tala om att äldste Bednar också sade att vi är Abrahams avkomlingar. Berätta att uttrycket ”Abrahams avkomlingar” kan syfta på personer som i bokstavlig mening är avkomlingar till Abraham. Det kan också syfta på personer som genom att ta emot och lyda Jesu Kristi evangeliums lagar och förrättningar får evangeliets fullhet, prästadömet välsignelser och samma löften och förbund som Gud gav Abraham och slöt med honom.

Berätta för eleverna att ni i resten av 3 Nephi 20 kommer att behandla vad Frälsaren undervisade nephiterna om i fråga om förbunden och löftena som Abraham och hans avkomlingar fick (Israels hus). Han sade att de kunde få kunskap om de här förbunden genom att studera Jesajas ord. Be en elev läsa 3 Nephi 20:11–12 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Frälsaren sade ska hända när Jesajas ord fullbordas. När eleverna har berättat vad de fick veta, kan du behöva förklara att Jesajas ord ska fullbordas i de sista dagarna.

Be en elev läsa 3 Nephi 20:13 högt, och be eleverna att vara uppmärksamma på hur vår himmelske Fader ska fullborda sina förbund med Israels hus i de sista dagarna. Be eleverna att sammanfatta sanningarna de lärde sig i 3 Nephi 20:11–13. (Även om eleverna kommer med olika svar, bör de urskilja följande sanning: **Herren kommer att fullborda sitt**

**förbund att samla in Israels hus i de sista dagarna.** Du kan skriva den här sanningen på tavlan.)

- Vad ska personer som tillhör Israels hus bringas till kunskap om enligt 3 Nephi 20:13 som en väsentlig del av den här insamlingen? (De ska bringas till "kunskapen om Herren, [deras] Gud, som har återlöst dem".)

För att hjälpa eleverna förstå hur detta att få kunskap om Jesus Kristus är en väsentlig del av Israels insamling, ber du en elev högläsa följande ord av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kvorum. Be eleverna vara uppmärksamma på vad som ingår i Israels insamling.

"Israels insamling utgörs av att tro på och acceptera och leva i harmoni med allt det som Herren en gång erbjöd sitt forntida utvalda folk. Den utgörs av att ha tro på Herren Jesus Kristus, av att omvända sig, av att bli döpt och ta emot den Helige Andens gåva och av att hålla Guds bud. Den utgörs av att tro på evangeliet, bli medlem i kyrkan och komma in i riket. Den utgörs av att ta emot det heliga prästadömet, få sin begåvning på heliga platser med kraft från höjden och av att ta emot alla Abrahams, Isaks och Jakobs välsignelser genom det celestiaala äktenskapets förrättning ... Och den kan också utgöras av att samlas in till en utsedd plats eller ett utsett land för gudskyrdan" (*A New Witness for the Articles of Faith* [1985], s. 515).

- Att tro på och följa Jesus Kristus, varför är det en väsentlig del av Israels insamling?

Sammanfatta 3 Nephi 20:14–22. Berätta att Frälsaren undervisade nephiterna om att vår himmelske Fader som del av Israels insamling och i fullbordan av Herrens förbund med Abraham, gav Lehis efterkommande landet där de bodde till arvedel. Han berättade också om ett annat sätt som nephiterna blev välsignade som förbundets barn. Be eleverna läsa 3 Nephi 20:23–24 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på vem Mose profeterade skulle bli till välsignelse för Israels hus. När eleverna har berättat vad de upptäckte, ber du dem läsa 3 Nephi 20:25–26 tyst för sig själva. Be dem ta reda på hur Lehis avkomlingar blev välsignade på grund av förbundet som Herren slöt med Abraham. När eleverna berättar vad de hittade, betonar du att vår himmelske Fader sände Jesus Kristus att besöka Lehis avkomlingar och rädda dem från synd "eftersom [de var] förbundets barn".

- Hur blir vi välsignade genom förbunden vi sluter med vår himmelske Fader?

Be en elev läsa 3 Nephi 20:27 högt, och be klassen urskilja en plikt vi har efter att ha slutit förbund med Herren.

- När vi har slutit förbund med Herren, vad är då vår plikt gentemot andra folk runtom i världen? (Eleverna bör urskilja följande sanning: **Som Abrahams avkomlingar har vi en förbundsplikt att vara till välsignelse för alla folk på jorden.** Du kan skriva den här sanningen på tavlan.)
- Hur tror ni att vi kan vara till välsignelse för alla folk på jorden? (Om du skrev sanningen på tavlan, lägg då till orden: "**genom att berätta för dem om evangeliet.**")

Sammanfatta 3 Nephi 20:29–46 genom att berätta kortfattat att Frälsaren förutom att undervisa nephiterna om deras välsignelser och plikter som förbundsborn, sade att Jerusalem skulle bli judarnas arvland. Han citerade Jesajas profetior, som förutsäger den tid när judarna ska återställas till sitt arvland efter att de tror på Jesus Kristus och ber till Fadern i hans namn.

Avsluta med att be en elev läsa 3 Nephi 20:46 högt. Be eleverna att följa med i texten och komma på ett sätt som de kan vara till välsignelse med evangeliet i någon annans liv nästa vecka. Planera redan nu att ge eleverna tillfälle att berätta om sina upplevelser under en kommande lektion. Vittna om vikten av att vi fullgör vår plikt att hjälpa till att samla in Israel.

# 3 Nephi 21–22

## Inledning

Jesus Kristus fortsatte att undervisa nephiterna och talade om att Mormons boks framkomst i de sista dagarna skulle vara ett tecken på att han hade börjat samla

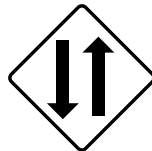
in Israel och fullborda sitt förbund med sitt folk. Han betonade sin stora kärlek till sitt förbundsfolk och citerade Jesajas profetior om förbundsfolkets återställelse.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 21:1–11

*Jesus Kristus undervisar om att Mormons bok ska vara ett tecken på Israels insamling i de sista dagarna*

Rita följande skyltar på tavlan (eller andra som är vanliga där du bor) före lektionen.



Tala om att en skylt är en plåt, platta, tavla eller yta med ett tecken eller med inskription. Be eleverna berätta vad vart och ett av tecknen på tavlan betyder. Ställ därefter följande frågor:

- Vad används de här tecknen till? (Till att förbereda, varna och upplysa oss.)
- Varför är det viktigt att sådana här skyltar eller tecken placeras på rätt ställe och att tecknets budskap är lätt att förstå?

Påminn eleverna om att skrifterna ofta talar om tecken som förbereder, varnar och upplyser oss i fråga om fullbordandet av vår himmelske Faders plan. Be eleverna att ögna genom 3 Nephi 21:1–2, 7 och leta efter ordet *tecken*. Föreslå gärna att de markerar ordet varje gång det förekommer i verserna. Be dem därefter att noga läsa vers 1 tyst för sig själva.

- Varför sade Herren att han skulle ge det här tecknet? (För att människor ska veta att han håller på att samla in Israels hus.)

Be eleverna läsa 3 Nephi 21:1–7 tyst för sig själva och lägga märke till orden "detta" och "dessa händelser" och fundera över vad de syftar på.

- Frälsaren talade till nephiterna om "detta som jag förkunnar för er" (3 Nephi 21:2). Och var skulle hans ord till nephiterna stå att läsa? (I Mormons bok.)
- Vad är ett tecken enligt de här verserna på att Gud håller på att fullborda sina förbund i de sista dagarna? (Hjälp eleverna att urskilja följande sanning [skriv den på tavlan]: ***Mormons boks framkomst är ett tecken på att Gud håller på att fullborda sitt förbund att samla in Israel i de sista dagarna.***)

Be en elev att högläsa följande ord av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen att vara uppmärksam på hur Mormons bok hjälper människor att samlas in till Herrens verk.



"Mormons bok är grundläggande för detta verk. Den förkunnar läran om insamlingen. Den gör att människor lär sig om Jesus Kristus, tror på hans evangelium och går med i hans kyrka. Faktum är att om vi inte hade Mormons bok så skulle den utlovade insamlingen av Israel inte ske" ("Insamlingen av det skingrade Israel", *Liahona*, nov. 2006, s. 80).

- När har Mormons bok hjälpt er på de här sätten? När har ni upplevt att Mormons bok har hjälpt andra på de här sätten?

### Undervisa med den Helige Anden

Be om den Helige Andens ledning när du förbereder dig och när du undervisar.



Be en elev läsa 3 Nephi 21:9 högt, och be klassen att lägga märke till uttrycket "ett stort och förunderligt verk". Tala om att det här uttrycket syftar på återställelsen av Jesu Kristi evangelium och inbegriper Mormons boks framkomst.

- Vad är stort och förunderligt i fråga om återställelsen av Jesu Kristi evangelium?

Framhåll att 3 Nephi 21:9 talar om "en människa". Be eleverna att fundera på vem den här människan skulle kunna vara. Visa därefter en bild av Joseph Smith (kanske bilden Broder Joseph eller bilden Den första synen [*Evangeliebilder* (2009), nr 87 eller nr 90]). Berätta att äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum har sagt att människan i fråga är Joseph Smith (se *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 287–288). Be eleverna läsa 3 Nephi 21:10–11 tyst för sig själva och fundera över hur beskrivningen i dessa verser passar in på profeten Joseph Smith.

- Hur har Gud genom Joseph Smith visat att hans "visdom är större än djävulens list"?
- Vad kommer enligt 3 Nephi 21:11 att hända med dem som inte tror på Kristi ord som Joseph Smith har fört fram? (De kommer att "avskäras från" välsignelserna som fås genom förbund.)



### 3 Nephi 21:12–22:17

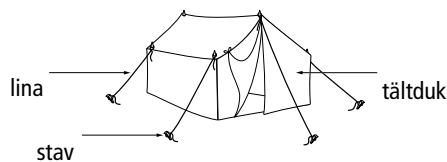
*Frälsaren talar om de obotfärdigas undergång och återställelsen av dem bland hans folk som omvänder sig och återvänder till honom*

Sammanfatta 3 Nephi 21:12–21 genom att berätta att Frälsaren varnade dem i de sista dagarna som inte tror på honom och omvänder sig. Han sade att deras ägodelar, städer, fästen och ogudaktiga seder skulle utplånas och utrotas. Han sade också att de skulle avskäras från hans förbundsfolk.

Be eleverna läsa 3 Nephi 21:22, 25–28 tyst för sig själva och leta efter välsignelser och ansvar personer får som omvänder sig och hörsammar Frälsarens ord i de sista dagarna.

Fråga eleverna hur de skulle sammanfatta undervisningen i 3 Nephi 21:12–22, 25–28. Be en elev skriva deras svar på tavlan. Sammanfatta därefter alla svar på tavlan genom att betona att **när vi omvänder oss och hörsammar Frälsarens ord blir vi insamlade som del av hans förbundsfolk**. (Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)

Rita ett tält på tavlan eller på ett stort papper (gör gärna det här före lektionen). Berätta att Jesus Kristus citerade en profetia som han århundraden tidigare hade inspirerat profeten Jesaja att skriva ner. I den här profetian liknar Jesaja kyrkan och dess förbund och välsignelser vid ett tält.



- Vad finns det för fördelar med att vara i ett tält? (I svaren kan bland annat ingå att ett tält ger skydd vid oväder och skugga i solsken.)
- På vad sätt är kyrkan som ett tält?

Be en elev läsa 3 Nephi 22:2 högt.

- Varför kan det här tältet behöva utvidgas och stärkas i de sista dagarna? (Därför att många kommer att gå med i kyrkan eller återvända till sina förbund med Herren.) Vad kan ni göra för att hjälpa till att utvidga tältet och stärka stavarna? (Uppmuntra eleverna att omsätta sina svar på den här frågan i handling.)

Tala om att Jesaja i samma profetia använde en annan metafor. Han liknade Israels hus vid en hustru vars man är Herren själv. Be en elev läsa 3 Nephi 22:4–5 högt, och be klassen vara uppmärksam på tröstande ord till hustrun.

- Vilka tröstande ord hittar ni i 3 Nephi 22:4? (I svaren kan ingå: "du skall inte känna skam" och "du ... skall inte komma ihåg din ungdoms vanära".) Varför är det tröstande att veta att "mannen" är "Återlösare[n], Israels helige"? (3 Nephi 22:5.)

- Hur påminner de här verserna om hur Frälsaren bemöter oss när vi syndar?

Be eleverna läsa 3 Nephi 22:7–10 tyst för sig själva och leta efter vad Frälsaren lovar sitt förbundsfolk som återvänder till honom.

- Vad lovar Frälsaren dem som återvänder till honom?
- Vad lär vi oss för sanningar om Herren i de här verserna? (Eleverna kan komma med olika svar på den här frågan. Förvissa dig om att de urskiljer följande sanning: **Herren visar evig godhet och barmhärtighet mot dem som återvänder till honom.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan. Fundera också på att föreslå eleverna att skriva den i skrifterna bredvid 3 Nephi 22:7–10.)

För att hjälpa eleverna att få djupare insikt i 3 Nephi 22:4–10 skulle du kunna läsa följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum:



”Även om hon var ofruktsam och ibland otrogen ska hennes man (Kristus) hämta tillbaka och återlösa sin brud (Israel). Bilden av Jehova som brudgum och Israel som brud är en av de vanligaste metaforerna i skrifterna och används av Herren och hans profeter för att beskriva förhållandet mellan Gudomen och förbundets barn ...

Kristus har ibland och med rätta varit vred på det avfälliga Israel, men aldrig längre än ett kort och övergående ’litet ögonblick’. Medlidandet och barmhärtigheten återvänder alltid och förhärskar på ett sådant lugnande sätt. Bergen och kullarna må försvinna. Vattnet i de stora haven må sina. Det som är minst sannolikt i världen må hända, men Herrens godhet och frid ska aldrig tas bort från hans förbundsfolk. Han har svurit en himmelsk ed att inte vredgas på dem i evighet” (*Christ and the New Covenant*, s. 290).

- Vad har ni sett för bevis på Frälsarens barmhärtighet och godhet i ert liv? (Påminn dem om att de inte behöver berätta om upplevelser som är alldeles för personliga.)
- Hur påverkar kunskapen om Frälsarens barmhärtighet och godhet hur trofast vi håller förbunden?

Berätta att Frälsaren fortsatte att undervisa nephiterna om välsignelser som väntar de rättfärdiga. Be eleverna läsa 3 Nephi 22:13–17 tyst för sig själva och leta efter en utlovad välsignelse som känns särskilt viktig för dem. Framhåll att när vi läser om dessa utlovade välsignelser inser vi att **Herrens folk ska bli befäst i rättfärdighet och ska segra över ogudaktighet.**

Avsluta med att bära vittnesbörd om sanningarna som har behandlats i den här lektionen. Be eleverna att skriva tre eller fyra meningar i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om något de kan göra i dag för att vara värdiga välsignelserna som Herren vill ge dem.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 21:22–25. Nya Jerusalem

Daniel H. Ludlow förtydligade vilka som kommer att bygga staden Nya Jerusalem:

”De sista dagarnas ’Nya Jerusalem’ ska byggas på den amerikanska kontinenten av 1) ’återstoden av Jakob’,

2) icke-judarna som ’skall tas in i förbundet och bli räknade bland ... återstod[en] av Jakob’ och 3) ’alla dem av Israels hus som skall komma’ (3 Nephi 21:22–25; läs också 3 Nephi 20:22; Ether 13:1–12)” (*A Companion to Your Study of the Book of Mormon* [1976], s. 281).

# Hemstudielektion

## 3 Nephi 17–22 (studieavsnitt 26)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

*Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner*

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 3 Nephi 17–22 (studieavsnitt 26) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (3 Nephi 17)

När eleverna studerade Jesu Kristi ord till den nephitiska folkmängden lärde de sig att vi genom att begrunda och be till Fadern kan få större insikt i Frälsarens lära. Frälsaren var lyhörd för nephiternas önskemål att han skulle stanna lite längre hos dem och botade dem som var sjuka och välsignade barnen. När eleverna läste om de här händelserna lärde de sig att Jesus Kristus har stort medlidande med oss.

#### Dag 2 (3 Nephi 18)

Frälsaren välsignade sakramentet och utdelade det till folkmängden. Eleverna lärde sig att när vi tar sakramentet betygar vi för Fadern att vi är villiga att göra allt som han har befallt och att vi alltid kommer ihåg Jesus Kristus. De lärde sig också att när vi tar sakramentet och alltid kommer ihåg Frälsaren, ska vi ha hans Ande hos oss. Frälsarens undervisning om bön hjälpte eleverna förstå att om vi är vaksamma och alltid ber till Fadern, kan vi stå emot Satans frestelser. De lärde sig också att när vi betjänar andra kan vi hjälpa dem att komma till Kristus.

#### Dag 3 (3 Nephi 19)

När Frälsaren hade gett sig i väg efter den första dagen hos nephiterna, undervisade lärjungarna dem. De bad om och fick den Helige Anden. Eleverna lärde sig att våra rättfärdiga önskningsor och böner gör det möjligt för oss att fyllas av den Helige Anden. Frälsaren visade sig igen och tackade Fadern för att han hade renat hans lärjungar. Eleverna lärde sig att vi genom att utöva tro på Jesus Kristus kan bli renade och bli ett med honom, så som han är ett med Fadern.

#### Dag 4 (3 Nephi 20–22)

Jesu Kristus välsignade återigen sakramentet och utdelade det. Eleverna lärde sig att om vi värdigt tar sakramentet, kan vi fyllas av den Helige Anden. Frälsaren undervisade sedan nephiterna om att Fadern ska fullborda sitt förbund att samlas in Israels hus i de sista dagarna. Eleverna lärde sig också att vi som Abrahams avkomlingar har en förbundspått att vara till välsignelse för alla folk på jorden.

### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna att förstå Frälsarens ömhet och barmhärtighet mot sitt folk. Studiet av Frälsarens undervisning om bön ger dem också tillfälle att fundera på hur deras egna böner och familjeböner kan bli mer meningsfulla.

### Lektionsförslag

#### 3 Nephi 17

*Frälsaren botar sjuka, ber till Fadern för folket och välsignar deras barn*

Be eleverna att tänka på den omtänksammaste person de känner. Fråga därefter: Vem tänkte ni på? På vad sätt visar den här personen kärlek för andra och för er?

Visa bilderna Jesus botar nephiterna (*Evangeliebilder* [2009], nr 83) och Jesus välsignar de nephitiska barnen (*Evangeliebilder*, nr 84). Fråga därefter: Vad lärde ni er om Frälsarens kärlek till människor när ni studerade Mormons bok under veckan som gick?

Skriv därefter följande sanning på tavlan: **Frälsaren har stort medlidande med oss.** Och under den, följande skriftställe hänvisning: *3 Nephi 17:7, 9, 11, 15–17, 21, 24.* Be eleverna att titta på de här verserna och välja en vers som de tycker särskilt tydligt visar sanningen som står på tavlan. När de har haft tillräcklig tid ställer du följande frågor:

- Hur visar versen ni valde att Frälsaren har stort medlidande med oss?
- Vad lär ni er om Frälsaren av detta att han betjänade dem en efter en? (3 Nephi 17:21.)
- Om ni vet att Frälsaren har medlidande med er, hur hjälper det er att utöva större tro på honom och känna större kärlek för honom?

#### 3 Nephi 18–19

*Jesu lärde folket att alltid be till Fadern och ofta komma tillsammans*

Dela upp eleverna i par och be varje par att skriva en lista över fem av de svåraste prövningar som de menar att ungdomar ställs inför i vår tid. När de är färdiga ber du varje par läsa 3 Nephi 18:15–20 och leta efter rådet som Frälsaren gav om hur vi kan övervinna frestelser. Be några elever berätta om en princip som de hittade i de här verserna. En princip som de kanske nämner är att **om vi är vaksamma och alltid ber till Fadern kan vi stå emot Satans frestelser.**

Ställ följande frågor till eleverna:

- Vad tror ni att en ung person bör vara vaksam mot för att kunna stå emot en av frestelserna på er lista?

- Vad skulle en ung person kunna be om som skulle hjälpa honom eller henne att stå emot en av frestelserna på er lista? Om ni ber till er himmelske Fader, hur hjälper det er att vara ståndaktiga?

För att hjälpa eleverna att stärka sitt vittnesbörd ber du en elev läsa 3 Nephi 18:21 högt. Fråga därefter: Vilka välsignelser har ni fått genom att be med familjen?

Be en elev läsa följande berättelse av president James E. Faust i första presidentskapet ur ett tal om familjebönens kraft:

”Familjebön ger stor kraft och stort stöd. Under andra världskrigets mörka tid slog en 250-kilosbomb ner i Liverpool utanför huset där broder Patey bodde, en ung far, men bomben exploderade inte. Hans hustru hade dött, så han uppfostrade ensam sina fem barn. Han samlade dem till familjebön i den här bekymmersamma situationen. De ’bad alla ... innerligt och när de hade avslutat bönen, sade barnen: ”Pappa, det ordnar sig. Vi är säkra i vårt hem i natt.”

Sedan gick de och lade sig – tänk er det – med en fruktansvärd bomb alldeles utanför dörren, till hälften under marken ...

Nästa morgon ... evakuerade man hela området under 48 timmar och bomben avlägsnades till slut ...

På vägen hem frågade broder Patey basen för luftskyddsgruppen: ”Nå, vad hittade ni?”

”Mr Patey, när vi kom fram till bomben utanför er dörr upptäckte vi att den kunde explodera när som helst. Det var inget fel på den. Vi kan inte begripa varför den inte exploderade.” Det sker under när familjer ber tillsammans” (se ”Bönens livlina”, *Liahona*, juli 2002, s. 68).

Ställ följande frågor, men var lyhörd för elevers känslor vars familjer kanske inte ber tillsammans:

- Vad kan ni göra för att hjälpa era familjer att be regelbundet och på ett meningsfullt sätt?
- Hur tänker ni prioritera familjebön i era framtida familjer?

Berätta att när Frälsaren återvände dagen därpå till nephiterna för att fortsätta att undervisa dem, vilket skildras i 3 Nephi 19, uppmanade han de nephitiska lärjungarna än en gång att be. Be en elev läsa 3 Nephi 19:9, 13 högt, och be eleverna vara

uppmärksamma på vad lärjungarna bad om. Fråga: Vad lär vi oss för princip av de nephitiska lärjungarnas upplevelse? (Eleverna skulle kunna uttrycka principen så här: **Våra rättfärdiga önsningar och böner gör det möjligt för oss att fyllas av den Helige Anden.**)

Fråga därefter eleverna: När har ni innerligt önskat och bitt om den Helige Andens sällskap? Hur blev ni välsignade därför att ni gjorde det?

### 3 Nephi 20–22

#### *I de sista dagarna ska Gud börja insamla Israels hus*

Berätta att när Frälsaren hade undervisat nephiterna om bön började han undervisa dem om insamlingen av Israels hus i de sista dagarna. Be en elev läsa 3 Nephi 21:9. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på ord som beskriver Herrens verk. Fråga därefter:

- Vad tror ni uttrycket ”ett stort och förunderligt verk” syftar på? (Återställelsen av Jesu Kristi evangelium, som inbegriper Mormons boks framkomst.)
- Vad är enligt er mening stort och förunderligt i fråga om återställelsen av Jesu Kristi evangelium?

Be eleverna titta på 3 Nephi 21:10–11 och fundera på vem det är Herren talar om när han säger ”min tjänare”. Fråga: Vilka ord eller uttryck hjälper er förstå att Herren talar om profeten Joseph Smith? Visa därefter bilden Joseph Smith i Libertyfängelset (*Evangeliebilder*, nr 97).

Fråga: Hur har Gud genom Joseph Smith visat att hans ”visdom är större än djävulens list”?

Avsluta med att be eleverna bära sitt vittnesbörd om profeten Joseph Smith och evangeliets återställelse. Bär också själv vittnesbörd.

### Nästa studieavsnitt (3 Nephi 23–30)

Be eleverna föreställa sig att Frälsaren talade om för dem att han ska ge dem vad de än önskar. Berätta att när de studerar 3 Nephi 23–30 kommande vecka får de läsa om tolv män som upplevde det här och vad de önskade.

# 3 Nephi 23

## Inledning

Efter att ha citerat Jesajas ord (se 3 Nephi 22) befallde Kristus nephiterna att utforska dem. Han sade att Jesajas ord är en välsignelse eftersom Jesaja "[förvisso talade] om allt som rör mitt folk som är av Israels hus" (3 Nephi 23:2). Han sade också att alla Jesajas

ord hade gått i uppfyllelse eller skulle gå i uppfyllelse. Frälsaren befallde nephiterna att utforska alla profeters ord och också att lägga till en viktig skildring till sina uppteckningar.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 23:1–5

#### *Jesus Kristus befäller folket att utforska profeternas ord*

Skriv följande på tavlan: *Välsignelserna med att jag studerar skrifterna*. Be eleverna att tänka på vad de har upplevt när de studerat Mormons bok i år, hemma och i seminariet. Be dem att komma fram till tavlan och skriva ett ord eller en kort mening som beskriver en välsignelse de har fått till följd av att de har studerat skrifterna. Be gärna några av dem att berätta lite närmare om det de har skrivit. Peka därefter på välsignelserna som står på tavlan.

- Varför tror ni att vi blir välsignade på de här sätten när vi läser i skrifterna?

Be eleverna att tänka på vems ord Jesus citerade när han undervisade nephiterna. (Jesajas ord.) Be en elev läsa 3 Nephi 23:1–3 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Frälsaren sade att vi skulle göra i fråga om Jesajas ord. Föreslå gärna att eleverna markerar ord och uttryck som känns särskilt viktiga för dem i de här verserna. Be dem att berätta vad de upptäcker.

- Varför ville Herren att de skulle utforska Jesajas ord? (Se 3 Nephi 23:2–3.)
- Varför är det en välsignelse att veta att alla Jesajas ord ska gå i uppfyllelse?

Be en elev läsa 3 Nephi 23:4–5 högt. Framhåll att efter att Frälsaren hade sagt att vi skulle utforska Jesajas ord så sade han att vi skulle "utforska profeterna". Skriv följande sanning på tavlan: ***Frälsaren befäller oss att noggrant utforska Jesajas och andra profeters ord.***

- Vad måste vi göra enligt 3 Nephi 23:5 för att bli frälsta? Hur hjälper oss profeternas ord att lyda de här befallningarna?
- Vad är det för skillnad på att läsa profeternas ord noggrant och att bara läsa dem? Varför tror ni att det är viktigt att noggrant utforska Jesajas och andra profeters ord?
- Vilka studiemetoder hjälper er allra bäst att utforska Jesajas och andra profeters ord så att det blir en viktig och meningsfull del av ert liv?

Be en elev läsa följande uttalande av äldste Merrill J. Bateman i de sjuttios kvorum: "Utforskning av skrifterna för med sig särskilda välsignelser. När någon studerar Herrens ord och följer dem kommer hon Frälsaren närmare och får en starkare önskan att leva rättfärdigt. Hon får större förmåga att stå emot frestelser och övervinner andliga svagheter. Andliga sår läks" (se "Kom till Kristus genom att rannsaka skrifterna", *Nordstjärnan*, jan. 1993, s. 27).

- Var hittar vi profeters ord förutom i skrifterna?

Be eleverna att besvara följande fråga i anteckningsböcker eller studiedagböcker:

- Vad kan du göra för att mera noggrant studera profeternas ord?

Be några elever att vittna om välsignelserna med att utforska profeters ord.

### 3 Nephi 23:6–14

#### Frälsaren säger till sina lärjungar att lägga till en viktig skildring till sina andliga uppteckningar

Be några elever tala om vad de har för favoritskildringar i Mormons bok. Skriv deras svar på tavlan. Sudda sedan bort ett av svaren. Be eleverna föreställa sig att Mormon eller Nephi eller någon som förde uppteckningarna hade försummat att ta med den skildringen.

- Vilka värdefulla sanningar skulle ha saknats i Mormons bok om de inte hade tagit med den här skildringen?

Tala om att då Frälsaren undervisade nephiterna så påpekade han att de som förde uppteckningarna hade försummat att ta med en viktig händelse som var uppfyllelsen av en profetia. Be flera elever turas om att läsa högt ur 3 Nephi 23:6–13. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad nephiterna hade försummat att uppteckna.

- Nephiterna hade redan en uppteckning av Samuels profetia (se Helaman 14:25). Varför tror ni att det var viktigt att de också hade en uppteckning om hur den här profetian gick i uppfyllelse?

Framhåll att även om vi personligen inte har blivit befallda att föra en skriftlig uppteckning för kyrkan så har vi fått rådet att skriva dagbok.

- Hur kan Frälsarens ord i 3 Nephi 23:6–13 tillämpas på vår egen strävan att skriva dagbok?

För att hjälpa eleverna inse ett sätt att föra dagbok, ber du en elev högläsa följande skildring av president Henry B. Eyring i första presidentskapet:



”Jag kom hem sent en kväll från ett uppdrag i kyrkan. Det var mörkt ute. Min svärfar bodde i närheten och han överraskade mig när jag gick mot ytterdörren. Han bar en massa rör på axeln, gick raskt och var klädd i sina arbetskläder. Jag visste att han hade byggt ett rörsystem för att pumpa vatten från en bäck i närheten upp till vår gård.

Han log, talade stilla och skyndade sedan vidare förbi mig in i mörkret för att fortsätta sitt arbete. Jag gick vidare mot huset och tänkte på vad han hjälpte oss med och när jag kom fram till dörren hörde jag följande ord i mitt sinne – och det var inte min röst som talade: ’Du måste dela med dig av dessa erfarenheter som jag ger dig. Skriv ner dem.’

Jag gick in. Jag gick inte och lade mig. Fastän jag var trött tog jag fram anteckningspapper och började skriva. När jag gjorde det förstod jag budskapet jag hade hört i mitt sinne. Det var meningen att jag skulle skriva ner detta så att mina barn kunde läsa i framtiden om hur jag sett Guds hand välsigna vår familj. Morfar behövde inte göra det som han gjorde för oss. Han kunde ha bett någon annan göra det eller inte göra det alls. Men han betjänade oss, sin familj, på ett sätt som lärjungarna i Jesu Kristi förbund alltid gör. Så jag skrev ner det, så att mina barn kunde läsa om detta en dag när de skulle behöva det.

Jag skrev några rader varje dag under flera år. Jag hoppade aldrig över en dag hur trött jag än var eller hur tidigt jag skulle stiga upp dagen efter. Innan jag skrev brukade jag begrunda frågan: ’Har jag sett Guds hand röra vid oss, våra barn eller vår familj i dag?’ ” (”O, kommen ihåg, kommen ihåg”, *Liahona*, nov. 2007, s. 66–67).

- Varför tror ni att det är viktigt att skriva om upplevelser som stärker oss andligen?
- Hur kan vi dra nytta av att följa president Eyrings exempel? Hur kan våra uppteckningar hjälpa andra?

Tala om att president Eyring berättade om välsignelser han fick därför att han förde en daglig uppteckning över hur Gud välsignade hans familj. Be en elev läsa följande högt. (Ni kanske läste en del av det här uttalandet i lektion 117. Eleverna kan ha nytta av att höra det igen.)

”När jag fortsatte så hände något. När jag såg tillbaka på dagen som gått såg jag saker som Gud hade gjort för någon av oss som jag inte hade insett under dagens jäkt. När det hände, och det hände ofta, insåg jag att jag genom att försöka minnas gjorde det möjligt för Gud att visa mig vad han hade gjort.

Något som var mer än tacksamhet började växa i mitt hjärta. Mitt vittnesbörd växte. Jag blev ännu mer säker på att vår himmelske Fader hör och svarar på våra böner. Jag kände större tacksamhet för den uppmjukning och förädling som är en följd av Frälsarens

försoning. Och jag visste med större säkerhet att den Helige Anden kan påminna oss om allt – till och med om saker som vi inte lade märke till eller trodde var viktiga när de hände” (se ”O, kommen ihåg, kommen ihåg”, s. 67).

- Vad lär vi oss för princip i skildringen i 3 Nephi 23 och av president Eyrings upplevelser? (Även om eleverna besvarar den här frågan på olika sätt bör deras svar återspegla följande sanning: **När vi skriver ner andliga upplevelser blir vi välsignade både personligen och som familj.**)

Några elever tycker kanske att de inte har upplevt något som är värt att skriva ner. Hjälp dem gärna att komma i gång genom att be en elev högläsa följande ord av äldste John H. Groberg i de sjuttios kvorum:

”Somliga säger: ’Jag har inget att skriva om. Mig händer aldrig något andligt.’ Men jag säger: ’Börja skriva så händer andliga saker. De händer hela tiden, men vi blir mottagligare för dem medan vi skriver’” (”Writing Your Personal and Family History”, *Ensign*, maj 1980, s. 48).

Be eleverna fråga sig själva om de har försummat att skriva om upplevelser som har stärkt dem andligen. Uppmuntra dem att skriva om dessa upplevelser och att fortsätta att skriva om andra upplevelser livet ut. Föreslå gärna att de följer president Eyrings exempel och skriver någonting varje dag.

### Repetition av nyckelskriftställen

Eleverna har nytta livet ut av att lära sig lösa problem med hjälp av skrifterna. Ge varje elev en papperslapp. Be dem att skriva om en fråga de har eller en svårighet de står inför. Tala om att du kommer samla in lapparna och läsa några för klassen och att eleverna därför inte ska skriva sitt namn på dem eller ta med detaljer som är personliga eller olämpliga att ta upp på lektionen. (Ögna gärna igenom papperslapparna efter att ha samlat in dem för att förvissa dig om att innehållet är lämpligt och inte för personligt.) Läs en fråga eller svårighet för klassen och se om eleverna kan ta itu med den med hjälp av nyckelskriftställen.

Tala om att Frälsaren befallde oss att undervisa andra om det som han lärde oss (se 3 Nephi 23:14). För att hjälpa eleverna att lyda den här befallningen uppmuntrar du dem att öva sig i att använda olika undervisningsmetoder, som att förklara lärosatser eller principer, berätta om upplevelser och vittna, när de använder nyckelskriftställen för att lösa problem. Du kan gärna spara de andra frågorna eller svårigheterna som eleverna skrev om och ta upp dem på liknande sätt vid senare tillfällen när ni har tid över.

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra den här repetitionen av nyckelskriftställen. Ni kan göra aktiviteten i början av lektionen, som ett avbrott i lektionen mellan två huvudavsnitt eller i slutet av lektionen. Aktiviteten bör vara kort så att ni hinner med lektionen. Se tillägget i slutet av handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

#### Följ upp mål och uppmaningar

När du har uppmanat eleverna att göra något bestämt, som till exempel att skriva i dagboken, fundera då på hur du kan följa upp det och påminna dem om vad de har åtagit sig att göra. Ge dem möjlighet att berätta vad de har upplevt när de tillämpat sanningarna som de lärt sig på lektionen. Genom att berätta om sina upplevelser inspirerar de varandra att leva efter evangeliet. Du kan ge dem möjlighet att göra det här i början av lektionen. Det är inte nödvändigt att varje elev berättar.

# 3 Nephi 24–26

## Inledning

Jesus Kristus fullgjorde en befallning från vår himmelske Fader att berätta för nephiterna om några profetior av profeten Malaki (se 3 Nephi 26:2). De här profetiorerna sade att de som tillhör Israels hus måste omvända sig och återvända till Herren inför Frälsarens andra

ankomst. Jesus Kristus förklarade också "allting, ända från begynnelsen till den tid då han skall komma i sin härlighet" (3 Nephi 26:3). Mormon skrev att för dem som tror på Mormons bok ska till och med det som är större uppenbaras (se 3 Nephi 26:9).

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 24:1–6

#### *Jesus Kristus citerar Malakis profetia om sin andra ankomst*

Börja klassen med hålla fram en tändsticka och en såpburk (eller rita dem på tavlan [skriv ordet såpa på burken]). Fråga eleverna vad eld och såpa har gemensamt. (Eld och såpa kan båda användas som rengörings- eller reningsmedel.)

Berätta att Jesus Kristus fullgjorde en befallning från Fadern (se 3 Nephi 26:2) att låta nephiterna få några av Malakis profetior. Malaki var en gammaltestamentlig profet som verkade i det heliga landet omkring 170 år efter att Lehi och hans familj hade lämnat Jerusalem. Be eleverna läsa 3 Nephi 24:1–3 tyst för sig själva och leta efter någon som Malaki jämförde med en "guldsmeds eld" och en "tvättares såpa".

- Vem jämförs med en guldsmeds eld och en tvättares såpa? (Jesus Kristus.)
- Vilken händelse beskrivs i de här verserna? ("Hans ankomstdag", det vill säga Jesu Kristi andra ankomst. Föreslå gärna att de ögnar igenom kapitelingressen eller fotnoterna om de behöver hjälp att besvara frågan.)
- Att Jesus Kristus jämförs med eld och såpa, vad kan det tyda på ska hända vid hans andra ankomst? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Vid sin andra ankomst ska Jesus Kristus rena världen.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid 3 Nephi 24:2–3.)

Förklara att en guldsmed använder eld för att upphetta metaller som silver eller guld tills de blir flytande. Upphettningen gör att slagg, eller föroreningar, stiger upp till ytan, där guldsmeden kan avlägsna det och så rena metallen från dess föroreningar. En tvättare är någon som renar eller bleker textilier med hjälp av såpa. Du kan behöva förklara att "Levis söner" var prästadömsbärare i det gamla Israel. I dag kan uttrycket syfta på nutida prästadömsbärare (se L&F 84:33–34).

Be en elev läsa 3 Nephi 24:5–6 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vilka som ska förtäras eller förgöras vid den andra ankomsten och vilka som inte ska förtäras. (Förklara gärna att uttrycket "Jakobs söner" syftar på Herrens förbundsfolk i Israels hus.)

- Vad ska Jesus Kristus göra enligt 3 Nephi 24:5 vid sin andra ankomst? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Jesus Kristus ska förgöra de ogudaktiga vid sin andra ankomst.**)

### 3 Nephi 24:7–18

#### *Jesus Kristus citerar Malakis undervisning om hur Israels hus kan återvända till Herren*

Be eleverna föreställa sig att de har en nära vän eller någon i familjen eller släkten som har svårt att känna Herrens kärlek och påverkan och svårt att bevara sitt vittnesbörd om evangeliet.

- Hur skulle du hjälpa honom eller henne?

### *Besluta vad du ska undervisa om*

Den här lektionen innehåller mer stoff än du håller mer stoff än du kanske har tid att undervisa om. Överväg under bön vilka lärosatser, principer och undervisningsförslag som blir till störst nytta för eleverna i din klass.



Be eleverna läsa 3 Nephi 24:7 tyst för sig själva och ta reda på vad Herren sade till dem som hade börjat avlägsna sig från honom och från förbunden som de hade slutit.

- Vad tror ni menas med att folket hade "avvikit" från Herrens förordningar? (De höll inte längre evangeliets förbund och förordningar.)
- Vad lovade Herren dem som inte höll förbunden som de hade ingått? ("Återvänd till mig, och jag skall återvända till er.")
- Vad tror ni det innebär att "återvända" till Herren? Vad tror ni menas med att Herren ska "återvända" till dem som återvänder till honom?

Skriv följande princip på tavlan: **Om vi återvänder till Herren, återvänder han till oss.**

- Vad lär er den här principen om vår himmelske Fader och Jesus Kristus?

Skriv *Återvänd till Herren* på tavlan. Be eleverna läsa 3 Nephi 24:8–12 tyst för sig själva och leta efter ett sätt som Herren antydde att folket kunde återvända till honom. När eleverna besvarar frågan skriver du *ge tionde och offergåvor* under *Återvänd till Herren*.

- På vad sätt är villighet att betala tionde ett tecken på att någon har skänkt sin kärlek och sina känslor åt Herren?

Be en elev läsa följande ord av president Gordon B. Hinckley:

"Vi kan betala vårt tionde. Det är inte så mycket en fråga om pengar som en fråga om tro" ("Låt oss föra detta verk framåt", *Nordstjärnan*, nr 2 1986, s. 66).

- Villighet att ge tionde och offergåvor, på vad sätt är det ett tecken på att vi har tro på Herren?

Låt eleverna få tid att läsa igenom 3 Nephi 24:10–12 tyst för sig själva. Be dem att ta reda på vad Herren lovar dem som ger ett fullt och ärligt tionde.

- Hur har ni blivit välsignade till följd av att ni har betalat tionde? På vad sätt är det här exempel på att "himmels fönster" har öppnats?

Sammanfatta 3 Nephi 24:13–18 genom att tala om att Herren i de här verserna påpekade att somliga i det gamla Israel hade ifrågasatt behovet av att hålla evangeliets förordningar. De klagade över att de högmodiga och de ogudaktiga tycktes ha framgång trots att de var orättfärdiga. I 3 Nephi 24:16 svarar Herren och säger att "en minnesbok" skulle föras och i den skulle namnen på de trofasta skrivas in (se L&F 85:7–9; 128:6–7; Mose 6:5–8). Herren sade att när han återvänder ska han bevara de trofasta och de ska vara hans skatt – han ska "insamla [sina] ädelstenar".

- På vad sätt är det en välsignelse att veta att Herren ska bevara de trofasta och göra dem till sin skatt?
- Vilka uttryck i 3 Nephi 24:16 beskriver dem som Herren ska bevara som sin skatt? ("De som fruktade Herren" och som "tänkte på hans namn".)

Skriv *frukta Herren* och *tänk på Herrens namn* under *Återvänd till Herren*. (Du kan behöva förklara att i det här sammanhanget betyder ordet *frukta* att visa aktning för.) Be eleverna besvara följande fråga i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker:

- Fundera på var du står i fråga om att ge tionde och offergåvor och att tänka ofta på Kristus. På vilka sätt kan du "återvända" till honom eller förbättra dig inom de här områdena?

### 3 Nephi 25

#### *Jesus Kristus citerar Malakis profetia om att Elia skulle återvända före den andra ankomsten*

Be en elev läsa 3 Nephi 25:1–3 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på en orsak till att den andra ankomsten blir till välsignelse för dem som är trofasta mot Jesus Kristus. Be eleverna berätta vad de upptäcker. Du kan behöva förklara att i 3 Nephi 25:1 syftar ordet *rot* förmodligen på förfäder och ordet *gren* på efterkommande. I nästa liv har de ogudaktiga inte välsignelsen av att vara beseglade till sina förfäder och efterkommande. I 3 Nephi 25:2 syftar uttrycket "kalvar i båset" på kalvar som befinner sig i säkerhet, är välgödda och väl omhändertagna. Herren lovar att han på liknande sätt ska beskydda och ha omsorg om dem som "fruktar [hans] namn".

Tala om att Malaki profeterade om en händelse som skulle äga rum före den andra ankomsten och där den gammaltestamentlige profeten Elia skulle spela en viktig roll. Be

en elev läsa 3 Nephi 25:5–6 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Elia skulle göra för att hjälpa till att förbereda världen inför Herrens ankomst.

Fråga eleverna vad de vet om Elias återkomst till jorden som del av evangeliets återställelse. Komplettera gärna deras svar genom att berätta att den 3 april 1836 visade sig Elia för Joseph Smith och Oliver Cowdery i det då nyligen invigda templet i Kirtland (se L&F 110:13–16). Vid det tillfället återställde Elia de prästadömsnycklar som krävdes för att kunna besegla familjer för evigt i Herrens tempel. Genom att släktforska finner vi släktingar för vilka tempelförrättningar kan utföras.

- Vad tror ni menas med att Elia skulle "vända fädernas hjärtan till barnen och barnens hjärtan till deras fäder"?
- På vad sätt är det en välsignelse för er att veta att ni kan bli beseglade till er familj för evigt?

Vittna om att **när våra hjärtan vänds till våra fäder genom släktforskning och tempelarbete hjälper vi till att förbereda jorden inför Jesu Kristi andra ankomst.**

### 3 Nephi 26:1–12

*Jesus Kristus förklarar skrifterna, och Mormon undervisar om vad som måste göras för att få det som är större som Frälsaren uppenbarade*

Sammanfatta 3 Nephi 26:1–5 genom att berätta att efter att Frälsaren hade citerat Malakias profetior så undervisade han folket om "allt som [skulle] ske på jordens yta", från skapelsen till den slutliga domen (3 Nephi 26:3–4).

Be en elev läsa 3 Nephi 26:6–8 högt, och be klassen vara uppmärksam på hur mycket av det som Jesus Kristus undervisade om finns i Mormons bok. Be därefter eleverna läsa 3 Nephi 26:9–11 tyst för sig själva och leta efter skälet till att Mormon i sitt sammandrag inte tog med allt som Frälsaren undervisade nephiterna om. Betona att ordet *tro* i de här verserna innebär att vi måste handla efter lärorna och principerna som Gud har uppenbarat och inte bara hoppas att de ska vara sanna.

- Vad lovar Herren enligt 3 Nephi 26:9 dem som tror på och handlar efter det som han har uppenbarat? (När eleverna besvarar frågan betona då att **när vi tror på och handlar efter det som Gud har uppenbarat, förbereder vi oss på att ta emot större uppenbarelser.**)
- Varför tror ni att det är nödvändigt att vi tror på sanningar som vi redan har fått innan vi kan få ytterligare sanning?
- Hur kan vi visa att vi tror på det som Herren har uppenbarat?

Lova eleverna att om de studerar trofast och tillämpar principerna i Mormons bok så ska de få djupare insikt i evangeliet. Hjälpe eleverna fundera på hur bra de tar till sig sanningarna i Mormons bok genom att be dem besvara följande frågor i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker (skriv gärna frågorna på tavlan):

- Vad gör du i ditt liv som visar att du tror på Mormons bok?
- När har du läst Mormons bok med ärligt uppsåt och därigenom fått personlig uppenbarelse?

### 3 Nephi 26:13–21

*Frälsaren avslutar sin jordiska verksamhet bland nephiterna, och hans lärjungar följer hans exempel i sin verksamhet*

Tala om att i 3 Nephi 26 sammanfattar Mormon återstoden av Frälsarens verksamhet bland nephiterna. Be eleverna läsa 3 Nephi 26:13–16 tyst för sig själva. Föreslå gärna att de markerar några saker som Frälsaren gjorde och som Mormon valde att betona.

Om tiden medger, ber du eleverna att gå igenom och fundera över sina anteckningar och markeringar i skrifterna från deras studium av 3 Nephi 11–25. Uppmuntra dem att leta efter undervisning och händelser ur Frälsarens verksamhet bland nephiterna som känns särskilt viktiga för dem. Be några elever att berätta om tankar och känslor de har i fråga om Frälsarens verksamhet bland nephiterna.

# 3 Nephi 27

## Inledning

Kort efter Frälsarens besök hos nephiterna samlades de nephitiska lärjungarna som han hade kallat och förenades i mäktig bön och fasta. Jesus Kristus visade sig för

dem och besvarade deras fråga om vad de skulle kalla kyrkan. Han undervisade dem om sitt evangelium och befallde dem att vara lika honom.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 27:1–12

*Jesus Kristus undervisar sina tolv lärjungar om att kyrkan ska bära hans namn*

Dela upp klassen i grupper på tre eller fyra elever. Om din klass är liten, låter du eleverna arbeta enskilt. Be varje grupp (eller elev) föreställa sig att de ska starta en ny förening eller idrottsklubb. Be varje grupp bestämma sig för vilken typ av förening eller idrottsklubb de ska starta, som till exempel en vetenskapsförening eller ett fotbollslag, och välja ett namn på organisationen. Be varje grupp att skriva det här namnet på ett papper. Samla sedan in papperen. (Aktiviteten bör vara kort och får inte avleda uppmärksamheten från lärosatserna och principerna i 3 Nephi 27.)

Läs upp namnet på varje papper. Efter varje namn ber du klassen att med hjälp av det namnet gissa vad det är för typ av förening eller lag.

- Van kan ett namn säga om en organisation eller om dem som tillhör den?

Berätta att kort efter Jesu Kristi besök hos nephiterna, förenades hans tolv lärjungar i fasta och bön (se 3 Nephi 27:1). Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 27:2–7. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på lärjungarnas fråga och på Frälsarens svar.

- Vad sade Frälsaren att hans kyrka skulle kallas?
- Vad angav han för skäl till att kyrkan skulle bära hans namn?

Be eleverna utforska 3 Nephi 27:8–12 tyst för sig själva och leta efter Frälsarens beskrivning av den sanna kyrkan. Medan de läser skriver du följande ofullständiga mening på tavlan:

*Jesu Kristi sanna kyrka måste ...*

När eleverna har haft tillräcklig tid att läsa de här verserna, frågar du dem hur de skulle avsluta meningen med tanke på vad de just läste. (Eleverna bör urskilja följande sanning: **Jesu Kristi kyrka måste kallas efter hans namn och vara byggd på hans evangelium.**)

- Varför tror ni att det är viktigt att Frälsarens kyrka bär hans namn?
- Vad tror ni att det innebär att kyrkan är "byggd på [hans] evangelium"? (3 Nephi 27:10.)  
Varför tror ni att det är viktigt att kyrkan är byggd på hans evangelium och inte på människors verk?

Be eleverna att avsluta följande mening i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker: "Att vara medlem i Jesu Kristi kyrka är viktigt för mig därför att ..."

### 3 Nephi 27:13–22

*Jesus Kristus definierar sitt evangelium och undervisar om vad vi måste göra för att kunna stå obefläckade inför honom och hans Fader*

Be eleverna att tänka på hur de kände sig när någon kom på dem med att göra orätt. (Be dem inte att berätta om de här erfarenheterna.) Be dem därefter att föreställa sig hur det är att stå inför Herren för att dömas. Be dem att fundera över följande fråga:

- Hur kommer du att känna dig när du står inför Herren om du är skyldig till synd?

Tala om att ordet *evangelium* betyder "glädjebudskap". Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 27:13–16, och be klassen vara uppmärksam på ett glädjebudskap i de här verserna. Be dem också att fundera på hur det här glädjebudskapet relaterar till den dag när de ska stå inför Gud för att dömas.

- Frälsaren vittnade om att han kom till världen för att göra sin Faders vilja. Vad sände vår himmelske Fader Jesus Kristus till världen för att göra enligt 3 Nephi 27:14?
- Vad är evangeliets grundval enligt 3 Nephi 27:13–14? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Evangeliets grundval är att Jesus Kristus gjorde sin Faders vilja i och med att han åstadkom försoningen.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid 3 Nephi 27:13–14.)
- Vad händer med alla människor på grund av att Frälsaren uppfyllde Faderns vilja? (Vi lyfts alla upp för att stå inför honom och dömas efter våra gärningar.)

Be eleverna utforska 3 Nephi 27:16 tyst för sig själva och ta reda på vad vi måste göra för att få alla försoningens välsignelser och förbereda oss inför domen. Be eleverna berätta vad de upptäckte. Be en elev skriva deras svar på tavlan.

- Vilka välsignelser får de som omvänder sig, blir döpta och håller ut intill änden enligt den här versen? (Elevernas svar bör återspegla följande sanning: **Om vi omvänder oss, blir döpta och håller ut intill änden, är vi utan skuld när vi står inför Gud för att dömas.**)

Be en elev läsa 3 Nephi 27:17–19 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som händer med dem som inte omvänder sig eller inte håller ut intill änden.

- Varför behöver enligt vad ni har läst alla vår himmelske Faders barn Jesu Kristi försoning?
- Vad finns det för glädjebudskap för oss när vi tänker på att vi ska stå inför Herren för att dömas?

Be en elev att högläsa följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:



”Glädjebudskapet’ [är] att vi kan undfly döden och helvetet, att vi [kan] övervinna misstag och synder, att det [finns] hopp, att det [finns] hjälp, att det olösliga [har] lösts, att fienden [har] besegrats. Glädjebudskapet [är] att *allas* grav en dag [ska] stå tom, att *allas* själ [kan] bli ren igen, att *varje* Guds barn [kan] återvända till den Fader som gav liv åt dem” (“Missionary Work and the Atonement”, *Ensign*, mars 2001, s. 8, 10).

Be en elev läsa 3 Nephi 27:20–21 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Frälsaren uppmanar oss att göra.

- Vad uppmanar oss Frälsaren att göra i de här verserna?

För att hjälpa eleverna att fundera på vad de gör för att följa den här uppmaningen ber du dem att besvara följande frågor i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. (Skriv gärna frågorna på tavlan före lektionen eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.)

- Varför vill Frälsaren att du ska omvända dig och komma till honom?
- På vad sätt följer du Frälsarens uppmaning i 3 Nephi 27:20–21?
- Vad kan du göra i dag för att förbereda dig så att du kan stå obefläckad inför Herren?

Be en elev läsa Läran och förbunden 76:40–42 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på ytterligare skäl till varför evangeliet är ett glädjebudskap. (Föreslå gärna att eleverna skriver *L&F 76:40–42* i skrifterna bredvid 3 Nephi 27:13.)

Tidigare i lektionen bad du eleverna att fundera över hur de skulle känna sig inför Herren om de var skyldiga till synd. Be dem nu att fundera över hur de skulle känna sig inför Frälsaren om de visste att de hade blivit rena genom hans försoning och genom att lyda hans evangeliums principer och bud och ta emot dess förrättningar.

- Om ni fick möjlighet att prata med Frälsaren vid det tillfället, vad skulle ni då säga till honom?
- Med tanke på vad ni har studerat i dag, hur skulle ni förklara evangeliets glädjebudskap för en vän?

**Vittna om Jesus Kristus**

Jesu Kristi försoning är den grundläggande sanning som alla evangeliets läror och principer bygger på. Den bör utgöra grundvalen i all undervisning om evangeliet och i allt lärande i det sammanhanget. Var uppmärksam på tillfällen att ofta vittna om Jesus Kristus och att hjälpa eleverna att få djupare kärlek till honom och en starkare önskan att vara hans trofasta lärjungar.

**3 Nephi 27:23–33****Jesus Kristus uppmanar sina lärjungar att bli sådana som han är**

Sammanfatta 3 Nephi 27:23–26 genom att berätta att Frälsaren gav olika anvisningar till sina tolv nephitiska lärjungar och undervisade dem om deras plikter. Be eleverna läsa 3 Nephi 27:27 tyst för sig själva och leta efter den befallning som han gav sina lärjungar för att hjälpa dem att utföra uppgiften att vara folkets domare.

- Varför är det viktigt att folkets domare är som Frälsaren?

Be eleverna läsa igenom 3 Nephi 27:21.

- Vad befallde Frälsaren lärjungarna att de skulle göra?
- Vad finns det för samband mellan att göra Frälsarens gärningar och att bli lika honom?

Medan eleverna diskuterar den här frågan skriver du följande princip på tavlan: **Herren förväntar sig att hans lärjungar ska göra hans gärningar och bli som han är.**

- Hur kan vi till exempel vara lika Frälsaren? Vad kan vi till exempel göra för gärningar då vi följer hans exempel?
- På vad sätt har ni blivit välsignade när ni har försökt följa Frälsarens exempel?

Avsluta med att vittna om de välsignelser vi får när vi strävar efter att bli lika Jesus Kristus.

**Kommentar och bakgrundsinformation****3 Nephi 27:13–21. Jesu Kristi evangelium**

Profeten Joseph Smith förklarade vad som är det centrala budskapet i Jesu Kristi evangelium:

”De fundamentala principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himmelen. Allt annat som tillhör vår religion är endast tillägg till detta” (*Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 49).

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum sade:

”Ordet *evangelium* betyder ’glädjebudskap’. Glädjebudskapet är Herren Jesus Kristus och hans frälsningsbudskap. [Se Handledning för skriftstudier, ”Evangelierna”, s. 35.] Jesus likställde evangeliet med både sin mission och sin verksamhet på jorden. Då han beskrev sin mission, sade Jesus:

’Detta är det evangelium som jag har givit er – att jag kom till världen för att göra min Faders vilja, därför att min Fader sände mig.

Och min Fader sände mig för att jag skulle kunna lyftas upp på korset’ [3 Nephi 27:13–14].

Vi vet att det var Frälsarens jordiska mission att utföra *försoningen*.

Frälsarens jordiska *verksamhet* innefattar allt annat han sade och gjorde – hans undervisning, kärleksfulla ord och handlingar, iakttagande av förordningar, bönemöns-ter, uthållighet och mer till. Han levde för att vara vårt föredöme, vilket han också likställde med evangeliet i beskrivningen av sin mission och jordiska verksamhet. ’Detta är mitt evangelium’, sade han, ’... ty de gärningar som ni har sett mig göra skall även ni göra’ [3 Nephi 27:21]. Så tro, omvändelse, dop med vatten, eld och med den Helige Anden, de utvaldas insamling och att hålla ut intill änden är allt del av evangeliet” (se ”Seniormissionärer och evangeliet”, *Liahona*, nov. 2004, s. 81).

**3 Nephi 27:27. Att bli mer lika Jesus Kristus**

President Ezra Taft Benson sade:

”Den människa är störst och lyckligast och mest välsignad som i sitt liv mest efterliknar Kristi liv. Det här har ingenting att göra med jordisk rikedom, makt eller anseende. Det enda verkliga provet på storhet, lycka och glädje är hur mycket vi liknar Mästaren, Jesus Kristus. Han är den rätta vägen, den fullständiga sanningen och liv i överflöd” (”Jesus Christ – Gifts and Expectations” [tal på BYU, 10 dec. 1974], s. 1, [speeches.byu.edu](http://speeches.byu.edu)).

# 3 Nephi 28

## Inledning

När Jesus frågade var och en av sina tolv lärjungarna vad de önskade av honom, bad nio av dem att när de hade avslutat sin verksamhet på jorden att de då snart skulle få återvända till honom. Tre av dem bad att få bli kvar på jorden för att föra själar till honom ända till hans andra ankomst. Herren uppfyllde båda

önskingarna. Mormon beskriver de tre nephiternas verksamhet närmare och berättar också vad Herren hade uppenbarat för honom om den kroppsliga förändring som de tre nephiterna genomgick så att de kunde bli kvar på jorden.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 28:1–11

#### *Jesus Kristus lovar att uppfylla sina nephitiska lärjungars önskingar*

Be eleverna att fundera på vad de skulle svara Jesus Kristus om han visade sig för dem och frågade: "Vad är det ni önskar av mig?" Be dem att skriva svaret i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Ge dem tillfälle att berätta vad de skrev om de så önskar.

Be eleverna läsa 3 Nephi 28:1–3 tyst för sig själva och ta reda på vad nio nephitiska lärjungar svarade då Herren ställde den här frågan till dem. När eleverna har berättat vad de fick veta, frågar du:

- Vad tyckte Frälsaren om deras önskan?

Be eleverna läsa 3 Nephi 28:4–9 och ta reda på vad de tre övriga lärjungarna önskade av Frälsaren. Be eleverna att berätta vad de upptäckte. (Rikta gärna elevernas uppmärksamhet på följande ord i 3 Nephi 28:9: "Ni har önskat att få föra människosjälar till mig så länge världen består.")

- Vad tyckte Frälsaren om den här önskan hos tre av lärjungarna?
- Vad lovade Frälsaren de tre nephiterna enligt 3 Nephi 28:8–9 så att deras rättfärdiga önskan skulle uppfyllas?

Be en elev läsa 3 Nephi 28:10 högt, och be klassen vara uppmärksam på välsignelser som Herren lovade de tre nephiterna.

- Vad lovade Herren de tre nephiterna? När har ni upplevt att detta att tjäna andra skänker stor glädje?
- Vad lär vi oss om Herren i 3 Nephi 28:1–10? (I elevernas svar kan ingå att **Herren välsignar oss efter våra rättfärdiga önskingar** och att **Herren gläder sig när vi vill hjälpa andra att komma till honom**.)

För att hjälpa eleverna förstå vikten av att ha en rättfärdig önskan läser du följande uttalanden:

Äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kvorum sade:

"Det vi under en längre tid önskar är därför det vi till sist blir och får i evigheten ...

Rättfärdiga önskingar måste vara ihärdiga" ("Enligt vårt hjärtas önskingar", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 20).

President Brigham Young sade:

"De män och kvinnor som vill ha en plats i det celestialet kommer att upptäcka att de måste kämpa varje dag mot fienden till allt som är rätt" ("Remarks", *Deseret News*, 28 dec. 1864, s. 98).

- Vad tror ni att vi måste kämpa mot varje dag för att våra rättfärdiga önskingar ska uppfyllas?
- När har ni känt att Herren har välsignat er på grund av era rättfärdiga önskingar?

#### *Undvik att spekulera över de tre nephiterna*

Många har hört berättelser om förmenta besök av de tre nephiterna. Undervisa om vad som står i skrifterna i stället för att föra sådana berättelser vidare. Kom ihåg att Mormon skrev att de tre nephiterna skulle vara bland judarna och icke-judarna, som "inte [skulle] känna dem" (3 Nephi 28:27–28). Ta inte upp berättelser eller annan information som inte finns i kyrkans godkända källor.

Påminn eleverna om de önskningsord de skrev om i början av lektionen. Be dem att skriva några meningar om vad de kommer att börja göra i dag för att dessa rättfärdiga önskningsord kan uppfyllas.

### 3 Nephi 28:12–35

#### *Mormon beskriver de tre nephiternas verksamhet*

Be en elev läsa 3 Nephi 28:12–16 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som händer med de nephitiska lärjungarna efter att Frälsaren hade lämnat dem. Berätta att lärjungarna blev förklarade – deras kroppar förändrades tillfälligt.

- Varför var det nödvändigt enligt 3 Nephi 28:15 att lärjungarna blev förklarade? ("Så att de kunde se det som hör Gud till.")

Berätta att vi frånar och med 3 Nephi 28:17 kan läsa Mormons beskrivning av de tre nephiternas verksamhet. Be eleverna läsa 3 Nephi 28:17 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på vad det var Mormon inte visste i fråga om de tre nephiternas kroppsliga tillstånd när han skrev den här skildringen. (Berätta gärna för eleverna att de senare i lektionen får veta mera om förändringen som de tre nephiterna genomgick.)

Be några elever turas om att högläsa ur 3 Nephi 28:18–23. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur Herren välsignade de tre nephiterna så att de kunde genomföra sina rättfärdiga önskningsord.

- Vad gjorde de tre nephiterna för att genomföra sin önskan att föra andra till Frälsaren?
- Hur välsignade Herren dem så att deras önskan kunde uppfyllas?

Be eleverna läsa 3 Nephi 28:25–32 tyst för sig själva och ta reda på vilka som har haft nytta av och kommer att ha nytta av de tre nephiternas verksamhet. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar. (Lägg märke till att 3 Nephi 28:27–28 visar en anledning till att vi ska vara försiktiga med att tro på eller berätta vad personer har berättat som påstår sig att ha träffat de tre nephiterna: Mormon sade att folken som de tre nephiterna ska verka bland "inte [skall] känna dem".)

### 3 Nephi 28:36–40

#### *Mormon får närmare kunskap om förvandlade varelser*

Fråga eleverna om de någonsin har haft en fråga om evangeliet eller läst något i skrifterna som de inte förstod. Påminn dem om att då Mormon först skrev om de tre nephiternas förklaring, sade han att han inte helt förstod hur deras kroppar skulle förändras under deras jordiska verksamhet (se 3 Nephi 28:17).

- Vem vänder ni er till när ni har frågor om evangeliet eller om ett skriftställe? Varför då?

Be eleverna läsa 3 Nephi 28:36–37 tyst för sig själva för att få veta hur Mormon bar sig åt för att få svar på sin fråga.

- Vad lär vi oss för princip av Mormon om hur man får ytterligare kunskap? (Eleverna kanske besvarar frågan på olika sätt, men förvissa dig om att de urskiljer följande princip: **Om vi saknar insikt bör vi fråga vår himmelske Fader, så får vi vägledning.**)
- Vad finns det för exempel som belyser den här principen?
- Vad finns det till exempel för situationer där vi kan behöva be vår himmelske Fader om att få djupare insikt?



Läs följande ord av president Spencer W. Kimball där han framhäver några situationer där vi bör be om hjälp:

"Var och en av oss står i stort behov av hans hjälp när vi strävar efter att lära oss evangeliets sanningar och leva efter dem, när vi söker hans hjälp i livets större beslut. De besluten innefattar utbildning, äktenskap, arbete, bostad, att bilda familj, att tjäna tillsammans i Herrens verk, att söka förlåtelse, ständig ledning och ständigt beskydd hos honom i allt vi gör. Våra behov är många och verkliga och innerliga ...

Efter ett liv i bön känner jag till den kärlek, kraft och styrka som uppriktigt och innerlig bön ger. Jag känner till vår Faders villighet att hjälpa oss under jordlivet, att undervisa oss, leda

oss och vägleda oss. Därför sade Frälsaren, med stor kärlek: 'Det jag säger till en, säger jag till alla. Be alltid' (L&F 93:49)" (se "Bedjen alltid", *Nordstjärnan*, mars 1982, s. 2, 8).

- Hur får ni större tro på bönen kraft? När har ni och era familjer fått svar på böner?

Uppmuntra eleverna att vända sig till vår himmelske Fader när de försöker få insikt i evangeliet och klara av livets prövningar. Vittna om de välsignelser du har fått när du har vänt dig till vår himmelske Fader med dina svårigheter och frågor.

Tala om att den förändring som de tre nephiterna genomgick kallas förvandling. **Några av Herrens trofasta tjänare har blivit förvandlade så att de kan fortsätta sin verksamhet på jorden.** När Mormon fortsatte att fråga om den här förändringen fick han närmare kunskap om förvandlade varelser.

Skriv *Förvandlade varelser* på tavlan. Be en elev läsa 3 Nephi 28:37–38 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Mormon fick veta om den förändring som skedde med de tre nephiternas kroppar.

- Vad fick Mormon veta om förvandlade varelser? (Be en elev skriva de andra elevernas svar på tavlan. I svaren bör ingå att förvandlade varelser inte "smaka[r] döden", att de inte känner smärta, att de inte känner sorg utom för världens synder.)
- Varför var den här förändringen i deras kroppar nödvändig? (Be gärna eleverna att läsa igenom 3 Nephi 28:6–7. Den här förändringen var nödvändig för att deras rättfärdiga önskan skulle kunna uppfyllas: att stanna kvar på jorden och fortsätta att föra själar till Kristus ända till Frälsarens andra ankomst.)

Be eleverna läsa 3 Nephi 28:39–40 tyst för sig själva och leta efter ytterligare upplysningar om förvandlade varelser. Be en annan elev att skriva deras upptäckter på tavlan. (I svaren bör ingå att förvandlade varelser inte kan frestas av Satan, att de har heliggjorts och är heliga och att "jordiska makter inte [kan] få herravälde över dem".) Du kan behöva tala om att även om förvandlade varelser inte lider dödens vånda så uppstår de inte. Denna "större förändring" sker först på domens dag, då de förändras från dödlighet till odödlighet "i ett ögonblick" (se 3 Nephi 28:8, 40).

Avsluta med att vittna om de principer och lärosatser som ni har behandlat under lektionen. Uppmuntra eleverna att handla efter de meningar som de har fått av Anden.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 28. Förklaring och förvandling

De tre nephiterna förklarades och förvandlades.

Förklaring är ett uttryck som används i 3 Nephi 28:13–17 och betyder "tillstånd hos människor som tillfälligt förändras till utseende och natur – det vill säga lyfts till en högre andlig nivå – så att de kan uthärda himmelska varelsers närvaro och härlighet" (Handledning för skriftstudier, "Förklarad, förklaring", scriptures.lds.org; se också L&F 67:11; Mose 1:11). Skrifterna berättar om personer som blev förklarade, däribland Mose (se Mose 1:9–11), Jesus Kristus, Petrus, Jakob och Johannes

(se Matt. 17:1–8) och Joseph Smith (se Joseph Smith — Historien 1:14–20).

Förvandlade varelser är "personer [som] förändras på ett sådant sätt att de inte upplever vare sig smärta eller död tills de uppstår i odödlighet" (Handledning för skriftstudier, "Förvandlade varelser", scriptures.lds.org; se också 3 Nephi 28:7–9, 20–22, 37–40). Deras uppgift är att föra själar till Kristus (se 3 Nephi 28:9). Det finns skildringar i skrifterna av personer som har förvandlats, däribland Hanok (se 1 Mos. 5:24; Hebr. 11:5), Mose (se Alma 45:19), Elia (se 2 Kung. 2:11) och Johannes (se Joh. 21:22–23; L&F 7).



# 3 Nephi 29–30

## Inledning

När Mormon avslutade sin skildring av Frälsarens besök hos nephiterna, sade han att Mormons boks framkomst skulle vara ett tecken på att Herren hade börjat fullborda sitt förbund med Israels hus. Han varnade också

och sade att de som förkastar Guds verk blir föremål för Guds straffdomar. Han skrev ner Frälsarens inbjudan till alla människor att omvända sig och bli räknade bland Israels hus.

### Följ upp mål och uppmaningar

I lektion 131 uppmunttrade du eleverna att skriva om upplevelser som har stärkt dem andligen. Du kan påminna dem om den uppmaningen innan du går in på dagens lektion. Du skulle också kunna låta dem få tillfälle att berätta om hur de har haft nytta av att skriva ner sina upplevelser.

## Lektionsförslag

### 3 Nephi 29

*Mormon vittnar om att Herren i de sista dagarna ska fullborda sitt förbund med Israels hus*

Skriv följande uppställning på tavlan före lektionen (eller på ett utdelningsblad till varje elev):

_____ 1. Icke-judar	a) Två betydelser: 1) ättlingar till den gamla testamentliga profeten Jakob (Israel), som Herren slöt förbund med och 2) de som uppriktigt tror på Jesus Kristus och har slutit förbund med Gud
_____ 2. Israels hus	b) Ett löfte till de trofasta som innefattade evangeliets välsignelser, prästadörets myndighet, eviga familjer och ett arvland
_____ 3. Förakta	c) Två betydelser: 1) människor som inte är av israelitisk eller judisk härkomst och 2) människor som inte har evangeliet
_____ 4. Herrens förbund med Israel	d) Djup olycka och ånger
_____ 5. Ve	e) Att nedlåtande ignorera eller förkasta

Börja lektionen med att be eleverna para ihop orden i den vänstra spalten med rätt definition i den högra (svar: 1-c, 2-a, 3-e, 4-b, 5-d). När eleverna berättar hur de har svarat, förvissa dig då om att de förstår definitionerna. Det kan du göra genom att till exempel be dem förklara definitionerna med egna ord eller genom att sätta in varje ord eller uttryck i en mening. Tala om för eleverna att de här definitionerna ska hjälpa dem att förstå 3 Nephi 29–30 bättre.

Berätta att efter det att Mormon hade skrivit om Frälsarens besök hos nephiterna, profeterade han om hur Herrens löften skulle uppfyllas i de sista dagarna. Fråga eleverna om de någonsin har upplevt att ett gudomligt löfte uppfyllts, vare sig det gavs i skrifterna, av en profet, genom den Helige Anden eller i en prästadömsvälsignelse. Be några elever att berätta om sådana upplevelser (men påminn dem om att de inte ska berätta om upplevelser som är alldeles för personliga).

- Varför tror ni att somliga kanske tvivlar på att Gud ska hålla sina löften?
- Hur vet ni att Gud håller sina löften?

Skriv orden *när* och *då* på tavlan. Be eleverna läsa 3 Nephi 29:1–3 tyst för sig själva och leta efter orden som står på tavlan. Förklara att de här orden hjälper dem att urskilja en

händelse som visar att Herren håller sina löften till Israels hus i de sista dagarna. (Betona gärna att uttrycket ”dessa uppteckningar” i 3 Nephi 29:1 syftar på Mormons bok.)

- Hur skulle ni sammanfatta profetian i de här verserna? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Mormons boks framkomst är ett tecken på att Herren håller på att fullborda sitt förbund att samla in Israel i de sista dagarna.** Du skulle kunna uppmuntra eleverna att markera den här sanningen i kapitelningressen till 3 Nephi 29.)

Be eleverna att alla hålla upp Mormons bok. Tala om att det de har i handen är uppfyllelsen av Mormons profetia och att de kan vara helt säkra på att Herren håller på att förbereda sitt folk inför sin ankomst. Be en elev att högläsa följande uttalande av äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum:



”Mormons bok är ett påtagligt tecken på att Herren har börjat samla in sina barn av Israels förbund ...

Ja, Herren har inte glömt oss! Han har välsignat oss och andra över hela världen med Mormons bok ... Den hjälper oss att sluta förbund med Gud. Den inbjuder oss att minnas honom och lära känna hans älskade Son. Den är ännu ett Jesu Kristi testamente” (”Förbund”, *Liahona*, nov. 2011, s. 88).

- Att vi har Mormons bok, varför är det ett vittne om att Gud håller sina löften?

Skriv följande fråga på tavlan: *Varför intresserar sig sista dagars heliga för Herrens förbund med Israels hus?* Be klassen att vara uppmärksam på svar på den här frågan då du läser följande ord av äldste Russell M. Nelson, som räknar upp löften som ingår i Herrens förbund med hans folk. (Ge gärna varje elev en kopia av yttrandet.)

”Det förbund Herren först slöt med Abraham och på nytt med Isak och Jakob ... innehöll flera löften, däribland:

- Jesus Kristus skulle födas genom Abrahams släktlinje.
- Abrahams efterkommande skulle bli talrika, berättigade till evig avkomma och berättigade till att inneha prästadömet.
- Abraham skulle bli fader till många nationer.
- Vissa länder skulle ärvas av hans efterkommande.
- Alla jordens nationer skulle välsignas genom hans avkomlingar.
- Och det förbundet skulle bestå i all evighet – ja, ’i tusen släktled’.

En del av de här löfterna har uppfyllts, andra väntar ...

Somliga av oss är bokstavligen Abrahams efterkommande, andra har samlats in i hans familj genom adoption. Herren gör inte skillnad på människor. Tillsammans får vi dessa utlovade välsignelser – om vi söker Herren och håller hans bud ...

Brigham Young sade: ’Alla sista dagars heliga inträder i det nya och eviga förbundet när de kommer in i denna kyrka’” (”Förbund”, s. 87–88; citatet ur *Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young* [1997], s. 62).

- Hur skulle ni besvara frågan på tavlan med tanke på vad ni har lärt er av äldste Nelsons yttrande? (Eleverna kanske kommer med olika svar, men förvissa dig om att de urskiljer följande sanning: **Sista dagars heliga är del av Herrens förbundsfolk, och vi har plikten att vara till välsignelse för alla nationer.**)
- Hur försöker sista dagars heliga vara till välsignelse för alla jordens nationer?
- Vad har Mormons bok för roll i den här strävan?

Hänvisa till orden *förakta* och *ve* i matchningsaktiviteten ni gjorde. Berätta att Mormon visste att i de sista dagarna skulle det finnas personer som skulle förakta Mormons bok och andra bevis på att Herren håller på att fullborda sitt förbund med sitt folk. Be eleverna läsa 3 Nephi 29:4–9 tyst för sig själva och ta reda på vad som kommer hända med dem som föraktar Frälsaren och hans verk. Efter att de har berättat vad de har hittat skulle du kunna föreslå att de skriver följande sanning i sina skrifter: **De som förnekar Jesus Kristus och hans verk måste sörja.**

- Varför är sorg en naturlig följd av att förakta Frälsaren och hans verk?
- Vad skulle ni säga till någon som påstår att Herren inte talar till människan eller gör under?
- Hur kan vi värdesätta Herren och hans verk mer i vårt liv?

### 3 Nephi 30

#### *Herren befäller icke-judarna att omvända sig och komma till honom*

Hänvisa till ordet *icke-judar* i matchningsaktiviteten. Berätta för eleverna att i 3 Nephi 30 fullgör Mormon en befallning från Herren att skriva en inbjudan från Jesus Kristus till icke-judarna, eller människor som inte har evangeliet. Be eleverna läsa 3 Nephi 30:1–2 tyst för sig själva och försöka hitta så många olika slags inbjudningar eller uppmaningar som möjligt. Efter att eleverna har berättat vad de hittat, frågar du:

- Vilken av dessa inbjudningar tror ni är en sammanfattning av alla de andra? (Inbjudan att komma till Kristus innefattar omvändelse, dop, att ta emot den Helige Anden och att bli räknade bland Herrens folk.)
- Vilka välsignelser lovar Jesus Kristus icke-judarna om de kommer till honom? (Att deras synder ska bli förlättna, att de ska bli fyllda av den Helige Anden och att de ska bli räknade bland hans folk.)
- Varför är det en välsignelse att bli räknade bland Herrens folk?

Skriv följande princip på tavlan: ***Om vi kommer till Kristus, blir vi räknade bland hans folk.*** Tala om att även om 3 Nephi 30:2 riktar sig till dem som inte är medlemmar i kyrkan, kan vi använda Jesu Kristi inbjudan till att mäta våra egna ansträngningar att hålla förbundet som vi har ingått med Gud. Vittna om välsignelserna som kommer av att hålla våra förbund och Herrens bud.

#### Återblick på 3 Nephi

Hjälp eleverna att repetera boken 3 Nephi. Be dem att tänka på vad de har lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Be dem att titta på några av kapitelingsresserna om de behöver hjälp med att komma ihåg vad de har studerat. När eleverna har haft tillräcklig tid på sig ber du flera av dem att berätta något ur 3 Nephi som de tyckte var inspirerande eller som hjälpte dem att få större tro Jesus Kristus.

#### Repetition av nyckelskriftställen

Ge varje elev ett tomt papper. Be dem att skriva brev till någon (antingen tänkt eller någon de känner) som inte är medlem i kyrkan. Föreslå att de utforskar nyckelskriftställen för att hitta sanningar som de kan använda för att inbjuda personen att komma till Kristus och bli räknade bland hans folk. Be några elever berätta vad de skrev.

*Obs:* Den här lektionen är inte så lång och ger er kanske möjlighet att göra den här aktiviteten. Se tillägget i slutet av handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### 3 Nephi 30:1–2. Israels insamling

President Spencer W. Kimball sade:

”Israels insamling består i att gå med i den sanna kyrkan och komma till kunskap om den sanne Guden ... Därför har varje person som tagit emot det återställda

evangeliet och som nu söker tillbe Herren på sitt eget språk tillsammans med de heliga i landet där hon bor, lytt lagen om Israels insamling och är arvtogare till alla välsignelser som har lovats de heliga i dessa sista dagar” (*The Teachings of Spencer W. Kimball*, sammanst. av Edward L. Kimball [1982], s. 439).

# Hemstudielektion

## 3 Nephi 23–30 (studieavsnitt 27)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 3 Nephi 23–30 (studieavsnitt 27) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens mening när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (3 Nephi 23)

Eleverna fortsatte att studera Jesu Kristi ord till nephiterna. De fick veta att Frälsaren befälde folket att noggrant utforska Jesajas och andra profeters ord. När eleverna läste om hur Frälsaren tillrättvisade folket för att de inte hade fört noggranna uppteckningar av andliga händelser, lärde sig eleverna att när vi skriver ner andliga upplevelser inbjuder vi Herren att ge oss ytterligare uppenbarelser.

#### Dag 2 (3 Nephi 24–26)

När eleverna begrundade Malakis ord som Jesus Kristus citerade för nephiterna, påmindes de om att vid Frälsarens andra ankomst ska han rena sitt folk och döma de ogudaktiga. Och när de begrundade tiondets princip och profetian om att profeten Elia skulle återvända i de sista dagarna, insåg eleverna att om vi återvänder till Herren så återvänder han till oss och att om våra hjärtan är vända till våra fäder så hjälper vi till att förbereda jorden inför Jesu Kristi andra ankomst. Mormons förklaring varför han inte tog med allt som Frälsaren undervisade nephiterna om hjälpte eleverna upptäcka att när vi tror på det som Gud har uppenbarat, förbereder vi oss på att ta emot större uppenbarelser.

#### Dag 3 (3 Nephi 27)

Medan de tolv nephitiska lärjungarna fortsatte att be och fasta, besökte Frälsaren dem och förklarade att Jesu Kristi sanna kyrka kallas efter hans namn och är byggd på hans evangelium. Av Frälsarens undervisning framgick klart och tydligt för eleverna att Jesu Kristi evangeliums grundval är att han gjorde sin Faders vilja i och med att han åstadkom försoningen. Med den här insikten i botten lärde sig eleverna att om vi lever efter evangeliets principer så kan vi stå obefläckade inför Gud på den yttersta dagen.

#### Dag 4 (3 Nephi 28–30)

När eleverna läste om hur Jesus Kristus uppfyllde hans nephitiska lärjungars önskingar, lärde de sig att Herren välsignar oss efter våra rättfärdiga önskingar. Och när de läste om hur Mormon bad Herren om ytterligare kunskap i fråga om de tre nephiterna, lärde de sig att om vi ber Herren om insikt så får vi uppenbarelser. Mormons avslutande ord om Frälsarens besök hos nephiterna lärde eleverna att Mormons

boks framkomst är ett tecken på att Herren håller på att fullborda sitt förbund med Israels hus och att om vi kommer till Kristus kan vi bli räknade bland hans folk.

### Inledning

Även om det finns många viktiga principer i 3 Nephi 23–30 fokuserar första hälften av den här lektionen på vad eleverna kan lära sig i 3 Nephi 24–25 om att förbereda sig inför Jesu Kristi andra ankomst. Andra hälften fokuserar på principer i 3 Nephi 27 som hjälper eleverna att fundera över vad det innebär att vara en Jesu Kristi lärjunge och hur de kan vara mera lika honom.

### Lektionsförslag

#### 3 Nephi 23–26

##### *Den upståndne Jesus Kristus förklarar skrifterna för nephiterna*

Be eleverna att komma med exempel på händelser som kräver noggranna förberedelser under en längre tid. (Till exempel ett maratonlopp, en konsert eller en teaterpjäs.) Be eleverna berätta vad som skulle kunna hända med någon som försökte delta i dessa händelser utan att ha förberett sig.

Be en elev läsa 3 Nephi 24:2, och fråga sedan klassen vad de tror att det var för händelse som Malaki förutsade. När eleverna har förstått att med "hans ankomstdag" menas Jesus Kristi andra ankomst, ber du dem att markera frågan som Malaki ställde: "Men vem kan uthärda hans ankomstdag, och vem skall bestå när han visar sig?"

Fråga: Varför är det viktigt att de som lever i de sista dagarna överväger den här frågan?

Be en elev högläsa följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet om varför detta att betala tionde kan hjälpa oss att vara förberedda för Frälsarens andra ankomst:

"Om vi beslutar oss i dag för att betala fullt tionde och ihärdigt strävar att lyda, stärks vår tro och med tiden blir vi ödmjuka i hjärtat. Det är den hjärtats förändring genom Jesu Kristi försoning, utöver givandet av pengar eller ägodelar, som gör det möjligt för Herren att lova dem som betalar fullt tionde beskydd i de sista dagarna. Vi kan lita på att vi kommer att välsignas med beskydd om vi beslutar oss i dag för att betala fullt tionde och sedan ihärdigt gör det" (se "Andlig förberedelse: Börja tidigt och var ihärdig", *Liahona*, nov. 2005, s. 40).

Fråga: Att betala tionde, varför hjälper det oss enligt president Eyring att förbereda oss för att möta Frälsaren?

Be en elev högläsa Malakis profetia om Elias ankomst i 3 Nephi 25:5–6. För att hjälpa eleverna förstå hur uppfyllelsen av den här profetian också påverkar dem, läser du följande inbjudan från äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum:

”Jag inbjuder kyrkans unga att lära sig om och uppleva Elias ande ...

När ni hörsammar den här inbjudan i tro så vänds era hjärtan till fäderna. Då implantas i era hjärtan de löften som gavs till Abraham, Isak och Jakob ... Då växer er kärlek till era förfäder och er tacksamhet mot dem. Då blir både ert vittnesbörd om Frälsaren och er omvändelse till honom någonting djupt och beständigt. Och jag lovar er att ni då skyddas mot den ondes tilltagande inflytande. När ni deltar i och älskar det här heliga verket så skyddas ni i er ungdom och i hela ert liv” (“Barnens hjärtan skall vända sig”, *Liahona*, nov. 2011, s. 26–27).

Fråga: Vad har ni haft för upplevelser när ni har släktforskat eller tjänat i templet som har stärkt er andligen?

### 3 Nephi 27–30

**Jesus Kristus uppenbarar namnet på sin kyrka och viktiga inslag i den och uppfyller sina lärjungars rättfärdiga önskningar, och Mormon avslutar sin uppteckning av Frälsarens besök hos nephiterna**

Skriv följande ord av profeten Joseph Smith på tavlan (gör det gärna före lektionen, men låt det vara övertäckt tills ni kommer till den här delen). Be en elev läsa yttrandet högt. (Det står i *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* [2007], s. 49.)

”De fundamentala principerna i vår religion är apostlarnas och profeternas vittnesbörd om Jesus Kristus, att han dog, begravdes och uppstod på den tredje dagen och uppsteg till himlen” (Joseph Smith).

Tala om att Frälsaren undervisade nephiterna om att hans försoningsoffer är det centrala i hans evangelium. Skriv följande sanning på tavlan: **Jesu Kristi evangeliums grundval är att han gjorde sin Faders vilja i och med att han åstadkom försoningen.**

Be eleverna ögna genom 3 Nephi 27 och hitta uttryck som Frälsaren använde när han undervisade om den här läran. Be eleverna berätta vilka uttryck de hittar.

Tala om att 3 Nephi 27:16–20 innehåller Frälsarens undervisning om hur vi får tillgång till hans försonings kraft i vårt liv. Skriv följande på tavlan: *Om vi ... , då ...* Be eleverna läsa 3 Nephi 27:20 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som de kan använda för att avsluta meningen på tavlan. Fråga: Om vi följer den här principen, hur hjälper det oss att vara sanna lärjungar till Jesus Kristus?

Tala om att 3 Nephi 27:21, 27 beskriver vad som förväntas av oss som lärjungar. Be eleverna läsa de här verserna tyst för sig

själva. Medan de läser skriver du följande på tavlan: *Herren Jesus Kristus förväntar sig att hans lärjungar ska göra hans gärningar och bli ...*

Fråga eleverna hur de vill avsluta den här meningen med tanke på vad de läste i 3 Nephi 27:27. Allteftersom eleverna besvarar frågan avslutar du meningen på tavlan på följande sätt: **Herren Jesus Kristus förväntar sig att hans lärjungar ska göra hans gärningar och bli som han är.** Läs högt följande ord av president James E. Faust i första presidentskapet:

”Låt oss fundera över sådant som Jesus gjorde som vi alla kan ta efter.

1. Jesus Kristus ’gick omkring och gjorde gott’. [Apg. 10:38.] Vi kan alla göra något gott varje dag – mot någon i vår familj, en vän och även mot dem vi inte känner – om vi söker efter sådana tillfällen.

2. Jesus var den gode herden som vakade över sina får och bekymrade sig för dem som gått vilse. Vi kan söka upp de ensamma och dem som är mindre aktiva och bli deras vän.

3. Jesus visade medlidande med många, även en fattig spetälsk. Vi kan också visa medlidande. Vi påminns i Mormons bok om att vi ska ’sörja med dem som sörjer’. [Mosiah 18:9.]

4. Jesus bar vittne om sitt gudomliga uppdrag och om sin Faders underbara verk. Vi, för vår del, kan alla ’stå som vittnen om Gud alltid’ [Mosiah 18:9.] (“Lärjungeskap”, *Liahona*, nov. 2006, s. 21.)

Dela upp klassen i par eller små grupper. Be varje par eller grupp att skriva ner två eller tre sätt som de kan omsätta president Fausts fyra förslag i sitt liv.

När de är färdiga ber du varje par eller grupp att berätta om ett sätt i taget från deras listor. Skriv deras förslag på tavlan på hur vi kan göra Frälsarens gärningar och bli mera lika honom. Be eleverna att besluta sig för att omsätta ett eller två av de här sätten i handling under den kommande veckan. Bär ditt vittnesbörd om att vi alla kan bli lika Frälsaren om vi utövar tro på honom.

### Nästa studieavsnitt (4 Nephi 1–Mormon 8)

Uppmuntra eleverna att leta efter svar på följande frågor när de studerar nästa avsnitt: Hur kan ett folk bli ogudaktigt efter att ha varit fredligt och framgångsrikt? Hur blev nephiterna helt och hållet ogudaktiga efter att ha varit det framgångsrikaste och lyckligaste folk som någonsin funnits på jorden? Vad var Mormons avslutande ord?

# Fjärde Nephi: Nephis bok

### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar 4 Nephi läser de om välsignelser som människor får som gemensamt lever efter Jesu Kristi evangelium. Efter Frälsarens besök hos Lehis avkomlingar blev folket omvänt i hela landet. De höll buden och hade därför fred och framgång, och de fick stora andliga välsignelser. Mormon säger: "Det kunde förvisso inte finnas något lyckligare folk bland alla de folk som skapats av Guds hand" (4 Nephi 1:16). Eleverna drar också lärdom av folkets gradvisa förfall till ett tillstånd av ogudaktighet.

### Vem skrev den här boken?

Mormon sammanställde och förkortade fyra andra författares uppteckningar och skapade boken 4 Nephi. Den förste av de här författarna var Nephi, och boken fick sitt namn efter honom. Nephi var son till Nephi, en av de tolv lärjungar som Herren utvalde under sitt besök hos Lehis avkomlingar (se 3 Nephi 11:18–22; 12:1). De övriga tre författarna var Nephis son Amos och Amos söner Amos och Ammaron (se 4 Nephi 1:19, 21, 47).

### För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon skrev inte boken 4 Nephi för någon särskild läsargrupp. Han säger inte heller varför han skrev boken. Ändå bidrar den här boken till att uppfylla det övergripande syftet med Mormons bok: att vittna om att Jesus är Kristus och att ge kunskap om Herrns förbund (se

titelbladet till Mormons bok). Det gör den genom att beskriva de välsignelser människor får när de omvänder sig, kommer till Jesus Kristus och sluter förbund med honom. Den beskriver också de förödande följderna av att människor förnekar Frälsaren och hans evangelium och överger sina förbund.

### När och var skrevs den?

De ursprungliga uppteckningarna som användes som källor till boken 4 Nephi skrevs förmodligen mellan 34 och 321 e.Kr. Någon gång mellan 345 och 385 e.Kr. gjorde Mormon ett sammandrag av de här uppteckningarna. Mormon skrev inte var han befann sig när han sammanställde boken.

### Vad kännetecknar den här boken?

På bara 49 verser skildrar boken 4 Nephi en tidsperiod om närmare 300 år – nästan en tredjedel av den drygt tusenåriga nephitiska historia som Mormons bok omspanner. Det komprimerade händelseförloppet i 4 Nephi bidrar till bokens starka verkan. Den framhäver helt kort kontrasten mellan folkets rättfärdighet omedelbart efter Frälsarens besök hos dem och deras ogudaktighet fyra generationer senare. Bokens 18 första verser beskriver de välsignelser som ett samhälle har som är byggt på Jesu Kristi evangelium. Senare verser beskriver högmodets nedbrytande inverkan och hur det här samhället försvagades tills det var nästan helt och hållet ogudaktigt.

### Översikt

**4 Nephi 1:1–18** Efter Jesu Kristi besök hos nephiterna blir folket i hela landet omvänt och döpt. De delar sig inte längre i nephiter och lamaniter. De har "allting gemensamt" (4 Nephi 1:3), upplever många underverk, har framgång och lever eniga och lyckliga i 110 år.

**4 Nephi 1:19–34** Nephi dör och hans son Amos för uppteckningarna. Amos överlämnar senare uppteckningarna till sin son Amos. Många människor låter Satan "[få] grepp om [sina] hjärtan" (4 Nephi 1:28). Det uppstår söndring, högmod och falska kyrkor bland folket. De ogudaktiga börjar förfölja medlemmarna i den sanna kyrkan och "de Jesu lärjungar som fanns kvar bland dem" (4 Nephi 1:30).

**4 Nephi 1:35–49** Folket uppdelar sig återigen i nephiter och lamaniter. Lamaniterna gör medvetet uppror mot evangeliet och börjar återinföra Gadiantons hemliga sammansvärjningar. Slutligen blir också nephiterna ogudaktiga. Amos dör och hans bror Ammaron för uppteckningarna under en tid tills han manas av den Helige Anden att gömma dem.

# 4 Nephi

## Inledning

Efter Jesu Kristi besök hos Lehis avkomlingar levde de efter hans lära och upplevde enighet, framgång och lycka i över hundra år. De förenade sig som "Kristi barn" och kallade sig inte längre nephiter eller lamaniter (4 Nephi

1:17). Men så småningom började de bli högmodiga och alltmer ogudaktiga och delade sig återigen i nephiter och lamaniter. Omkring trehundra år efter Frälsarens besök hade nästan hela folket blivit ogudaktigt.

## Lektionsförslag

### 4 Nephi 1:1–18

#### *Hela folket blir omvänt och har fred och är lyckligt*

Förbered dig så att du kan dela ut ett vitt och ett färgat papper i A5-format till varje elev. Lägg de vita papperen på elevernas stolar innan de kommer till lektionen. Vänta med att dela ut de färgade papperen. Skriv följande fråga på tavlan: *Vad gör dig verkligt lycklig?* När eleverna kommer in i klassrummet ber du dem att skriva sina svar på frågan på tavlan.

Inled lektionen med att samtala om svaren de har skrivit på tavlan. Ställ följande fråga till eleverna:

- Vad är skillnaden mellan sådant som gör oss tillfälligt glada och sådant som leder till varaktig lycka? (När eleverna besvarar frågan, betona då att vi inte kan finna varaktig lycka i tillfälliga saker som popularitet, rikedom och materiella ägodelar.)

Tala om att 4 Nephi är en uppteckning om flera generationer av Lehis avkomlingar som levde efter Jesu Kristi besök. Be eleverna läsa 4 Nephi 1:16 tyst för sig själva och ta reda på hur Mormon beskrev folket som levde omkring hundra år efter Frälsarens besök. Föreslå gärna att de markerar orden "det kunde förvisso inte finnas något lyckligare folk". Be eleverna att skriva *Det kunde förvisso inte finnas något lyckligare folk* högst upp på det vita papper du gav dem. Be dem därefter att rita en stor cirkel mitt på papperet.

### Fånga elevernas uppmärksamhet när de kommer in i klassrummet

Hitta sätt att få eleverna att börja tänka på ämnet för lektionen så snart de kommer in i klassrummet. Du skulle till exempel kunna skriva en fråga på tavlan eller visa ett föremål eller en bild. Det här hjälper eleverna att koncentrera sin uppmärksamhet och förbereda sinne och hjärta på att lära.

Det kunde förvisso inte finnas något lyckligare folk

Folket omvände sig, blev döpta, tog emot den Helige Anden, och hela folket "blev omvänt till Herren".

Be eleverna läsa 4 Nephi 1:1–2 och ta reda på vad folket gjorde som möjliggjorde denna lycka. Be dem att skriva det de fick veta i cirkeln. (I svaren bör ingå att folket omvände sig, blev döpta, tog emot den Helige Anden – att hela folket "blev omvänt till Herren".)

- Vad innebär det att vara omvänt?

För att hjälpa eleverna förstå att omvändelse innebär mer än att få ett vittnesbörd eller vara medlem i kyrkan, ber du en elev läsa följande ord av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum. Dela gärna ut kopior och uppmuntra eleverna att markera ord och uttryck som definierar omvändelse.

"Din lycka nu och för evigt beror på din grad av omvändelse och den förvandling som den frambringar i ditt liv. Hur kan du då bli riktigt omvänt? President [Marion G.] Romney beskriver stegen du måste ta:

'Medlemskap i kyrkan och omvändelse betyder inte nödvändigtvis samma sak. Att vara omvänd och att ha ett vittnesbörd behöver inte heller betyda samma sak. Ett vittnesbörd kommer när den Helige Anden vittnar för den uppriktige sökaren om sanningen. Ett aktivt vittnesbörd ger liv åt tron. Det vill säga, det framkallar omvändelse och lydnad mot buden. Omvändelse är frukten av eller belöningen för att vi ändrar oss och lyder.' [I Conference Report, Guatemala Area Conference 1977, s. 8–9.]

Enkelt uttryckt är sann omvändelse frukten av *tro, förändring* och *konsekvent lydnad* ...

Sann omvändelse frambringar frukten av en varaktig lycka som kan åtnjutas även när världen är i uppror och de flesta är allt annat än lyckliga" (se "Fullständig omvändelse medför lycka", *Liahona*, juli 2002, s. 27, 28).

- Vad hörde ni för ord och uttryck som definierar omvändelse?
- Hur tror ni det skulle vara om alla i er omgivning hade omvänts till Herren?

Skriv följande skriftställe hänvisning på tavlan: *4 Nephi 1:2–3, 5, 7, 10–13, 15–18*. Be flera elever turas om att läsa högt ur de här verserna. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ord och uttryck som beskriver vad folket upplevde på grund av att de alla hade omvänts till Herren. Be eleverna att skriva de här orden och uttrycken omkring cirkeln på papperet. (I svaren kan ingå: det fanns inga stridigheter eller ordstrider, de behandlade varandra rättvist, de hade allting gemensamt, många underverk utfördes i Jesu Kristi namn, Herren gav dem framgång, de byggde på nytt upp städer som hade förstörts, de gifte sig och bildade familjer, de förökade sig och blev starka, Guds kärlek bodde i deras hjärtan, de var lyckliga och eniga.)

Be eleverna att nämna en princip för lycka som de lärt sig i första hälften av 4 Nephi 1. Se till att följande princip kommer fram, även om eleverna nämner flera principer: **När människor arbetar gemensamt på att bli omvända till Herren, blir de eniga och får uppleva allt större lycka.** Skriv gärna den här principen på tavlan.

- Vilka välsignelser tror ni att vi skulle få som klass om vi alla levde som det här folket gjorde? Vilka välsignelser tror ni att vi skulle få i familjen? Vilka välsignelser tror ni att vi skulle få som församling eller gren?

Be eleverna att berätta om ett tillfälle när de kände att de tillhörde en grupp som var enig i fråga om rättfärdighet, som till exempel den egna familjen, kворumet eller klassen eller en kamratgrupp. Berätta gärna själv om en upplevelse.

- Hur kan er strävan att leva rättfärdigt påverka andras lycka och välbefinnande i er omgivning? (Förvissa dig om att eleverna förstår att vår omvändelse och våra rättfärdiga handlingar inte bara bidrar till vår egen lycka utan också till andras lycka och välbefinnande. När familjer, kворum, klasser eller andra grupper är eniga i fråga om rättfärdighet, kan de uppleva större lycka än de skulle göra för egen del.)
- Hur kan någons synder påverka de andra i en grupp som strävar att vara rättfärdiga?

Uppmuntra eleverna att fördjupa sin omvändelse till Herren och hjälpa sin omgivning att också göra det. För att hjälpa eleverna att göra det ber du dem att titta på orden och uttrycken de skrivit på papperet. Uppmuntra dem att välja ett eller två uttryck som beskriver levnadssätt som de gärna skulle vilja uppleva. Låt dem få några minuter på sig att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om hur de tänker försöka leva på de här sätten. Vittna om den lycka som kommer av sann omvändelse och enighet i fråga om rättfärdighet.

## 4 Nephi 1:19–49

*Nephiterna blir alltmer ogudaktiga och så småningom finns det bara några få rättfärdiga kvar*

- Vad tror ni kan förstöra ett samhälle som det som beskrivs i 4 Nephi 1:1–18?

Be eleverna läsa 4 Nephi 1:20, 23–24 tyst för sig själva och ta reda på vad som hotade folkets enighet och lycka. Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar det de hittar. När de har berättat om sina upptäckter skriver du följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet. (Det står i "Våra hjärtan förenade i enighet", *Liahona*, nov. 2008, s. 70.) Föreslå gärna att eleverna skriver uttalandet i sina skrifter bredvid 4 Nephi 1:24.



”Högmod är enighetens största fiende” (president Henry B. Eyring).

- På vad sätt tror ni att högmod är enighetens fiende?

Be en elev att läsa högt följande ord av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet. Be klassen lyssna efter ett sätt som högmod kan förstöra enigheten.



”Högmod är i grund och botten jämförelsens synd, för även om den vanligtvis börjar med: ’Titta så underbar jag är och allt bra jag åstadkommit’, så tycks den alltid sluta med: ’Och därför är jag bättre än du.’

Är vårt hjärta fyllt av högmod begår vi en svår synd, för då bryter vi mot de två stora buden [se Matt 22:36–40]. I stället för att dyrka Gud och älska vår nästa avslöjar vi det verkliga föremålet för vår dyrkan och kärlek – den vi ser i spegeln” (”Högmod och prästadömet”, *Liahona*, nov. 2010, s. 56).

- Hur kan högmod förstöra enigheten enligt president Uchtdorf?

Be några elever turas om att högt läsa ur 4 Nephi 1:24–35, 38–45. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på högmodets följder bland folket. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar. (I svaren kan bland annat ingå: de bar dyrbara kläder, delades i samhällsklasser eller slutna sällskap, byggde upp kyrkor för att skaffa sig vinning, förnekade den sanna kyrkan, förföljde de trofasta, bildade hemliga sammansvärjningar och var ogudaktiga.)

Ge varje elev tillfälle att berätta om något som han eller hon hittade. (Eleverna får upprepa varandras svar.) Medan varje elev berättar, skriver du hans eller hennes bidrag på ett av de färgade papperen som du väntat med att dela ut. Ge eleven det färgade papperet i utbyte mot hans eller hennes vita papper med beskrivningen av folkets lycka och enighet. Upprepa det här ända tills alla elever i klassen har bytt ut sina vita papper mot färgade papper.

Be eleverna att titta om alla i klassen nu har ett färgat papper, vilket står för högmod. Be dem att fundera på hur Kristi tre lärjungar måste ha känt sig när de såg hur högmod och ogudaktighet bredde ut sig bland ett folk som hade varit så lyckligt och enat.

- Vilken sanning lär vi oss i de här verserna? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de nämna följande princip: **Högmodets synd leder till söndring och ogudaktighet.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)
- Hur kan några få människors högmod påverka hela gruppens lycka?

Be eleverna att fundera på hur en persons högmod kan påverka andra i följande exempel:

1. Trots att familjen uppmuntrar honom att gå ut som missionär beslutar sig en äldre bror för att hellre ägna sig åt själviska intressen.
2. En elev i en av Unga kvinnors klasser eller en medlem i ett av aronska prästadömetns kворum stör avsiktligt undervisningen, vägrar att delta i lektionen och gör inte som han blir tillsagd.
3. En ung man eller ung kvinna retar ständigt andra i gruppen eller behandlar dem nedlåtande.

Be eleverna att tänka på tillfällena när de har sett att högmod är skadligt för lyckan eller enigheten.

Be eleverna att tänka på sina roller i de olika grupper de tillhör, som till exempel familjen, kворumet eller klassen, församlingen eller grenen, seminarieklassen. (Nämn gärna andra grupper som dina elever tillhör.) Be dem att fundera över om de har gjort eller gör något som tyder på högmod i relationerna med andra personer i de här grupperna. Uppmuntra dem att omvända sig och tänka på hur de kan övervinna sitt högmod och främja enighet och rättfärdighet i grupperna. Uppmuntra dem också att tänka igenom vad de skrev om hur de planerar att i högre grad leva som Lehis avkomlingar som hade omvänts till Herren.

Vittna om att när vi strävar efter att bli mer omvända till Jesus Kristus och leva i enighet med andra, kan vi uppleva den lycka som beskrivs i 4 Nephi 1:1–18.

# Mormons bok

## Varför studera den här boken?

Eleverna får värdefull kunskap när de läser om Mormon, en Jesu Kristi lärjunge som levde trofast trots att han i hela sitt liv ständigt var omgiven av "ogudaktighet och avskyvärdheter" (Mormon 2:18). De kommer ha nytta av att studera Moronis ord, som vittnade för läsare i de sista dagarna och sade att "Jesus Kristus har visat er för mig, och jag känner era gärningar" (Mormon 8:35). När eleverna läser om den undergång som orsakades av nephiternas ogudaktighet lär de sig vikten av att leva efter Jesu Kristi evangeliums bud och förbund.

## Vem skrev den här boken?

Mormon skrev de sju första kapitlen av boken som en kort skildring av nephiternas och lamaniternas ogudaktighet och krig på hans tid. Han skrev också en utförlig redogörelse för händelserna under hans livstid på Nephis större plåtar (se Mormon 2:18; 5:9). När Mormon var omkring tio år fick han i uppdrag av Ammaron, som förde nephiternas uppteckningar, att när han hade blivit vuxen ta över ansvaret för de heliga uppteckningarna. Han skulle skriva ner allt han såg som rörde folket (se Mormon 1:4). Vid 15 års ålder "besöktes [han] av Herren och smakade och kände Jesu godhet" (Mormon 1:15). Samma år utsåg nephiterna honom till att leda deras härar (se Mormon 2:1). Mormon lydde Ammaron och hämtade senare Nephis större plåtar och började föra sin uppteckning. Han förkortade också Nephis större plåtar, som omfattar profeters och historikers skrifter från och med Lehi till Ammaron, och lade Nephis mindre plåtar till det sammandraget. Mot slutet av sitt liv gömde Mormon alla uppteckningar i kullen Cumorah förutom några få plåtar som han gav åt sin son Moroni (se Mormon 6:6). Han anförde därefter nephiterna i deras sista stora strid mot lamaniterna. Innan han dog gav han Moroni i uppdrag att avsluta hans uppteckning. Moroni lade till de ord som utgör kapitlen 8–9 i den här boken.

## För vem skrevs den här boken och varför?

Mormon skrev för icke-judar och Israels hus i de sista dagarna för att "förmå ... alla ... jordens ändrar, att omvända [sig] och bereda [sig] att stå inför Kristi domarsäte" (Mormon 3:22). När Moroni avslutade sin fars bok vände han sig till dem som skulle läsa hans ord. Han varnade dem för följderna av deras synder och uppmanade dem att "komma till Herren av allt [sitt] hjärta" (se Mormon 9:27).

## När och var skrevs den?

Mormon skrev sannolikt bokens sju första kapitel mellan 345 och 401 e.Kr. (se Mormon 2:15–17; 8:5–6). Han avslutade sina uppteckningar efter den sista striden mellan nephiterna och lamaniterna 385 e.Kr.

(se Mormon 6:10–15; 7:1). Moroni skrev förmodligen bokens två sista kapitel, 8–9, mellan 401 och 421 e.Kr. då han vandrade omkring "för [sitt] eget livs säkerhets skull" (se Mormon 8:4–6; Moroni 1:1–3).

## Vad kännetecknar den här boken?

Boken skildrar uppfyllelsen av Nephis, Almas, lamaniten Samuels och Jesu Kristi profetior om nephiternas undergång (se 1 Nephi 12:19; Alma 45:9–14; Helaman 13:8–10; 3 Nephi 27:32). Mormon kallar boken sin "uppteckning om hur mitt folk, nephiterna, gick under" (Mormon 6:1). Han klargör att nephiternas undergång var en följd av deras ogudaktighet (se Mormon 4:12; 6:15–18).

## Översikt

**Mormon 1** Ammaron ger Mormon i uppdrag att föra en uppteckning om folket på hans tid. Nephiterna segrar över lamaniterna. Ogudaktighet råder i hela landet, de tre nephitiska lärjungarna upphör att verka bland folket och Andens gåvor dras tillbaka. Men Mormon "besöktes ... av Herren".

**Mormon 2–3** Nephiterna utser Mormon till att leda deras härar. Han anför dem i över 30 år i kriget mot lamaniterna. Nephiterna vägrar att omvända sig trots ödeläggelse och lidande. Mormon tar upp Nephis plåtar ur en kulle som kallades Shim och påbörjar sin uppteckning. Efter flera segrar börjar folket skryta över sin egen styrka och svär att de ska hämnas på lamaniterna. Mormon vägrar att fortsätta att leda dem. Han skriver för att övertyga alla folk i de sista dagarna att de måste bereda sig att stå inför Kristi domarsäte.

**Mormon 4** Nephiternas härar fortsätter att strida mot lamaniterna, dock utan Mormon. Tusentals

stupar både bland nephiterna och lamaniterna. Lehis avkomlingar blir mer ogudaktiga än vid någon annan tidpunkt i sin historia, och lamaniterna börjar förinta nephiterna. Mormon flyttar nephiternas uppteckningar från kullen Shim till kullen Cumorah.

**Mormon 5–7** Mormon återtar befälet över nephiternas härar trots att han vet att de kommer att förgöras. Han profeterar om Mormons boks framkomst. Han samlar nephiterna till Cumorah för en avgörande strid mot lamaniterna. Efter striden sörjer han sitt folks undergång. Mormon skriver för att få lamaniternas efterkommande att tro på Jesus Kristus och bli döpta.

**Mormon 8–9** Moroni för uppteckningarna efter Mormons död. Han profeterar att Mormons bok ska komma fram genom Guds makt i en tid präglad av otro och ogudaktighet. Han vittnar om Jesus Kristus och lär att tron på honom åtföljs av underverk och tecken. Han uppmanar dem som läser hans ord att komma till Herren och bli frälsta.

# Mormon 1–2

## Inledning

Trots att Mormon växte upp i en tid präglad av stor ogudaktighet valde han att vara trofast. Tack vare sin trofasthet fick han veta att han senare i livet skulle anförtrons folkets heliga uppteckningar. När han var femton år "besöktes [han] av Herren" (Mormon 1:15). Han ville hjälpa nephiterna att omvända sig men

förbjöds av Herren att predika för dem eftersom de medvetet hade gjort uppror. Redan som ung fick han också i uppdrag att leda nephiternas härar. Eftersom många av nephiterna hade förlorat den Helige Anden och andra Guds gåvor var de överlämnade åt sig själva i kampen mot lamaniterna.

## Lektionsförslag

### Mormon 1:1–5

#### *Mormon får veta att han en dag ska anförtrons nephiternas heliga uppteckningar*

Skriv följande fråga på tavlan före lektionen så att eleverna kan fundera på den när de kommer in i klassrummet: *Hur känner du dig när någon kallar dig mormon?*

Börja lektionen med att be eleverna besvara frågan på tavlan. Därefter ber du en elev läsa följande ord av president Gordon B. Hinckley:



"Samtidigt som jag ibland beklagar att människor inte använder kyrkans rätta namn, är jag glad att öknamnet de använder är mycket hedrande tack vare en alldeles särskild man och en bok som på ett ojämförligt sätt vittnar om världens Återlösare.

Vem som än lär känna denne man, Mormon, genom att läsa och begrunda hans ord, ja, alla som läser denna dyrbara historiska skatt som till stor del sammanfogades och bevarades av honom, kommer att erfara att *mormon* inte är ett ord med dåligt rykte utan att det står för det allra bästa – det goda som kommer från Gud" (se "Mormon betyder 'mycket gott'", *Nordstjärnan*, jan. 1991, s. 54).

För att hjälpa eleverna förstå i vilket sammanhang Mormon 1–2 skrevs, berättar du att 320 år efter Frälsarens besök hos nephiterna var nästan alla i landet ogudaktiga. Vid den här tiden "nödgedes Ammaron av den Helige Anden att gömma uppteckningarna, som var heliga" (se 4 Nephi 1:47–49). Ammaron var en rättfärdig man som hade fört nephiternas uppteckningar. Vid omkring samma tid besökte Ammaron en tioårig pojke som hette Mormon och gav honom anvisningar om hans framtida ansvar för uppteckningarna.

Be eleverna läsa Mormon 1:2 tyst för sig själva och leta efter de ord och uttryck som Ammaron använde för att beskriva Mormon. Be dem berätta vad de hittar. Skriv namnet *Mormon* på tavlan och deras svar under namnet.

- Vad bör vi ta på allvar när det gäller evangeliet? (I svaren kan bland annat ingå: sakramentet och allt vad därtill hör, skriftstudier, kyskhet, att tala och vittna om Frälsaren.) Varför bör vi ta det här på allvar?

Tala om att man kan vara allvarlig och ändå skratta och ha roligt. Men en allvarlig person vet när det ena eller det andra är på sin plats.

- Vad tror ni menas med att ha "lätt för att fatta"?

Under diskussionens gång ber du en elev läsa följande förklaring av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kворum:

"När vi är snara att uppfatta ser vi eller lägger omedelbart märke till och lyder. Båda dessa grundläggande faktorer – att se och lyda – är ytterst viktiga för att vi ska ha lätt för att uppfatta. Och profeten Mormon är ett slående exempel på någon som använde den här gåvan ...

Den andliga gåvan att ha lätt för att uppfatta är så viktig för oss i den värld vi lever och kommer att leva i" (se "Snar att uppfatta", *Liahona*, dec. 2006, s. 16, 18).

- På vad sätt hjälper oss förmågan att snabbt uppfatta och lyda Herrens råd?

Be eleverna skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om någonting som de bör ta mera på allvar. Be dem skriva ner befallningar eller anvisningar från Herren som de kunde lyda mera villigt. Uppmuntra dem att ta evangeliet på större allvar och vad därtill hör och att i högre grad tillägna sig egenskapen att ha lätt för att fatta.

Be en elev läsa Mormon 1:3–5 högt, och be klassen vara uppmärksam på Ammarons anvisning till Mormon.

- Vad bad Ammaron Mormon att göra?
- Varför tror ni att Mormon behövde vara allvarlig och ha lätt för att fatta för att kunna utföra det här uppdraget?

### Mormon 1:6–19

#### *På grund av folkets medvetna uppror förbjuder Herren Mormon att predika för dem*

Fråga eleverna om de någonsin har förlorat något som de satte högt värde på eller framtogs något värdefullt. Be några elever att berätta om sina upplevelser.

Sammanfatta Mormon 1:6–12 genom att berätta att Mormon i sin ungdom bevittnade många strider mellan nephiterna och lamaniterna. Han bevittnade också hur ogudaktigheten spreds över hela landet.

Tala om att nephiterna blev så ogudaktiga att de förlorade dyrbara gåvor från Herren. Dela upp klassen i två hälften. Ge ena hälften i uppgift att läsa Mormon 1:13–14, 18 tyst för sig själva och leta efter gåvor som Herren började ta bort från nephiterna. Ge andra hälften i uppgift att läsa Mormon 1:14, 16–17, 19 tyst för sig själva och leta efter orsaker till att Herren tog bort de här gåvorna från nephiterna. Be elever från varje grupp att berätta för klassen vad de funnit.

- Vad händer enligt Mormon 1:13–14 när människor gör uppror och vänder sig bort från Herren? (Eleverna kanske kommer med olika svar. Du kan sammanfatta deras svar genom att skriva följande sanning på tavlan: **När människor är ogudaktiga och inte vill tro förlorar de andliga gåvor som Herren har gett dem och kan inte längre ta emot den Helige Andens påverkan.**)

Framhåll att även om nephiternas uppror var extremt så gäller den här principen för oss alla när vi överträder Herrens bud.

- Vilken av gåvorna i Mormon 1:13–14, 18 vore den värsta för er att förlora?

Be en elev läsa Mormon 1:15 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Mormon upplevde samtidigt som många av nephiterna förlorade Guds gåvor och den Helige Andens påverkan.

- Varför tror ni att Mormon lyckades få andliga upplevelser trots att han var omgiven av stor ogudaktighet?

### Mormon 2:1–15

#### *Mormon leder nephiternas härar och sörjer över deras ogudaktighet*

Be en elev som är femton år (eller däromkring) att högläsa Mormon 2:1–2. Be klassen vara uppmärksam på vilket uppdrag Mormon fick när han var femton år gammal (i hans "sextonde år"). Be eleverna föreställa sig hur det skulle vara att som femtonåring anför en här.

- Hur kan egenskaperna som nämns i Mormon 2:1 ha hjälpt Mormon som ledare för en här?

Sammanfatta Mormon 2:3–9 genom att berätta för eleverna att lamaniterna angrep nephiternas härar med en sådan kraft att nephiterna blev rädda och drog sig tillbaka. Lamaniterna drev dem från plats till plats tills nephiterna befann sig på en enda plats. Mormons här lyckades besegra lamaniterna och jaga dem på flykten.

Be eleverna läsa Mormon 2:10–15 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på det andliga tillståndet hos nephiterna efter striderna.

- Varför sörjde nephiterna? (Se Mormon 2:10–13. De sörjde därför att de inte kunde behålla sina ägodelar. Med andra ord sörjde de bara på grund av följderna av sina synder, inte därför att de ångrade sina handlingar.)

- Hur visste Mormon enligt Mormon 2:13–14 att folkets sorg inte var tecken på sann omvändelse?

För att hjälpa eleverna förstå skillnaden mellan "sorg ... till omvändelse" och "de fördömdas sorg" skriver du följande på tavlan:

*De som sörjer till omvändelse ...*

*De som bara sörjer på grund av syndens följder ...*

Be eleverna att läsa igenom Mormon 2:12–15 och leta efter vad som var utmärkande för de här två grupperna. Be dem att berätta vad de hittar. Deras svar bör återspegla följande sanningar:

**De som sörjer till omvändelse inser Guds godhet och kommer till Kristus med ödmjukt hjärta.**

**De som bara sörjer på grund av syndens följder fortsätter att göra uppror mot Gud.**

Tala om att Mormon använde uttrycket "de fördömdas sorg" (Mormon 2:13) för att beskriva deras sorg som lider på grund av följderna av sina synder men är ovilliga att omvända sig. Den här inställningen leder inte till förlåtelse och frid. Den leder till fördömmelse, vilket innebär att en person hejdas i sin utveckling mot evigt liv.

Be eleverna att fundera över hur de reagerar när de inser att de har syndat. Uppmuntra dem att komma till Frälsaren med ödmjukt hjärta så att de kan få förlåtelse, uppleva frid och förlikas med Gud.

### **Mormon 2:16–29**

#### *Mormon hämtar plåtarna och skriver ner en redogörelse för sitt folks ogudaktighet*

Sammanfatta Mormon 2:16–18 genom att berätta att under striderna med lamaniterna kom Mormon i närheten av kullen Shim, där Ammaron hade gömt nephiternas uppteckningar. Han tog Nephis plåtar och började göra en uppteckning om vad han hade bevittnat bland folket ända sedan sin barndom.

Be en elev läsa Mormon 2:18–19 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på Mormons beskrivning av sitt folks andliga tillstånd på den tiden. Be den också vara uppmärksam på hur Mormon gav uttryck åt sin trosvisshet för egen del.

- Hur beskrev Mormon det andliga tillståndet på den tiden? ("En ständig bild av ogudaktighet och avskyvärdheter.")
- Med tanke på vad ni har läst om Mormon, varför tror ni att han kunde vara säker på att han skulle "bli upphöjd på den yttersta dagen"? (Hjälp gärna eleverna förstå att då Mormon talade om att "bli upphöjd på den yttersta dagen" så syftade han på att han skulle uppstå och föras tillbaka till Guds närhet och förbli hos honom för evigt.)
- På vad sätt är Mormons rättfärdiga föredöme till hjälp för er? (Eleverna kanske kommer med olika svar på den här frågan. Deras svar bör uttrycka följande princip: **Vi kan välja att leva rättfärdigt, även i ett ogudaktigt samhälle.** Skriv gärna den här sanningen på tavlan.)
- När har ni sett vänner eller familjemedlemmar lyda Guds vilja trots att andra i deras omgivning inte gjorde det?

Uppmuntra eleverna att tänka på ett område i sitt liv där de kan göra mer för att stå för det rätta. Uppmuntra dem att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om hur de skulle vilja reagera nästa gång de ställs inför svårigheter på det området. Vittna om att vi, precis som Mormon, kan välja att leva rättfärdigt även när vår omgivning inte gör det och att Herren kommer att hjälpa oss hålla fast vid det rätta.

# Mormon 3–4

## Inledning

Efter att ha återerövat sina länder från lamaniterna gjorde nephiterna sig redo att dra ut i strid igen. Mormon vädjade till dem att omvända sig. Men i stället skröt de över sin egen styrka och svor att de skulle hämnas sina stupade bröder. Eftersom Herren hade

förbjudit sitt folk att hämnas, vägrade Mormon att leda nephiternas härar, och de besegrades. Då nephiterna framhärdade i sin ogudaktighet utgöt Herren sina domar över dem, och lamaniterna började utplåna dem från jordens yta.

## Lektionsförslag

### Mormon 3:1–8

*Herren skonar nephiterna i striden för att ge dem möjlighet att omvända sig, men de förhärdar sina hjärtan*

Skriv följande fråga på tavlan före lektionen: *Har du någonsin känt att Herren har försökt dra till sig din uppmärksamhet och uppmuntra dig att ändra på något i ditt liv?*

Börja med att be eleverna besvara frågan på tavlan. (Förvissa dig om att de förstår att de inte ska känna sig tvungna att berätta något som är alldeles för personligt.) Fundera på att själv berätta om en upplevelse.

Tala om att Herren ville dra till sig nephiternas uppmärksamhet för att få dem att vända om från sina ogudaktiga vägar. Men nephiterna förhärdade sina hjärtan och insåg inte att Herren välsignade dem i kriget mot lamaniterna. Sedan de slutit fördrag med lamaniterna och Gadiantons rövare (se Mormon 2:28), skyddade Herren dem och lät dem uppleva tio år utan stridigheter. Under de åren hjälpte Mormon nephiterna att förbereda sig för kommande angrepp (se Mormon 3:1).

Be en elev läsa Mormon 3:2–3 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Herren ville att nephiterna skulle göra under de år av fred som han hade skänkt dem.

- Vilket budskap befallde Herren Mormon att han skulle överlämna till nephiterna? Förstod nephiterna det här budskapet? Hur reagerade nephiterna på budskapet?
- Varför hade Herren enligt Mormon 3:3 skonat nephiterna i deras strider trots att de var ogudaktiga?
- Vilken allmängiltig sanning hittar ni i Mormon 3:2–3 när ni läser om Herrens handlingsätt mot nephiterna? (Eleverna kanske kommer med olika svar. Sammanfatta elevernas svar genom att skriva följande sanning på tavlan: **Herren ger oss tillräckligt med tillfällen att omvända oss från våra synder.** Du kan föreslå att eleverna skriver ner den här sanningen i sina skrifter.)

Sammanfatta Mormon 3:4–8 genom att berätta att Herren beskyddade nephiterna ytterligare två gånger i striden trots deras ogudaktighet och ovilja att vända sig till honom.

- Att Herren beskyddade nephiterna trots deras ogudaktighet, vad säger det er om hans egenskaper? (I svaren kan bland annat ingå att Herren är barmhärtig och tålmodig.)

Framhåll att Herren ger oss alla "tillfälle till omvändelse" (Mormon 3:3). Be därefter eleverna att tyst för sig själva begrunda följande frågor:

- Har du varit villig att göra de förändringar som Gud vill att du ska göra? Finns det några förändringar du kan göra nu för att bli den som Gud vill att du ska vara?

Vittna om att Gud är god och tålmodig som ger oss tillfällen att omvända oss. Be eleverna att vara uppmärksamma på tillfällen att omvända sig och uppmuntra dem att inte vänta med att göra förändringar.

### Begrundan

Om du låter eleverna få tid under lektionen till begrundan, hjälper du dem att fördjupa sin insikt i lärostoffet. Du skulle till exempel kunna be dem att fundera på hur en princip har påverkat deras liv eller hur de skulle kunna tillämpa den. När eleverna lär sig att begrunda skrifterna på lektionen och på egen hand, uppenbarar ofta den Helige Anden sanningen för dem.

## Mormon 3:9–22

### *Nephiterna blir allt ogudaktigare och Mormon vägrar att anföra deras härar*

Tala om att nephiterna inte följde Herrens uppmaningar att omvända sig utan förhärdade sina hjärtan. Be en elev läsa Mormon 3:9–10 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad nephiterna gjorde på grund av segrarna över lamaniterna.

- Vad gjorde nephiterna på grund av segrarna över lamaniterna?
- Varför var det fel att skryta över den egna styrkan? Vad visar deras skryt om deras förhållande till Gud?

Be en elev läsa Mormon 3:11–13 högt. Be klassen vara uppmärksam på Mormons reaktion då nephiterna svor att hämnas.

- Vad gjorde Mormon då nephiterna svor att hämnas på lamaniterna?
- Har ni någonsin velat hämnas på någon? Varför tror ni att detta att vilja hämnas är en naturlig reaktion hos många?
- Mormon hade anført nephiternas härar i över 30 år trots deras ogudaktighet. Vad lär oss Mormons vägran att leda nephiterna om det allvarliga i att hämnas?

Be en elev läsa Mormon 3:14–16 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Herren undervisade Mormon om i fråga om hämnd.

- Vad säger Herren om att vilja hämnas? (Eleverna kanske kommer med olika svar. Sammanfatta deras svar genom att skriva följande sanning på tavlan: **Herren förbjuder oss att hämnas.**)

För att hjälpa eleverna förstå Herrens ord i verserna 14–16 ber du dem att formulera första delen av Mormon 3:15 ("Hämnden är min, och jag skall utkräva den") med egna ord.

- Varför är det viktigt att inte hämnas? Hur kan vi övervinna hämndlystnad?

För att hjälpa eleverna att lära sig att övervinna hämndlystnad ber du en elev högt läsa följande råd av president James E. Faust i första presidentskapet. Ge om möjligt eleverna en kopia av rådet.



"Vi behöver medge och erkänna ilska känslor. Det krävs ödmjukhet för att göra det, men om vi faller på knä och ber vår himmelske Fader om att vi ska bli förlåtande så hjälper han oss. Herren kräver att vi ska 'förlåta alla människor' [L&F 64:10] för vår egen skull eftersom 'hat hämmar vår andliga utveckling'. [Orson F. Whitney, *Gospel Themes* (1914), s. 144.] Det är bara när vi befriar oss från hat och bitterhet som Herren kan skänka tröst i vårt hjärta ...

När vi drabbas av tragedier bör vår reaktion inte vara att vilja hämnas utan snarare att låta rättvisan gå sin gilla gång och sedan släppa taget. Det är inte lätt att släppa taget och tömma vårt hjärta på frätande agg. Frälsaren erbjuder oss alla en dyrbar frid genom sin försoning, men den får vi bara om vi är villiga att driva ut negativa känslor – vrede, agg eller hämndlystnad" (se "Förlåtelsens helande kraft", *Liahona*, maj 2007, s. 69).

Be en elev läsa Mormon 3:17, 20–22 högt, och be klassen vara uppmärksam på vad Mormon vill att vi alla ska veta. Be gärna eleverna att markera Mormons råd till oss att "omvända [oss] och bereda [oss] att stå inför Kristi domarsäte" (Mormon 3:22).

## Mormon 4

### *Lamaniterna börjar utplåna nephiterna från jordens yta*

Be eleverna att räcka upp handen om de känner någon som har gjort något som är orätt men som ännu inte har ertappats eller drabbats av följderna av den handlingen. Be eleverna begrunda följande fråga:

- Undrar du någonsin över när någon som medvetet väljer att göra det som är orätt ska drabbas av följderna av de valen?

Be eleverna läsa Mormon 4:1–2 tyst för sig själva och ta reda på vad som hände med nephiterna då de försökte hämnas på lamaniterna. Be därefter eleverna läsa Mormon 4:4 tyst för sig själva och ta reda på varför nephiternas härar inte hade någon framgång. Be eleverna berätta vad de fick veta.

Be en elev högläsa Mormon 4:5. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på sanningar i de här verserna om följderna av att framhärda i ogudaktighet. Medan eleverna berättar vad de upptäckte, skriver du följande sanning ur Mormon 4:5: **”Guds domar drabbar de ogudaktiga.”** Du skulle kunna föreslå att eleverna markerar den här sanningen i sina skrifter.

Be eleverna läsa Mormon 4:10–12 tyst för sig själva och leta efter beskrivningar av nephiternas ogudaktighet. Be eleverna berätta vad de hittade.

Be några elever turas om att högläsa ur Mormon 4:13–14, 18, 21–22. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på hur Guds domar utgöts över nephiterna.

- Vad tycker ni är den sorgligaste delen av den här skildringen?

Visa på principerna som står på tavlan. Be eleverna begrunda hur de kan tillämpa de här sanningarna i sina liv. Uppmuntra dem att handla efter meningarna de får från den Helige Anden när de begrundar.

Vittna om att Herren är god och kärleksfull som ger oss tillräckligt med tillfällen att omvända oss. Vittna också om att alla som framhärda i sina synder alltid kommer att drabbas av följderna av dem.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mormon 3:9–10. Att svära med en ed

Mormon sade att nephiterna ”svor vid himlarna och även vid Guds tron” att de skulle hämnas på lamaniterna (se Mormon 3:9–10). Följande uttalande av äldste Bruce R. McConkie i de tolv apostlarnas kворum förklarar vad det innebar att svära en ed på Mormons boks tid och hjälper oss förstå det hädiska i att nephiterna försökte involvera Gud i sin hämnd.

”Detta att svära med en ed var i forna dagar mycket mer betydelsefullt än många av oss har insett.

Till exempel: Nephi och hans bröder försökte hämta mässingsplåtarna från Laban. Deras liv var i fara. Ändå svor Nephi denna ed: ’Så sant Herren lever, och så sant vi lever, skall vi inte gå ned till vår far i vildmarken förrän vi har utfört det som Herren har befallt oss’ (1 Nephi 3:15).

Nephi gjorde Gud till sin medhjälpare. Om han inte lyckades att få tag på plåtarna, innebar det att Gud hade misslyckats. Och eftersom Gud inte misslyckas var det Nephis plikt att få tag på plåtarna eller offra sitt liv i försöket” (se ”Läran om prästadömet”, *Nordstjärnan*, okt. 1982, nr 10, s. 66).



# Mormon 5–6

## Inledning

Mormon profeterade att hans uppteckning skulle komma fram i de sista dagarna för att övertyga dem som läser den om att Jesus är Kristus. Han uppmanade dem som skulle läsa uppteckningen att omvända sig och bereda sig för domen inför Gud. Mormon omprövade sitt beslut att inte längre anförda nephiternas härar

och gick med på att leda dem på nytt. Men folket vägrade omvända sig och jagades av lamaniterna ända tills det nephitiska folket hade förgjorts. Vid anblicken av död och förintelse sörjde Mormon över sitt folks undergång och deras ovilja att återvända till Jesus Kristus.

## Lektionsförslag

### Mormon 5:1–9

*Mormon beslutar sig för att åter leda de nephitiska härarna, men lamaniterna är överlägsna*

Nämn en naturkatastrof som skulle kunna drabba era trakter, till exempel en jordbävning, en översvämning, en orkan, ett vulkanutbrott. Be eleverna föreställa sig att de har blivit varnade för att de ska drabbas av den här naturkatastrofen inom några dagar.

- Vart skulle ni vända er för att få hjälp?

Tala om för eleverna att nephiterna stod inför en annalkande katastrof som var minst lika allvarlig men av andligt slag. Påminn dem också om att nephiterna låg i krig och att Mormon hade vägrat att anförda deras härar på grund av deras ogudaktighet (se Mormon 3:16). Be en elev läsa Mormon 5:1–2 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vem nephiterna hoppades skulle kunna befria dem från deras lidanden.

- Det är riktigt att Mormon kunde anförda nephiterna i striden, men varför trodde han inte att folket skulle befrias från sina lidanden?
- Vad lär vi oss i Mormon 5:1–2 om vart vi först av allt bör vända oss för att få hjälp i våra lidanden? (Vi bör först av allt vända oss till Gud, som bistår dem som omvänder sig och anropar honom om hjälp i sina lidanden.)

Sammanfatta Mormon 5:3–7 genom att berätta att lamaniterna under Mormons ledning lyckades slå tillbaka några angrepp från lamaniterna. Men slutligen "trampade [lamaniterna] Nephis folk under sina fötter" (Mormon 5:6). Alla nephiter som inte flydde snabbt nog blev dödade.

Be en elev läsa Mormon 5:8–9 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på varför Mormon inte ville ge en fullständig redogörelse för det han såg.

- Varför gav Mormon inte en fullständig redogörelse för det han bevittnade?

### Mormon 5:10–24

*Mormon förklarar att syftet med Mormons bok är att övertyga människor att tro på Jesus Kristus*

Be en elev läsa Mormon 5:10–11 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på ett ord som Mormon använder tre gånger för att beskriva vad människor i de sista dagarna skulle göra när de läste om nephiternas undergång. (Han sade att de skulle "sörja".)

- Vad tycker ni är sorgligt i den här skildringen?

Rikta elevernas uppmärksamhet på Mormons ord i Mormon 5:11 att om hans folk hade omvänt sig skulle de "ha slutits i Jesu armar".

- Var tror ni det innebär att "ha slutits i Jesu armar"? (Betona gärna att ordet *sluta* i det här sammanhanget innebär närhet och beskydd, att bli omfamnad.)

- Vad lär oss det här uttrycket om följderna av vår egen omvändelse? (Hjälp eleverna urskilja följande princip: **Genom omvändelse kan vi slutas "i Jesu Kristi armar"**. (Skriv principen på tavlan.)

För att hjälpa eleverna förstå den här principen ber du en av dem läsa följande ord av äldste Kent F. Richards för klassen:

”Var och en som kommer kan '[slutas] i Jesu armar'. [Mormon 5:11.] Varje själ kan botas genom hans kraft. Varje smärta kan stillas. I honom kan vi finna 'ro för [våra] själar'. [Matt. 11:29.] Våra jordiska omständigheter kanske inte ändras omedelbart, men vår smärta, vår oro, vårt lidande och vår fruktan kan uppslukas i hans frid och läkande balsam” (“Försoningen täcker all smärta”, *Liahona*, maj 2011, s. 16–17).

Be eleverna besvara en av följande frågor i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. (Skriv gärna frågorna på tavlan eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.)

- När har du känt att du har "slutits i Jesu armar"?
- Vad kan du göra för att i högre grad få Herrens tröst, beskydd och förlåtelse?

Tala om att Mormon 5:12–13 innehåller Mormons profetia om att hans skrifter skulle komma att gömmas och senare komma fram så att de kunde läsas av alla människor. Be eleverna läsa Mormon 5:14–15 tyst för sig själva och ta reda på vad det är Herrens avsikt att Mormons skrifter ska göra för människorna i de sista dagarna. Föreslå gärna att eleverna markerar uttryck som känns särskilt viktiga för dem.

- Vad är enligt Mormon 5:14–15 avsikten med Mormons bok? (Förvissa dig om att eleverna ger uttryck åt att **Mormons bok skrevs för att övertyga alla människor om att Jesus är Kristus, för att hjälpa Gud att fullborda sitt förbund med Israels hus och för att hjälpa lamaniternas avkomlingar att mer fullkomligt tro på evangeliet.**)

När eleverna svarar att avsikten med Mormons skrifter är att övertyga människor om att Jesus är Kristus, vittna då om att du vet att det är huvudavsikten med Mormons bok.

- På vad sätt blir den här huvudavsikten med Mormons bok till välsignelse för dem som läser boken?
- Hur har ert studium av Mormons bok hjälpt er att "mer fullkomligt" tro på och älska Jesus Kristus?

Framhåll att Mormons bok för närvarande hjälper många att omvända sig och "[slutas] i Jesu armar" men att det fortfarande finns många som vägrar att tro på Kristus.

Skriv följande bredvid principen om omvändelse som du skrev tidigare på tavlan: *Om vi vägrar att omvända oss ...* Be en elev läsa Mormon 5:16–19 högt, och be klassen vara uppmärksam på följderna av nephiternas vägran att omvända sig. Be eleverna att avsluta meningen på tavlan med hjälp av det de upptäcker i de här verserna. I samband med att de gör det skulle du kunna ställa några av följande frågor för att hjälpa dem att förstå orden och uttrycken i verserna:

- Vad tror ni det innebär att vara "utan Kristus och Gud i världen"? (Mormon 5:16.) (I svaren kan bland annat ingå att det är att leva utan tro på Jesus Kristus eller en himmelsk Fader och utan gudomlig påverkan och ledning.)
- Agnar är mycket lätta skal som omsluter sädeskorn. När säden skördas skiljs agnarna från sädeskornen och blir avfall. Vad tror ni menas med uttrycket "driver omkring som agnar för vinden"? (Mormon 5:16.)
- Hur är det att vara på en båt utan segel, roder och ankare? (Se Mormon 5:18.) På vilket sätt liknar detta den situation som nephiterna befann sig i?
- Vad lär oss Mormons ord om dem som vägrar att omvända sig? (Elevernas svar bör uttrycka att vägran att omvända sig får till följd att människor inte längre blir ledda av Herren. Avsluta meningen på tavlan genom att skriva följande sanning: ***Om vi vägrar att omvända oss, drar sig Anden bort från oss och vi går miste om Herrens ledning.***)

Be eleverna begrunda den här principen och hur de har observerat den i sitt eget liv och i andras.

Be eleverna att ögna igenom Mormon 5:11, 16–18 och läsa de två principerna på tavlan.

- Hur skulle ni med egna ord beskriva skillnaden i följderna mellan att omvända sig uppriktigt och att vägra att omvända sig?

Be eleverna läsa Mormon 5:22–24 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon uppmanade människor i de sista dagarna att göra. Föreslå gärna att de markerar det de får veta. Vittna om att de två kontrasterande principerna på tavlan är sanna.

## Mormon 6

### *Mormon skildrar nephiternas sista strid och sörjer sitt folks undergång*

Ställ följande frågor:

- Hur skulle ni känna er om någon av era nära och kära dog, som hade varit trofast mot Gud i hela sitt liv?
- Hur skulle ni kanske känna er om någon av era nära och kära dog, som inte hade lytt Guds bud i sitt liv?

Berätta att Mormon kände stor sorg vid sitt folks undergång eftersom han visste att de inte var redo att möta Gud. Sammanfatta Mormon 6:1–6 genom att berätta att lamaniterna tillät nephiterna att samlas i Cumorahs land till en strid. Mormon började bli gammal och visste att "detta skulle bli [hans] folks sista strid" (Mormon 6:6). Han anförtrode några av de heliga uppteckningarna åt sin son Moroni och gömde de övriga i kullen Cumorah. Han ger en skildring av sitt folks slutliga undergång. Be eleverna läsa Mormon 6:7–15 tyst för sig själva och fundera över hur Mormon kan ha känt sig när han skrev det här.

- Varför tror ni att nephiterna inväntade döden med "hemsk fruktan"? (Se Mormon 6:7.)

Läs Mormon 6:16–22 för eleverna medan de följer med i texten. Be dem därefter skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om tankar och känslor de fick när de läste och lyssnade till de här verserna. När de har haft tillräcklig tid att skriva, ge dem då gärna tillfälle att berätta om några av de tankar de skrev ner.

Vittna för eleverna om den kärlek som vår himmelske Fader, Jesus Kristus, profeter, ledare och föräldrar känner för dem. Uppmuntra dem att utöva tro på Jesus Kristus och omvända sig från sina synder så att de kan slutas "i Jesu armar" (Mormon 5:11).

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mormon 5:11. "Slutits i Jesu armar"

Äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum förklarade att det finns ett samband mellan ordet *försoning* och uttrycket "slutits i Jesu armar":

"En djup innebörd finner man vid studier av ordet *försoning* i de semitiska språken på Gamla testamentets tid. På hebreiska är grundordet för försoningen *kafar*, ett verb som betyder 'täcka' eller 'förlåta'. Nära detta ligger det arameiska och arabiska ordet *kafat*, som betyder

'nära omfamning', otvivelaktigt besläktad med den egyptiska rituella omfamningen. Det finns hänvisningar till den omfamningen i Mormons bok. På ett ställe står det: 'Herren har återlöst min själ ... Jag har sett hans härlighet och är för evigt omsluten av hans kärleks armar.' [2 Nephi 1:15.] Ett annat ställe erbjuder det härliga hoppet om att få '[slutas] i Jesu armar'. [Mormon 5:11.]" (Se "Försoningen", *Nordstjärnan*, jan. 1997, s. 33.)

## LEKTION 140

# Mormon 7–8:11

### Inledning

Efter nephiternas och lamaniternas sista och avgörande strid skrev Mormon till de sentida avkomlingarna till folket i Mormons bok om vikten av att de vet vilka de är och vad de måste göra för att bli frälsta. Mormon kände stor kärlek till sina fienders avkomlingar och

uppmånade dem att leva efter Jesu Kristi evangelium så att det skulle "vara väl med [dem] på domens dag" (Mormon 7:10). När Mormon dog blev hans son Moroni lämnad ensam och skrev om sitt folks undergång.

## Lektionsförslag

### Mormon 7

*I sitt avslutande vittnesbörd uppmanar Mormon lamaniternas avkomlingar att tro på Jesus Kristus och leva efter hans evangelium.*

Skriv talet 230 000 på tavlan. Fråga eleverna om de kommer ihåg vad det här talet har att göra med nephiternas undergång. (Det är det antal nephitiska soldater som dog i den sista striden och nämns i Mormon 6. Betona gärna att dödssiffran i Mormon 6:10–15 tycks syfta enbart på dem som deltog i striden, inte på de många andra som dödades till följd av striden.) Be eleverna att föreställa sig att de har överlevt en stor strid där alla i familjen och alla vänner har dödats och deras land erövrats. Låt dem få ett ögonblick på sig att fundera på vad de skulle säga om de skrev ett budskap till avkomlingarna till dem som hade dödat deras nära och kära och erövrat deras land.

Be eleverna läsa Mormon 7:1–4 tyst för sig själva och leta efter Mormons sista ord till lamaniternas avkomlingar.

- Vad ville Mormon att lamaniternas avkomlingar skulle veta?
- Vilka av Frälsarens egenskaper märker vi också hos Mormon då vi läser orden till hans fiender?

Hjälp eleverna förstå att Mormon undervisade lamaniternas avkomlingar om vad de måste göra för att bli frälsta. Han hyste kärlek till alla människor, till och med till sina fiender.

Be eleverna läsa Mormon 7:5, 8, 10 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon sade att hans läsare måste göra. Be eleverna berätta vad de fick veta. Skriv deras svar på tavlan. Nämn gärna att det Mormon undervisade om var just de evangelieprinciper som kunde ha räddat nephiterna från undergång (se Mormon 3:2).

Be en elev läsa Mormon 7:6–7 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Herren erbjuder alla som tror på honom och tar emot hans evangelium. När eleverna har berättat vad de upptäckte, uppmuntrar du dem att skriva följande sanning bredvid Mormon 7:6–7: **Herren erbjuder frälsning åt alla, och han återlöser dem som tar emot principerna och förrättningarna i hans evangelium.**

Skriv följande fråga på tavlan. Be eleverna att besvara den i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker.

*Vilka välsignelser får de som befinner vara "utan skuld" inför Gud enligt Mormon 7:7?*

Be några elever berätta vad de skrev.

### Mormon 8:1–11

*När Mormon dör blir hans son Moroni lämnad ensam och skriver om sitt folks undergång*

Be eleverna att tänka på ett tillfälle då de stod ensamma i en situation som prövade deras tro, kanske i en situation då de lätt kunde ha gjort något orätt utan att någon märkte

det. Be dem att fundera på om deras beslutsamhet att följa Frälsaren och hålla hans bud stärktes vid det tillfället, förblev oförändrad eller försvagades.

- Varför kan somliga tänkas välja att inte förbli trofasta när de står ensamma i en situation som prövar deras tro?
- Varför kan andra tänkas välja att förbli trofasta i samma situation?

Berätta att Mormon dödades efter den sista striden mellan nephiterna och lamaniterna och att hans son Moroni blev lämnad ensam utan familj eller någon annan av sitt folk. Be en elev högt läsa Moronis ord i Mormon 8:1–9, och be klassen vara uppmärksam på beskrivningar av Moronis situation. Be dem berätta vad de upptäckte.

- Hur tror ni att ni skulle ha känt er i Moronis situation?

Nämnd årsangivelserna längst ner på sidorna eller i kapitelingresserna och hjälp eleverna på så sätt att inse att det låg sexton år mellan det sista som Mormon skrev och den tidpunkt då Moroni började skriva på plåtarna. Be därefter eleverna att titta på Mormon 8:1–4 igen och ta reda på vad Moroni bestämde sig för att göra trots att han hade varit ensam under så lång tid. Be dem berätta vad de upptäcker. (De bör förstå att han var fast besluten att lyda sin far och skriva på plåtarna.)

- Vilka principer lär vi oss av att Moroni lydde trots omständigheterna som han befann sig i? (Betona följande sanning när eleverna besvarar frågan: **Vi kan välja att förbli trofasta även när vi står ensamma.** Föreslå gärna att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Mormon 8:1–4.)

Framhåll att Moroni hade en unik mission. Han var "ensam kvar att skriva den sorgliga berättelsen om [sitt] folks undergång" (Mormon 8:3). Även om eleverna inte kommer att ställas inför just sådana omständigheter, kan de komma att ställas inför situationer där de står ensamma och behöver vara trofasta. De kan också komma att ställas inför situationer där de känner sig ensamma trots att de är tillsammans med andra, som till exempel när de är tillsammans med personer som inte lever efter de normer som Herren och hans profeter har lagt fast.

- Vem vet ni som var trofast trots att han eller hon stod ensam i en svår situation?

När eleverna besvarar frågan ställer du de här följdfrågorna (några av dem eller samtliga):

- Vad gjorde den här personen i den situationen?
- Hur blev han eller hon till slut välsignad för att ha gjort det som Herren befallde?
- Hur hjälper de här exemplen er?

Be eleverna läsa Mormon 8:10–11 tyst för sig själva. Be dem att vara uppmärksamma på hur Herren stöttade Moroni och Mormon i deras svåra situation. (Herren sände de tre nephiterna att betjäna Mormon och Moroni. Se också 3 Nephi 28:25–26.) Betona att **om vi är trofasta mot Gud i ensamma eller svåra omständigheter så hjälper han oss att förbli trofasta.** Ställ följande frågor när ni samtalar om den här sanningen:

- När har ni lytt ett av vår himmelske Faders bud i en särskilt svår situation? Vilka välsignelser kände ni att ni fick för att ni gjorde det?
- Varför tror ni att det är viktigt att redan nu börja förbereda sig för att vara trofast i svåra situationer i framtiden?

För att uppmuntra eleverna att förbli trofasta också i situationer där de står ensamma, läser du för dem följande ord av president Thomas S. Monson:



"Det är nästan oundvikligt att vår tro prövas i vårt dagliga liv. Ibland kan vi vara omgivna av andra men ändå vara i minoritet eller till och med ensamma om vår uppfattning om vad som är acceptabelt eller inte. Har vi då det moraliska modet att stå för det vi tror på, trots att vi kanske måste stå ensamma? ... Må vi alltid vara modiga och redo att stå för det vi tror på, och om det betyder att vi måste stå ensamma, må vi göra det modigt, stärkta av vetskapen att vi egentligen aldrig är ensamma när vi står tillsammans med vår Fader i himlen" ("Våga stå ensam", *Liahona*, nov. 2011, s. 60, 67).

Avsluta med att berätta om en upplevelse då Herren välsignade dig därför att du var trofast i en situation där du stod helt ensam eller i en annan svår situation.

### Följdfrågor

Genom att ställa följdfrågor till elevernas första svar hjälper du dem att tänka igenom svaret de gav och berätta om tankar och känslor som känns viktiga för dem. Du kan ställa följdfrågor till eleven som besvarade frågan eller också få i gång en diskussion genom att rikta följdfrågorna till andra elever.

## Repetition av nyckelskriftställen

Skriv ordet *uppmåna* på tavlan. Förklara vid behov att ordet *uppmåna* betyder att med kraft försöka övertala andra att handla på ett visst sätt. Tala om att Mormons avslutande ord i Mormon 7 är ett bra exempel på en uppmaning. Dela ut papper till eleverna och tala om att de ska skriva en uppmaning som bygger på ett av deras favoritnyckelskriftställen i Mormons bok. Be dem att skriva följande överst på papperet: "Jag skall tala något till ungdomarna i de sista dagarna." Be varje elev att välja ett favoritnyckelskriftställe och sedan skriva en uppmaning till ungdomarna i de sista dagarna som bygger på skriftstället som de har valt. Uppmaningen skulle kunna innehålla en sammanfattning av de viktigaste sanningarna i nyckelskriftstället, en förklaring om varför de här sanningarna är viktiga för ungdomar i vår tid och en uppmuntran att handla efter de här sanningarna. Den skulle kunna avslutas med ett liknande löfte som det i Mormon 7:7 eller Mormon 7:10. Fundera på att be några elever läsa upp sina uppmaningar för klassen. Du skulle kunna samla in uppmaningarna för framtida aktiviteter i samband med nyckelskriftställen eller sätta upp dem i klassrummet.

*Obs:* Ni kan göra den här aktiviteten när som helst under lektionen. Ni skulle till exempel kunna göra den i slutet av lektionen eller efter att ha samtalat om Mormon 7.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mormon 7. Mormons sista vädjan om att tro på Kristus

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum har skrivit om Mormons sista vädjan om att tro på Kristus, en vädjan som han riktade till människor i vår tid efter att ha bevittnat sitt folks undergång:

"I en monolog över döden vände sig Mormon tvärs igenom tid och rum till alla människor, särskilt till den "återstod av Israels hus" som en dag skulle läsa hans storslagna uppteckning. De som levde i en annan tid och på en annan plats måste lära sig vad de som låg där framför honom hade glömt bort: att alla måste 'tro på Jesus Kristus, att han är Guds Son', att han efter sin

korsfästelse i Jerusalem 'genom Faderns makt har återuppstått, varigenom han har vunnit seger över graven. Och likaså att genom honom är dödens udd uppslukad.

Och han åstadkommer de dödas uppståndelse ... och världens återlösning.' De som har blivit återlösta kan då tack vare Kristus åtnjuta 'ett tillstånd av lycka som inte har något slut' [Mormon 7:1, 5–7] ...

Att 'tro på Kristus', särskilt när det vägs emot sådana tragiska följder – som alla hade kunnat undvikas! – var Mormons sista vädjan och hans enda hopp. Det är den främsta avsikten med hela den bok som skulle komma till människorna i de sista dagarna och bära hans namn" (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 321–322).

## Ytterligare undervisningsförslag

### Mormon 7:8–9. Bibeln och Mormons bok

Håll upp en Mormons bok med etiketten "denna". Håll därefter upp en bibel med etiketten "den". Be eleverna läsa Mormon 7:8–9 tyst för sig själva och ta reda på vad

Mormon sade om förhållandet mellan "denna" (Mormons bok) och "den" (Bibeln).

- Hur har ert studium av Mormons bok stärkt ert vittnesbörd om sanningarna i Bibeln? Hur har ert studium av Bibeln stärkt ert vittnesbörd om Mormons bok?

# Hemstudielektion

## 4 Nephi 1–Mormon 8:11 (Studieavsnitt 28)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### *Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner*

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade 4 Nephi 1–Mormon 8:11 (studieavsnitt 28) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar bara på några av de här lärosatserna och principerna. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (4 Nephi 1)

När eleverna studerade de förhållanden som rådde bland nephiterna under en tidsperiod av nästan 200 år efter Frälsarens besök, lärde de sig att när människor arbetar gemensamt på att bli omvända till Herren, blir de eniga och får uppleva allt större lycka. De såg också att högmod leder till splittring och till större ogudaktighet.

#### Dag 2 (Mormon 1–2)

När eleverna läste om Mormons rättfärdiga föredöme fick de tillfälle att fundera över egenskaperna att vara allvarlig och ha lätt för att fatta. De lärde sig att vi kan välja att leva rättfärdigt, även i ett ogudaktigt samhälle. När de läste om nephiternas ogudaktighet insåg de följande principer: Ogudaktighet och otro driver bort Herrens gåvor och den Helige Andens inflytande. Om vår sorg över våra synder för till omvändelse, kommer vi till Kristus med ödmjukt hjärta. Sorg enbart på grund av syndens följder leder till fördömlighet (eller att man hejdas i sin utveckling mot evigt liv).

#### Dag 3 (Mormon 3–6)

När eleverna läste om Herrens tålmod med nephiterna lärde de sig att Herren ger oss tillräckligt med tillfällen att omvända oss från våra synder. Men nephiterna vägrade att omvända sig och ville hämnas på lamaniterna. Eftersom Herren förbjuder oss att hämnas, valde Mormon att avgå som anförare över nephiternas härar. När eleverna läste om följderna av nephiternas hämndaktioner såg de att Guds domar drabbar de ogudaktiga. Mormon bevitnade sitt folks undergång och sörjde över deras fall.

#### Dag 4 (Mormon 7:1–8:11)

Mormon avslutar sin uppteckning med att vända sig till lamaniternas avkomlingar. Eleverna lärde sig att Herren erbjuder frälsning åt alla som tar emot principerna och förrättningarna i hans evangelium. Mormon dog och Moroni skrev om förhållandena efter nephiternas undergång. När eleverna läste om Moronis föredöme lärde de sig att vi kan välja att förbli trofasta även när vi står ensamma.

### Inledning till lektionen

I den här lektionen går eleverna igenom nephiternas undergång och samtalar om Mormons önskan att hans folk skulle slutas "i Jesu armar" (Mormon 5:11). De lär sig hur Herrens omfamning blir verklighet i deras liv. När de studerar nephiternas vägran att omvända sig inser eleverna de tragiska följder som människor drabbas av som inte omvänder sig.

### Lektionsförslag

#### 4 Nephi 1–Mormon 4

##### *Nephiterna hemfaller åt ogudaktighet efter att ha varit rättfärdiga och lyckliga*

Be eleverna avgöra hur många år av den nephitiska historien som de har studerat den här veckan. Hjälプ dem att använda årsangivelsen i kapitlingresserna eller längst ner på sidan i 4 Nephi 1 och Mormon 8 för att besvara frågan. (De här kapitlen omspannar nästan 400 år, eller över en tredjedel av nephiternas historia.)

Be hälften av klassen att med hjälp av skrifterna och studiedagböcker repetera vad de har lärt sig om nephiternas lycka i 4 Nephi 1. Be andra hälften att med hjälp av Mormon 1–2 och studiedagböcker repetera vem Mormon var och varför han var så beundransvärd. Be varje grupp sammanfatta vad de har lärt sig. Be dem därefter att berätta om sina sammanfattningar.

Fråga eleverna: Vad är en av de sanningar som ni har lärt er när ni studerade de här kapitlen och varför är den så viktig för er?

Tala om att trots att Mormon försökte få nephiterna att förbereda sig andligen för striden så vägrade de att omvända sig och vända sig till Herren. De var överlämnade åt sig själva till följd av sin ogudaktighet, och lamaniterna började få övertaget över dem (se Mormon 3–4).

#### Mormon 5:8–24

##### *Mormon förklarar att Mormons bok skrevs för att övertyga människor att tro på Jesus Kristus*

Fråga eleverna om de någonsin har tyckt synd om någon som måste genomlida följderna av ett felaktigt val. Fundera på att berätta om en egen lämplig erfarenhet (men utan att komma med värdeomdömen) när du sörjde över någon som måste genomlida de negativa följderna av ett felaktigt val som han eller hon gjorde. Berätta att Mormon skrev att folket i de sista dagarna skulle sörja när de läste om nephiternas undergång.

Be eleverna läsa Mormon 5:10–11 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon sade att nephiterna kunde ha fått uppleva. Efter att eleverna har berättat vad de fick veta, ställer du följande frågor:

- Var tror ni det innebär att "ha slutits i Jesu armar"? (Ordet *sluta* innebär i det här sammanhanget närhet och beskydd, att bli omfamnad, vilket är ett bevis på tillgivenhet.)
- Vad kan vi göra enligt Mormon 5:11 för att bli omfamnade på det här sättet? (**Genom omvändelse kan vi slutas "i Jesu Kristi armar"**. Skriv den här principen på tavlan.)

Läs eller be en elev högt läsa följande ord av äldste Kent F. Richards i de sjuttios kворum. Be klassen vara uppmärksam på vad det innebär att "ha slutits i Jesu armar".

"Var och en som kommer kan '[slutas] i Jesu armar'. [Mormon 5:11.] Varje själ kan botas genom hans kraft. Varje smärta kan stillas. I honom kan vi finna 'ro för [våra] själar' [Matt. 11:29.] Våra jordiska omständigheter kanske inte ändras omedelbart, men vår smärta, vår oro, vårt lidande och vår fruktan kan uppslukas i hans frid och läkande balsam" ("Försoningen täcker all smärta", *Liahona*, maj 2011, s. 16–17).

Be eleverna att tänka på tillfällen när de har känt att de har "slutits i Jesu armar" till följd av omvändelse. Be dem att begrunda vad de kanske behöver göra för att slutas i hans armar nu. Vittna om att omvändelse leder till att vi får tröst och är trygga.

För att illustrera en annan princip i Mormon 5 släpper du en kork (eller något annat som flyter) i en skål med vatten. Låt två eller tre elever blåsa korken åt olika håll. Fråga eleverna i vilken mån korken kan påverka riktningen. Uppmuntra eleverna att tänka på den här korken när de fortsätter att studera och på vad sätt den kanske påminner om nephiterna.

Skriv på tavlan: *Om vi vägrar att omvända oss ...* Be en elev läsa Mormon 5:16–19 högt, och be klassen vara uppmärksam på följderna av nephiternas vägran att omvända sig. Be eleverna att avsluta meningen på tavlan med hjälp av det de upptäcker i de här verserna. I samband med att de gör det skulle du kunna ställa några av följande frågor för att hjälpa dem förstå orden och uttrycken i verserna:

- I vers 16, vad tror ni det innebär att vara "utan Kristus och Gud i världen"? (Att leva utan tro på Jesus Kristus eller en himmelsk Fader och utan deras påverkan och ledning.)

- Vad tror ni menas med uttrycket "driver omkring som agnar för vinden"? (Mormon 5:16.) (Du skulle kunna förklara att agnar syftar på de mycket lätta skal som omsluter sädeskorn och flyger bort med vinden vid tröskning.)
- Hur tror ni att ni skulle känna er om ni var i en båt på havet utan segel eller roder? På vad sätt liknar den här situationen den situation som nephiterna befann sig i?

Tala om att Mormon 5 lär oss att **om vi vägrar att omvända oss, drar sig Anden bort från oss och vi går miste om Herrens ledning**. Skriv den här principen på tavlan och avsluta på så sätt meningen du började skriva tidigare. Be eleverna att tänka på tillfällen när de kan ha upplevt den här principen.

Hjälp eleverna kontrastera de två principerna som står på tavlan genom att fråga: Vad är skillnaden i följer mellan att omvända sig uppriktigt och att vägra att omvända sig?

Be eleverna läsa Mormon 5:22–24 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon uppmanade oss alla att göra för att inte bli som nephiterna på hans tid. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar.

Vittna om att de två principerna som står på tavlan är sanna.

### Mormon 6:1–8:11

*Efter att ha bevittna sitt folks undergång skriver Mormon till lamaniternas avkomlingar, dör i strid, och hans son Moroni blir lämnad ensam*

Be eleverna att sammanfatta nephiternas undergång, vid behov med hjälp av kapitelingresserna till Mormon 6–8.

Be eleverna läsa och tyst begrunda Mormon 7:10, de sista ord som Mormon skrev innan han dog.

### Nästa studieavsnitt (Mormon 8:12–Ether 3)

Moroni talade med Jesus Kristus och fick se vår tid. Vad varnade Moroni oss för? Jareds bror hade även han stor tro. Han såg Jesus Kristus och talade med honom ansikte mot ansikte. Detta att veta att både Moroni och Jareds bror såg och talade med Jesus Kristus, hur hjälper det er att lita på deras ord?



# Mormon 8:12–41

## Inledning

Efter att ha skrivit om sitt folks undergång och sin fars död profeterade Moroni om Mormons boks framkomst och varnade för följderna av att förkasta boken. Moroni såg att nephiternas uppteckning skulle komma

fram i en tid präglad av stor ogudaktighet när många skulle älska ägodelar mer än Gud. Han vittnade om att Mormons bok skulle vara av stort värde i de vanskliga omständigheter som skulle finnas i de sista dagarna.

## Lektionsförslag

### Mormon 8:12–32

#### Moroni profeterar om Mormons boks framkomst

Ta med dig föremål till lektionen eller bilder av föremål som visar tekniska framsteg. Börja lektionen med att rikta elevernas uppmärksamhet på föremålen eller bilderna av dem som du har ställt fram. Be en elev högt läsa följande ord av president Ezra Taft Benson:



”Mina kära bröder och systrar, i dag skulle jag vilja tala om en av de mest betydelsefulla gåvor som getts till världen i vår tid. Den gåva som jag tänker på är viktigare än någon av de uppfinningar som har kommit från de industriella och tekniska revolutionerna. Det är en gåva som är av större värde för mänskligheten än till och med de många underbara framsteg vi har sett inom medicinen. Den är av större värde för mänskligheten än flygets eller rymdfartens utveckling. Jag talar om den gåva som ...” (se ”Mormons bok – slutstenen i vår religion”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 3).

- Skulle ni vilja ha den gåva som president Benson talade om? Varför då?
- Vad tror ni att det är för gåva?

Tala om att Moroni undervisade om den gåvan. Be eleverna läsa Mormon 8:12, där de får veta vad det är för gåva. Hjälpt eleverna förstå att orden ”denna uppteckning” syftar på Mormons bok. Tala om att president Benson talade om den gåva som Mormons bok är.

För att hjälpa eleverna inse Mormons boks värde ber du dem läsa Mormon 8:13–16 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa ber du dem att lägga märke till vad Moroni sade om Mormons boks värde. Ställ därefter några av eller samtliga följande frågor för att hjälpa eleverna att samtala om och analysera vad de fick veta:

- Några kanske tänker på guldplåtarnas ekonomiska värde. Vad är det enligt Mormon 8:14 som är ”av stort värde” i fråga om plåtarna? (Hjälpt eleverna förstå att eftersom Herren inte kommer tillåta att någon ”skaffa[r] sig vinning” med guldplåtarna så har själva plåtarna ”inget värde”, men uppteckningen på dem ”är av stort värde”.)
- Moroni sade att Mormons bok bara kunde föras fram i ljuset av någon som hade ”blicken endast fäst på [Guds] ära” (Mormon 8:15). Vad tror ni menas med det? (Be gärna eleverna att som del av diskussionen läsa Joseph Smith — Historien 1:46, där Moroni ger anvisningar till Joseph Smith inför Mormons boks framkomst.)
- Moronis beskrivning i Mormon 8:16 av Mormons boks framkomst, hur bidrar den till att förklara bokens stora värde?

I Mormon 8:17–21 varnar Moroni dem som skulle fördöma eller motsätta sig Mormons bok. Be eleverna läsa de verserna och vara uppmärksamma på Moronis varningar.

- Vad varnar Moroni personer för som förkastar eller fördömer Mormons bok?
- Vad lär ni er för sanning i Mormon 8:22? På vad sätt bidrar Mormons boks framkomst i de sista dagarna till att Herrens eviga avsikter genomförs?

Tala om att Mormon 8:23–25 innehåller Moronis ord om de trofasta heliga som hade levt före hans tid och om deras böner. Han sade att de ropade till Herren ”ur stoftet”.

Be eleverna att läsa det här skriftstället tyst för sig själva och ta reda på vad de heliga i det forna Amerika bad om i fråga om Mormons bok.

- Vem bad de heliga i det forna Amerika för? (De bad för sina bröder – lamaniterna och deras avkomlingar – och för den person som skulle föra fram Mormons bok, det vill säga profeten Joseph Smith.)

Berätta att Moroni beskrev de förhållanden som skulle råda vid den tid då Mormons bok skulle föras fram. Be dem därefter föreställa sig att de är Moroni och lever 1 600 år tidigare och får se vår tid i en syn.

Be dem att i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker beskriva de andliga förhållandena i vår tid. Efter att eleverna har haft tillräcklig tid att skriva, ber du några av dem berätta vad de har skrivit. Be därefter eleverna att läsa Mormon 8:26–32 tyst för sig själva och jämföra det de skrev med Moronis profetiska beskrivning av vår tid. Dela upp klassen parvis. Be varje par berätta om några likheter och skillnader mellan deras beskrivningar och Moronis.

- Vad tycker ni stämmer i Moronis beskrivning av vår tid?

Skriv följande sammanfattning av Moronis profetior på tavlan: ***Mormons bok ska komma fram genom Guds makt i en tid präglad av stor ogudaktighet.*** Om du har ställt fram föremål eller bilder av föremål som exempel på tekniska och medicinska framsteg, fundera då på att lägga ett exemplar av Mormons bok bredvid dem. För att hjälpa eleverna att begrunda och vittna om värdet av Mormons bok i sitt liv, ställer du till exempel följande frågor:

- Hur hjälper oss Mormons bok att stå emot vår tids ogudaktighet?
- På vilka sätt är Mormons bok av större värde än tekniska eller medicinska framsteg?
- Varför tror ni att Mormons bok "är en av mest betydelsefulla gåvor som getts till världen i vår tid", som president Benson sade?
- Vad skulle ni svara om en kamrat frågade er varför Mormons bok är värdefull för er?

## Mormon 8:33–41

### *Moroni ser de sista dagarna och fördömer den andliga ogudaktigheten i vår tid*

Be en elev läsa Mormon 8:35 högt. Innan han eller hon börjar läsa, berättar du att Moroni talar till oss i den här versen.

- Hur skulle den här versen kunna påverka hur vi läser Mormons bok?

I samband med att eleverna samtalar om den här frågan läser du följande ord av president Ezra Taft Benson där han talar om profeter i Mormons bok:

"Om de såg vår tid och valde det som skulle vara av störst värde för oss, är det inte så vi borde studera Mormons bok? Vi borde ständigt fråga oss: 'Varför valde Herren att inspirera Mormon (eller Moroni eller Alma) att ta med detta i sin uppteckning? Vad kan jag lära mig av det här som hjälper mig leva i dag och i vår tid?' ("Mormons bok – slutstenen i vår religion", s. 4.)

Uppmuntra eleverna att följa det här rådet när de studerar återstoden av Moronis ord i Mormon 8.

Be eleverna att tänka på ett tillfälle när de såg att någon behövde hjälp – materiellt, känslomässigt, socialt eller andligt. Be dem att fundera på vad de gjorde för att hjälpa den personen, eller om de inte hjälpte honom eller henne, vad de kunde ha gjort. Be dem också begrunda varför de valde att hjälpa eller inte hjälpa.

Be några elever turas om att högläsa ur Mormon 8:33–41. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på orsaker till att somliga i de sista dagarna inte skulle hjälpa de behövande.

- Varför skulle somliga i de sista dagarna inte hjälpa de behövande? (I svaren kan ingå: på grund av högmod, ondska, att de älskade pengar och fina kläder mer än de älskade de behövande, att de traktade efter världens beröm.)
- I Mormon 8:38 använder Moroni ordet *orena*. Vad finns det för påverkan i vår tid som kan beskrivas som orena? (I svaren kan bland annat ingå högmod, pornografi och kärleken till pengar.)

### **Att be eleverna berätta om skriftliga svar**

Uppmuntra eleverna emellanåt att berätta vad de har skrivit i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Glöm inte att tacka eleverna för att de berättar och ge uppriktigt beröm. När du gör det här på lektionen skapar du en miljö som präglas av kärlek och respekt och som främjar lärande.

Be eleverna att skriva en mening som sammanfattar vad de har lärt sig i Mormon 8:36–41 om vårt ansvar för fattiga och behövande. Be två eller tre elever att läsa upp sina meningar för klassen. Även om eleverna formulerar sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande sanning: **Gud kommer att ställa oss till svars för hur vi behandlar de fattiga och behövande.**

- Vilka tror ni är de vanligaste behoven i er skola eller ert samhälle? Vad kan ungdomar i kyrkan göra för att hjälpa dem som har de här behoven? (Hjälp eleverna förstå att de inte förväntas bidra med pengar och tid till alla välgörande ändamål eller till varje person som ber om hjälp. Det finns många tillfällen att hjälpa behövande i den egna släkten eller i kyrkan. De kan också följa Andens ledning och betjäna på egen hand.)
- Vad anser du att kyrkans ungdom kan göra för att hjälpa de fattiga? (Om eleverna inte nämner fasteoffer, betona då fasteoffret genom att läsa styckena under rubriken "Faste-söndagen" i *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 39–40.)

När eleverna har pratat om och besvarat frågan ber du dem att i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker skriva om en eller två saker de kan göra för att hjälpa de fattiga och behövande. De kan skriva sådant som de har hört under lektionen eller komma med egna förslag. Uppmana dem att skriva ner ett mål att göra en av de här sakerna under de kommande veckorna. Uppmuntra dem att nå de här målen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Mormon 8:14–18. "Välsignad är han som skall föra fram den i ljuset"

Moroni profeterade om profeten Joseph Smith, som utvaldes att föra fram Mormons bok till världen (se Mormon 8:15–16). Många av de forntida profeterna var även de medvetna om Joseph Smith och bad om att han skulle lyckas med att översätta och ge ut guldplåtarna och därigenom genomföra Guds avsikter (se Mormon 8:23–25; L&F 10:46). President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum talade om den roll som Joseph Smith hade i att föra fram Mormons bok:

"Sanningen är helt enkelt att han var en Guds profet, varken mer eller mindre!

Skrifterna kom inte så mycket från Joseph Smith som genom honom. Han var en kanal genom vilken uppenbarelserna gavs ...

Profeten Joseph Smith var en olärd bondpojke. Några av hans tidigaste brev i original visar att han var tämligen oslipad i fråga om stavning, grammatik och uttrycksätt.

Att uppenbarelserna kom genom honom med någon grad av litterär förfining är rena undret" ("We Believe All That God Has Revealed", *Ensign*, maj 1974, s. 94).

### Mormon 8:37–38. Hur påverkar detta att hjälpa fattiga och behövande vår eviga lycka?

Biskop H. David Burton vittnade om de eviga följderna av att hjälpa de fattiga och behövande:

"De ändamål, löften och principer som underbygger vårt arbete med att sörja för de fattiga och behövande sträcker sig långt bortom jordelivets gränser. Det här heliga arbetet avser inte endast att hjälpa och välsigna dem som lider eller är behövande. Som Guds söner och döttrar kan vi inte ärva det eviga livet till fullo om vi inte är helt engagerade i att sörja för varandra medan vi är här på jorden. Det är när vi välvilligt uppoffrar och ger av oss själva som vi lär oss uppoffringens och helgelsens himmelska principer" (se "Välfärdens helgande arbete", *Liahona*, maj 2011, s. 81–82).

# Mormon 9

## Inledning

Moroni avslutade sin fars uppteckning med att uppmana dem som inte tror på Jesus Kristus att vända sig till Herren genom omvändelse. Han skrev att Gud är en underverkens Gud och oföränderlig och att underverk

endast upphör på grund av otro. Han uppmuntrade människor att tro på Jesus Kristus och be till Fadern av hela sitt hjärta för att få det de behöver.

## Lektionsförslag

### Mormon 9:1–6

#### Moroni kallar dem som inte tror på Jesus Kristus till omvändelse

Be eleverna tänka på ett tillfälle när de inte kände sig väl till mods. Be några elever berätta om sina upplevelser och tala om varför de inte kände sig väl till mods. Du skulle också kunna fråga dem vad som skulle ha fått dem att känna sig bättre till mods i de situationerna.

Be eleverna läsa Mormon 9:1–5 tyst för sig själva och leta efter den obehagliga situation som Moroni beskriver. (Du skulle också kunna be eleverna läsa Alma 12:12–15 och skriva den skriftställehänvisningen bredvid Mormon 9:1–5.)

- Hur kommer de ogudaktiga att känna sig vid den slutliga domen inför Gud Fadern och Jesus Kristus? Varför kommer de känna sig på det sättet?

Be en elev läsa följande ord av president Joseph Fielding Smith:



”Ingen kan bli frälst utan omvändelse. En människa i ett syndfullt tillstånd kan inte komma in i Guds rike. Det vore verkligen mycket inkonsekvent om en människa i sina synder skulle kunna närma sig Fadern och vistas i hans närhet.

Det finns många människor på jorden, och åtminstone en del av dem är medlemmar i kyrkan, som tror att de kan leva som de behagar och bryta Guds bud och ändå återvända till hans närhet. De tror att de kommer att omvända sig, kanske i andevärlden.

De borde läsa Mormons ord [i Mormon 9:3–5].

Tror du att en människa, vars liv varit fyllt med moraliskt fördärv, som gjort uppror mot Gud och som inte haft omvändelsens ande med sig, skulle vara lycklig eller känna sig väl till mods om hon gavs tillåtelse att vistas i Guds närhet?” (*Frälsningens lära*, sammanst. av Bruce R. McConkie, 3 delar, 2:168–169; kursivering i originalet borttagen.)

- Varför måste vi omvända oss från våra synder i dag och inte vänta till domen? (För att hjälpa eleverna att besvara den här frågan skulle du kunna be dem läsa Alma 34:33–38.)

Be en elev läsa Mormon 9:6 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad de icke troende måste göra för att känna sig väl till mods i Guds närhet. När eleverna har berättat det, ber du dem att urskilja ord och uttryck i Mormon 9:6 som beskriver dem som har vänt sig till Herren och bitt om förlåtelse. Du kan föreslå att eleverna markerar ord och uttryck som de hittar.

Be eleverna att skriva en princip i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker som sammanfattar Mormon 9:6. Vänd dig till två eller tre elever och be dem läsa vad de har skrivit. Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör svaren uttrycka följande sanning: **Om vi omvänder oss ska vi befinnas vara obefläckade när vi kommer inför Gud.**

Vittna om att vi genom att omvända oss och leva rättfärdigt kan förbereda oss så att vi känner oss väl till mods i Herrens närhet. Be eleverna att begrunda vad de bör göra nu för att bli redo att möta Herren.

#### Att vända sig till enskilda elever

Genom att vända dig till enskilda elever kan du få elever att delta som sällan yttrar sig. Låt dem alltid få tid att tänka igenom frågor innan du vänder dig till dem. Pressa dem aldrig att delta.

## Mormon 9:7–20

### Moroni förkunnar att Gud utför underverk och besvarar de trofastas böner

Skriv *underverk* på tavlan. Fråga eleverna hur de skulle definiera det här ordet. Efter att några elever har svarat på frågan ber du klassen att slå upp *underverk* i Handledning för skriftstudier. Be eleverna att läsa hela artikeln och leta efter upplysningar som klargör eller tillför information till deras definitioner.

- Varför tror ni att en del människor inte tror på underverk?

Sammanfatta Mormon 9:7–8 genom att berätta att Moroni riktade sig till människor i de sista dagarna som skulle påstå att det inte längre finns några uppenbarelser, profetior, andliga gåvor och underverk.

Dela upp eleverna två och två. Be en av de två att läsa Mormon 9:9–11 tyst för sig själv och den andra Mormon 9:15–19. Be varje elev att skriva ner de viktigaste punkterna som Moroni anförde för att övertyga människor att tro på underverk. Efter att eleverna har haft tillräcklig tid att skriva, ber du dem att berätta för sin kamrat vad de skrivit.

Skriv följande på vänster sida av tavlan: *Underverken upphör när vi ...*

Skriv följande på höger sida av tavlan: *Underverk kan ske när vi ...*

Be en elev läsa Mormon 9:20 högt, och be klassen vara uppmärksam på tre orsaker till att Gud upphör att göra underverk bland sina barn. Be en elev skriva de tre orsakerna på tavlan och avsluta meningen som står på höger sida av tavlan (se följande uppställning).

Be eleverna att formulera om varje orsak till varför underverken upphör på ett sätt som uttrycker ett tillstånd som möjliggör underverk. Deras förslag bör likna exemplen på höger sida av uppställningen.

Underverk upphör när vi ...	Underverk kan ske när vi ...
Nedsjunker i otro	Får starkare tro
Avviker från den rätta vägen	Går på den rätta vägen och håller Guds bud
Inte känner den Gud som vi borde lita på	Lär känna och litar på Gud

Be eleverna att ögna igenom Mormon 9:9, 19 och leta efter vad Moroni sade om Guds väsen. Efter att eleverna har berättat vad de hittat, frågar du:

- Eftersom vi vet att Gud är oföränderlig och att han utförde underverk bland sina barn förr i världen, vad vet vi då om hans villighet att utföra underverk i vårt liv i dag? (Även om eleverna kanske formulerar sina svar på olika sätt, bör de uttrycka följande princip: **Gud har alltid utfört underverk, och eftersom han är oföränderlig så utför han fortfarande underverk alltefter vår tro.** Skriv gärna den här principen på tavlan och föreslå att eleverna skriver den bredvid Mormon 9:19–20.)

Tala om att vi kan uppleva Guds mirakulösa makt i vårt liv på olika sätt. För att hjälpa eleverna att tänka på olika sätt som Gud fortfarande är en underverkens Gud, ber du en elev läsa följande ord av syster Sydney S. Reynolds i Primärföreningens generalpresidentskap: "Jag har lärt mig ... att Herren hjälper oss med allt i vårt liv när vi försöker tjäna honom och göra hans vilja.

Jag tror att vi alla kan vittna om dessa små under. Vi känner till barn som ber om hjälp att hitta en borttappad sak, och de hittar den. Vi känner till ungdomar som tar mod till sig och står som vittnen om Gud, och som upplever hans stödjande hand. Vi känner till vänner som betalar sitt tionde med sina sista slantar och som sedan genom ett under finner att de kan betala terminsavgiften eller hyran eller på något sätt skaffa mat till familjen. Vi kan berätta för varandra om böner som besvarats och om prästadömsvälsignelser som gett oss mod och tröst eller återställt hälsan. Dessa dagliga under gör oss bekanta med Herrens hand i vårt liv" ("En Gud som gör under", *Liahona*, juli 2001, s. 13).

- Vad har ni haft för upplevelser som bevisar att Gud fortfarande är en underverkens Gud?

## Mormon 9:21–37

### *Moroni uppmanar icke troende att tro på Jesus Kristus och att be i hans namn*

Be en elev läsa Mormon 9:21 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Moroni sade i fråga om bön till vår himmelske Fader.

- Vad lovade Moroni? (Elevernas svar bör återspegla följande princip: **Om vi ber med tro och i Kristi namn, ger vår himmelske Fader oss vad vi än ber om.**)

För att hjälpa eleverna förstå vad det innebär att be "i Kristi namn", ber du en elev högt läsa följande:

"Vi ber i Kristi namn när vårt sinne är Kristi sinne och våra önskningar Kristi önskningar – när hans ord förblir i oss (Joh. 15:7). Då ber vi om sådant som det är möjligt för Gud att bevilja. Många böner förblir obesvarade eftersom de inte alls är i Kristi namn. De utgör inte på något vis hans sinne utan har sitt ursprung i människans själviska hjärta" (Bible Dictionary, "Prayer").

Ställ gärna följande frågor:

- Hur försäkrar vi oss om att det vi ber om återspeglar vad Herren önskar för vår del?
- När har ni sett det löfte som ges i Mormon 9:21 uppfyllas? (Låt eleverna få tid på sig att tänka på den här frågan innan de svarar.)

Sammanfatta Mormon 9:22–25 genom att berätta att Frälsaren utlovade sina lärjungar välsignelser när han sände ut dem för att predika evangeliet. Be eleverna att ögna igenom Mormon 9:22–25 och hitta några av de välsignelserna.

- Vad innebär det för er att Frälsaren ska "bekräfta alla [sina] ord"? (Mormon 9:25.)

Be eleverna läsa Mormon 9:27–29 tyst för sig själva och leta efter inställningar och handlingar som hjälper dem att bli berättigade till och få Guds hjälp. Be gärna eleverna att skriva en sammanfattning av de här verserna i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker.

Avsluta lektionen med att sammanfatta Mormon 9:30–34 genom att berätta för eleverna att en del människor i de sista dagarna skulle förkasta Mormons boks budskap på grund av ofullkomligheter hos dem som skrev den och språket som det var skrivet på. Be en elev läsa Mormon 9:35–37 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på skäl till att Moroni och andra bad om att Mormons bok skulle komma fram i de sista dagarna. (Så att deras bröders avkomlingar, lamaniterna, kunde återställas till "kunskapen om Kristus" och till förbunden som Gud hade slutit med Israels hus.)

För att hjälpa eleverna sammanfatta vad de har lärt sig i dag ställer du följande frågor:

- På vad sätt är Mormons bok ett bevis på att Gud är en underverkens Gud och att han besvarar böner?
- Vad har ni lärt er för sanningar i dag som kommer att påverka era personliga böner?

## Återblick på Mormons bok

Hjälp eleverna att repetera Mormons bok. Be dem att tänka på vad de har lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Be dem att titta på några av kapitelingresserna om de behöver hjälp med att komma ihåg vad de har studerat. När eleverna har haft tillräcklig tid på sig ber du några av dem att berätta något ur Mormons bok som har hjälpt dem att få större tro Jesus Kristus.

# Ethers bok

### Varför studera den här boken?

När eleverna studerar Ethers bok får de lära sig om Jarediterna, en grupp som färdades till västra halvklotet och levde där i många århundraden innan Lehis folk kom dit. De lär sig viktiga principer om bön och uppenbarelse, om sambandet mellan att utöva tro på Jesus Kristus och få andlig kunskap. De lär sig också om profeternas uppdrag att få människor att omvända sig och om följderna som drabbar dem som förkastar Jesus Kristus och hans profeter.

### Vem skrev den här boken?

Moroni förkortade den här boken från 24 guldplåtar som kallas Ethers plåtar. Boken är uppkallad efter profeten Ether, som var den siste profeten bland Jarediterna och som nedtecknade deras historia (se Ether 15:33–34). Omkring 500 år innan Moroni gjorde sitt sammandrag av de heliga uppteckningarna, hittade några av Limhis folk profeten Ethers plåtar medan de sökte efter Zarahemlas land (se Mosiah 8:7–11; Ether 1:2). Nephitiska profeter och skrivare lät Ethers plåtar gå från en till nästa tills de slutligen kom i Moronis ägo. Moroni skrev att han inte tog med ens "en hundradel" av uppteckningen i sitt sammandrag (Ether 15:33).

### För vem skrevs den här boken och varför?

Eftersom Moroni förkortade Ethers plåtar först efter Jarediternas och sitt eget folks undergång, är boken avsedd för människor i vår tid. Moroni uppmanar icke-judar i de sista dagarna att omvända sig, tjäna Gud och göra slut på hemliga sammanväringar (se Ether 2:11–12; 8:23). Han skrev ner Jesu Kristi inbjudan till "jordens alla ändar" att omvända sig, komma till honom, bli döpta och få den kunskap som är fördold för världen på grund av otro (se Ether 4:13–18).

### När och var skrevs den?

Ether avslutade uppteckningen över sitt folk under och efter den sista stora striden, som ingen utom två av Jarediterna överlevde: han själv och Coriantumr (se Ether 13:13–14; 15:32–33). Han gömde därefter sina skrifter "på ett sådant sätt att Limhis folk hittade" dem (Ether 15:33; se också Mosiah 8:7–9). Moroni förkortade Ethers uppteckning mellan 400 och 421 e.Kr. (se Mormon 8:3–6; Moroni 10:1). Moroni skrev att Jarediterna utrotades "i detta nordliga land" (Ether 1:1), vilket tyder på att han kan ha befunnit sig i det landet när han förkortade deras uppteckning.

### Vad kännetecknar den här boken?

Till skillnad från andra böcker i Mormons bok redogör Ethers bok inte för Lehis avkomlingars historia. Boken skildrar hur Jarediterna kommer från Babels torn och färdas till löftets land, där de till slut går under. Ethers bok bär liksom nephiternas uppteckning vittnesbörd om att "vilken nation som än äger [det utlovade landet] måste tjäna Gud, annars blir de bort-sopade ... när de har mognat i ondska" (Ether 2:9).

Att Jesus Kristus visade sig för Jareds bror i sin förjordiska andekropp "hör till de främsta ögonblicken i all upptecknad historia". Den här händelsen "gjorde Jareds bror till en av de största profeterna någonsin" (Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 17). Moronis berättelse om den här synen är ett mäktigt vittne om Jesus Kristus och ger oss viktig kunskap om andekroppar (se Ether 3:4–17).

### Översikt

**Ether 1–3** Herren bevarar Jarediternas språk vid Babels torn och lovar att leda dem till ett utvalt land och göra dem till en stor nation. Han för dem till havsstranden och instruerar dem att bygga båtar för överfarten. Herren uppenbarar sig själv och "allting" (Ether 3:26) för Jareds bror.

**Ether 4–5** Moroni förseglar Jareds brors skrifter. Han upptecknar Jesu Kristi förklaring att dessa skrifter ska uppenbaras för dem som utövar tro på honom. Moroni lär att i de sista dagarna kommer jämte Fadern, Sonen och den Helige Anden också tre vittnen att vittna om Mormons bok.

**Ether 6–11** Jarediterna färdas till det utlovade landet. Folket förökar sig och börjar sprida sig över hela landet. En följd av rättfärdiga och ogudaktiga kungar regerar över många släktled. Jarediterna är nära att gå under på grund av hemliga sammanväringar. Många profeter uppmanar folket att omvända sig, men folket förkastar dem.

**Ether 12** Moroni lär att ingen får andens vittnesbörd förrän han eller hon har tro. Han säger till Herren att han är rädd att icke-judar i framtiden ska häna hans svaghet i att skriva den heliga uppteckningen, och han skriver ner Herrens svar till honom. Moroni uppmanar läsare i de sista dagarna att söka Jesus Kristus.

**Ether 13–15** Moroni tar upp Ethers profetia om det Nya Jerusalem. När Jarediterna förkastar Ether, bevittnar han och skriver om deras undergång.

# Ether 1

## Inledning

Moroni förkortade Ethers boks från de 24 guldplåtar som hittades av en sökpatrull som kung Limhi hade skickat ut (se Mosiah 8:7–11). De här plåtarna innehåller det Jareditiska folkets historia. Skildringen inleds med att Jared och hans bror vänder sig till Herren i samband med att han förbistrade folkets språk vid Babels torn.

De ber honom att han ska ha medlidande med dem och deras familjer och vänner och vägleda dem (se 1 Mos 11). Tack vare att Jareds bror ber ihärdigt till Herren bevarar Herren hans brors och deras familjers och vänner språk. Herren säger att han ska föra dem till ett utvalt land, där de ska bli en stor nation.

## Lektionsförslag

### Ether 1:1–32

#### Moroni skriver ner Ethers släktlinje ända till Jared vid tiden för Babels torn

För att påminna eleverna om var Ethers bok kom från, går ni igenom översikten över vandringar i Mosiah 7–24 i tillägget i slutet av den här handledningen. Be dem att titta på fjärde vandringen: Försök hitta Zarahemla. Be dem därefter att leta efter vad Limhis folk hittade under den här vandringen. Be dem sedan att slå upp första sidan i Ethers bok. Sammanfattningen under titeln talar om att Ethers bok är tagen från de 24 plåtar som Limhis folk hittade.

Berätta att när Moroni hade avslutat sin fars uppteckning gjorde han ett sammandrag av uppteckningen på de 24 guldplåtarna. Den här uppteckningen innehöll Jarediternas historia, som levde på den amerikanska kontinenten före nephiterna och lamaniterna. Be eleverna läsa Ether 1:1–5 tyst för sig själva och ta reda på vad Moroni valde att ta med i sitt sammandrag av Jarediternas uppteckning. Be eleverna berätta vad de funnit.

Du kan visa en bild av Babels torn om du har en. Be eleverna sammanfatta vad de vet om tornet som omtalas i Ether 1:5 och vad som hände med dem som försökte bygga det. (Det kallades Babels torn. Herren förbistrade språket för dem som försökte bygga det och spred ut dem för deras ogudaktighets skull [se 1 Mos 11:1–9].)

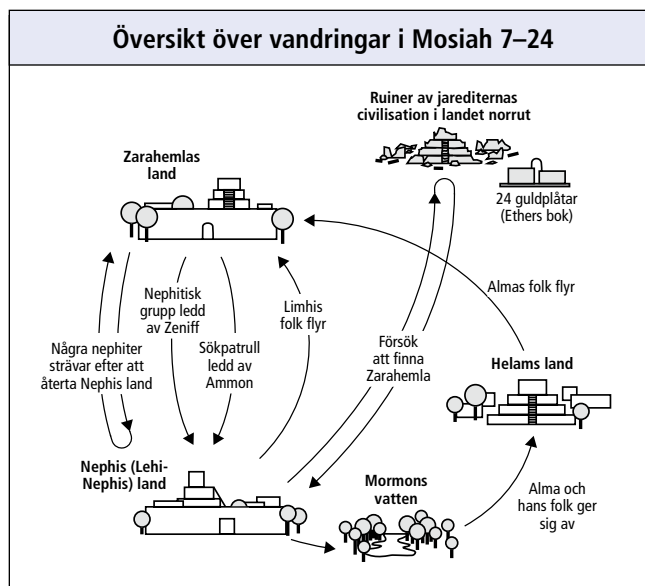
För att hjälpa eleverna se kopplingen mellan Jarediternas och nephiternas historia ber du dem att titta på kronologin på bokmärket till Mormons bok (artikelnr 32336 180). Tala om att Moroni inledde sin redogörelse för Jarediternas historia med att skriva ner profeten Ethers släktlinje, den Ether som upptecknade historien på de 24 guldplåtarna. Moroni skrev ner Ethers släktlinje ända till Jared, en man som levde vid tiden för Babels torn.

### Ether 1:33–43

#### Tack vare Jareds brors böner får hans släkt och vänner medlidande och vägledning.

Fråga eleverna om de någonsin har varit på en plats där de inte förstod språket som människor omkring dem talade. Be flera av dem berätta hur de kände sig i den situationen. Be dem därefter föreställa sig hur människorna vid Babels torn måste ha känt sig när de insåg att deras språk höll på att förbistras. Be dem att tyst för sig själva begrunda följande frågor:

- Om du var i den situationen, vem skulle du mest av allt sakna kommunikation med? Varför?





Be eleverna läsa Ether 1:33–34 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa, ber du dem se efter 1) vem eller vilka Jared ville kunna kommunicera med och 2) hans förslag till lösning på problemet. (Han ville kunna kommunicera med sin familj och bad sin bror att be att deras språk inte skulle förbistras.) När eleverna har berättat vad de funnit, frågar du:

- Vad betyder uttrycket "ropa till Herren" för er?
- Vad får ni veta i Ether 1:33–34 om Jareds känslor i fråga om sin bror och dennes böner?

Dela upp klassen parvis. Be dem att i varje par turas om att läsa högt ur Ether 1:35–42. Be dem uppmärksamma Jareds brors böner och Herrens svar på de böner. När de haft tid att läsa, frågar du:

- Vad i fråga om Jareds brors böner gör intryck på er?
- Hur besvarade Herren Jareds brors böner?
- Vad lär vi oss för principer av hur Jareds bror bad och av hur Herren besvarade hans böner? (När eleverna delger tankar, uppmuntra dem då att tänka på vår himmelske Faders medlidande med och kärlek till dem. Skriv följande princip på tavlan: **Om vi alltid ropar till Gud med tro, har han medlidande med oss.**)

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen: (Du kan också skriva dem på ett utdelningsblad eller högläsa dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.)

*Vad är det för skillnad mellan att ropa till vår himmelske Fader och att "be en bön"?*

*När har du upplevt din himmelske Faders medlidande som svar på din bön? När har familjemedlemmar eller vänner berättat för dig att vår himmelske Fader haft medlidande med dem som svar på bön?*

*Vad lär oss Guds svar på våra böner om hans känslor för oss?*

*Vad kan du göra för att dina böner ska bli mer meningsfulla?*

Be eleverna besvara frågorna i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Ge dem tillfälle att berätta vad de har skrivit. Vittna om att du vet att vår himmelske Fader älskar oss och vill välsigna oss när vi åkallar honom regelbundet.

Förklara att berättelsen i Ether 1 ger oss en djupare inblick i Guds kärlek och i bönen välsignelser. Be eleverna läsa Ether 1:34, 36, 38 tyst för sig själva och ta reda på vad Jared bad sin bror att han skulle be om i sina böner. Be en elev skriva elevernas svar på tavlan. Du kan föreslå att han eller hon skriver svaren under orden "ropa till Herren" i principen som du skrivit på tavlan.

Föreslå att eleverna markerar uttrycket "låt oss vara trofasta mot Herren" i slutet av Ether 1:38. Framhåll att Jareds och hans brors handlande visar deras tro och vilja att lyda Herren. De bad i tro om de välsignelser de behövde.

Be eleverna läsa Ether 1:35, 37, 40–42 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på hur Gud välsignade Jared och hans bror och deras släkt och vänner. Be eleven vid tavlan att skriva det som eleverna hittar i texten, under ordet *medlidande* i principen du skrivit. Förvisa dig om att eleverna ser sambandet mellan Jareds brors bön och välsignelserna som Herren gav.

Be en elev läsa Ether 1:43 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på stora välsignelser som Gud lovade, som Jareds bror inte ens hade bett om.

- Vilka ytterligare välsignelser lovade Herren folket? (Jared hade bett sin bror att fråga Herren vart de skulle gå. Jared hoppades att Herren skulle leda dem till ett land som var "utvalt framför alla andra på jorden" [Ether 1:38]. Och Herren lovade att leda dem till ett löftets land. Han gav också anvisningar om förberedelser de skulle göra inför färden. Han lovade att han av deras familjer skulle göra en stor nation och att det inte skulle finnas någon större nation på jorden.)

Be eleverna slå upp 2 Nephi 4:35. (Du kan föreslå att de skriver 2 Nephi 4:35 bredvid Ether 1:43 i sina skrifter.) Be dem därefter läsa 2 Nephi 4:35 och Ether 1:43 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på vad de verserna lär oss om välsignelser som Gud ger oss som svar på våra böner.

- Vad säger Nephi i 2 Nephi 4:35 om hur Gud besvarar våra böner? (Gud ger frikostigt åt den som ber.) Hur bekräftas Nephis ord i 2 Nephi 4:35 av Herrens löfte i Ether 1:43?

- Varför lovade Herren välsignelser enligt Ether 1:43 utöver dem som Jarediterna hade bitt om? (Herren lovade ytterligare välsignelser därför att de hade bitt trofast. Föreslå att eleverna markerar följande ord i Ether 1:43: "eftersom du så länge har ropat till mig.")
- Vad lär vi oss för princip i Ether 1:43? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande princip: **Om vi ber regelbundet till Gud med tro, kan vi få välsignelser utöver dem vi ber om.** Du kan föreslå att eleverna skriver den här principen i sina skrifter.)
- När har ni lagt märke till den här sanningen i ert eget liv eller i någon bekants liv?

När eleverna har besvarat frågan kan du berätta något exempel ur ditt liv eller ur andras liv. Profeten Joseph Smith är ett bra exempel på den här principen. Han fick välsignelser utöver dem som han hade bitt om när han bad för att få veta vilken som var den rätta kyrkan (se Joseph Smith — Historien 1:10–20) och när han bad för att få veta sin ställning inför Herren (se Joseph Smith — Historien 1:29–47).

Avsluta med att uppmuntra eleverna att anstränga sig att verkligen be helhjärtat. Uppmuntra dem också att komma ihåg att vår himmelske Fader är fylld av medlidande och besvarar deras böner alltefter deras tro och alltefter vad han vet blir till störst välsignelse för dem.

### Repetition av nyckelskriftställen

Dela upp klassen i par. Låt dem hjälpa varandra att repetera skriftställehänvisningarna och nyckeluttryck i de 25 nyckelskriftställena i Mormons bok. Du kan föreslå att de använder nyckelskriftställekort för att förhöra varandra (se förslaget i samband med repetition av nyckelskriftställen i slutet av lektion 45). Gör sedan en frågesport om skriftställena, kanske med hjälp av ledtrådar från skriftställekort. Gå igenom svaren gemensamt som klass. Be eleverna anteckna vilka skriftställena de behöver öva på, och uppmuntra dem att öva på egen hand. Om du vill kan du ha ett avslutande förhör på nyckelskriftställena i Mormons bok i slutet av läsåret.

*Obs:* Ni kan göra den här aktiviteten i början av eller i slutet av lektionen. Om ni gör den i början, bör den vara så kort att ni hinner med lektionen. Se tillägget i slutet av handledningen för andra aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 1:34–35. Vad hette Jareds bror?

Äldste George Reynolds i de sjuttios kvorum berättade följande berättelse som visar att Jareds brors namn uppenbarades för profeten Joseph Smith:

"Medan äldste Reynolds Cahoon bodde i Kirtland föddes en son till honom. En dag när president Joseph Smith gick förbi hans dörr, bad han profeten att komma in och välsigna barnet och ge det ett namn.

Joseph gjorde det och gav pojken namnet Mahonri Moriancumer. När han hade avslutat välsignelsen, lade han barnet på sängen och vände sig till äldste Cahoon och sade: 'Namnet jag har gett din son är Jareds brors namn. Herren har just visat mig det.' Äldste William F. Cahoon, som stod intill, hörde profeten säga det här till hans far, och det var första gången som Jareds brors namn blev bekant i kyrkan i denna tidsutdelning" ("The Jaredites", *Juvenile Instructor*, 1 maj 1892, s. 282).

# Ether 2

## Inledning

Efter att ha lämnat Babels torn leddes Jared och hans bror och deras familjer och vänner av Herren genom vildmarken. Herren sade till Jareds bror att bygga åtta

båtar för överfarten till ett löftets land. När Jareds bror och hans folk lydde Herren i tro, fick de den vägledning de behövde för att deras färd skulle bli lyckosam.

## Lektionsförslag

### Ether 2:1–12

#### *Jarediterna påbörjar sin färd till det utlovade landet*

Gör följande aktivitet för att hjälpa eleverna förstå att om vi följer den undervisning Gud ger oss, förbereder det oss för att få ytterligare vägledning av honom:

Göm någonting i klassrummet före lektionen som föreställer en skatt. Förbered tre eller fyra ledtrådar som för eleverna till skatten. Ge eleverna den första ledtråden. Den ledtråden för till nästa osv. tills eleverna hittar skatten. När de har hittat skatten, frågar du:

- Vad hade hänt om ni inte hade följt den första ledtråden? (De skulle inte ha hittat nästa ledtråd.)

Be eleverna läsa igenom Ether 1:41–42 tyst för sig själva och leta efter de första anvisningarna som Herren gav Jarediterna för att leda dem till det utlovade landet.

För att hjälpa eleverna se hur Jarediterna tog emot de här anvisningarna, ber du en av dem högt läsa Ether 2:1–3.

- Hur tog Jarediterna emot Herrens första undervisning?

Be en elev högläsa Ether 2:4–6. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vilka välsignelser Jarediterna fick när de följde de första anvisningarna.

- Vad hände när Jarediterna följde Herrens första anvisningar? (Herren gav dem ytterligare undervisning genom Jareds bror.)
- Vad lär vi oss i den här skildringen om hur vi kan få vägledning av Herren? (Eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, men svaren bör få fram följande princip: **När vi i tro följer den vägledning som Herren har gett oss, kan vi få ytterligare vägledning av honom.** Du kan föreslå att eleverna skriver den här sanningen i sina skrifter bredvid Ether 2:6.)

För att hjälpa eleverna förstå den här principen bättre och handla efter den, ber du dem att tänka på en maning eller ingivelse som de har fått nyligen från Herren. Läs därefter följande ord av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum om hur uppenbarelser ofta ges:



”Det kommer en del i taget, så att du växer i din förmåga. När varje del åttlyds i tro, så leds du till andra delar, tills du har fått hela svaret. Det här mönstret kräver att du utövar tro på vår Faders förmåga att svara. Även om det ibland är mycket svårt leder det till betydande personlig tillväxt”  
 (”Använd dig av bönenas himmelska kraft”, *Liahona*, maj 2007, s. 9).

Be eleverna att avsluta följande mening i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Du kan skriva frågorna på tavlan eller läsa dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem.

- När har du följt en andlig maning och sedan fått ytterligare vägledning av Gud?
- Varför tror du att vi ibland först måste följa en andlig maning innan vi kan få ytterligare uppenbarelser?

**Att skapa intresse och få eleverna att koncentrera sin uppmärksamhet**

Planera aktiviteter som skapar intresse och hjälper eleverna att koncentrera sin uppmärksamhet på skrifterna under lektionen. Sådana aktiviteter har störst verkan när de är korta och får eleverna att koncentrera sig på lektionens huvudprinciper.

Sammanfatta Ether 2:8–12 genom att berätta att Herren sade till Jareds bror att när Jarediterna kom till det utlovade land så skulle de "tjäna honom, den sanne och ende Guden" (Ether 2:8) om de skulle bli den stora nation som han hade lovat att de kunde bli. Om de inte tjänade honom, skulle de "sopas bort" från landet (Ether 2:8–10). Moroni sade att det här var ett "evigt påbud" (Ether 2:10) och menade därmed att det skulle gälla alla som skulle bo i det landet.

## Ether 2:13–15

### *Herren tillrättavisar Jareds bror för att han inte hade åkallat honom i bön*

Be eleverna läsa Ether 2:13–15 tyst för sig själva och ta reda på vad Jarediterna gjorde när de kom till havet.

- Vad gjorde Jarediterna? (De slog upp sina tält och bodde på havsstranden i fyra år.)
- Varför tillrättavisade Herren Jareds bror?
- Vad lär vi oss av Ether 2:14? (Eleverna kanske kommer med olika svar, bland andra följande: **Herren vill att vi ska åkalla honom regelbundet i bön; Herren är inte nöjd när vi försummar att åkalla honom i bön; Anden strävar inte med oss om vi är syndiga.**)

Be eleverna tänka på sina egna böner medan du läser följande ord av äldste Donald L. Staheli i de sjuttios kvorum:

"Dagliga, innerliga böner om förlåtelse och särskild hjälp och vägledning är oundgängliga i vårt liv för att vårt vittnesbörd ska få näring. När vi har bråttom i våra böner, upprepar oss, ber dem i förbigående eller slarvar med dem, förlorar vi lätt närheten till Anden, som är så viktig i den ständiga vägledning vi behöver för att klara av livets svårigheter" (se "Befäst ditt vittnesbörd", *Liahona*, nov. 2004, s. 39).

Skriv följande frågor på tavlan före lektionen (eller på ett utdelningsblad, eller läs dem långsamt så att eleverna kan skriva ner dem). Låt eleverna få två till tre minuter på sig att besvara frågorna kortfattat i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker.

*Vad anser du om hur ofta du ber på egen hand?*

*Vad anser du om hur uppriktigt du ber på egen hand?*

*Känner du att du verkligen kommunicerar med din himmelske Fader i dina personliga böner? Varför, eller varför inte?*

*Om du kunde ändra på något för att förbättra dina böner, vad skulle det då vara?*

## Ether 2:16–25 (även Ether 3:1–6; 6:4–9)

### *Jarediterna bygger båtar för överfarten till det utlovade landet*

Be eleverna att tänka på ett problem som de har eller står inför eller ett viktigt beslut som de behöver fatta, nu eller i framtiden. De kan till exempel tänka på ett problem i familjen, i skolan, vem de ska gifta sig med eller vilket yrke de ska välja. Be dem att fundera över hur Herren kan vägleda eller hjälpa dem. När eleverna studerar resten av Ether 2, uppmuntra dem då att vara uppmärksamma på principer som hjälper dem att få Herrens hjälp med att fatta bra beslut.

Be en elev läsa Ether 2:16–17 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Jarediterna gjorde för att kunna ta sig till det utlovade landet. När eleven har läst färdigt, frågar du om någon skulle vilja komma fram till tavlan och snabbt rita hur Jarediternas båtar kan ha sett ut.

Gör följande uppställning på tavlan men utan att ta med svaren på de tre nedersta raderna. Ge eleverna uppställningen på ett utdelningsblad eller be dem att skriva av den i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker.

Ether 2:18–19	Ether 2:20–25; 3:1–6; 6:4–9		
Problem med båtarna	Lösning	Vad Herren gjorde	Vad Jareds bror gjorde
Ingen luft	Göra öppningar som kan öppnas och stängas högst upp och i skrovet	Gav Jareds bror anvisningar	Gjorde öppningarna
Ingen styrning	Vinden ska blåsa båtarna till det utlovade landet	Lät en vind blåsa	Litade på Herren
Inget ljus	Bereda särskilda stenar och be Herren att röra vid dem så att de lyser	Talade om för Jareds bror vad som inte skulle fungera och instruerade honom att hitta en lösning som skulle fungera Rörde vid stenarna efter att Jareds bror hade berett dem	Beredde stenarna och bad Herren att röra vid dem så att de skulle lysa i mörkret

Be eleverna att utforska Ether 2:18–19 tyst för sig själva och leta efter de tre problemen med båtarna som Jareds bror konstaterade.

- Vilka tre problem konstaterade Jareds bror? (Skriv elevernas svar i uppställningens vänstra spalt. Uppmuntra dem att också göra det på utdelningsbladet eller i sin avskrift av uppställningen.)

När eleverna har hittat problemen ber du dem studera Ether 2:20–25; 3:1–6; 6:4–9. (Obs: Skriftställena i Ether 3 och 6 behandlas närmare i lektionerna 145 och 147.) Låt eleverna få tid att fylla i resten av uppställningen på egen hand.

När de har haft tillräckligt med tid att fylla i uppställningen, ställer du följande frågor för att hjälpa eleverna att urskilja principer i Jareds brors upplevelse:

- Med tanke på lösningen på problemet luft, hur hjälper Herren oss ibland att lösa våra problem eller besvara våra frågor? (Ibland talar Herren om för oss hur vi ska lösa ett visst problem och förväntar sig att vi ska följa hans anvisningar.)
- Med tanke på lösningen på problemet styrning, hur hjälper Herren oss ibland att lösa våra problem eller besvara våra frågor? (Ibland tar Herren hand om lösningen själv.)
- Med tanke på lösningen på problemet ljus, hur hjälper Herren oss ibland att lösa våra problem eller besvara våra frågor? (Ibland kräver Herren att vi ska komma med en lösning och be om hans godkännande och hjälp att utföra den.)

Skriv följande princip på tavlan: **När vi åkallar Herren och gör vår del för att lösa våra problem, då får vi hjälp av Herren.** För att hjälpa eleverna följa den här principen ber du dem att tänka på det viktiga beslut de begrundade för några minuter sedan. Be dem därefter att tänka igenom följande frågor:

- Vad tror du att Herren förväntar sig att du ska göra när du fattar det här beslutet?
- Hur skulle Herren kunna hjälpa dig?
- Hur visar du att du litar på Herren när du tänker på det här beslutet?

Låt eleverna få några minuter på sig att skriva om det de har lärt sig i dag. Bär vittnesbörd om att när vi trofast åkallar Herren och gör vår del för att lösa våra problem, ska han vägleda och hjälpa oss enligt sin visdom och makt.

# Ether 3

## Inledning

När Herren frågade Jareds bror: "Vad vill du att jag skall göra så att ni kan ha ljus i era farkoster?", gick Jareds bror och beredde sexton stenar och bad sedan Herren ödmjukt att röra vid dem "så att de kan lysa i mörkret" (Ether 2:23; 3:4). Jareds bror hade stark tro och fick därför se hur Frälsarens finger rörde vid

stenarna. Därefter visade sig Herren för Jareds bror och uppenbarade mycket för honom. Herren befälde Jareds bror att skriva ner det som han hade sett och hört och att försegla det tills den dag då Herren ville att det skulle komma fram.

## Lektionsförslag

### Ether 3:1–20

#### *Herren rör vid stenar för att Jarediterna ska ha ljus i sina båtar och visar sig för Jareds bror*

Be en elev hjälpa dig att skriva på tavlan. Ställ därefter följande fråga till eleverna och be eleven vid tavlan att skriva deras svar.

- Vad finns det till exempel som tonåringar ber uppriktigt till Gud om?

Be eleverna föreställa sig att en av deras kamrater ber om en av de saker som står på tavlan. Kamraten vill veta hur han eller hon kan förbättra sig själv och sina böner för att kunna få hjälp och ledning av Herren. Uppmuntra eleverna att tänka på den här frågan när de läser om Jareds bror i Ether 3 och vara uppmärksamma på sådant som kan hjälpa kamraten.

Påminn eleverna om att ni i förra lektionen behandlade skildringen av hur Jareds bror frågar Herren hur Jarediterna ska få ljus i sina båtar.

- Vad gjorde Jareds bror själv för att Jarediterna skulle ha ljus i båtarna? (Se Ether 3:1.)
- Vad bad Jareds bror Herren att göra så att de skulle ha ljus i båtarna? (Se Ether 3:1, 4.)
- Vad imponerar på er i fråga om Jareds brors bemödanden?

Framhåll att Jareds bror lade ner stor möda på att bereda stenarna. Be därefter eleverna att fundera över i vad mån stenarna hade gett ljus om Herren inte hade rört vid dem. Be eleverna läsa Ether 3:2–5 tyst för sig själva och leta efter uttryck som visar att Jareds bror visste att han var beroende av Herren.

Dela sedan upp dem i par. Be dem att berätta för varandra vad de hittade. Be dem också berätta vad som imponerar på dem i fråga om Jareds brors bön.

När eleverna läser Ether 3:2 har de kanske frågor om uttrycken "vi är ovärdiga inför dig" och "har vi till vår natur blivit ständigt onda". Hjälp dem förstå att när Jareds bror använde de här uttrycken så syftade han på ett tillstånd som vi har ärvt "på grund av fallet". Vi är fysiskt och andligt åtskilda från Gud, och när vi syndar så avlägsnar vi oss ännu mer från honom. I jämförelse med honom är vi svaga och ovärdiga. Utan hans hjälp kan vi aldrig återvända och bo i hans närhet.

För att hjälpa eleverna förstå innebörden av de verser de läste, ställer du följande frågor:

- Varför tror ni att det är viktigt att vi inser och erkänner vårt beroende av Herren när vi ber honom om hjälp?
- Vad ser ni för bevis i Ether 3:1–5 på att Jareds bror trodde att Herren kunde hjälpa honom att lösa problemet? (Be eleverna vid behov leta efter uttryck som beskriver Jareds brors bemödanden och uttryck som visar hans tillit till Herren.)

För att betona trons kraft hos Jareds bror ber du en elev läsa följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum:

"Utän tvivel känner Gud, och även läsaren, att det finns något mycket påfallande i den här mannens barnsligt oskuldsfulla och glödande tro. 'Se, o Herre, du kan göra detta.' Det finns



nog ingen kraftfullare enskild trosyttring i skrifterna än den här mannens ord. Hur osäker profeten än är på sin egen förmåga, finns det *ingen* osäkerhet hos honom när det gäller Guds makt” (*“Rending the Veil of Unbelief”, i Nurturing Faith through the Book of Mormon: The 24th Annual Sidney B. Sperry Symposium [1995], s. 12).*

Visa bilden Jareds bror ser Herrens finger (62478 180; *Evangeliebilder [2009], nr 85*). Be en elev läsa Ether 3:6 högt. Be klassen följa med i texten och föreställa sig hur det kan ha varit för Jareds bror att uppleva det här.

- Vad skulle ni tänka eller känna om ni hade en liknande upplevelse som Jareds bror? Sammanfatta Ether 3:6–8 genom att berätta att när Jareds bror såg Herrens finger ”föll [han] ned inför Herren” (Ether 3:6). Han var häpen över att se att Herrens finger ”var som en människas finger, likt kött och blod” (Ether 3:6). (Jareds bror fick senare veta att han hade sett en del av Herrens andekropp [se Ether 3:16].)

Be eleverna läsa Ether 3:9 tyst för sig själva och ta reda på hur det var möjligt för Jareds bror att se Herrens finger.

När eleverna har berättat vad de fick veta, skriver du följande ofullständiga mening på tavlan:

*När vi åkallar Herren ödmjukt, välsignar han oss enligt vår/våra ... och sin vilja.*

Be eleverna föreslå ord som de kan använda för att avsluta meningen. Eleverna bör föreslå att ordet *tro* kan avsluta meningen. De föreslår kanske också ord som *ansträngningar*, *ödmjukhet*, *behov* och *uppriktighet*. Hjälpt dem förstå att alla de här orden är uttryck för vår tro. Avsluta därefter meningen på tavlan: ***När vi åkallar Herren ödmjukt, välsignar han oss enligt vår tro och sin vilja.***

Rikta elevernas uppmärksamhet på listan på tavlan från början av lektionen. Välj en eller två saker på listan. Be eleverna komma med förslag på hur någon kan visa tro på Herren i de situationerna. När eleverna har gjort det riktar du deras uppmärksamhet på principen som du just skrivit på tavlan.

- Vad har ni haft för upplevelser som har hjälpt er förstå att det här är en sann princip?

För att hjälpa eleverna att använda den här principen i sitt liv ber du dem att tänka på en situation där de behöver Herrens hjälp. Låt dem få tid på sig att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om ett sätt de kan utöva mer tro på när de ödmjukt söker hjälp hos Herren. Uppmuntra eleverna att också göra det de har skrivit. Berätta gärna om en egen upplevelse när du blev välsignad därför att du utövade tro på Herren.

Be en elev läsa följande ord av äldste Jeffrey R. Holland där han förklarar hur tidigare upplevelser kan stärka vår tro.

”Förberedande tro formas av upplevelser i det förgångna, av det kända, vilket är en grundval för tro” (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon [1997], s. 18*).

- Vad upplevde Jareds bror vid Babels torn och senare som sannolikt stärkte hans tro på Herren? Hur tror ni att de här upplevelserna förberedde honom så att han kunde utöva en sådan stark tro när han kom till Herren med stenarna?

Be eleverna att dela upp sig i par och samtala om följande frågor:

- Vilka upplevelser har stärkt er tro på Herren? Hur kan de upplevelserna förbereda er så att ni kan utöva ännu starkare tro i framtiden?

Be några elever turas om att högt läsa ur Ether 3:9–12. Be klassen att följa med i texten. Ställ sedan följande fråga:

- När Herren frågade: ”Tror du de ord som jag skall tala?” svarade Jareds bror: ”Ja, Herre” (Ether 3:11–12). Varför tycker ni att det är betecknande att Jareds bror sade att han skulle tro på Herrens ord redan innan han hörde dem?

Berätta att efter det att äldste Holland hade sagt att tro bygger på gångna upplevelser, beskrev han en mer fullständig tro som vi behöver tillägna oss. Be en elev läsa följande ord av äldste Holland:

### Att berätta om egna upplevelser

När du berättar om upplevelser ur ditt eget liv då du har strävat att leva efter evangelieprinciper, hjälper du eleverna förstå hur de själva kan använda de principerna. Fatta dig kort när du berättar och bär alltid vittnesbörd om vad du har lärt dig och hur upplevelserna blev till välsignelse för dig. Det inbjuder den Helige Anden att vittna om de sanningar du berättar om.



”Återlösande tro måste ofta utövas i fråga om framtida upplevelser – det okända, vilket ger möjlighet till underverk. Men underverket och kunskapen *föregås* av en tro som är krävande, av en tro som försätter berg, det slags tro som Jareds bror hade ... Tro är att samtycka förbehållslöst – och i förväg – till vilka villkor Gud än kan komma att ställa både i en nära och en avlägsen framtid.

Jareds brors tro var fullständig” (*Christ and the New Covenant*, s. 18–19).

Uppmuntra eleverna att fundera på om de har så stark tro på Herren att de kan lova att tro på och göra det han uppenbarar för dem redan innan han uppenbarar det.

Be eleverna läsa Ether 3:13–20 tyst för sig själva och ta reda på vilka välsignelser Jareds bror fick på grund av sin tro. Låt dem gärna få tid på sig att skriva om de sanningar han fick kunskap om och vad han upplevde. När eleverna har haft tillräckligt med tid att skriva, kan du be några av dem att berätta vad de har skrivit.

Tidigare under lektionen läste eleverna om hur Jareds bror såg Herrens finger och du frågade dem hur de skulle känna sig om de upplevde något liknande. Nu när de har läst mer om Jareds brors upplevelse kan du ställa den frågan igen.

Vittna om att **när vi utövar det slags tro som Jareds bror utövade, kommer vi Herren närmare.**

### Ether 3:21–28

*Herren befäller Jareds bror att skriva ner det som han har sett och att försegla sin uppteckning*

Be en elev läsa Ether 3:25–26 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vad Jareds bror såg i en syn. Be eleverna berätta vad de fick veta.

Sammanfatta Ether 3:21–24, 27–28 genom att berätta att Herren befallde Jareds bror att skriva ner det som han hade sett och hört och att försegla sina skrifter. Herren sade att han skulle bereda två stenar med vars hjälp Jareds skrifter skulle översättas i framtiden. De här stenarna var del av något som kallas urim och tummim (se L&F 17:1; se också Handledning för skriftstudier, ”Urim och tummim”).

Avsluta med att uppmuntra eleverna att använda det de har lärt sig i dag och leta efter tillfällena att visa sin tro på och tillit till Herren. Försäkra eleverna att när vi utövar tro på Jesus Kristus så ska Gud välsigna oss som han välsignade Jareds bror.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 3:15. ”Aldrig har jag visat mig för människan”

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum har gett en tänkbar förklaring till Jesu ord att han aldrig hade visat sig för människan innan han visade sig för Jareds bror:

”Vad Kristus sade till Jareds bror var: ‘Aldrig har jag visat mig för människan på *det här sättet*, inte på grund av min egen vilja utan enbart på grund av betraktarens tro.’ Som regel blir profeter inbjudna till Herrens närhet av honom själv och enbart med hans

godkännande. Jareds bror däremot tycks ha trängt igenom slöjan, inte som ovälkommen gäst men kanske tekniskt sett som oinbjuden ... Uppenbarligen förenade Herren en aldrig förut skådad tro med denna aldrig förr skådade syn. Om synen i sig inte var unik så måste det ha varit tron och sättet som synen kom till stånd som var utan motstycke. Det enda sätt på vilket tron kunde vara så utomordentlig var dess förmåga att föra profeten, oinbjuden, dit där andra bara hade kunnat komma på Guds inbjudan” (*Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* [1997], s. 23).



# Hemstudielektion

## Mormon 8:12–Ether 3 (Studieavsnitt 29)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Mormon 8:12–Ether 3 (studieavsnitt 29) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller koncentreras bara på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du tänker igenom elevernas behov.

#### Dag 1 (Mormon 8:12–41)

Eleverna fick veta att Moroni såg vår tid och att han profetiskt beskrev vår situation. De förstod varför Mormons bok är en värdefull gåva från Herren som kan vägleda dem i de sista dagarna. De lärde sig också genom Moronis beskrivning av de sista dagarna att Gud kommer att ställa oss till svars för hur vi behandlar de fattiga och behövande.

#### Dag 2 (Mormon 9)

Moroni avslutade sin fars uppteckning med att skriva att om vi omvänder oss och åkallar Gud ska vi befinnas vara obefläckade när vi kommer inför honom. Av Moroni lärde sig eleverna att eftersom Gud är oföränderlig så utför han fortfarande underverk alltefter sina barns tro och att om vi ber med tro till vår himmelske Fader och i Kristi namn, ger han oss välsignelser som hjälper oss att arbeta på vår egen frälsning.

#### Dag 3 (Ether 1–2)

Eleverna lärde sig att Ethers bok är Moronis sammandrag av de 24 guldplåtar som Limhis folk hittade, vilket skildras i Mosiahs bok. Dessa plåtar redogör för Jarediternas historia, ett folk som fördes av Herren till det utlovade landet. När eleverna studerade Jarediternas historia lärde de sig att när vi i tro följer den vägledning som Herren har gett oss, kan vi få ytterligare vägledning av honom. Vid ett tillfälle under färden till det utlovade landet tillrättavisade Herren Jareds bror för att han hade försummat att åkalla honom. När eleverna läste om den här händelsen lärde de sig hur viktigt det är att ofta åkalla vår himmelske Fader i bön. Och när de läste om Jareds upplevelse tillsammans med Herren då Jared byggde båtarna, lärde de sig att när vi åkallar Herren och gör vårt för att lösa våra problem, då får vi hjälp av Herren.

#### Dag 4 (Ether 3)

När Jareds bror försökte lösa problemet hur de skulle få ljus i båtarna, visade han att när vi åkallar Herren ödmjukt, välsignar han oss enligt vår tro och sin vilja. Eleverna lärde sig att när vi utövar tro på Herren kommer vi närmare honom. Jareds bror levde efter dessa principer, och han såg Frälsarens andekropp och fick också se alla jordens invånare i en syn.

### Inledning

Ethers bok är Moronis sammandrag av Jarediternas uppteckning. Profeten Ether gjorde uppteckningen på 24 guldplåtar, som hittades av kung Limhis folk. Följande undervisningsförslag hjälper eleverna förstå vissa principer för bön som lärs ut i Ether 1.

### Lektionsförslag

#### Ether 1

*Tack vare Jareds brors böner har Herren medlidande med honom och hans familj och släkt och vänner och vägleder dem*

Börja lektionen med att be eleverna att tänka på en situation där de kände att de verkligen behövde be till Gud om hjälp. Be några elever att berätta om sina upplevelser, eller berätta om en egen upplevelse.

Påminn eleverna om att Ethers bok är Moronis sammandrag av Jarediternas uppteckning. Jared, hans bror, deras vänner och familjer levde vid tiden för Babels torn (omkring 2200 f.Kr.) då Gud förbistrade folkets språk. Be en elev läsa Ether 1:33–35 högt, och be klassen vara uppmärksam på orsaker till att Jared och hans bror kände att de behövde be till Gud om hjälp. Innan eleven börjar läsa förklarar du vid behov att uttrycket "ropa till Herren" är detsamma som att be. Ställ därefter följande frågor:

- Vad behövde Jared och hans bror för hjälp av Herren?
- Vad lär ni er i de här verserna om vad Jared ansåg om sin brors tro?

Dela upp eleverna i par. Be varje par turas om att läsa högt för varandra ur Ether 1:35–42. Innan de börjar läsa ber du dem att vara uppmärksamma på 1) varje tillfälle då Jareds bror ropar till Herren och 2) varje tillfälle då Herren har medlidande med Jareds bror på grund av hans böner. När de har haft tillräckligt med tid att läsa, ber du några par att ge ett exempel på Herrens medlidande med Jareds bror och hans släktingar på grund av deras upprepade böner.

Fråga: Vilka principer för bön lär vi oss i de här verserna? (När eleverna besvarar frågan betonar du följande princip: **Om vi ropar ihärdigt till Gud har han medlidande med oss.** Skriv den här principen på tavlan.)

Tala om för eleverna att det är viktigt att komma ihåg att "bönen är den handling varigenom Faderns vilja och barnets vilja bringas i överensstämmelse med varandra. Ändamålet med bönen är inte att förändra Guds vilja utan att för egen och andras del utverka de välsignelser som Gud redan är villig att ge, men som vi måste be om för att få" (Handledning för skriftstudier, "Bön").

Be eleverna läsa Ether 1:34, 36, 38 tyst för sig själva och ta reda på vad Jared bad om i sina böner. Be en elev att skriva det eleverna hittar under "ropar ... till Gud" i principen som du skrivit på tavlan.

Framhåll att Jared och hans bror hade tro och var villiga att lyda Herren. Du kan föreslå att eleverna markerar uttrycket "låt oss vara trofasta mot Herren" i slutet av Ether 1:38.

Be eleverna läsa Ether 1:35, 37, 40–42 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på hur Gud välsignade Jareds bror och hans familj och släkt och vänner. Be en elev att skriva det eleverna hittar under ordet *medlidande* i principen som du skrivit på tavlan. Framhåll att Herren gav Jareds bror de välsignelser han bad om.

Skriv följande frågor på tavlan eller låt eleverna få dem på ett utdelningsblad. Be varje par att med utgångspunkt i principen som står på tavlan samtala om de här frågorna. De här frågorna hjälper dem att förstå principen och inse hur viktig den är.

*Vad är det för skillnad mellan att "ropa till Gud" och att "be en bön"?*

*När har du eller någon du känner fått uppleva vår himmelske Faders medlidande som svar på bön?*

*Vad lär du dig om Herren av hans svar på Jareds brors böner?*

När eleverna har haft tid att samtala om de här frågorna, kan du be dem att berätta om en upplevelse som de pratade om i grupperna eller något som de kom till insikt om.

Vittna för eleverna om vår himmelske Faders kärlek till oss och hans önskan att välsigna oss när vi åkallar honom regelbundet. Be eleverna att fundera på hur de kan omsätta principen på tavlan i handling. De skulle till exempel kunna sätta upp ett mål att be mer regelbundet eller att göra något bestämt för att deras böner ska bli uppriktigare. Låt dem gärna få tid att skriva vad de vill göra i sina studiedagböcker.

Tala om att studiet av Jareds brors böner ger oss en djupare inblick i Guds kärlek till oss och bönen välsignelser. Be en elev läsa Ether 1:43 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på en ytterligare välsignelse som Gud lovade Jared och hans bror. När eleverna har berättat vad de hittade,

framhåller du att Jareds bror inte hade bitt speciellt om välsignelsen att hans avkomlingar skulle bli en stor nation. Du kan föreslå att eleverna markerar det uttryck i slutet av Ether 1:43 som visar att Gud besvarade Jareds brors bön på det här sättet: "eftersom du så länge har ropat till mig."

Fråga: Vad lär vi oss för principer av Herrens storsinnet mot Jared och hans bror, som vi läser om i Ether 1:43?

Vi kan lära oss flera principer i det här skriftstället. En viktig princip är: **Om vi ber regelbundet till Gud med tro, kan vi få välsignelser utöver dem som vi ber om.**

Fråga: När har ni haft en upplevelse som visar att det här är en sann princip? Känner ni någon som har haft en sådan upplevelse, eller finns det någon i skrifterna som hade det? (Tala om för eleverna att de får en liten stund på sig att tänka på exempel innan du ber dem att besvara frågorna. Återge gärna ett exempel ur ditt eget liv.)

Avsluta lektionen med att vittna för eleverna om att Gud hör och besvarar våra böner. Han är full av visdom och medlidande och gläder sig åt att få välsigna sina barn. Vi behagar Gud när vi uppriktigt och ståndaktigt ber till honom. Uppmuntra eleverna att anstränga sig att be till honom med större tro. Uppmuntra dem också att komma ihåg att vår himmelske Fader är fylld av medlidande och besvarar deras böner alltefter deras tro och alltefter vad han vet blir till störst välsignelse för dem.

## Nästa studieavsnitt (Ether 4–12)

I nästa avsnitt får eleverna lära sig mer om Jarediterna. De tillsätter kungar trots att profeter har varnat dem för att göra det, och genom kungarna kommer folket i fångenskap. Makt-hungriga personer använder hemliga sammansvärjningar för att främja sina egna själviska intressen. Moroni skriver om många förunderliga saker som gjordes därför att några bland folket hade stark tro. Han undervisar om att de som ödmjucar sig inför Gud och har tro på honom får hans nåd så att de kan övervinna sina svagheter.

# Ether 4–5

## Inledning

Herren befälde Moroni att försegla uppteckningen av Jareds brors syn och sade att dessa skrifter skulle uppenbaras när folket hade tro som Jareds bror. Moroni

profeterade att i de sista dagarna skulle tre vittnen bära vittnesbörd om Mormons boks sannfärdighet.

## Lektionsförslag

### Ether 4:1–7

*Moroni skriver en fullständig redogörelse för Jareds brors syn och förseglar den.*

Be eleverna tänka på ett föremål som har stort värde för dem eller deras familj och som de kanske vill förvara utom räckhåll för små barn. Du kan visa eller beskriva något som har stort värde för dig.

- Varför skulle ni inte tillåta ett barn att hålla i eller hantera ett sådant föremål?
- Vad måste barnet lära sig eller göra innan ni vågar anförtro föremålet åt honom eller henne?

Tala om att evangeliets sanningar har stort värde för Herren. Han vill att vi ska få del av alla dessa sanningar men väntar tills vi är redo att ta emot dem. När eleverna studerar Ether 4 under lektionen, uppmuntra dem då att vara uppmärksamma på principer som kan hjälpa dem att ta emot sanning från Herren.

Be en elev läsa Ether 4:1–5 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vad Herren befälde Moroni att skriva ner och sedan försegla.

- Vad fick Moroni befallning om att "försegla"?

Berätta att Moroni tog med Jareds brors uppteckning i det som ofta kallas den förseglade delen av Mormons bok. (Du kan visa översikten Källor till Mormons bok som finns i tillägget i slutet av handledningen.)

- Hur beskrev Moroni det som Jareds bror såg? (Se Ether 4:4.)

För att hjälpa eleverna att lära sig mer om vad Herren visade Jareds bror, ber du dem läsa Ether 3:25–26 och 2 Nephi 27:8–10 tyst för sig själva. Ställ därefter följande frågor:

- Vad visade Herren för Jareds bror enligt Ether 3:25–26?
- Vad innehåller den förseglade delen av Mormons bok enligt 2 Nephi 27:10?

Be en elev läsa Ether 4:6–7 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på villkor som måste uppfyllas innan uppenbarelserna till Jareds bror kan bekantgöras. Uppmuntra gärna eleverna att markera det de hittar i skrifterna.

- Vilka villkor hittade ni?
- Vilka principer i fråga om uppenbarelse lär vi oss i det här skriftstället? (Hjälp eleverna förstå att **när vi omvänder oss och utövar tro på Jesus Kristus kan vi få ytterligare uppenbarelser.**)
- Varför tror ni att vi måste omvända oss och bli rena för att få ytterligare uppenbarelser?

För att hjälpa eleverna förstå vad det innebär att "[utöva] tro ... som Jareds bror" (Ether 4:7) ber du dem att i anteckningsböckerna eller studiedagböckerna skriva så många sätt de kan komma på som Jareds bror visade tro på Herren. Du kan föreslå att de ögnar igenom Ether 1–3 när de gör den här uppgiften. När de har haft tillräckligt med tid att tänka efter och skriva, ber du några elever att läsa upp några av exemplen de skrivit och berätta varför de exemplen imponerar på dem.

Påminn eleverna om det värdefulla föremålet som de tänkte på i början av lektionen och de villkor som ett barn måste uppfylla för att de ska anförtro föremålet åt honom eller henne.

Vittna om att på liknande sätt kräver Herren att hans barn uppfyller vissa villkor innan han uppenbarar all sanning för dem. Han kräver att vi visar vår tro och att vi är andligt förberedda.

## Ether 4:8–19

### *Herren undervisar om vad vi måste göra för att få ytterligare uppenbarelsen*

Visa ett tygstycke. Tala om att Herren undervisade om principer som hjälper oss så att vi kan få uppenbarelsen. När han undervisade om de här principerna talade han om en slöja. En slöja är ett tygstycke som används för att skyla eller dölja något.

Be eleverna läsa Ether 4:15 tyst för sig själva och leta efter ett uttryck som innehåller ordet *slöja*.

- Vad är det för slags slöja som Herren talar om? ("Otrons slöja".) På vad sätt är otro som ett slags slöja?
- Vad tror ni det innebär att "slit[a] sönder ... otrons slöja"?

Be en elev läsa Ether 4:8, en annan elev Ether 4:11, en tredje elev Ether 4:15, alla högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som hindrar oss att få uppenbarelsen och vad som kan hjälpa oss att "slit[a] sönder ... otrons slöja" och få ytterligare uppenbarelsen.

- Vad tror ni menas med att "strid[a] mot Herrens ord"? (Ether 4:8.)
- Vad är enligt Ether 4:8 följden av att strida mot Herrens ord?
- Vilken välsignelse får vi enligt Ether 4:11 när vi tror på Herrens ord?

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan:

*När vi tror på Herrens ord ...*

Be eleverna att avsluta meningen utifrån det de har lärt sig i de här verserna. Även om eleverna formulerar sina svar på olika sätt hjälper du dem urskilja följande princip: **När vi tror på Herrens ord välsignar Herren oss med ytterligare uppenbarelsen**. Skriv den här principen på tavlan. Uppmuntra gärna eleverna att skriva den här principen i sina skrifter bredvid Ether 4:11.

För att hjälpa eleverna förstå den här principen, frågar du:

- Varför tror ni att vi måste tro på de sanningar som vi redan har fått innan Herren ger oss fler sanningar?

Be en elev komma fram till tavlan och skriva följande exempel på hur man kan utöva tro på Herrens ord: *studera skrifterna på egen hand, handla efter den Helige Andens mening, följ kyrkans lokala ledare, studera skrifterna i kyrkan och i seminariet, handla efter nutida profeters ord*.

Be eleverna begrunda hur detta att de har visat tro på Herrens ord på ett av de här sätten lett till att de har fått ytterligare uppenbarelsen. Be några elever berätta vad de har upplevt.

Rikta återigen deras uppmärksamhet på exemplen på tavlan. Be eleverna tänka på de här exemplen när de tyst begrunder hur väl de visar sin tro på Guds ord. Föreslå att de för varje exempel utvärderar sig själva på en skala från 1 till 10, där 10 betyder att de gör någonting bra. Be eleverna att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om ett sätt de kan visa större tro på den vägledning som Herren redan har gett dem. Vittna för eleverna om den princip du har skrivit på tavlan och uppmuntra dem att fullfölja målen de skrivit ner.

Sudda bort orden "tror på Herrens ord" på tavlan. Framhåll att Herren undervisade om ytterligare principer för uppenbarelse. Be eleverna läsa Ether 4:13–15 tyst för sig själva och leta efter annat de kan göra för att få uppenbarelse från Gud.

När eleverna har haft tillräckligt med tid att läsa, ber du dem att komma med förslag på hur man kan avsluta meningen. Följande principer kan ingå i svaren: **När vi kommer till Herren välsignar Herren oss med ytterligare uppenbarelsen. När vi ber ödmjukt välsignar Herren oss med ytterligare uppenbarelsen**.

Du kan ställa följande frågor till eleverna för att hjälpa dem att verkligen förstå de här principerna:

- Vad innebär det för er att komma till Herren? (I svaren kan bland annat ingå: att studera hans ord, att vända våra hjärtan till honom, att omvända oss och att följa och lyda honom.)

- Vad innebär det att ha ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande? (Att vara ödmjuk, ångerfull och mottaglig för Herrens vilja.) Varför måste vi ha den inställningen när vi ber om ytterligare uppenbarelse från Herren?

Be eleverna fundera på hur de kan använda de här principerna för att få uppenbarelse.

Sammanfatta Ether 4:17–19 genom att berätta att Mormons boks framkomst skulle vara ett tecken på att Guds verk i de sista dagarna har påbörjats. Moroni uppmanade alla människor att omvända sig och komma till Herren.

## Ether 5

### *Moroni skriver att tre vittnen ska se och bära vittnesbörd om plåtarna*

Visa bilden Joseph Smith översätter Mormons bok (*Evangeliebilder* [2009], nr 92). Be en elev läsa Ether 5:1–3 högt. Be klassen följa med i texten och föreställa sig hur det kan ha varit för Joseph Smith att översätta Mormons bok och inse att Moroni här – 1 400 år tidigare – vänder sig direkt till honom.

- Vad sade Moroni om plåtarna som han hade "förseglat"?
- Vad skulle Joseph enligt Ether 5:2–3 få förmånen att göra med plåtarna?

Fråga eleverna om de kan säga namnen på de tre vittnena till Mormons bok och berätta vad de fick uppleva. (Om de behöver hjälp, ber du dem att läsa "Tre vittnens vittnesbörd" i inledningen till Mormons bok.) Du kan berätta att även andra har vittnat om guldplåtarnas äkthet: även medlemmarna i Gudomen (se Ether 5:4), Moroni (se Ether 5:6), Joseph Smith och de åtta vittnena.

- På vilket sätt kan ni vara vittnen om Mormons bok utan att ens ha sett plåtarna? Hur kan ert vittnesbörd om Mormons bok påverka andra människor?

Avsluta lektionen med att be några elever bära vittnesbörd om Mormons bok.



# Ether 6

## Inledning

Efter att ha förberett sig enligt Herrens befallningar gick Jarediterna ombord på sina farkoster. De litade på att Herren skulle hjälpa dem på den svåra resan så att de kom fram till det utlovade landet. Herren lät en vind blåsa så att båtarna kastades på havets vågor och

många gånger begravdes i havets djup, men samma vind drev dem också i riktning mot det utlovade landet. När de hade kommit fram och inrättat sig i det nya landet valde folket en kung trots Jareds brors varningar.

## Lektionsförslag

### Ether 6:1–12

#### *Herren låter en vind blåsa som driver Jarediternas båtar till det utlovade landet*

Skriv följande på tavlan före lektionen:

*Berätta för en kamrat om evangeliet*

*Hålla sig moraliskt ren*

*Välja kamrater som har höga normer*

*Göra riktiga prioriteringar i livet*

Framhåll att det här är exempel på sådant som Herren vill att vi ska göra. Ändå finns det somliga som tycker att det är för svårt. Be eleverna att tänka på andra exempel som man kan lägga till. Tala om att skildringen av Jarediternas resa till det utlovade landet innehåller principer som kan vägleda oss när vi tycker att det är svårt att göra det som Herren befäller. Uppmuntra eleverna att när de studerar Ether 6 vara uppmärksamma på principer som hjälper dem att göra det som står på tavlan och liknande.

Be en elev läsa Ether 2:24–25 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Herren varnade Jarediterna och sade i fråga om resan till det utlovade landet.

- Vad lovade Herren att han skulle göra för att hjälpa Jarediterna att komma fram till det utlovade landet i säkerhet?

Påminn eleverna om att Jarediterna gjorde sina båtar "tät[a] som en skål" (Ether 2:17) så att de skulle motstå vågorna och vinden, med tillslutbara öppningar högst upp och i skrovet så att de hade luft. Be en elev läsa Ether 6:1–4 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på andra sätt som Jarediterna förberedde sig för den svåra resan.

- Vad tror ni menas med att Jarediterna när de styrde ut till havs "överlämnade sig åt Herren, sin Gud"? (De lade sitt öde i Guds hand och litade på hans hjälp och beskydd.)
- Varför tror ni att det var viktigt att Jarediterna överlämnade sig åt Herren efter att ha gjort allt de kunde för att bereda sig för resan?
- Varför kan det ha varit svårt att lita på Herren i den här situationen? (Om eleverna inte nämner följande, framhåller du att Jarediterna fick bygga sina båtar själva, de kunde inte styra sina farkoster och visste troligen inte vägen till det utlovade landet eller hur lång tid resan dit skulle ta.)

För att hjälpa eleverna att visualisera händelserna som skildras i Ether 6 ber du dem att rita en enkel teckning av en Jareditisk båt i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Be dem därefter att rita eller lista vad som fanns i båtarna enligt Ether 6:1–4.

Be några elever turas om att högt läsa ur Ether 6:5–11. Be klassen att titta på sina teckningar medan de lyssnar och föreställa sig hur det kan ha varit att resa i sådana farkoster.

- Vad tror ni kan ha varit svårt i en sådan farkost?
- Hur länge färdades Jarediterna på det här sättet enligt Ether 6:11?

### Visualisering

När eleverna visualiserar eller föreställer sig händelser i skrifterna blir händelserna mer levande för dem. Det här hjälper eleverna att identifiera sig med personer och situationer i skrifterna och analysera och förstå skildringarna bättre.

- Vad tror ni menas med uttrycket "berghöga vågor"? (Ether 6:6.) Hur tror ni att ni hade känt er i en av Jarediternas båtar när den "begravdes i havets djup" av en sådan våg? (Påminn gärna eleverna om att Jarediterna måste vänta tills båtarna kom upp till ytan igen innan de kunde öppna ett hål och få frisk luft.)

För att hjälpa eleverna att urskilja en princip i den här skildringen, frågar du:

- Hur visade Jarediterna att de litade på Herren när de for över havet? (Se Ether 6:7, 9.)
- Vilka uttryck i Ether 6:5–11 beskriver vad Herren gjorde för Jarediterna därför att de litade på honom?

Be eleverna läsa Ether 6:12 tyst för sig själva och upptäcka vad som blev följden av Jarediternas färd.

- Varför fällde Jarediterna glädjetårar? Hur hade Herren visat sin "ömna barmhärtighet" mot dem?

För att hjälpa eleverna att urskilja en princip som illustreras av Jarediternas upplevelser, frågar du:

- Med tanke på vad ni har lärt er av Jarediternas färd, vad gör Herren för oss när vi litar på honom och gör hans vilja? (En princip som eleverna bör urskilja är att **när vi litar på Herren och gör hans vilja styr han vårt liv i rätt riktning**. Skriv den här principen på tavlan. Be eleverna att begrunda principen och berätta om upplevelser som har hjälpt dem att veta att den är sann. Berätta gärna själv hur du vet att det är en sann princip.)

Be eleverna att fundera på hur de kan lita mera på Herren och följa hans råd i en svår situation som de kanske står inför just nu. Berätta att de också kan hitta andra principer i Ether 6:1–12. Sudda bort allt på tavlan förutom meningen om att lita på Herren. Rita en enkel båt på höger eller vänster sida av tavlan. Skriv *Det utlovade landet* på motsatt sida.

- Vad skulle man kunna jämföra det utlovade landet med i frälsningsplanen? (Evig liv.)
- När vi ställs inför livets svårigheter, hur kan vi då följa de här Jarediternas exempel? Hur hjälper Herren oss på vår färd genom jordelivet liksom han hjälpte Jarediterna? (Elevernas svar bör återspegla följande princip: **Om vi litar på Herren, stöttar han oss när vi går framåt och förbereder oss för att få evigt liv**. Du kan föreslå att eleverna skriver den här principen i sina skrifter bredvid Ether 6:5–12.)

Be eleverna att tänka på provningar de har haft eller har för tillfället. Låt dem skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om hur de tycker att de har mött de här provningarna trofast och hur Herren har stöttat dem.

Uppmuntra några elever att berätta vad de har skrivit. Ställ sedan följande fråga:

- Med tanke på vad ni har studerat i dag, vilket råd skulle ni ge någon som har motgångar eller svårigheter?

## Ether 6:13–18

### *Jarediterna lär sina barn att vandra i ödmjukhet inför Herren*

Sammanfatta Ether 6:13–18 genom att berätta att när Jarediterna kom till det utlovade landet började de sprida sig och bruka jorden. Be eleverna läsa Ether 6:17 tyst för sig själva och ta reda på vad Jarediterna lärde sina barn. Ställ därefter följande frågor:

- Vad tror ni det innebär att "vandra i ödmjukhet inför Herren"? Vad har ni sett för exempel på att personer har följt den här principen? Hur har era föräldrar och andra uppmuntrat er att vandra i ödmjukhet inför Herren?
- Vad menas med att bli undervisad "från höjden"?
- Vad tror ni det finns för samband mellan att vandra i ödmjukhet inför Herren och att bli undervisad från höjden? (Elevernas svar bör återspegla följande princip: **Om vi vandrar i ödmjukhet inför Herren, kan vi bli undervisade från höjden**.)

Låt gärna eleverna få tid på sig att skriva om ett tillfälle när de kände att de "undervisades ... från höjden". Uppmuntra några av dem att berätta vad de skrivit. Uppmana eleverna att följa principerna i Ether 6:17.

### **Be eleverna att berätta om upplevelser**

När du ber eleverna att begrunda hur de vet att en princip är sann, ger du Anden tillfälle att inspirera dem när de letar i minnet efter känslor och upplevelser. När eleverna sedan berättar, då ger de uttryck åt vittnesbördet de har även om de kanske inte säger "jag vill bära mitt vittnesbörd" eller "jag vet".

## Ether 6:19–30

### *Jarediterna väljer en kung*

Sammanfatta Ether 6:19–22 genom att berätta att när Jared och hans bror blev gamla ville folket ha en kung. Be eleverna att utforska Ether 6:23 och ta reda på vad Jareds bror sade skulle hända om de valde en kung.

Avsluta med att vittna om principerna i den här lektionen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 6:1–12. Jarediterna far över havet i säkerhet

President Thomas S. Monson talade om hur vi kan vara förberedda för de svårigheter vi ställs inför:

”Vi lever i en tid när många i världen har förlorat det säkra fotfäste som efterlevnad av buden ger. Det är en tid kännetecknad av frigjordhet, då samhället i stort nonchalerar och bryter mot Guds lagar vanemässigt. Vi märker ofta att vi simmar mot strömmen, och ibland känns det som om strömmen kan svepa bort oss.

Jag påminns om Herrens ord i Ethers bok i Mormons bok. Herren sade: ’Ni kan inte fara över detta stora djup utan att jag förbereder er för havets vågor och de vindar som har utgått och de vattenflöden som skall komma.’ [Ether 2:25.] Mina bröder och systrar, han har förberett oss. Om vi hörsammar hans ord och håller buden så överlever vi denna tid av frigjordhet och ogudaktighet – en tid som kan jämföras med vågor,

vindar och vattenflöden som kan förgöra. Han tänker alltid på oss. Han älskar oss och välsignar oss när vi gör det som är rätt” (se ”Avslutningsord”, *Liahona*, nov. 2009, s. 109).

### Ether 6:22–24. Jarediterna väljer en kung

Profeterna varnar i skrifterna för faran med kungar. Begrunna följande exempel:

1. Jareds bror varnade sitt folk och sade att valet att ha en kung skulle leda dem till fångenskap (se Ether 6:23).
2. Kung Mosiah varnande sitt folk för faran med en orättfärdig kung. Han förslog i stället att de skulle styras av domare. (Se Mosiah 29.)
3. Den gammaltestamentlige profeten Samuel varnade för vad kungligt envælde för med sig när hans folk ville bli som ”alla andra folk” (se 1 Sam. 8).



# Ether 7–11

## Inledning

Jareds bror blev bedrövad när hans folk sade att de ville ha en kung. Han sade: "Sådant leder förvisso till fångenskap" (Ether 6:23). Två generationer senare gick hans profetia i uppfyllelse. Under kungarnas regering

utvecklade sig Jarediternas historia i cykler: de hörsamade profeterna och levde rättfärdigt, de förkastade profeterna och levde ogudaktigt.

## Lektionsförslag

### Ether 7

*Orihah och Kib regerar i rättfärdighet; Corihor gör uppror och erövrar riket, och hans bror Shule återtar det; profeter fördömer folkets ogudaktighet*

Rita en enkel fängelsecell på tavlan.



Be eleverna att beskriva hur personer kan känna sig när de är i fångenskap. Framhåll att synder kan leda till såväl andlig som fysisk fångenskap.

- På vad sätt leder synden till fångenskap?

Eleverna kanske nämner följande eller liknande tankar: Om man väljer att bryta mot Visdomsordet eller titta på pornografi så kan det leda till missbrukets fångenskap. Allt slags synd får till följd att den Helige Andens kraft avtar i vårt liv. Förklara att den här lektionen hjälper elever förstå hur de kan undvika fångenskap.

Berätta att när Jareds bror fick veta att folket ville ha en kung, varnade han dem och sade att deras val skulle leda till fångenskap (se Ether 6:22–23). Men Jarediterna stod fast vid sitt val. Den förste kungen hette Orihah, en av Jareds söner. Han efterträddes av sin son Kib.

Be eleverna läsa Ether 7:1–2 tyst för sig själva och ta reda på om Jareds brors profetia gick i uppfyllelse på Orihahs tid. Be dem att berätta vad de fick veta.

- Vad skulle ni säga till någon som levde på kung Orihahs tid och inte trodde att Jareds brors profetia skulle gå i uppfyllelse?

Be eleverna läsa Ether 7:3–7 tyst för sig själva och ta reda på hur Jareds brors profetia började gå i uppfyllelse. Be dem berätta vad de fick veta. Förvissa dig om att de förstår att kung Kib och hans folk kom i fångenskap – "Kib och hans folk levde i fångenskap" (Ether 7:7).

- Vilka principer har ni lagt märke till hittills i Ether 7? (När eleverna besvarar frågan ser du till att de följande princip klargörs: **Att förkasta profeters ord kan leda till fångenskap.**)

Be eleverna läsa i Ether 7:8–13 om Shule som var son till Kib och föddes medan Kib befann sig i fångenskap. Innan de börjar läsa ber du dem att föreställa sig att de är nyhetsjournalister som fått i uppdrag att rapportera om händelserna i Ether 7:8–13. Be därefter varje elev berätta för någon annan i klassen vad han eller hon skulle framhäva i händelserna.

Sammanfatta Ether 7:14–22 genom att berätta att efter att Shule hade blivit kung och Corihor omvänt sig från det han hade gjort, ledde Corihors son Noa ett uppror mot Shule och Corihor. Shule fördes bort i fångenskap. Shules söner lyckades döda Noa och befria Shule, och Shule återvände till sitt eget rike som kung. Men Noas son Cohor byggde upp sin

fars rike i hans ställe. Landet var delat och hade två kungar och två folk tills Shule dödade Cohor i strid. Cohors son Nimrod överlämnade Cohors del av riket åt Shule.

Berätta att när Shule hade återtagit riket kom profeter bland folket. Be eleverna läsa Ether 7:23–25 tyst för sig själva och ta reda på vad profeterna sade och hur folket reagerade. När eleverna har berättat vad de fick veta, frågar du:

- Hur reagerade folket på profeternas ord? Vad gjorde Shule?
- Hur välsignades Shules folk av att han skyddade profeterna?

Be en elev läsa Ether 7:26–27 högt. Be klassen att följa med i texten och leta efter vad som hände när folket lydde profeternas ord. (När eleverna berättar vad de upptäckt, hjälp dem då urskilja följande princip: **När vi följer profeters råd och kommer ihåg Herren, då börjar vi få framgång.**)

- Hur har ni blivit välsignade därför att ni har lytt profeters råd?

Uppmuntra eleverna att tänka på ett sätt att bli bättre på att lyssna till och lyda profeternas ord.

### Ether 8:1–9:13

#### *Jared och därefter Akish blir Jarediternas kung genom hemliga sammansvärjningar*

Sammanfatta Ether 8:1–14 genom att berätta att efter Shules död blev Omer kung. Omers son Jared hade satt sig i sinnet att få kungamakten och gjorde uppror mot sin far. Han lyckades vinna halva riket men besegrades senare och blev tvungen att lämna ifrån sig sin hälft av riket. Då tänkte Jareds dotter ut en plan hur Jared kunde bli kung. Hon påminde sin far om de hemliga sammansvärjningarna i gamla tider. Hon sade att hon skulle dansa för en man som hette Akish, som hon visste skulle önska sig henne till hustru. När Akish sedan skulle be att få ingå äktenskap med henne, skulle Jared tala om för Akish att han först måste döda kung Omer. Jared och hans dotter satte sin plan i verket. Akish bad att få gifta sig med Jareds dotter och gjorde en hemlig sammansvärjning med sina vänner att döda kung Omer.

Påpeka att med denna plan började de hemliga sammansvärjningar bland Jarediterna som till slut orsakade deras undergång. Förklara att en hemlig sammansvärjning är "en organisation av människor som binds samman genom eder för att genomföra gruppens onda avsikter" (Handledning för skriftstudier, "Hemliga sammansvärjningar", scriptures.lds.org). Gadiantons rövare är ett exempel på en organisation i Mormons bok som använde hemliga sammansvärjningar för att genomföra sina onda avsikter.

Be eleverna läsa Ether 8:15–19 tyst för sig själva och ta reda på hur Akish bildade en hemlig sammansvärjning. Be eleverna undersöka vad de här verserna lär oss om hemliga sammansvärjningar.

- Vilka motiv har de som går med i hemliga sammansvärjningar? (Att vinna makt så att de kan begå ogudaktiga handlingar.)
- Vems makt är det som ligger bakom hemliga sammansvärjningar? (Djävulens.)
- Vilka ord i Ether 8:18 visar vad Herren anser om hemliga sammansvärjningar? ("... den mest avskyvärda och ogudaktiga av alla ...".)

Be en elev läsa Ether 8:20–22, 25 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på annat de kan lära sig om hemliga sammansvärjningar. Be dem att vara särskilt uppmärksamma på den inverkan som hemliga sammansvärjningar har på samhällen. (Obs att orden "den som stiftar den" i början av Ether 8:25 syftar på stiftande av hemliga sammansvärjningar.)

- Med tanke på det ni har läst, vilken inverkan har hemliga sammansvärjningar på samhällen? (När eleverna besvarar frågan, se till att de urskiljer följande sanning: **Stöd av hemliga sammansvärjningar leder till samhällens undergång.**)

Be klassen läsa Ether 8:23–24, 26 tyst för sig själva och vara uppmärksam på vad Moroni ville att vi skulle göra till följd av hans varningar för hemliga sammansvärjningar.

- Vad sade Moroni åt oss att göra? (Vara uppmärksamma på hemliga sammansvärjningar och se till att de undanröjs i våra samhällen.)

- Vad hoppades Moroni för vår del i de sista dagarna enligt Ether 8:26?

Sammanfatta Ether 9:1–13 genom att berätta att Akish och hans vänner lyckades störta Omers rike med hjälp av en hemlig sammansvärjning. Men Gud varnade Omer och sade att han skulle fly med sin familj och räddade på så sätt deras liv. Omers ogudaktige son Jared blev kung och gifte bort sin dotter med Akish. Akish och hans vänner gick vidare med sina ondskefulla planer och dödade Jared och även Akishs son. Det här ledde till ett krig mellan Akish och hans söner i vilket nästan alla Jarediter omkom, och Omer återinsattes på tronen. Framhåll att de här händelserna visar att hemliga sammansvärjningar leder till samhällens undergång.

### Ether 9:14–11:23

#### *Den ene efter den andre kungen regerar, några i rättfärdighet, andra i ogudaktighet*

Berätta att det i kapitlen 9–11 i Ethers bok omtalas att ytterligare 24 kungar regerade över Jarediterna, några i rättfärdighet, andra i ogudaktighet. Påminn eleverna om principen som ni samtalade om tidigare: Att förkasta profeters ord kan leda till fångenskap. Be hälften av klassen att studera Ether 9:26–35 (under Heths regering) och andra hälften Ether 11:1–8 (under Coms respektive Shibloms regering). Be båda grupper leta efter bevis på den här principen. Be eleverna berätta vad de hittar.

Bär ditt vittnesbörd om vikten av att följa profeters råd. Berätta gärna om en händelse i ditt eget liv som fick dig att inse vikten av att följa profeters råd.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 7:23–27; 9:28–31. Profeter och deras budskap förkastats ofta

Varför förkunnar profeter budskap som är impopulära bland många i världen? Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum sade:

”Profeter måste ofta varna för följderna av att överträda Guds lagar. De predikar inte sådant som är populärt i världen ... Varför förkunnar profeter impopulära bud och kallar samhället att omvända sig från att förkasta, förändra och till och med bortse från buden? Orsaken är mycket enkel. När profeterna får en uppmanelse, har de inget annat val. De måste förkunna

och på nytt bekräfta det som Gud befallt dem att säga till världen” (se ”Vill du gå in i livet”, *Nordstjärnan*, juli 1996, s. 39).

Äldste L. Aldin Porter i presidentskapet för de sjuttios kvorum sade:

”Några klagar över att profeterna talar tydligt och bestämt och tycker att de tar bort vår frihet. Vi är fortfarande fria att välja. Men vi måste acceptera följderna av dessa beslut. Profeterna tar inte bort vår fria vilja. De varnar oss helt enkelt för de följder som våra val kommer att få. Så dåraktigt det är att klandra profeterna för deras varningar” (”Vår bestämmelse”, *Liahona*, jan. 2000, s. 79).

# Ether 12:1–22

## Inledning

Efter att ha skildrat Jarediternas långa historia gör Moroni läsaren bekant med profeten Ether och hans verksamhet. Därefter gör han uppehåll i den historiska berättelsen för att skriva om några av välsignelserna

till dem som utövar tro på Jesus Kristus. Den här lektionen täcker Ether 12:1–22. Ether 12:23–41 avhandlas i lektion 150.

## Lektionsförslag

### Ether 12:1–4

#### *Ether predikar omvändelse för Jarediterna*

Börja lektionen med att be en elev komma fram till tavlan och rita några vågor och en båt som säkrats med ett ankare.

- Varför är det viktigt att en båt har ett ankare?
- Vilka faror eller svårigheter skulle en båt kunna råka ut för om den saknar ankare?
- Vad har vågor för påverkan på en båt? (I svaren kan bland annat ingå att vågorna sätter båten i rörelse, får den att driva eller kastas hit och dit.)

Märk båten med orden *ditt liv*.

- Om båten föreställer vårt liv, vad kan då vågorna liknas vid? (I svaren kan ingå: grupptryck, motgångar, falska läror eller ogudaktighet.)
- Hur kan någons liv liknas vid en båt utan ankare? (Du kan föreslå att eleverna läser Mormon 5:17–18 om de behöver hjälp att besvara frågan.)
- Vad har Herren till exempel gett oss som kan utgöra andliga ankare i våra liv? (Eleverna kan ge olika svar. Mycket i evangeliet kan liknas vid ett ankare.)

Uppmuntra eleverna att leta efter exempel på andliga ankare när de studerar Ether 12.

Tala om att Ether 12 inleds med att Moroni berättar om Ether, en Jareditisk profet som predikade under en tid när folket förkastade profeterna och levde ogudaktigt. Be eleverna läsa Ether 12:1–3 tyst för sig själva och hitta något som tilltalar dem i Ethers agerande. Be dem berätta vad de hittade.

Be en elev läsa Ether 12:4 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad de som tror på Gud kan "hoppas på" trots att de är omgivna av svårigheter och ogudaktighet. När eleverna berättar vad de fick veta, påpeka då gärna att den "bättre värld" vi ska hoppas på är "en plats på Guds högra sida".

- Vad menas med att få en plats på Guds högra sida? (Att återvända till hans närhet och få evigt liv.)
- Vad är det för skillnad mellan att "förvisso hoppas" och bara önska något? (I skrifterna är hoppet en förväntan att vi kan få de välsignelser som Gud lovar oss om vi håller våra förbund med honom.)
- Hur får vi enligt Ether 12:4 hopp om en plats på Guds högra sida? (När eleverna besvarar frågan förklarar du att den tro som omtalas i Ether 12:4 syftar på tron på Jesus Kristus.) Hur gör tron på Jesus Kristus att vi "förvisso" kan hoppas på en plats på Guds högra sida?

Skriv följande ord på ankaret som du har ritat på tavlan: *tro och hopp*.

- Vad händer enligt Ether 12:4 när någon har tro på Jesus Kristus och hoppas på honom? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör följande princip komma fram: **När vi tror och hoppas på Jesus Kristus blir vi ståndaktiga och rika på goda gärningar.**)

- Vad tror ni det innebär att vara "rik på" goda gärningar? (Att göra mycket gott.)
- Vad finns det till exempel för goda gärningar som "prisar Gud"? (I svaren kan ingå: bön, skriftstudier, att tjäna andra, att utveckla talanger.)
- Tänk på personer ni känner som alltid tycks rika på goda gärningar och inte skäms för att prisa Gud. Vad gör de som gör dem till bra exempel på den här principen?

Be eleverna att tänka på tillfällena när de hade svårt att vara ståndaktiga och rika på goda gärningar. För att hjälpa dem bereda sig på liknande situationer i framtiden, uppmuntra du dem att när de fortsätter att studera Ether 12 söka möjligheter att stärka sin tro och sitt hopp.

### Ether 12:5–22

#### *Moroni berättar om under och kraftgärningar som utfördes genom tro*

Skriv följande på tavlan: *Jag skulle vilja ha ett andligt vittnesbörd om att ...*

Be eleverna föreslå sanningar, principer eller lärosatser som människor kan få andligt vittnesbörd om. Skriv deras svar på tavlan. (I svaren kan ingå vittnesbörd om att *Mormons bok är sann, det är viktigt att leva ett rent och dygdigt liv, Visdomsordet är en Guds lag, jag bör förbereda mig för att gå ut som missionär.*) Be eleverna att tänka på en sanning i evangeliet som de skulle vilja få andlig visshet om eller stärka sitt vittnesbörd om.

Tala om att somliga har följande inställning: "Jag tänker inte tro på eller leva efter en evangelieprincip förrän jag har fått bevis på att den är sann." Be eleverna läsa Ether 12:5–6 tyst för sig själva och ta reda på hur de här verserna gäller just den inställningen. Framhåll att Ether 12:6 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

- Vad måste hända enligt Ether 12:6 innan vi får förvisning?
- Vilka tankar får ni när ni begrundar uttrycket "förrän efter det att er tro har prövats"?

När eleverna har besvarat frågan, tala då gärna om att somliga felaktigt tror att de här orden enbart syftar på svårigheter. De kan avse allt som ger oss tillfälle att visa eller utöva tro på Jesus Kristus. För att hjälpa eleverna att förstå de här orden bättre ber du en elev högt läsa följande av äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum. Innan han eller hon börjar läsa, ber du klassen att vara uppmärksam på äldste Scotts förklaring av orden "er tro har prövats".



"Du kan lära dig att använda tron mer effektivt genom att följa den princip som Moroni undervisade om: '... ni får ingen förvisning förrän efter det att er tro har prövats' [Ether 12:6; kursivering tillagd]. Så varje gång du *prövar din tro*, det vill säga värdigt följer en maning, får du Andens bekräftelse.

Dessa känslor befäster din tro. Och när du upprepar det handlingsmönstret får du starkare tro" (se "Trons stödjande kraft i osäkra och prövande tider",

*Liahona*, maj 2003, s. 76).


- Hur skiljer sig handlingsmönstret som äldste Scott beskrev från inställningen att vilja ha bevis innan man tror eller handlar?

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *Ether 12:7–12; Ether 12:13–18; Ether 12:19–22, 30–31*. Dela upp klassen i tre grupper och tilldela varje grupp ett av skriftställeblocken. Be eleverna att leta efter välsignelser som kom till följd av de personers tro som beskrivs i varje block. Be dem att lägga märke till hur uttrycken "efter det att de hade tro" eller "efter det att de haft tro" används i verserna 7, 12, 17, 18 och 31. (Du kan föreslå att eleverna markerar de här uttrycken varje gång de förekommer.)

När eleverna har berättat vad de funnit, ber du dem sammanfatta vad Herren gör efter att vi har visat tro på Jesus Kristus. Eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, men de bör uttrycka följande sanning: **Om vi vill få andlig förvisning, måste vi först utöva tro på Jesus Kristus.** Förklara att det här i stort sett också gäller för underverk: de sker inte förrän efter det att vi har utövat tro.

Framlägg följande situationer för klassen. Be eleverna berätta hur personen i varje situation kan visa tro på Herren.

1. En ung kvinna vill få förvisning om att Mormons bok är sann.
2. En ung man har en stark önskan att hjälpa sina nära och kära att ta emot evangeliet.

 **Ether 12:6** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

Be eleverna att tänka på ett tillfälle när de själva eller någon de känner fick andlig förvisning eller fick uppleva underverk efter att ha visat tro på Herren. Be några elever berätta om tillfällena de tänkte på. (Se till att de förstår att de inte ska känna att de behöver berätta något som är alldeles för personligt.) Återge gärna en egen upplevelse.

Be eleverna att tänka på en sanning i evangeliet som de skulle vilja få andlig visshet om. Be dem att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om något de kan göra för att utöva större tro på Herren.

### Nyckelskriftställe – Ether 12:6

För att hjälpa eleverna att lära sig Ether 12:6 utantill ber du varje elev att skriva versen på ett papper utan nyckelord eller viktiga uttryck och lämna luckor där de skulle ha stått. När de är färdiga låter du dem få en minut på sig att lära sig versen utantill och mentalt fylla i luckorna på sina papper.

Be dem därefter byta papper med någon i närheten. Varje elev bör läsa sitt nya papper högt och försöka fylla i luckorna ur minnet. Om tiden medger, låter du eleverna byta papper igen.

Be eleverna att ta med sig papperet hem och använda det för att läsa upp Ether 12:6 för en förälder. Uppmuntra eleverna att be sina föräldrar att berätta om ett tillfälle när de visade tro på Jesus Kristus och fick den förvisning eller upplevde det under som de önskade.

Avsluta med att vittna om principerna som lärdes ut i den här lektionen.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 12:4–6. Vad är hopp?

Moronis undervisning i Ether 12 visar att hoppets och trons principer är nära förbundna. Han definierade tro som "något som man hoppas på men som inte syns" (Ether 12:6) och sade att vårt hopp om frälsning "kommer av tro" på Jesus Kristus (Ether 12:4). Häftet *Stå fast i din tro* har följande att säga om hopp:

"När vi har hopp, litar vi på Guds löften. Vi har den trygga förvisningen att om vi gör 'rättfärdighetens gärningar skall [vi] få [vår] lön, ja, frid i den här världen och evigt liv i den kommande världen' (L&F 59:23). Hoppets princip sträcker sig in i evigheten, men den kan också uppehålla dig i vardagens provningar" (se *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* [2004], s. 74).

President Dieter F. Uchtdorf definierade hopp på följande sätt:

"Hoppet är en Andens gåva. [Se Moroni 8:26.] Det är ett hopp om att vi, genom Kristi försoning och genom kraften i hans uppståndelse, ska uppstå till evigt liv, och detta tack vare vår tro på Frälsaren. [Se Moroni 7:41.] Detta slags hopp är såväl en löftesprincip som ett bud [se Kol. 1:21–23], och liksom med alla andra bud har vi ansvaret att göra det till en aktiv del av vårt liv och övervinna frestelsen att tappa hoppet. Hoppet om vår himmelske Faders barmhärtiga lycksalighetsplan leder till frid [se Rom. 15:13], nåd [se Ps. 33:22], glädje [se Rom. 12:12] och glad fullbordning [se Ords. 10:28]. Hoppet om frälsning är som en skyddande hjälm [se 1 Tess. 5:8]. Det är grunden till vår tro [se Hebr. 11:1; Moroni 7:40] och ett ankare för själen [se Hebr. 6:19; Ether 12:4]" (se "Hoppets oändliga kraft", *Liahona*, nov. 2008, s. 21–22).

# Ether 12:23–41

## Inledning

Moroni var bekymrad och vände sig till Herren i ödmjuk bön. Han såg en svaghet i sina skrifter och i andra profeters skrifter i Mormons bok. Herren svarade

och lovade att stärka dem som ödmjukar sig och har tro på honom.

## Lektionsförslag

### Ether 12:23–41

#### *Moroni lär att tro, hopp och kärlek är nödvändiga för frälsning*

Skriv ordet *stark* på höger eller vänster sida av tavlan och ordet *svag* på motsatt sida. Låt eleverna få tid på sig att fundera över vad de har för starka sidor. Be dem därefter att tänka på några svagheter eller brister. Be dem att räcka upp handen om de vill att deras svagheter ska förvandlas till starka sidor. Tala om att Moroni undervisade om varför vi har svagheter och hur vi kan övervinna dem.

Be en elev läsa Ether 12:23–25 högt. Be klassen att följa med i texten och urskilja den svaghet som Moroni tyckte att han och andra författare till Mormons bok hade. Innan eleven börjar läsa förklarar du att ordet *icke-judarna* i de här verserna syftar på de människor som skulle bo i icke-judarnas nationer i de sista dagarna.

- Vad var Moroni orolig för skulle hända på grund av deras svaghet som skrev Mormons bok?

Be eleverna tyst läsa Herrens svar till Moroni Ether 12:26–27. Be dem att leta efter en orsak till att Gud ger oss svaghet. Framhåll att Ether 12:27 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

För att hjälpa eleverna förstå uttrycket *svaghet* som det används i de här verserna, ber du en elev läsa följande uttalande av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum. Innan eleven börjar läsa, ber du klassen att vara uppmärksam på de två slags svagheter som äldste Maxwell talar om.



”När vi läser i skrifterna om människans ’svaghet’ inbegriper ordet de ... svagheter som utgör en inneboende del av den mänskliga naturen, där köttet har ett oavbrutet inflytande på anden (se Ether 12:28–29). Men svagheter inbegriper också våra egna, personliga svagheter, som vi förväntas övervinna (se L&F 66:3; Jakobs bok 4:7). Livet har ett sätt att exponera dessa svagheter” (Lord, *Increase Our Faith* [1994], s. 84).


- Vilka två slags svagheter läser vi om i skrifterna enligt äldste Maxwell? (Förklara gärna att uttrycket ”den mänskliga naturen” syftar på den svaghet som blev följden av Adams och Evas fall, eller med andra ord: de svagheter som man i skrifterna förbinder med ”den naturliga människan” (se Mosiah 3:19.)

Påminn eleverna om att skrifterna ibland visar på en princip genom att använda orden *om* och *då*. Ordet *om* inleder något vi måste göra och *då* inleder en förklaring av vad som sedan sker till följd av våra handlingar. Be eleverna läsa Ether 12:27 tyst för sig själva och leta efter ”om-då”-principer i versen. Eleverna bör urskilja följande principer (skriv dem på tavlan):

***Om vi kommer till Jesus Kristus, visar han oss vår svaghet.***

***Om vi ödmjukar oss och utövar tro på Herren, då gör han så att det svaga blir starkt för oss.***

- Varför tror ni att det är viktigt att vi erkänner våra svagheter?
- Framhåll orden ”kommer till Jesus Kristus” i den första principen. Vad kan vi göra för att komma till Jesus Kristus? (I svaren kan bland annat ingå: be, fasta, omvända oss, studera skrifterna, gå i templet, tjäna andra, sträva att utveckla egenskaper som Kristus har.

 **Ether 12:27** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna att lära sig det här skriftstället.

Framhåll gärna att i de flesta fall innebär detta att övervinna en svaghet att vi förutom att söka hjälp hos Herren också måste göra vår del.)

- Vad kommer enligt den andra principen att hända om vi väljer att *inte* ödmjuka oss och utöva tro på Jesus Kristus? (Våra svagheter finns kvar eftersom vi vägrar att ta emot Herrens nåd och hjälp att övervinna dem.)
- Vad tror ni menas med uttrycket "min nåd är tillräcklig för alla ... som ödmjuka sig inför mig"? (För att hjälpa eleverna besvara den här frågan kan du behöva förklara att nåd här är "gudomlig hjälp eller kraft som ges genom Jesu Kristi rika barmhärtighet och kärlek" och som möjliggörs av försoningen [Bible Dictionary, "Grace"]. Den här "möjliggörande" kraften eller hjälpen sinar aldrig oavsett hur många som använder den.)

Be eleverna berätta om upplevelser när Herren har hjälpt dem (eller någon de känner) att övervinna en svaghet. (Påminn eleverna om att de inte ska berätta om upplevelser som är alldeles för personliga.) Skildra gärna en egen upplevelse.

För att uppmuntra eleverna att använda principerna som lärs ut i Ether 12:27 skriver du följande uttryck på tavlan:

1. Erkänna min svaghet 2. Ödmjuka mig 3. Utöva tro på Jesus Kristus

Be eleverna att skriva det här i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Be dem därefter att under respektive uttryck skriva 1) en svaghet som de tycker att de har, 2) ett sätt som de kan ödmjuka sig och 3) ett sätt som de kan utöva tro på Jesus Kristus så att de kan få hjälp av honom – hans nåd – att övervinna de svagheter de har nämnt. Lova dem att när de gör det som de har skrivit, ska Herren "göra så att det svaga blir starkt för dem" (Ether 12:27).

Be eleverna läsa Ether 12:26, 28 tyst för sig själva och ta reda på hur Herren bemötte Moroni oro över sin svaghet.

Framhåll orden: "Dårar hånar, men de skall sörja" (Ether 12:26).

- Med tanke på vad ni har studerat i dag, varför tror ni att det är dumt att håna andras svagheter?

Framhåll att Ether 12:26 nämner ödmjukhet. (Förklara gärna att ödmjukhet är att vara undergiven och lärlig och att vara tålmodig i lidanden.)

- Varför tror ni att vi måste vara ödmjuka för att kunna överse med andras svagheter?

Innan du fortsätter, betonar du att **om vi är ödmjuka, kan vi få Herrens nåd och hjälp att överse med andras svagheter.**

Sammanfatta Ether 12:29–32 genom att berätta att Moroni undervisade om vikten av att utöva tro och ha hopp och kärlek. Förklara gärna att med kärlek menas här "Kristi rena kärlek" (Moroni 7:47).

Be eleverna läsa Ether 12:33–35 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på varför det är så viktigt att ha kärlek när vi konfronteras med andras svagheter.

- Vad blir följden enligt Ether 12:34 om vi inte har kristlig kärlek?

Avsluta med att be eleverna läsa Ether 12:38–41 tyst för sig själva. Be dem att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker vad de gör som svar på uppmaningen i Ether 12:41: "[Sök] denne Jesus om vilken profeterna och apostlarna har skrivit."

Vittna om att när vi ödmjuka oss och utövar tro på Jesus Kristus, då "gör [han] så att det svaga blir starkt för [oss]" (Ether 12:27). Uppmuntra eleverna att genomföra de planer de har skrivit ner. Du skulle också kunna uppmuntra dem att söka hjälp hos Herren så att de kan ha kärlek när de konfronteras med andras svagheter.

## Nyckelskriftställe – Ether 12:27

För att hjälpa eleverna att lära sig Ether 12:27 utantill skriver du följande ord på tavlan och ber eleverna att skriva av dem på ett papper:

*Om ... kommer ... visa ... svaghet ... ger ... svaghet ... ödmjuka ... nåd ... alla människor ... ödmjuka sig ... om ... ödmjuka sig ... tro ... svaga ... starkt.*

Be eleverna läsa Ether 12:27 tyst för sig själva och lägga de här orden på minnet. Be dem därefter att läsa upp så mycket av versen de kan enbart med hjälp av orden på papperet. Uppmuntra eleverna att stoppa papperet på ett ställe där de hittar det senare i dag eller i

### Uppmuntra eleverna att berätta om andliga upplevelser

Du kan vara helt säker på att dina elever har haft andliga upplevelser som de kan berätta om. President J. Reuben Clark Jr i första presidentskapet gjorde iakttagelsen: "Det finns nästan inga ungdomar som kommer in genom seminari- eller institutdörr som inte medvetet dragit nytta av andliga välsignelser ... sett bödens verk samma kraft ... bevittnat trons kraft till att bota de sjuka eller ... sett andliga utgjutelser som världen i stort i vår tid är okunnig om" (*Den utstakade kursen för utbildningen i kyrkan*, rev. uppl. [1994], s. 6; se också *The Charted Course of the Church in Education* på [si.lds.org](http://si.lds.org)).



morgon (till exempel i fickan eller i skrifterna). Be dem att läsa upp Ether 12:27 varje gång de ser papperet ända tills de har lärt sig skriftstället utantill.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Ether 12:27. "[Jag] skall visa dem deras svaghet"

Äldste Bruce C. Hafen i de sjuttios kворum har sagt att vår kamp med att övervinna svaghet är själva kärnan av syftet med vårt jordeliv:

"Vår Faders plan gör att vi utsätts för frestelser och bedrävelser i denna fallna värld ...

Så om du har problem i ditt liv behöver inte det betyda att det är något fel på dig. Att kämpa med dessa problem är själva kärnan av syftet med livet. När vi närmar oss Gud visar han oss våra svagheter, och genom dem gör han oss klokare, starkare. Om du ser mer av dina svagheter, kan det betyda att du närmar dig Gud och inte fjärrar dig från honom" (se "Försoningen: Allt för allt", *Liahona*, maj 2004, s. 97).

Följande berättelse handlar om en ung man som fick uppleva hur Herrens löfte i Ether 12:27 gick i uppfyllelse i hans liv:

Alla unga män i kyrkan uppmuntras att uppnå mål inom Plikt mot Gud-programmet och i några delar av världen inom scoutverksamheten. Jonathan Perez föräldrar hade fullt upp med att försörja sin stora familj, och hans kamrater hånade hans strävan att bli en "eagle scout". Trots dessa svårigheter satte Jonathan upp ett mål och började arbeta på det målet. Hans ledare i Unga män hjälpte och stöttade honom och så småningom nådde han sitt mål. Han skriver: "Det här lärde mig att vilka hinder och svårigheter jag än ställs inför så hjälper Herren mig att övervinna mina svagheter och brister (Ether 12:27). Det spelar ingen roll vad vi har för bakgrund i livet, om vi är fattiga eller rika. Vi kan uppnå våra mål eftersom Herren är med oss" (Jonathan Perez, "An Honor Earned", *New Era*, nov. 2007, s. 45).

## Ytterligare undervisningsförslag

### Ether 12:26. Att överse med andras svagheter

Framhåll att en svaghet som många har att kämpa med är oförmågan att vara ödmjuka och utöva tro när de konfronteras med andras svagheter. Läs två eller tre av följande situationer för eleverna. Gör ett kort uppehåll efter varje situation och be eleverna berätta hur tro på Jesus Kristus, hopp om eviga välsignelser eller utövande av kristlig kärlek kan hjälpa någon att handla rätt i situationen i fråga.

1. En vän eller kamrat har egenskaper som irriterar dig.
2. En medlem i din församling håller ett tal eller en lektion som tråkar ut dig.
3. Någon yttrar sig kritiskt om dig.
4. Någon i din familj har ett fel som ibland gör livet svårt för dig.

# Hemstudielektion

## Ether 4–12 (Studieavsnitt 30)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Ether 4–12 (studieavsnitt 30) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller koncentreras bara på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du tänker igenom elevernas behov.

#### Dag 1 (Ether 4–5)

Moroni förseglade Jareds brors skrifter och undervisade om de villkor vi måste uppfylla innan vi kan få den upppteckningen. Hans undervisning fick eleverna att förstå att när vi utövar stor tro på Herrens ord så välsignar han oss med mer uppenbarelse.

#### Dag 2 (Ether 6)

När eleverna läste om hur Jarediterna utövade tro på Herren när de for över "de stora vattnen" (Ether 6:3) i sina båtar, såg de att när vi litar på Herren och gör hans vilja, styr han vårt liv i rätt riktning. Vindarna drev båtarna till det utlovade landet, och eleverna lärde sig att om vi litar på Herren, kan motgångar och prövningar hjälpa oss att gå framåt och få utlovade välsignelser.

#### Dag 3 (Ether 7–11)

När eleverna läste om hur Jarediterna bortsåg från Jareds brors varning och valde att ha en kung, såg de att detta att förkasta profeternas ord leder till fångenskap. Shule var en kung som regerade i rättfärdighet. När folket började omvända sig och lyssna till profeterna, började de få framgång. Eleverna lärde sig att när vi omvänder oss från vår ondska, då börjar vi få framgång. Jarediterna förföll så småningom till ogudaktighet och kom att illustrera sanningen att understödande av hemliga sammansvärjningar leder till samhällens undergång.

#### Dag 4 (Ether 12)

När eleverna läste om profeten Ether lärde de sig att när vi tror och hoppas på Jesus Kristus, får vi kraft att vara ståndaktiga och rika på goda gärningar. Moroni skrev att om vi vill få andlig förvisning, måste vi först utöva tro på Jesus Kristus. När eleverna läste Herrens ord till Moroni som svar på hans oro över både sin egen och de andra Mormons bok-författarnas svaghet i att skriva, förstod eleverna att om vi ödmjukar oss och utövar tro på Herren, gör han det svaga starkt för oss.

### Inledning

Lektionen fokuserar på Ether 12:23–41. Moroni undervisade om varför människor har svagheter och vad de måste göra för att övervinna dem.

### Lektionsförslag

#### Ether 4–11; 12:6

*Jarediterna har framgång och blir välsignade när de är rättfärdiga*

Ge tre elever i uppgift att gå igenom och sammanfatta följande kapitel med hjälp av kapitelingresser: Ether 4–5; Ether 6; Ether 7–11. Be en annan elev att gå igenom Ether 12:6. Be dem att berätta för klassen om två eller tre principer de lärde sig.

#### Ether 12:23–41

*Moroni ger uttryck åt sin oro över hur icke-judarna ska reagera när de får Mormons bok*

Skriv ordet *stark* på höger eller vänster sida av tavlan och ordet *svag* på motsatt sida. Låt eleverna få en stund på sig att fundera över vad de tycker att de har för starka sidor och vad de ser som några av sina svagheter eller brister. Tala om att i Ether 12 lär oss Moroni hur vår svaghet kan göras till något starkt.

Be en elev läsa Ether 12:23–25 högt, och be klassen urskilja vilken svaghet Moroni ansåg att han själv och andra författare till Mormons bok hade. Ställ därefter följande frågor till eleverna:

- Vad är det för svaghet som Moroni talar om i de här verserna?
- Vad var Moroni orolig skulle hända på grund av deras svaghet som skrev Mormons bok?

När eleverna har besvarat frågan, låter du dem tyst läsa Ether 12:26–27 om vad Herren sade som svar på Moronis oro och ta reda på varför Herren ger oss svagheter. När eleverna har läst verserna påminner du dem om att Ether 12:27 är ett nyckelskriftställe.

För att hjälpa eleverna förstå uttrycket *svaghet* i de här verserna, ber du en elev läsa följande ord av äldste Neal A. Maxwell i de tolv apostlarnas kворum:

"När vi läser i skrifterna om människans 'svaghet' inbegriper ordet de allmänna men nödvändiga svagheter som utgör en inneboende del av den mänskliga naturen, där köttet har ett oavbrutet inflytande på anden ... Men svagheter inbegriper också våra egna, personliga svagheter, som vi förväntas övervinna" (*Lord, Increase Our Faith* [1994], s. 84).

Du kan behöva förklara att den mänskliga naturen som äldste Maxwell talade om syftar på svagheter som män och kvinnor får på grund av Adams fall. På grund av fallet är vi alla utsatta för frestelser och har allmänmänskliga brister utöver våra egna fel.

Be eleverna att urskilja en princip som lärs ut i Ether 12:27. **(Om vi ödmjukar oss och utövar tro på Herren, gör han det svaga starkt för oss.)**

För att uppmuntra eleverna att använda den här principen som lärs ut i Ether 12:27 skriver du följande på tavlan:

1. Erkänna min svaghet      2. Ödmjuka mig      3. Utöva tro på Jesus Kristus

Låt eleverna skriva de här uttrycken högst upp på ett papper. Be dem därefter att begrunda och sedan skriva, antingen nu eller senare, 1) en svaghet som de tycker att de har, 2) hur de kan ödmjuka sig när det gäller den svagheten och 3) hur de kan utöva tro på Jesus Kristus så att de får hjälp av honom – hans nåd – att övervinna den svaghet de har skrivit.

När de är färdiga uppmuntrar du dem att stoppa in papperet i den privata dagboken eller lägga det någon annanstans där de ofta ser det och påminns om vad de vill göra. Vittna för eleverna att när de ödmjukt försöker övervinna sina svagheter, ska Herren hjälpa dem att "så att det svaga blir starkt för dem" (Ether 12:27).

Be eleverna läsa Ether 12:26, 28 och ta reda på hur Herren ytterligare besvarade Moronis oro över sin svaghet i att skriva. Ställ gärna följande frågor:

- I Ether 12:26 skriver Moroni om ödmjukhet, som är att vara mild och att vara Guds vilja undergiven. Varför tror ni att det krävs ödmjukhet för att överse med andras svagheter?

- Hur kan Herrens nåd (hans hjälp eller gudomliga "möjliggörande" kraft) hjälpa oss att inte dra fördel av andras svagheter?

Betona att **när vi tillväxer i tro, hopp och kärlek hjälper oss Herrens nåd när vi ställs inför andras svagheter**. Sammanfatta Ether 12:29–32 genom att berätta att Moroni undervisade om vikten av att utöva tro och om den förvissning och de under som det leder till. Be eleverna läsa Ether 12:33–35 och ta reda på vad Moroni skrev om vikten av att ha kristlig kärlek.

Fråga: Varför är det viktigt att ha kärlek när vi konfronteras med andras svagheter?

Be eleverna att berätta för någon annan i klassen vad de gör för att i högre grad ha Jesu Kristi nåd i sitt liv. Om tiden medger, kan du be några elever att berätta hur deras strävan att komma närmare Jesus Kristus har påverkat deras liv.

### Nästa studieavsnitt (Ether 13–Moroni 7)

När eleverna förbereder sig för att studera nästa avsnitt, uppmuntra dem då att fundera över följande situation: Tänk om din familj och alla dina vänner blev dödade och du var den ende som blev kvar som trofast höll fast vid Jesu Kristi evangelium. Både Ether och Moroni upplevde en sådan ensamhet. Hur uthärdar du varje slags prövning och får evigt liv? Moroni 7 förklarar varför det krävs tro, hopp och kristlig kärlek för att vi ska få dessa gåvor.

# Ether 13–15

## Inledning

Profeten Ethers uppteckning över den Jareditiska civilisationen är ett vittnesbörd om att de som förkastar Herren och hans profeter inte får framgång. Ether varnade Coriantumr, en Jareditisk kung, att hans folk skulle förgöras om han och hans hushåll inte omvände sig. Då Coriantumr och hans folk vägrade att omvända sig, blev krigen allt häftigare och folket allt gudaktigare

ända till den Jareditiska nationen förintades. Endast Ether och Coriantumr överlevde och bevitnade uppfyllelsen av Ethers profetia. De här kapitlen är också uppfyllelsen av Guds påbud att "vilken nation som än äger [det utlovade landet] måste tjäna Gud, annars blir de bortsopade" (Ether 2:9).

## Lektionsförslag

### Ether 13:1–12

#### Moroni upptecknar Ethers profetior om det nya Jerusalem och det gamla Jerusalem

Tala om att en del städer är kända under namn som beskriver det som kännetecknar dem. Läs följande beskrivande namn på städer och be eleverna att gissa vilken stad som avses: [utländska städer] ljusets stad (Paris), den eviga staden (Rom), [svenska städer] Nordens Venedig (Stockholm), Lilla London (Göteborg), rosornas stad (Visby). Be eleverna att tala om vad de här beskrivande namnen säger om städerna.

Berätta att Moroni upptecknade Ethers profetior om tre städer: det Nya Jerusalem (se Ether 13:6–8, 10), Enoks stad, som skulle "komma ned från himlen" (Ether 13:3; se också Mose 7:62–64) och Jerusalem i det heliga landet (se Ether 13:11). Tala om för klassen att Ether undervisade Jarediterna om att landet där de bodde var platsen för en framtida stad av stor betydelse (se Ether 13:2–3). Be eleverna läsa Ether 13:4–8 tyst för sig själva och sök namnen på städerna som omtalas i de här verserna.

- Vad heter städerna? (Jerusalem och Nya Jerusalem.) Vilket beskrivande namn använde Ether när han talade om Jerusalem i det heliga landet och det nya Jerusalem som en dag ska byggas på den amerikanska kontinenten? (Heliga staden.)
- Hur tror ni att det är att bo i en stad som kallas "en helig stad"?

Be eleverna läsa Ether 13:10–11 tyst för sig själva och ta reda på hur människor får rätt att bo i dessa heliga städer.

- Hur får människor rätt att bo i de här städerna? (Genom att deras kläder gjorts "vita genom Lammets blod".)
- Vad innebär det för människor att deras kläder är "vita genom Lammets blod"? (Det innebär att de själva har blivit rena och renade från synd genom Jesu Kristi, Guds Lamms försoning; se 1 Nephi 12:11; Alma 5:21.)

Tala om att det också finns ett annat namn på Nya Jerusalem: *Sion* (se Mose 7:62; Trosartiklarna 1:10). Även om staden Jerusalem och Nya Jerusalem ska grundläggas i framtiden, kan alla kyrkans medlemmar redan nu sträva att upprätta Sion var de än bor (se L&F 6:6; 14:6). I dess mest grundläggande betydelse är Sion "de renhjärtade" (L&F 97:21). Läs följande uttalande av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum:



"Sion är Sion tack vare invånarnas karaktär, egenskaper och trofasthet [se Mose 7:18]. Kom ihåg att Herren kallade sitt folk SION, eftersom de var av ett hjärta och ett sinne och levde i rättfärdighet, och det fanns inga fattiga bland dem' (Mose 7:18). Om vi ska kunna upprätta Sion i våra hem, våra grenar, församlingar och stavar måste vi nå upp till denna norm. Vi måste 1) vara av ett hjärta och ett sinne, 2) enskilt och kollektivt bli ett heligt folk samt 3) sörja för de fattiga och behövande" ("Kom till Sion", *Liahona*, nov. 2008, s. 38).

### Skapa en miljö som präglas av kärlek och respekt

Elever som känner att du och deras klasskamrater har förtroende för dem och älskar och uppskattar dem, kommer gärna till lektionen. De blir mottagligare för den Helige Andens påverkan och får en starkare önskan att delta.

Låt eleverna få en liten stund på sig att begrunda hur de kan hjälpa till att "upprätta" en högre norm i hemmet och församlingen eller grenen. Du kan be dem skriva ner sina tankar i anteckningsböckerna eller studiedagböckerna.

### **Ether 13:13–15:34.**

#### ***Jarediterna förkastar Ethers profetiska varningar och framhårdar i sin ogudaktighet och krigiskhet tills de förintas***

Sammanfatta Ether 13:13–14 genom att berätta att Jarediterna förkastade Ethers ord och drev bort honom. Om dagen gömde han sig "i en hålighet i en klippa" där han avslutade sin upppteckning över Jarediterna. Om natten gick han ut för att se vad som hade hänt med sitt folk, Jarediterna. Han skrev om det han såg.

Be eleverna läsa Ether 13:15–19 tyst för sig själva och leta efter beskrivningar av det Jareditiska samhället. När de har läst färdigt, be dem då att beskriva det Jareditiska samhället med egna ord. Be därefter en elev läsa Ether 13:20–22 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på det budskap som Herren befallde Ether att överlämna till Coriantumr.

- Vad var Ethers budskap till Coriantumr? (Om Coriantumr och hela hans hushåll omvände sig, skulle Herren skona folket och låta Coriantumr få behålla sitt rike. Om de inte omvände sig, skulle alla i riket utom Coriantumr förgöras.)
- Vad gjorde Coriantumr och hans folk efter att ha hört budskapet?

Sammanfatta Ether 13:23–14:20 genom att berätta att kriget fortsatte i landet. Tre män, Shared, Gilead och Lib, försökte efter varandra att ta riket från Coriantumr. De hemliga sammansvärjningarna fick allt större makt och hela nationen drogs in i kriget. "Hela folket överallt i landet [fortsatte] att utgjuta blod, och det fanns ingen som kunde hålla dem tillbaka" (Ether 13:31). Coriantumrs siste motståndare var en man som hette Shiz.

Be eleverna läsa Ether 14:21–25, 30–31 och 15:1–2 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på följderna av de här kriget. Be därefter en elev läsa Ether 15:3–5 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Coriantumr var villig att göra för att skona folket.

- Vad gjorde Coriantumr? (Han erbjöd sig att avstå riket till Shiz.)
- Hur reagerade Shiz på Coriantumrs erbjudande? (Han sade att han skulle skona folket om han fick döda Coriantumr. Se också Ether 14:24.)

Sammanfatta Ether 15:6–11 genom att berätta att Coriantumrs folk och Shiz folk fortsatte att strida mot varandra. Du kan berätta att slaget där den Jareditiska nationen förintades, stod i närheten av en kulle som hette Ramah. Hundratals år senare gick den Nephitiska civilisationen under i ett slag som stod i närheten av samma kulle, som då hette Cumorah. (Se Ether 15:11; Mormon 6:6.)

Be eleverna läsa Ether 15:12–17 tyst för sig själva. Innan de börjar läsa ber du dem uppmärksamma detaljer i fråga om Jarediternas situation och urskilja en sak i den här skildringen som är särskilt sorglig. När de har haft tillräckligt med tid att läsa, ber du några elever berätta vad de funnit.

Påminn eleverna om att Ether i många år hade varnat folket och sagt att de måste omvända sig (se Ether 12:2–3; 13:20). Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *Om vi förkastar Herrens varningar till oss att omvända oss, ...*

Be en elev läsa Ether 15:18–19 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur de kan avsluta meningen på tavlan. När eleverna kommer med förslag, avslutar du meningen genom att skriva följande princip: ***Om vi förkastar Herrens varningar till oss att omvända oss, drar sig hans Ande bort och Satan får makt över vårt hjärta.***

- Detta att Jarediterna tidigare hade vägrat att omvända sig, hur påverkade det deras förmåga att omvända sig senare?

Sammanfatta Ether 15:20–32 genom att berätta att Coriantumrs och Shiz härar stred ända tills bara Coriantumr och Shiz fanns kvar. Coriantumr dödade Shiz. Precis som Ether hade profeterat hade alla i riket blivit dödade utom Coriantumr, som senare fick uppleva att ett annat folk – Zarahemlas folk – fick landet till arvedel (se Ether 13:21; Omni 1:20–22). Be en elev läsa Ether 15:33 för att klassen ska få se att Herrens ord som talades av Ether gick i uppfyllelse.

Framhåll att Jarediternas historia är ett extremt exempel på vad som händer när människor förkastar Guds många uppmaningar till dem att omvända sig. Även om det är ett extremt exempel kan vi urskilja principer i skildringen som är till hjälp för oss. Tala om att liksom det var bland Jarediterna är det många i vår tid som förkastar Guds uppmaningar till dem att omvända sig och därför går miste om Herrens ande. De bortförklarar ofta det faktum att de vägrar att omvända sig. Läs följande exempel på sådana personer, och be eleverna berätta vad de skulle säga till någon som sade sådana saker. Uppmuntra eleverna att som stöd anföra principer som de lärde sig när de studerade Ether 13–15.

1. "Jag vet att filmerna som jag tittar på inte följer kyrkans normer, men de tycks inte ha någon dålig inverkan på mig."
2. "Att dricka alkohol med mina kompisar är väl inte så farligt – vi har bara skoj tillsammans."
3. "Jag fuskar bara därför att alla andra i klassen gör det. Jag skulle inte få bra betyg om jag inte gjorde det."
4. "Äsch, det är bara lite pornografi. Det är ju inte så att jag går ut och gör något omoraliskt. Dessutom kan jag sluta när som helst."
5. "Jag behöver inte omvända mig än. Jag kan vänta tills jag ska gå ut som missionär eller gifta mig i templet."

Förvissa dig om att eleverna förstår att när någon syndar och inte omvänder sig så måste han eller hon alltid vara beredd att ta konsekvenserna. Försäkra eleverna att om de har syndat kan de omvända sig från sina synder och få tillbaka Herrens ande i sitt liv. Läs följande uttalande av äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum:



"Jag vittnar om att Frälsaren kan och är angelägen att förlåta våra synder. Förutom de få som väljer förtappelse efter att ha känt till fullheten, finns det ingen synd som inte kan bli förlåten. Vilken otrolig förmån det är för oss alla att kunna vända om från våra synder och komma till Kristus. Gudomlig förlåtelse är en av evangeliets ljuvligaste frukter. Den tar bort skuld och kval från vårt hjärta och ger oss i stället glädje och samvetsfrid" ("Bli omvända ... så att jag kan hela er", *Liahona*, nov. 2009, s. 40–41).

Uppmuntra eleverna att granska sina liv och se om det finns några synder som hindrar dem från att ha den Helige Anden som ständigt sällskap. Uppmuntra dem också att använda försoningens kraft och göra de förändringar som hjälper dem att få ha Anden som sällskap och att motstå Satans makt.

För att hjälpa eleverna förstå en annan princip som lärs ut i Ether 13–15 ber du dem att läsa följande skriftställen tyst för sig själva: Ether 13:27; 14:24; 15:6, 22, 28. Innan de börjar läsa, ber du dem att leta efter ord och uttryck som visar Jarediternas vrede och hämndlystnad. Du kan be eleverna markera de här orden och uttrycken.

- Med tanke på vad ni har läst i Ether 13–15, vad blev följderna av Jarediternas vrede och hämndlystnad?
- Vad lär vi oss för principer i fråga om vrede och hämnd av det som hände i slutet av Jarediternas historia? (Eleverna kan komma med olika principer. Förvissa dig om att deras svar återspeglar sanningen att **vrede och hämnd får människor att göra val som skadar dem själva och andra.**)
- Vad kan vrede leda till för en person eller en familj?

Vittna om att vi kan övervinna vrede och hämndlystnad om vi vänder oss till Jesus Kristus och får förlåtelse och tröst genom hans försoning. Uppmuntra eleverna att vända sig till Herren i bön och be om den hjälp de behöver om de känner vrede mot någon.

### Återblick på Ethers bok

Hjälp eleverna göra en återblick på Ethers bok. Be dem att tänka på vad de har lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Be dem att titta på några av kapitelingresserna i Ethers bok om de behöver hjälp med att komma ihåg vad de har studerat. När eleverna har haft tillräckligt med tid på sig, ber du några av dem att berätta något ur Ethers bok som de tyckte var inspirerande eller som hjälpte dem att få större tro på Jesus Kristus.

# Moronis bok

## Varför studera den här boken?

När eleverna studerar Moronis bok kan de hämta kraft från Moronis och hans far Mormons kraftfulla föredömen och undervisning. De lär sig om grundläggande förrättningar och handlingar i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, om vikten av att göra rättfärdiga gärningar med ärligt uppsåt, om hur man dömer och skiljer mellan gott och ont, om förhållandet mellan tro, hopp och kärlek, om små barns frälsning. Eleverna ska också läsa Moronis uppmaning att be för att få veta för egen del att Mormons bok är sann (se Moroni 10:3–5) och att "komma till Kristus och bli fullkomnade i honom" (Moroni 10:32).

## Vem skrev den här boken?

Moroni skrev boken, som innehåller hans egna ord, Jesu Kristi ord till sina tolv nephitiska lärjungar (se Moroni 2) och hans far Mormons ord (se Moroni 7–9). Moroni var ledare för nephiternas militär och också ledare i kyrkan (se Mormon 6:12; Moroni 8:1). Liksom andra större författare till Mormons bok och sammanställare av den var Moroni ett vittne om Frälsaren. Han vittnade: "Jag har sett Jesus och ... han har talat med mig ansikte mot ansikte" (Ether 12:39). Moroni höll fast vid sitt vittnesbörd och vägrade förneka Kristus under en tid när lamaniterna dödade alla nephiter som inte ville förneka honom (se Moroni 1:1–3). År 1823, omkring 1 400 år efter att han hade avslutat Mormons bok-uppteckningen, visade sig Moroni för profeten Joseph Smith som uppstånden person och berättade att uppteckningen var förvarad i en kulle i närheten av hans hem (se Joseph Smith — Historien 1:29–35). Vid det tillfället och sedan vid regelbundet återkommande tillfällen undervisade Moroni profeten Joseph Smith "om vad Herren skulle göra samt hur och på vilket sätt hans rike skulle ledas i de sista dagarna" (Joseph Smith — Historien 1:54).

## För vem skrevs den här boken och varför?

Moroni sade: "Jag skriver ytterligare något som möjligtvis kan bli av värde för mina bröder lamaniterna någon gång i framtiden" (Moroni 1:4; se också Moroni 10:1). Han sade också att han talade "till alla jordens ändar" och varnade att inför Guds domarskrank skulle alla dömas efter de ord han skrivit (se Moroni 10:24, 27). Moroni uppmanade alla att "komma till Kristus" (Moroni 10:30, 32) och bereda sig för den dagen.

## När och var skrevs den?

Troligtvis skrev och sammanställde Moroni den här boken mellan 401 och 421 e.Kr. (se Mormon 8:4–6; Moroni 10:1). Han nämner inte var han befann sig när han skrev den, bara att han vandrade varthelst han kunde för "[sitt] eget livs säkerhets skull" (se Moroni 1:1–3).

## Vad kännetecknar den här boken?

Boken ger detaljer om Jesu Kristi undervisning till sina tolv nephitiska lärjungar i samband med att han gav dem makt att förläna den Helige Andens gåva (se Moroni 2; se också 3 Nephi 18:36–37). Den innehåller också de enda anvisningarna i Mormons bok för utförandet av ordinationer i prästadömet och för böner som används vid sakramentsförrättningen (se Moroni 3–5). Annat som kännetecknar den här boken är Mormons undervisning om hur man skiljer gott från ont (se Moroni 7:12–19), änglars betjäning (se Moroni 7:29–39), kärleken som är Kristi rena kärlek (se Moroni 7:44–48) och små barns frälsning (se Moroni 8). Den innehåller också Mormons beskrivning av nephiternas och lamaniternas ondska före den sista striden vid Cumorah (se Moroni 9). Moroni skrev om Andens gåvor (se Moroni 10:8–26). Han skrev också den uppmaning som står i Moroni 10:3–5 och som har en nyckelroll i Mormons bok.

President Gordon B. Hinckley sade på tal om det här skriftstället att Mormons bok "är den enda bok som inom sina pärmar innehåller ett löfte om att läsaren genom gudomlig kraft med visshet kan få veta att den är sann" ("Ett levande och sant vittnesbörd", *Liahona*, aug. 2005, s. 4).

## Översikt

**Moroni 1–6** Medan Moroni vandrar omkring för sin säkerhets skull skriver han om förrättningar och handlingar i Jesu Kristi Kyrka: förlänandet av den Helige Anden gåva, välsignandet och utdelandet av sakramentet, utförandet av ordinationer i prästadömet och krav för att få bli döpt. Han skriver också om att kyrkans medlemmars behov av andlig näring och om syftet med kyrkans möten och hur de ska ledas.

**Moroni 7** Moroni upptecknar en predikan av Mormon, som undervisade om Kristi ljus, om vikten av att göra rättfärdiga gärningar med ärligt uppsåt, om att se skillnaden mellan gott och ont, om att hålla fast vid allt som är gott och om förhållandet mellan tro, hopp och kärlek.

**Moroni 8–9** Moroni upptecknar brev från Mormon där han förklarar varför barn inte behöver döpas och beskriver den stora ogudaktigheten bland nephiterna och lamaniterna.

**Moroni 10** Moroni uppmanar alla som kommer att läsa Mormons bok att be för att få veta om den är sann, att inte förneka Guds makt och gåvor och att komma till Kristus och bli fullkomnade i honom.

# Moroni 1–3

## Inledning

Efter att ha gjort sitt sammandrag av Ethers plåtar tänkte Moroni inte skriva mer. Men han blev inspirerad att "skriva ytterligare något som möjligtvis [kunde] bli av värde för [hans] bröder lamaniterna någon gång i

framtiden, enligt Herrens vilja" (Moroni 1:4). Hans ord visar hans trofasthet mot Jesus Kristus, och de beskriver också kortfattat viktiga förrättningar i evangeliet.

## Lektionsförslag

### Moroni 1

#### *Moroni vandrar för sitt livs säkerhets skull och fortsätter att skriva*

Be en elev högt läsa följande berättelse av en ung kvinna som stod för sin övertygelse i skolan: "Min lärare stod framför klassen och pratade om ett filmklipp som vi skulle titta på ... Han ... sade nonchalant att ... filmen var barnförbjuden. Jag var chockad ... Något sådant hade jag inte räknat med.

Jag satt där och funderade på vad jag skulle göra. En tanke återkom hela tiden: Vi har blivit uppmanade att inte titta på stötande filmer. Jag försökte intala mig själv att eftersom jag var i skolan skulle den del av filmen som vi skulle titta på säkert inte vara olämplig. Men tanken på att vi inte ska titta på stötande filmer segrade.

Jag räckte upp handen och inför hela klassen bad jag att få vänta utanför klassrummet medan de tittade på filmen. Jag kände allas blickar när jag sköt in stolen och tog min bok. Jag såg deras ansiktsuttryck. De fattade det inte.

Men jag var glad där jag satt i korridoren. Jag visste att jag hade gjort det rätta, oavsett vad mina klasskamrater eller läraren tyckte. Jag kände mig också starkare. Jag visste att jag inte måste titta på en olämplig film bara därför att min lärare hade presenterat den för oss ...

Jag tror att när vi ställs inför svårigheter och står emot dem så blir vi starkare än om vi blir sittande och låter dem hända.

Det här är en inre styrka som vi får genom vår Frälsare. Om vi riktar blicken på honom när vi har det svårt så görs vi starka. Vår tro på honom hjälper oss när vi står inför svårigheter" (Catherine Hall, "Standing Up, Standing Out", *New Era*, feb. 2012, s. 11).

Be eleverna läsa Moroni 1:1–3 tyst för sig själva och se hur Moroni stod ensam i sin tro. Be dem att berätta vad de funnit. Fundera på att ställa följande frågor:

- Vad innebär det för er att "[inte] förneka Kristus"?
- När har ni eller någon ni känner visat beslutsamhet och följt Jesus Kristus trots svårigheter och prövningar?

Förklara att även om Moroni och den unga kvinnan i berättelsen är utmärkta exempel på att inte förneka Jesus Kristus, så kan vi alla fatta små beslut varje dag som visar samma tro, samma lydnad och samma önskan att "[inte] förneka Kristus".

- Hur kan man följa Moronis exempel? (Eleverna kanske föreslår bland annat: inte skämmas för evangeliet och dess normer, hålla buden, vara ett rättfärdigt föredöme, stå fast vid vittnesbördet om Jesus Kristus även när andra inte gör det.)

Be en elev läsa Moroni 1:4 högt. Be klassen följa med i texten och försöka se varför Moroni valde att fortsätta skriva. När eleverna har berättat vad de funnit, framhåller du att Moroni skrev för att det skulle vara till nytta för avkomlingarna till dem som traktade efter hans liv.

- Vad kan vi lära oss av Moronis önskan att hjälpa lamaniterna? (Vi kan visa vår beslutsamhet att följa Jesus Kristus genom att välja att visa kärlek mot våra fiender.)

### Undervisa genom Anden

Sträva efter att bli vägled av Anden i dina förberedelser och din undervisning. När lärare och elever vägleds av Anden "förstår den som tar emot varandra, och båda blir uppbyggda och gläds med varandra" (L&F 50:22).



Berätta att Moronis beslutsamhet att följa Jesus Kristus fick honom att skriva om några viktiga aspekter av kyrkan som han tyckte var "av värde" (Moroni 1:4). Uppmuntra eleverna att fundera över hur Moroni 2–3 kan vara av värde för dem när de studerar de här kapitlen.

## Moroni 2

### *Moroni skriver ner Jesu Kristi undervisning om att ge den Helige Andens gåva*

Be en ung man komma och ställa sig framför klassen. Be eleverna föreställa sig den här unge mannen i framtiden som heltidsmissionär. Han och hans missionskamrat har undervisat någon om evangeliet som har bestämt sig för att bli döpt. Den unge mannen i er klass ombes utföra konfirmationen och förläna den Helige Andens gåva. Ställ följande fråga till den unge mannen:

- Hur kan du förbereda dig för att utföra den här förrättningen? (När den unge mannen har besvarat frågan ber du resten av klassen att också komma med förslag.)

Berätta att när den uppståndne Frälsaren besökte nephiterna så "rörde han med sin hand vid de lärjungar som han hade utvalt" och "gav dem myndighet att ge den Helige Anden" (3 Nephi 18:36–37). I sin uppteckning tog Moroni med några av Frälsarens anvisningar till de tolv nephitiska lärjungarna om hur den Helige Andens gåva ska ges. Be en elev läsa Moroni 2:1–3 högt, och be klassen söka följande information:

1. Hur den som ska utföra förrättningen ska förbereda sig
2. Hur förrättningen ska utföras

När eleverna har läst verserna ställer du följande frågor, eller några av dem:

- Vilket prästadöme krävs för att förläna den Helige Andens gåva? (Melkisedekska prästadömet.)
- Hur bör en bärare av melkisedekska prästadömet förbereda sig för att ge den Helige Andens gåva? (Han bör "äkalla Fadern i [Jesu Kristi] namn i mäktig bön".)
- Hur tror ni bönen hjälper en att förbereda sig för att utföra en prästadömsförrättning?
- Hur ska konfirmationsförrättningen utföras? (Genom handpåläggning och i Jesu Kristi namn. Tala om att bärare av melkisedekska prästadömet ska använda vissa ord som del av den här förrättningen. Heltidsmissionärer får små handböcker med anvisningar om hur de ska utföra prästadömsförrättningar och välsignelser.)

Sammanfatta det eleverna har lärt sig hittills genom att skriva följande sanning på tavlan: ***Bärare av melkisedekska prästadömet förlänar döpta medlemmar i kyrkan den Helige Andens gåva genom handpåläggning.***

## Moroni 3

### *Moroni upptecknar Jesu Kristi anvisningar för ordinerande av präster och lärare*

En eller två dagar före lektionen ber du en ung man att förbereda sig för att läsa upp sin auktoritetslinje i prästadömet. (Eller också kan du läsa upp din egen auktoritetslinje eller någons i familjen eller en prästadömsledares i församlingen eller grenen.) Förklara att prästadömsbärens auktoritetslinje går tillbaka till Jesus Kristus. Bärare av melkisedekska prästadömet kan få sin auktoritetslinje genom att kontakta kyrkans huvudkontor eller områdeskontoret. Kyrkan tillhandahåller inte auktoritetslinjer för bärare av aronska prästadömet. Men om en bärare av aronska prästadömet blev ordinerad av en bärare av melkisedekska prästadömet kan han få information om den mannens auktoritetslinje.)

Be eleven att läsa upp sin auktoritetslinje för klassen (eller läs den auktoritetslinje som du själv har tagit med dig till klassen). Uppmuntra honom att berätta vad det betyder för honom att han vet att hans prästadömsauktoritet går tillbaka till Jesus Kristus själv (eller delge dina egna känslor om att prästadömsbärare kan se att deras auktoritetslinje går tillbaka till Frälsaren).

För att hjälpa eleverna förstå att myndigheten att utföra prästadömsplikter kommer från Jesus Kristus och vår himmelske Fader, ber du en elev läsa följande av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum:



”För att handla med gudomlig myndighet krävs uppenbarligen mer än bara en överenskommelse mellan människor. Den kan inte frambringas genom teologisk utbildning eller genom ett uppdrag från församlingen. Nej, i Guds bemyndigade verk måste det finnas en kraft som är större än den som redan innehas av människorna i kyrkbänkarna eller på gatorna eller på seminarierna – ett faktum som många uppriktiga religiösa sökare förstod och öppet erkände i generationer före återställelsen ...

Som svar på denna tankeväckande fråga kan vi i Jesu Kristi återställda kyrka följa linjen av prästadömsmyndighet från den nyaste diakonen i församlingen, till biskopen som presiderar över honom och till profeten som presiderar över oss alla. Den linjen går tillbaka i en obruten kedja till himmelska budbärare som kom från Guds Son själv med denna enastående gåva från himlen” (“Vårt mest framträdande kännetecken”, *Liahona*, maj 2005, s. 44).

- Varför är det viktigt för er att veta att varje prästadömsbärare i vår kyrka kan spåra sin myndighet tillbaka till Jesus Kristus?

Be en elev läsa Moroni 3:1–4 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur män ordinerar till ämbeten i prästadömet.

- Hur ordinerar män till ämbeten i prästadömet? (**Män ordinerar till ämbeten i prästadömet genom handpåläggning av dem som har myndighet.**)
- Varför är det nödvändigt för en man att bli ordinerad till ett ämbete i prästadömet av någon som har det ämbetet eller ett högre ämbete i prästadömet?

Be prästadömsbärare i klassen att kortfattat berätta vilka plikter de har i prästadömet.

Fråga klassen:

- När har ni blivit välsignade genom att en prästadömsbärare fullgjorde sina plikter?

Be några elever berätta hur prästadömet har varit till välsignelse i deras liv. Berätta gärna också själv om välsignelser som du har fått i ditt liv tack vare prästadömet.

### Repetition av nyckelskriftställen

Ge eleverna en lista med samtliga skriftställe hänvisningar till nyckelskriftställen i Mormons bok och ett halvt blad papper. Be eleverna skriva siffrorna 1, 2 och 3 på sina papper. Läs därefter exemplen nedan (eller kom med egna exempel som kanske stämmer bättre överens med dina elevers behov och intressen). Be eleverna att på sina papper skriva den skriftställe hänvisning som de tycker passar bäst till exemplet du läser. Be dem därefter att berätta vad de skrivit. Eftersom det kan finnas flera möjliga skriftställe hänvisningar, ber du eleverna förklara varför de valde bestämda skriftställen.

1. Du försöker få styrka att övervinna en särskilt svår frestelse. (Möjliga svar: Helaman 5:12 och 3 Nephi 18:15, 20–21.)
2. Medan du studerade skrifterna och tänkte på ett svårt beslut i ditt liv fick du vägledning om vad du skulle göra. (Möjligt svar: 2 Nephi 32:3.)
3. Du har upplevt påtryckningar från några vänner att vara med i aktiviteter som strider mot Guds bud. De säger att man är ung bara en gång i livet och att man därför ska passa på och ha lite skoj. (Möjliga svar: Mosiah 4:30; Alma 37:35; 41:10.)

# Moroni 4–5

## Inledning

Moroni upptecknade Frälsarens anvisningar till nephiterna för välsignandet av sakramentet, däribland

bönerna som prästadömsbärarna skulle använda när de välsignade brödet och vinet.

### Att inbjuda den Helige Anden att vittna om sanningen

När du hjälper eleverna urskilja och förstå evangeliets principer och lärosatser, undervisa då på ett sätt som inbjuder den Helige Anden att vittna om sanningen. När eleverna en gång har fått andlig förvisning om en lära i evangeliet är det troligare att de handlar och lever efter evangeliet mer fullkomligt.

## Lektionsförslag

### Moroni 4–5

#### Moroni förklarar hur sakramentet ska välsignas

Visa om möjligt en sakramentsbricka för bröd och en sakramentsbricka för vatten. (Men utan att på något sätt förevisa sakramentsförrättningen under lektionen.) Ge eleverna var sitt papper och be dem att försöka skriva en av sakramentsböner ur minnet. När de har haft tillräckligt med tid, talar du om att Moroni tog med de här böner i sin uppteckning, böner som Herren hade föreskrivit för välsignandet av sakramentet. Be dem att slå upp Moroni 4:3 eller Moroni 5:2 och kontrollera sina svar. Fråga därefter:

- Om en kamrat med annan tro bestämde sig för att gå på sakramentsmötet med er, hur skulle ni då förklara innebörden av sakramentet och dess betydelse för er personligen?

För att hjälpa eleverna förstå en avsikt med sakramentet ber du en elev högt läsa Moroni 4:1–3 och en annan elev Moroni 5:1–2. Be eleverna vara uppmärksamma på uttryck i Moroni 4:3 och Moroni 5:2 som förklarar vad sakramentsbrödet och -vattnet symboliserar. Föreslå gärna att eleverna markerar de här uttrycken i sina skrifter. (Påminn gärna klassen om att kyrkan i vår tid använder vatten i stället för vin, vilket tilläts genom en uppenbarelse till profeten Joseph Smith [se L&F 27:2].)

- Vad symboliserar brödet? (Jesu Kristi kropp. Se Matt. 26:26; 3 Nephi 18:6–7.)
- Vad symboliserar vattnet? (Jesu Kristi blod. Se Matt. 26:27–28; 3 Nephi 18:8–11.)
- Varför är Frälsarens kropp och blod så viktiga för oss? (När eleverna besvarar frågan bör de nämna Frälsarens kroppsliga lidande och död på korset. De bör nämna hans uppståndelse, när hans kropp återförenades med hans ande tre dagar efter det att han hade tagit på sig döden. De bör också nämna hans intensiva själsliga lidande och ångest när han tog på sig våra synder, vilket fick honom att blöda ur varje por. Tack vare att han tog på sig den kroppsliga döden kommer alla människor uppstå. Eftersom han led för våra synder kan vi få förlåtelse för dem när vi omvänder oss.)

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *Sakramentets symboler hjälper oss att minnas ...* Fråga eleverna hur de skulle sammanfatta den här viktiga avsikten med sakramentet. Avsluta därefter meningen på tavlan på följande sätt: ***Sakramentets symboler hjälper oss att minnas Jesu Kristi försoning.***



Be en elev läsa följande fråga som ställdes av äldste David B. Haight i de tolv apostlarnas kворum:

”Hur bra är vi som medlemmar i kyrkan på att minnas vår Herre och Frälsare, och vår tacksamhetsskuld till honom?” (“Remembering the Savior’s Atonement”, *Ensign*, apr. 1988, s. 7.)

- Vad kan vi göra för att fokusera på att minnas och tänka på försoningen under sakramentet?
- Vad har ni upplevt när ni verkligen begrundat Frälsarens försoning under sakramentet?

När eleverna har berättat det, ber du dem att skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker om ett sätt att koncentrera sig på försoningen nästa gång de tar sakramentet. (Be gärna några av dem att berätta vad de har skrivit.)

För att hjälpa eleverna förstå ytterligare avsikter med sakramentet gör du följande uppställning på tavlan före lektionen, men utan svaren inom parentes. Be eleverna skriva av uppställningen i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker.

Vad jag ingår förbund att göra	Vad jag tror det innebär att hålla den här delen av mitt förbund	Hur jag kan hålla den här delen av mitt förbund
1. (Vara villig att ta på mig Kristi namn)		
2. (Alltid minnas honom)		
3. (Hålla hans bud)		

Påminn eleverna om att när vi tar sakramentet ingår vi förbund eller heliga överenskommelser med Gud. Be eleverna läsa Moroni 4:3 tyst för sig själva. Be dem att i vänstra kolumnen skriva de tre löften de avger när de tar sakramentet. Be dem kontrollera om svaren stämmer med hjälp av någon som sitter i närheten. Be dem därefter fylla i andra kolumnen enskilt. När eleverna har haft tillräckligt med tid ber du några av dem att berätta vad de skrivit. I samband med att de berättar använder du följande stoff – allt eller delar av det – för att hjälpa dem att fördjupa sin insikt i varje del av förbundet.

För att hjälpa eleverna att fördjupa sin insikt i vad det innebär att ta på sig Jesu Kristi namn, ber du en elev läsa följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet:



”Vi [lovar] att ta på oss hans namn. Det betyder att vi måste se oss själva som hans. Vi sätter honom främst i vårt liv. Vi vill det som han vill i stället för det vi vill eller det världen lär oss att vilja” (“På det vi må vara ett”, *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 69).

Tala om att när vi betygar att vi är villiga att ta på oss Jesu Kristi namn, förbinder vi oss att leva som hans lärjungar. Vi lovar att vi inte ska dra skam eller vanära över hans namn. Vi förbinder oss att tjäna honom och våra medmänniskor. Vi visar också att vi är villiga att identifieras med honom och hans kyrka.

- Hur har ni visat att ni är villiga att ta på er Herrens namn? Hur har det påverkat ert liv?

Be eleverna jämföra bönen för brödet i Moroni 4:3 med bönen för vinet i Moroni 5:2. Fråga dem om de märker några skillnader eller likheter. Framhåll att löftet att ”alltid minnas honom” står i båda bönen.

- Vad tror ni det innebär att ”alltid minnas honom”?

Be en elev läsa följande ord av äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kворum. Be klassen vara uppmärksam på och urskilja vad vi kan göra som hjälper oss att alltid minnas Frälsaren.



”Främst ska vi sätta sådant som gör det möjligt för oss att alltid minnas honom: Be och studera skrifterna regelbundet, studera apostlarnas lärdomar med eftertanke, förbereda oss för att värdigt ta del av sakramentet, delta i söndagsmötena och skriva ner och tänka på vad Anden och erfarenhet kan lära oss om lärjungeskap.

Du kan komma att tänka på annat som särskilt passar dig under den här tiden av livet ...

Jag kan vittna om att vår önskan och förmåga att alltid minnas och följa Frälsaren ökar med tiden. Vi bör tålmodigt arbeta mot det målet och alltid be om att få den urskillning och gudomliga hjälp vi behöver” (“Att alltid minnas honom”, *Liahona*, apr. 2011, s. 23).

- Vad har ni gjort för att ”alltid minnas honom”?
- Att vi alltid minns Frälsaren, hur hjälper det oss att hålla de andra delarna av vårt förbund?
- Varför tror ni att det är viktigt att vi tar sakramentet varje vecka?

För att betona vårt löfte att hålla buden ber du en elev läsa följande ur *Vägledning för de unga*:

”Din himmelske Fader har gett dig handlingsfrihet, förmågan att välja mellan rätt och fel och att handla av dig själv. Näst efter livet självt är rätten att själv bestämma över ditt liv en av Guds största gåvor till dig. Medan du är här på jorden sätts du på prov för att visa om du använder din handlingsfrihet till att visa din kärlek till Gud genom att följa hans bud” (*Till vägledning för de unga* [2011], s. 2).

- Vad gör ni varje dag för att hjälpa er själva att hålla Guds bud?

När eleverna har samtalat om löftena vi förnyar varje vecka genom sakramentet, ber du dem att i högra kolumnen skriva något som de tänker göra under veckan för att bättre hålla varje del av förbundet. Be dem att berätta vad de skrivit (men se till att de förstår att de inte ska berätta något som är alldeles för personligt).

Tala om att när vi håller förbunden som vi ingår med Herren, lovar han att välsigna oss (se L&F 82:10). Be eleverna utforska Moroni 4:3 och Moroni 5:2 och ta reda på vad Herren lovar oss om vi håller löftena som vi förnyar när vi tar sakramentet. Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: **När vi trofast håller sakramentets förbund ...** Be eleverna avsluta meningen utifrån vad de har lärt sig i Moroni 4:3 och Moroni 5:2. (Ett sätt att avsluta meningen vore följande: **När vi trofast håller sakramentets förbund kan vi alltid ha Herrens ande hos oss.**)

- Varför är det här löftet att vi alltid kan ha Anden hos oss väl värt våra ansträngningar att hålla det förbundet?



Be en elev läsa följande ord av äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum. Be klassen att vara uppmärksam på vad Anden kan göra för oss.

”Herrens ande kan vara vår vägvisare och välsigna oss med vägledning, undervisning och andligt skydd på vår jordiska resa” (”Att vi alltid må hava hans ande hos oss”, *Liahona*, maj 2006, s. 31).

- När har ni fått vägledning, undervisning eller skydd tack vare den Helige Andens sällskap? (Berätta gärna själv om en egen upplevelse.)
- Varje vecka under sakramentet har vi tillfälle att begrunda hur väl vi håller förbundet som beskrivs i sakramentsbönerna. Hur hjälper det oss i vår strävan att alltid få ha hans Ande hos oss?
- När ni begrundar vad ni har lärt er i dag om att ta sakramentet, vilken del av sakramentsbönerna känns särskilt viktig för er? Varför då?

Uppmuntra eleverna att begrunda Frälsarens försoningsoffer när de tar sakramentet. Be dem att titta på vad de skrivit att de tänker göra för att bättre hålla sakramentsförbundet, och sedan omsätta det i handling. Påminn eleverna om Herrens löfte till oss att om vi håller det här förbundet så ska vi alltid ha hans Ande hos oss. Vittna om välsignelser vi får i vårt liv när vi minns och håller förbundet vi ingår varje vecka när vi tar sakramentet.

### Repetition av nyckelskriftställen

Bestäm gärna ett datum för ett avslutande förhör på nyckelskriftställena i Mormons bok eller en repetitionsaktivitet för att hjälpa eleverna befästa inläringen av de utvalda nyckelskriftställena i Mormons bok. Besluta hur du skulle vilja förhöra dem på nyckelskriftställena och planera en aktivitet som svarar mot dina föreställningar. Du kunde till exempel göra ett prov av typen para ihop eller fylla i text som saknas, med skriftställehänvisningar och nyckelord eller situationer. Eller också kunde du förhöra eleverna på hur pass bra de har lärt sig bestämda avsnitt. Du kunde också ge varje elev i uppgift att hålla en kort lektion eller ett tal som huvudsakligen bygger på nyckelskriftställena. Oavsett hur du lägger upp slutförhöret eller -provet på nyckelskriftställena, se till att eleverna får tid på sig att studera och förbereda sig. Om tiden medger, skulle de kunna börja förbereda sig redan under den här lektionen.

# Moroni 6

### Inledning

Mot slutet av sin uppteckning på plåtarna skriver Moroni om några av villkoren för dop in i kyrkan. Därefter beskriver han kyrkans medlemmars ansvar att

ha omsorg om varandra. Han förklarar också syftet med kyrkans möten och att de måste ledas enligt den Helige Andens maningar.

## Lektionsförslag

### Moroni 6:1–3

#### *Moroni förklarar villkoren för dop*

Be eleverna föreställa sig att de har en sjuårig syster eller bror som fyller åtta år om några månader. Be dem också att föreställa sig att deras föräldrar har bett dem att hålla en hemaftonslektion om hur man förbereder sig för dopet. Be några elever att berätta vad de skulle undervisa om för att hjälpa en yngre syster eller bror att förbereda sig för att bli döpt.

Tala om att Moroni i Moroni 6 förklarar villkoren för dop. Be eleverna läsa Moroni 6:1–3 tyst för sig själva och ta reda på villkoren för dop. Be dem därefter berätta vilka villkor som gäller. Fundera på att ställa följande frågor:

- Vad tror ni menas med att de som vill bli döpta ska "[bära] sådan frukt att de [är] värdiga det"? (De ska hålla Guds bud, visa att de är beredda att ingå och hålla dopförbundet.)
- Varför tror ni att det är viktigt att personen före dopet har "ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande"? (Förklara gärna att uttrycket "ett förkrossat hjärta och en botfärdig ande" syftar på en persons ödmjukhet och vilja att omvända sig och lyda Herrens befallningar.)

Be en elev läsa Moroni 6:3 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vad vi ingår förbund att göra vid dopet. Eleverna bör urskilja följande sanning: **Vid dopet ingår vi förbund att ta på oss Jesu Kristi namn och tjäna honom intill änden.** (Be gärna eleverna tänka på vad de lärde sig under förra lektionen om vad det innebär att ta på sig Jesu Kristi namn.)

- Varför måste den som vill bli döpt vara fast besluten att tjäna Jesus Kristus intill änden, enligt er erfarenhet?
- Vad har ni gjort för att behålla och stärka er beslutsamhet att tjäna Herren?

### Moroni 6:4

#### *Moroni förklarar hur vi ska ha omsorg om och ge kyrkans medlemmar andlig näring*

Tala om för eleverna att Moroni efter att ha förklarat villkoren för dop berättade hur man på hans tid hjälpte nydöpta medlemmar att trofast hålla sina förbund. Be eleverna läsa Moroni 6:4 tyst för sig själva och ta reda på hur kyrkans medlemmar hjälpte de nyomvända. Be eleverna berätta vad de funnit. Skriv deras svar på tavlan.

Be eleverna sammanfatta vad Moroni 6:4 säger om vårt ansvar mot andra medlemmar i kyrkan, särskilt nya medlemmar. (Eleverna kanske säger följande: **Vi har ett ansvar att komma ihåg andra medlemmar i kyrkan och att ge dem andlig näring genom Guds ord.** De kanske också säger att **vi bör hjälpa varandra att ständigt och vaksamt be** och att **vi bör hjälpa varandra att förtrösta på Frälsaren och hans försoning.**)

- Hur kan vi fullgöra vårt ansvar att komma ihåg varandra?
- Hur ger vi varandra näring "genom Guds goda ord"?
- Vilka välsignelser får vi av att få näring genom Guds ord?

Läs följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum:



”De flesta människor kommer inte till kyrkan enbart för att få höra några nya fakta om evangeliet eller för att träffa gamla vänner, även om båda delarna är viktiga. De kommer för att få en andlig upplevelse. De vill få frid. De vill få sin tro stärkt och sitt hopp förnyat. Kort sagt, de vill få näring genom Guds goda ord och bli stärkta av himlens makter. De av oss som kallas att tala eller undervisa eller leda har en förpliktelse att hjälpa dem med detta, på bästa möjliga sätt” (se ”Det är från Gud du har kommit som lärare”, *Nordstjärnan*, juli 1998, s. 25).

Be eleverna tänka på personer som kommer ihåg dem och ger eller har gett dem andlig näring. Fråga dem om de till exempel någonsin har tänkt på alla som har bett för dem, förberett lektioner för dem, som genom sitt sätt har uppmuntrat dem att förbli aktiva i kyrkan, som hjälpt dem att klara av svårigheter. Be några elever att berätta hur de har blivit välsignade därför att någon kom ihåg dem och gav dem näring genom Guds ord. Du kan låta eleverna få tid att skriva brev till och tacka dem vars insats har hjälpt dem.

Be eleverna tänka på bestämda personer som Herren kan vilja att de kommer ihåg eller ger näring. Be eleverna skriva i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker hur de kan fullgöra sitt ansvar bättre mot andra medlemmar i kyrkan. Uppmuntra dem att vara särskilt uppmärksamma på nya medlemmars behov.

### Moroni 6:5–9

#### *Moroni beskriver syftet med kyrkans möten och hur mötena ska ledas*

Be eleverna föreställa sig att var och en av dem är förälder till en ung man eller ung kvinna som de senaste veckorna har sagt att han eller hon inte vill gå i kyrkan eftersom det känns meningslöst eller är tråkigt. Be eleverna fundera på vad de kunde säga för att uppmuntra tonåringen att gå i kyrkan och hur de kunde hjälpa honom eller henne att förstå att vi bör gå i kyrkan regelbundet – av rätt skäl.

Skriva följande ofullständiga mening på tavlan:

*Vi ska komma tillsammans ofta som medlemmar i kyrkan för att ...*

Be en elev läsa Moroni 6:5–6 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på möjligheter att avsluta meningen på tavlan. Skriv elevernas förslag på tavlan. Följande sanningar kan ingå i svaren:

***Vi ska komma tillsammans ofta som medlemmar i kyrkan för att fasta och be.***

***Vi ska komma tillsammans ofta som medlemmar i kyrkan för att stärka varandra andligt.***

***Vi ska komma tillsammans ofta som medlemmar i kyrkan för att ta sakramentet till minne av Jesus Kristus.***

Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kворum citerade ur ett brev från en god vän som lärde sig att finna glädje i att gå i kyrkan:



”För många år sedan ändrade jag min inställning till att komma till kyrkan. Nu kommer jag inte längre till kyrkan för min egen skull, utan jag tänker på andra. Jag är noga med att hälsa på personer som sitter för sig själva och att välkomna besökare ... och att frivilligt åta mig uppgifter ...

Kort sagt, jag går till kyrkan varje vecka i avsikt att vara aktiv, inte passiv, och att ha en positiv inverkan på människors liv. Följaktligen är det nu mycket trevligare och mer meningsfullt att närvara vid kyrkans möten” (citerad i ”Osjälviskt tjänande”, *Liahona*, maj 2009, s. 96).

När du tänker på elevernas behov i din klass, fundera då på att ställa några av eller samtliga följande frågor för att hjälpa dem att analysera och använda principerna de hittade i Moroni 6:5–6:

- Vilka upplevelser i livet har fått er att inse vikten av att be och fasta tillsammans med medlemmarna i er församling eller gren?
- Vad tror ni menas med att vi ska ”tala med varandra om [våra] själars välfärd”? (Moroni 6:5.) Hur gör vi det när vi är i kyrkan?

- Om vi går i kyrkan med en önskan att stärka andra andligt, hur kan det tänkas påverka vad vi upplever där?
- Vad kan vi till exempel minnas om Frälsaren när vi tar sakramentet? Om vi tar sakramentet, hur hjälper det oss att minnas honom varje dag under veckan?
- Om vi går i kyrkan av de skäl som vi har pratat om, hur hjälper det oss att "hålla [oss] på den rätta vägen"? (Moroni 6:4.) Hur kan ni uppmuntra andra ungdomar att gå i kyrkan?

Läs följande ord av president Joseph Fielding Smith:



"Det finns inte rum i Sion för den som syndar med vett och vilja. Det finns rum för den botfärdige syndaren, för den som omvänder sig från sina missgärningar och söker evigt liv och evangeliets ljus" (i Conference Report, apr. 1915, s. 120).

Be eleverna läsa Moroni 6:7–8 tyst för sig själva och ta reda på vad kyrkans ledare på Moronis tid skulle "se noga till". Be eleverna berätta vad de funnit. Förklara gärna att ordet "utplånades" i den här versen syftar på uteslutning. Om medlemmar i kyrkan begår svåra synder och inte omvänder sig, kan de bli uteslutna, det vill säga gå miste om medlemskapet i kyrkan och välsignelserna som hör till förbunden.

- Vad gör kyrkans ledare i vår tid till exempel för att hjälpa oss att hålla oss ifrån ogudaktighet?
- Vad får vi för löfte enligt Moroni 6:8 om vi ärligt omvänder oss från våra synder? (**Vi blir förlåtna så ofta vi omvänder oss och med ärligt uppsåt söker få förlåtelse.**)

Be eleverna fundera över hur ofta de har tillfälle att känna Andens påverkan under söndagens möten (till exempel under bönerna, under sakramentet, när medlemmar håller tal eller lektioner, när de sjunger kyrkans psalmer eller när de begrundar ett skriftställe under en lektion). Be en elev läsa Moroni 6:9 högt. Be klassen att följa med i texten och urskilja Andens roll på våra möten.

- Vad lär vi oss för sanning i Moroni 6:9 om hur kyrkans möten ska ledas? (**Kyrkans möten ska ledas genom den Helige Andens kraft.**)
- När har ni känt att ett möte i kyrkan leddes genom den Helige Andens kraft?

För att hjälpa eleverna förstå att den här sanningen gäller för alla aspekter av kyrkans möten, ber du dem att föreställa sig att de är personerna i följande situationer. (Skriv gärna situationerna på tavlan före lektionen eller på ett utdelningsblad.) Be eleverna berätta hur principen i Moroni 6:9 kan användas i var och en av följande situationer.

1. Du har fått i uppgift att hålla tal på sakramentsmötet om Jesu Kristi försoning.
2. Du har fått i uppgift att planera ett musiknummer till ett kommande sakramentsmöte.
3. Du sitter på ett vittnesbördsmöte och känner dig manad att bära vittnesbörd men är osäker på vad du ska säga.

Påminn eleverna om att du tidigare under lektionen bad dem att fundera på vad föräldrar kan säga för att uppmuntra en ung man eller ung kvinna att gå i kyrkan. Avsluta lektionen med att be eleverna berätta vad de tycker att föräldrarna skulle säga. Vittna sedan om välsignelserna av att gå i kyrkan och om andra principer ni har samtalat om i dag.



# Moroni 7:1–19

## Inledning

Moroni upptecknade en predikan som hans far Mormon hade hållit många år tidigare. Den här lektionen omfattar den första delen av den predikan, i vilken

Mormon undervisar om att göra rättfärdiga gärningar med ärligt uppsåt och hur vi kan skilja mellan gott och ont. Lektion 156 behandlar resten av predikan.

### Följ den Helige Andens maningar

Sök ständigt den Helige Andens vägledning när du beslutar vilka principer och lärosatser du ska betona.

## Lektionsförslag

### Moroni 7:1–11

#### *Mormon undervisar Jesu Kristi efterföljare om att göra goda gärningar med ärligt uppsåt*

Visa en frukt som ser bra ut på utsidan.

- Har ni någonsin upptäckt att en frukt inte var så bra inuti som den såg ut att vara utifrån? (Be några elever berätta exempel.) Berätta gärna själv en erfarenhet.
- På vad sätt kan en person vara som en frukt som ser bra ut på utsidan men är ruten inuti?

Berätta att Moroni upptecknade sin far Mormons ord om vikten av att både vara rättfärdig i hjärtat och göra rättfärdiga gärningar. Be en elev läsa Moroni 7:2–3 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vem Mormon talade till. (Han talade till kyrkans medlemmar.)

När eleverna har berättat vad de funnit, ber du en elev högt läsa Moroni 7:4–5. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur Mormon visste att de här människorna var "Kristi fridsamma efterföljare" (Moroni 7:3).

Skriv uttrycket *ärligt uppsåt* på tavlan.

- Vad tror ni menas med det uttrycket?

När eleverna diskuterar frågan, be då gärna en av dem läsa följande ord av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:



"Vi ska inte bara *göra* det som är rätt. Vi måste göra det av rätt skäl. Det moderna uttrycket är *rätt motiv*. Skrifterna beskriver ofta denna inställning med orden *helhjärtat uppsåt* eller *ärligt uppsåt*.

Skrifterna klargör att Gud känner till våra motiv och att han dömer våra handlingar därefter" (*Pure in Heart* [1988], s. 15).

Be eleverna utforska Moroni 7:6–10 tyst för sig själva och leta efter Herrens varningar till människor som gör goda gärningar utan ärligt uppsåt.

- Vilka varningar ger Herren dem som gör goda gärningar utan ärligt uppsåt? (Han varnar dem och säger att deras gärningar inte är till någon nytta för dem, att de inte räknas dem till rättfärdighet utan räknas som onda.)
- Vad lär vi oss för principer i de här verserna? (Eleverna kanske nämner flera sanningar. Hjälp dem att urskilja följande princip: **För att bli välsignade för våra goda gärningar, måste vi handla med ärligt uppsåt.**)
- Förutom att man önskar välsignelser från Herren, varför tror ni att det är viktigt att göra goda gärningar av rätt skäl?
- Vad har ni märkt för skillnad när ni har gjort goda gärningar med ärligt uppsåt?



Framhåll att Mormon också uppmanade oss att be med ärligt uppsåt (se Moroni 7:9). Be en elev läsa följande råd från president Brigham Young för klassen:

”Det spelar ingen roll om vi känner för att be, utan när stunden kommer för att be, be! Om vi inte känner för det, bör vi be tills vi gör det” (*Kyrkans presidenters lärdomar: Brigham Young* [1997], s. 45).

- Om vi väljer att be trots att vi inte känner för att be, hur kan det hjälpa oss att så småningom be med ärligt uppsåt?
- Hur skulle president Brigham Youngs råd också kunna gälla i fråga om att lyda andra befallningar? (Om eleverna har svårt att besvara frågan, skulle du kunna ge följande exempel: En del kanske går i kyrkan utan ärligt uppsåt. Men om de fortsätter att gå i kyrkan och gör sitt bästa för att delta i gudsdyrkan, får de upplevelser som hjälper dem att finna glädje i att gå i kyrkan. De börjar gå av rätt skäl. De går därför att de vill vara där, vill tillbe Gud, förnya sina förbund och tjäna andra.)

För att hjälpa eleverna tillämpa Mormons undervisning om att vi ska göra goda gärningar med ärligt uppsåt, förbereder du följande aktivitet före klassen: Gör i ordning flera små papperslappar. Skriv ett bud eller en befallning på var och en av dem. Exempelvis: fasta, betala tionde, tjäna andra, studera skrifterna, hedra föräldrar och andra bud eller befallningar som du tror att det vore bra för eleverna att samtala om. Lägg papperslapparna i en ask.

Be en elev under lektionen att komma fram till dig. Be honom eller henne att ta en papperslapp ur asken och läsa den för klassen. Be därefter klassen att göra något av följande:

1. Berätta hur de har blivit välsignade när de har hållit det budet eller lytt den befallningen med ärligt uppsåt.
2. Föreslå sätt att hålla det budet eller lyda den befallningen med ärligt uppsåt.

Upprepa gärna aktiviteten några gånger.

Fundera på att efteråt berätta om en upplevelse du hade när du lydde en befallning från Gud med ärligt uppsåt.

## Moroni 7:12–19

### *Mormon undervisar om hur man skiljer mellan gott och ont*

Tala om att Jesaja profeterade att i de sista dagarna skulle somliga kalla det onda gott och det goda ont (se Jes. 5:20; 2 Nephi 15:20).

- Vad finns det för exempel på att personer kallar det onda gott och det goda ont?
- Varför tror ni att det är viktigt att inte förväxla gott och ont?

Be några elever turas om att högt läsa ur Moroni 7:12–17. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på principer som kan hjälpa oss att skilja gott från ont. Föreslå gärna att eleverna markerar uttryck som känns särskilt viktiga för dem. För att hjälpa eleverna berätta om principerna de funnit, ställer du följande frågor:

- Hur vet vi om något kommer från Gud? (Se till att eleverna urskiljer följande sanning: **Det som är av Gud inbjuder oss till att göra gott, tro på Jesus Kristus och älska och tjäna Gud.**)
- Hur vet vi om något kommer från djävulen? (Se till att eleverna urskiljer följande sanning: **Allt som förmår oss till att göra ont, förneka Jesus Kristus eller strida mot Gud, kommer från djävulen.**)
- På vad sätt inbjuder och lockar Gud oss att ständigt göra gott?
- På vad sätt inbjuder och lockar djävulen oss att synda?

För att hjälpa eleverna tillämpa Mormons undervisning om att skilja mellan gott och ont, ber du dem att skriva en lista över sina favoriter inom följande kategorier: tv-program, filmer, sånger, musikgrupper, sajter på nätet, appar, datorspel eller personliga ägodelar. (Anpassa gärna listan efter elevernas behov och intressen.) När eleverna har haft tillräckligt med tid att skriva, ber du dem att lägga listorna åt sidan. Tala om att de får tillfälle att titta på sina listor om några minuter.

- Vad ges enligt Moroni 7:16 åt varje person för att hjälpa oss att skilja gott från ont?

Tala om att Kristi ande också kallas Kristi ljus (se Moroni 7:18). För att hjälpa eleverna förstå Kristi ljus läser du följande ord av president Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kvorum:



”Den Helige Anden och Kristi ljus skiljer sig åt ...

Oavsett om detta inre ljus, denna kunskap om rätt och fel, kallas Kristi ljus, moraliskt förnuft eller samvete, kan det mana oss att tygla våra handlingar – såvida vi inte vi undertrycker eller tystar ner det ...

Alla män, kvinnor och barn i alla länder, oavsett religion eller hudfärg – alla, oavsett var de bor eller vad de tror eller vad de gör – har Kristi outsläckliga ljus inom sig” (se ”Kristi ljus”, *Liahona*, apr. 2005, s. 9, 10).

- Hur undertrycker man eller tystar ner Kristi ljus inom sig?

Be eleverna läsa Moroni 7:18–19 tyst för sig själva och hitta Mormons råd om hur vi ska handla med tanke på att vi har Kristi ljus inom oss. Be eleverna berätta vad de funnit.

- Vad tror ni menas med att ”söka flitigt i Kristi ljus”?
- Vad lär vi oss för principer i Moroni 7:19? (Eleverna bör urskilja följande principer: **När vi söker flitigt i Kristi ljus kan vi skilja mellan gott och ont. Om vi håller fast vid allt som är gott ska vi vara Kristi barn.** Om eleverna behöver hjälp med att förstå uttrycket ”Kristi barn”, titta då gärna på lektion 55 i den här handledningen.)
- När har ni försökt veta om någonting var gott eller lämpligt? Vad gjorde ni för att ”söka flitigt” för att få veta om det var gott eller lämpligt?

Be eleverna titta på listorna de skrivit tidigare. Visa eller läs följande frågor högt, och be eleverna ”söka flitigt i Kristi ljus” (Moroni 7:19) när de skriver sina svar på frågorna. Jäkta inte eleverna. Låt dem få tillräckligt med tid att tänka efter och skriva. Tala om för dem att du inte kommer be dem berätta vad de skriver.

- Hur bra inbjuder det här dig till att göra gott, tro på Jesus Kristus, älska Gud och tjäna honom?
- Förmår något av det här dig till att göra ont, att tvivla på Jesus Kristus eller sluta att tjäna Gud?
- Känner du att du ska rensa bort något av det här ur ditt liv? I så fall, hur tänker du göra det?

Framhåll att det kan vara svårt att göra det vi vet är rätt om det innebär att vi måste avstå från något vi tycker om. För att hjälpa eleverna stötta varandra i det här, frågar du:

- Vad skulle ni ge för råd för att hjälpa någon att avstå från sådant som inte är gott eller lämpligt?

Avsluta med att vittna om att när vi följer Kristi ljus, ser vi vad som är gott, undviker Satans lister och lever som Jesu Kristi lärjungar.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Moroni 7:17. Djävulen förmår ingen att göra gott

Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum har sagt:

”Satan, Lucifer eller lögnernas fader – vad man än kallar honom – existerar verkligen och är ondskan personifierad. Hans avsikter är alltid illvilliga ... [Han är] en

evig motståndare till Guds kärlek, Jesu Kristi försoning och fridens och frälsningens verk. Han strider mot dessa närhelst och varhelst han får möjlighet. Han vet att han kommer att besegras och kastas ut till slut, men han är fast besluten att ta så många med sig som möjligt” (“Modigt skall vi kämpa”, *Liahona*, nov. 2011, s. 44).

# Hemstudielektion

## Ether 13–Moroni 7:19 (Studieavsnitt 31)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### *Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner*

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Ether 13–Moroni 7:19 (studieavsnitt 31) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Ether 13–15)

Jarediterna förkastade profeten Ether och framhärdade i sin ogudaktighet och sina krig tills de förgjorde varandra. Den lärdom eleverna drog av det är att om vi förkastar Herrens varningar till oss att omvända oss, drar sig hans Ande bort och Satan får makt över vårt hjärta. De såg att vrede och hämnd får människor att göra val som skadar dem själva och andra. I sin skildring av Jarediternas undergång gav Moroni sina läsare hopp genom att förkunna att det nya Jerusalem, Sion, skulle byggas i de sista dagarna.

#### Dag 2 (Moroni 1–5)

Medan Moroni vandrade omkring för sitt livs säkerhets skull skrev han ner ytterligare upplysningar om prästadömet och förrättningar i evangeliet. Han skrev att förläandet av den Helige Andens gåva och ordinationer till ämbeten i prästadömet sker genom handpåläggning av dem som har myndighet. Den uppmärksamhet som Moroni ägnade åt sakramentet gav eleverna tillfälle att begrunda hur sakramentets symboler kan hjälpa dem att minnas Jesu Kristi försoning. De påmindes om att när de trofast håller förbunden som är knutna till sakrament, kan de alltid ha Herrens ande hos sig.

#### Dag 3 (Moroni 6)

Moroni betonade vikten av dop, gemenskap i kyrkan, att kyrkans möten leds genom den Helige Anden. Eleverna lärde sig att vi genom dopet ingår förbund att ta på oss Jesu Kristi namn och tjäna honom intill änden. De lärde sig också om ansvaret de har att ge andra medlemmar i kyrkan andlig näring genom att komma tillsammans ofta för att fasta och be och att ta sakramentet till minne av Jesus Kristus. De lärde sig dessutom att vi blir vi förlåtna så ofta vi omvänder oss med ärligt uppsåt och söker få förlåtelse.

#### Dag 4 (Moroni 7:1–19)

Moroni upptecknade en predikan som hans far hade hållit om att vi måste göra goda gärningar av rätt skäl för att kunna bli välsignade för dem. I denna predikan undervisade Mormon också om hur vi dömer rättfärdigt. Eleverna upptäckte att allt som kommer från Gud inbjuder till att göra gott och att älska och tjäna Gud och att allt som förmår oss till att göra ont och strida mot Gud kommer från djävulen. Mormon vädjade till åhörarna att söka flitigt i Kristi ljus, vilket skulle ge dem förmåga att skilja mellan gott och ont.

### Inledning

Dagens lektion betonar skälen till att var och en av oss behöver gå i kyrkan. Den uppmuntrar eleverna i deras beslutsamhet att skilja mellan gott och ont och att söka flitigt i Kristi ljus för att kunna döma rätt.

### Lektionsförslag

#### Ether 14–15

##### *Moroni skriver om den Jareditiska civilisationens undergång*

Skriv 2 000 000 på tavlan. Be eleverna föreställa sig hur mycket två miljoner är jämfört med antalet invånare i deras stad. Be en elev läsa Ether 15:1–2 högt i samband med att klassen repeterar vad som hände med de två miljoner Jarediterna.

Fråga om någon av eleverna kan sammanfatta händelserna som ledde till Jarediternas undergång enligt uppteckningen i Ether 14–15. Har eleverna svårigheter att göra det, ber du dem att läsa följande skriftställen: Ether 14:5–10, 24; 15:1–6, 19, 22.

Fråga: Vad lär vi oss av Jarediternas undergång?

De här två sanningarna betonades under veckan i elevernas lektioner: 1) **Om vi förkastar Herrens varningar till oss att omvända oss, drar sig hans Ande bort och Satan får makt över vårt hjärta.** 2) **Vrede och hämnd får människor att göra val som skadar dem själva och andra.**

Fråga: I vilka situationer till exempel kan de här sanningarna tänkas gälla i vår tid för en ung mans eller en ung kvinnas liv?

### Moroni 1–3

#### *Moroni vittnar om att han inte kommer att förneka Kristus*

Be en elev läsa Moroni 1:1–4 högt. Ställ därefter följande frågor till eleverna:

- Varför skulle lamaniterna ha dödat Moroni?
- Vad visar det här om Moronis tro och mod? Hur får vi ett sådant fast vittnesbörd?

### Moroni 4–6

#### *Moroni upptecknar sakramentsbönerna, kraven för dop och varför vi har kyrkans möten*

Skriv följande på tavlan: *Varför jag bör gå i kyrkan på söndagen.* Be eleverna utforska Moroni 4–6 och förbereda ett en till två minuter långt svar på den här frågan med hjälp av några anteckningar i skriftdagboken. Uppmuntra dem att ta med minst två av följande punkter (skriv dem gärna på tavlan eller på ett utdelningsblad):

1. Ett avsnitt i Moroni 4–6 som ger en orsak till att vi kommer tillsammans i kyrkan.
2. En lära eller princip som förklarar varför vi bör gå i kyrkan.
3. En personlig upplevelse som illustrerar varför vi bör gå i kyrkan.
4. Ett personligt vittnesbörd om vikten av att gå i kyrkan.

När eleverna har haft tillräckligt med tid att förbereda sina svar, ber du några av dem berätta vad de kom fram till.

Efteråt vittnar du själv om sanningarna som de berättade om och om vikten av att komma tillsammans regelbundet i kyrkan.

### Moroni 7:1–19

#### *Mormon undervisar om hur man skiljer mellan gott och ont*

Före klassen fyller du ett glas med vatten och ett annat glas med en blandning av vatten och ättika (eller salt). Glasen bör se likadana ut. Tala om för klassen att du har två glas med vatten som ser likadana ut, men i ett av dem smakar vattnet surt (eller salt). Be en frivillig att komma fram och avgöra vilket glas som har gott vatten och vilket glas som har surt (eller salt) vatten

(han eller hon kan göra det genom att lukta på det eller smaka på det).

Fråga: Hur vet vi om något är ont utan att pröva på det?

Tala om att Moroni tog med en predikan av sin far Mormon som ger oss ledning i den här frågan. Be en elev läsa Moroni 7:11–13, 15–16 högt. Be eleverna välja ett slående uttryck eller flera som de tycker visar hur vi kan skilja mellan gott och ont. Låt några elever få berätta om ett uttryck de valde.

Be en elev läsa Moroni 7:19 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vad Mormon sade att vi skulle göra för att kunna skilja gott från ont.

Fråga: Vad rådde Mormon oss att göra så att vi kan skilja mellan gott och ont?

Eleverna bör urskilja följande princip: **När vi söker flitigt med Kristi ljus kan vi skilja mellan gott och ont.**

Ställ följande frågor till eleverna:

- Med tanke på vad vi har studerat den här veckan, vad ser du som Kristi ljus?
- När har Kristi ljus hjälpt dig att skilja mellan gott och ont?

Låt eleverna få ett par minuter på sig att skriva en lista över sina favoriter inom följande kategorier: tv-program, filmer, sånger, musikgrupper, sajter på nätet, appar, datorspel eller personliga ägodelar. Be dem att med hjälp av Moroni 7:16–19 avgöra om sakerna på listan hjälper dem att komma närmare Gud eller om de leder bort från honom.

Påminn eleverna om den inbjudan de fick i sina studier den här veckan att rensa bort allt som inte är gott och att "hålla fast vid allt som är gott" (Moroni 7:19). Berätta gärna själv en upplevelse när du följde Kristi ljus och kunde skilja mellan gott och ont.

### Nästa studieavsnitt (Moroni 7:20–10:34)

Be eleverna fundera på följande frågor när de studerar nästa avsnitt: Vad är kristlig kärlek? Hur får man kristlig kärlek? Varför ska inte små barn eller spädbarn döpas? Hur lyckades Mormon och Moroni förbli trofasta trots att de omgavs av ogudaktighet? Vilka var Moronis sista ord i Mormons bok? Varför är de viktiga för oss?

# Moroni 7:20–48

### Inledning

Moroni upptecknade slutet på den predikan som hans far Mormon hade hållit i en synagoga många år tidigare. I predikan undervisade Mormon sina åhörare om hur de skulle "hålla fast vid allt som är gott" (Moroni

7:20, 25). Han förklarade förhållandet mellan tro, hopp och kärlek och avslutade med att vädja till sitt folk att be till Fadern av allt sitt hjärta om att få kärlekens gåva, "Kristi rena kärlek" (Moroni 7:47).

## Lektionsförslag

### Moroni 7:20–39

*Mormon undervisar om att vi genom tro på Jesus Kristus kan hålla fast vid allt som är gott.*

Skriv följande fråga på tavlan före lektionen:

*Vad finns det till exempel som är gott som vår himmelske Fader har välsignat dig med?*

Låt eleverna få en eller två minuter på sig i början av lektionen att besvara den här frågan i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker. Be dem därefter att läsa upp några av välsignelserna de skrivit ner.

Läs Moroni 7:24 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad som är källan till allt det goda som de har fått i sitt liv.

- Vem är källan till allt det goda som ni har fått i ert liv? (Även om eleverna kommer med olika svar, bör de urskilja följande sanning: **Allt gott kommer tack vare Jesus Kristus.**)

För att hjälpa eleverna få djupare insikt i läran i Moroni 7:24, talar du om att vi som Adams och Evas avkomlingar är "fallna" och oförmögna att få några välsignelser på egen hand (se också Alma 22:14; Ether 3:2; Trosartiklarna 1:3). Utan Jesus Kristus och hans försoning "kunde [inget gott] komma till [oss]". Allt gott som vi någonsin har fått av vår himmelske Fader har kommit genom Jesus Kristus och hans försoning.

Berätta att vår himmelske Fader har många välsignelser i beredskap för oss. Han vill att vi ska "hålla fast vid allt som är gott" (Moroni 7:19), och han vill ge oss allt som han har (se L&F 84:38).

Be en elev högt läsa Mormons fråga i Moroni 7:20. Be därefter eleverna läsa Moroni 7:21–24 tyst för sig själva och vara uppmärksamma på vad som sägs i de här verserna om hur vi kan hålla fast vid allt som är gott.

- Med tanke på vad ni har läst i Moroni 7:21–24, hur skulle ni besvara Mormons fråga i Moroni 7:20? (När eleverna besvarar frågan hjälper du dem att urskilja följande princip: **När vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi hålla fast vid allt som är gott.**)

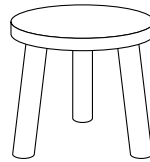
För att hjälpa eleverna förstå hur de kan "hålla fast vid allt som är gott", ber du några av dem att turas om att högt läsa ur Moroni 7:25–26, 32–38. Be hälften av klassen att ta reda på hur vi bör visa vår tro på Jesus Kristus. Be andra hälften att vara uppmärksam på det goda vi får om vi gör det.

När eleverna har berättat vad de funnit, skulle du kunna be dem att skriva ner ett mål som hjälper dem att utöva större tro på Jesus Kristus och hålla fast vid allt som är gott som vår himmelske Fader önskar ge dem. Vittna om att stora välsignelser kommer genom Frälsaren, hans evangelium och hans försoning. Uppmuntra eleverna att utöva större tro på honom.

**Moroni 7:40–43**

*Moroni lär oss att tron på Jesus Kristus leder till att vi får hopp om evigt liv*

Rita en trebent pall på tavlan (eller visa en trebent pall).



Läs följande ord av äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum:



”Tre gudomliga principer utgör den grundval som vi kan bygga vårt liv på ... Tillsammans stöttar de och bär upp oss som benen på en trebent pall” (se ”Glädjen över ett uppfyllt hopp”, *Nordstjärnan*, jan. 1993, s. 33).

Benämnn ett av pallens ben *tro på Jesus Kristus*. Be eleverna fundera på vad de två andra benen symboliserar. Be därefter eleverna läsa Moroni 7:40 tyst för sig själva och ta reda på vad det andra benet symboliserar. (Det andra benet symboliserar hopp.)

Läs högt följande beskrivning av hopp. Be eleverna vara uppmärksamma på skillnader mellan de här två uttrycken.

1. Jag hoppas det regnar i dag.

2. Jag hoppas på Herrens löfte att jag kan få frid om jag omvänder mig.

- Hur skiljer sig de här två uttrycken från varandra? (Hjälp eleverna se att ordet *hoppas* i det första exemplet syftar på en vag önskan. I det andra exemplet är ordet *hoppas* ett uttryck för tillit. Det är motivation att handla som bygger på Jesu Kristi försoning.)

För att hjälpa eleverna förstå begreppet *hopp* som det används i skrifterna, ber du en elev högt läsa följande ord av president Dieter F. Uchtdorf i första presidentskapet:



”Hoppet är en Andens gåva ...

Hopp är inte kunskap utan snarare den orubbliga förvissningen att Herren kommer att infria sina löften till oss. Det är tillförsikten att om vi lever efter Guds lagar och hans profeters ord nu, kommer vi att få de önskade välsignelserna i framtiden. Det är att tro och förvänta att våra böner blir besvarade. Det yttrar sig i tillförsikt, optimism, entusiasm och tålmodig ihärdighet”

(”Hoppets oändliga kraft”, *Liahona*, nov. 2008, s. 21–22).

Be en elev läsa Moroni 7:41 högt. Be klassen följa med i texten och vara uppmärksam på vad Mormon sade att vi skulle ha hopp om. När eleverna berättar vad de funnit, benämner du det andra benet på pallen *hoppet om evigt liv*.

Framhåll att Moroni 7:41 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.


- Hur kan vi enligt Moroni 7:41 ha hopp om att kunna uppväckas till evigt liv? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande princip: **Om vi utövar tro på Jesus Kristus, kan vi genom hans försoning ha hopp om att kunna uppväckas till evigt liv.**)

Be eleverna läsa Moroni 7:42–43 tyst för sig själva och leta efter egenskaper vi behöver för att kunna ha tro och hopp. Be dem berätta vad de funnit. (Förklara gärna att uttrycket ”saktmodig och ödmjuk i hjärtat” betyder att vara mild och att underkasta sig Herrens vilja.)

- Varför tror ni att man måste vara saktmodig och ödmjuk i hjärtat för att kunna ha tro på och hoppas på Jesu Kristi försoning?

Be eleverna besvara följande fråga i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker:

- Hur ger dig din tro på Jesu Kristi försoning hopp om att du ska få evigt liv?

 **Moroni 7:41** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna lära sig det här skriftstället.

## Moroni 7:44–48

### Mormon undervisar om vikten av kärlek

Rikta elevernas uppmärksamhet på den trebenta pallen. Be eleverna läsa Moroni 7:44 tyst för sig själva och hitta en benämning till det tredje benet på pallen. När eleverna berättar vad de funnit, benämner du det tredje benet *kärlek*. Be dem att definiera ordet *kärlek* med egna ord.

Be en elev läsa Moroni 7:45–47 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på hur Mormon definierade och beskrev kärlek.

- Hur definierar Mormon kärlek i Moroni 7:47? ("Kristi rena kärlek".)
- Vad tror ni menas med uttrycket "kärleken sviker aldrig"?
- Varför tror ni att vi är ingenting om vi inte har kärlek?

Be eleverna välja beskrivningar av kärlek i Moroni 7:45 och förklara vad de tror att de beskrivningarna betyder. Förtydliga deras förklaringar vid behov. (Så till exempel betyder "inte uppblåst" att någon är ödmjuk. "Söker inte sitt" betyder att någon tänker mer på Gud och andra än på sig själv. "Tror allting" betyder att någon tar emot all sanning.)

Fråga eleverna hur de skulle reagera i följande situationer om de inte hade kärlek. Fråga dem sedan hur de skulle reagera om de hade kärlek. (Anpassa gärna situationerna efter dina elevers behov och intressen.)

1. Man hånar dig eller någon annan i skolan.
2. Du har en bror eller syster som ofta retar dig.
3. Någon du känner har begått en svår synd.
4. Du tycker inte lika bra om den nya rådgivande till kvorumet eller klassen som den förra.

Be en elev läsa Moroni 7:48 högt. Be klassen följa med i texten och ta reda på vad vi måste göra för att välsignas med kärlekens gåva. När eleverna berättar vad de funnit, se till att följande princip är helt klar: **Om vi ber till Fadern av allt vårt hjärta och lever som sanna efterföljare till Jesus Kristus, fylls vi av kärlek.**

Framhåll att Moroni 7:45, 47–48 är ett nyckelskriftställe. Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.

- Varför tror ni att vi behöver be om kärlekens gåva av allt vårt hjärta?
- När har ni sett exempel på kristlig kärlek? (Be några elever att berätta om upplevelser. Skildra gärna en egen upplevelse.)
- När har ni känt att Herren hjälpte er att vara mer kärleksfulla mot andra?

Be eleverna titta på Moroni 7:45 och välja ett av kännetecknen på kärlek som de behöver arbeta på. Uppmuntra dem att be om att få kärlekens gåva när de försöker förbättra sig inom det här området. Vittna om hur tron, hoppet och kärleken har påverkat ditt liv.


### Nyckelskriftställe – Moroni 7:41

Hjälp eleverna lära sig Moroni 7:41 utantill. Fundera på att använda en av metoderna som beskrivs i tillägget i slutet av handledningen.

### Nyckelskriftställe – Moroni 7:45, 47–48

Be eleverna välja en av följande personer som de skulle vilja få större kärlek till: en familjemedlem, någon i kvorumet eller klassen, en klasskamrat i skolan, en vän eller en granne. Uppmuntra dem att tänka på den här personen när de läser Moroni 7:45 och fundera på hur de skulle kunna visa honom eller henne mer kristuslik kärlek. Be dem att skriva ett eller två sätt i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker varpå de tänker visa kärlek till personen som de har valt. Uppmuntra dem att under den kommande veckan be om hjälp att kunna göra det här. Fundera gärna på att ge eleverna tillfälle att berätta om sina upplevelser de närmaste dagarna.

*Obs:* Med tanke på lektionens omfattning kan du använda den här aktiviteten en annan gång, när ni har mer tid på er.

 **Moroni 7:45, 47–48** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna lära sig det här skriftstället.



# Moroni 8

## Inledning

Moroni lade till ett brev från sin far Mormon till den heliga uppteckningen. I brevet skriver Mormon om en uppenbarelse som han hade fått om varför små barn inte behöver döpas. Mormon undervisar också om hur

vi kan förbereda oss för att leva hos Gud. Han avslutar brevet med att uttrycka sin oro över nephiternas ogudaktighet och nära förestående undergång.

### Undervisa genom Anden

Herren har sagt: 'Anden skall ges till er genom trons bön, och om ni inte får del av Anden skall ni inte undervisa' (L&F 42:14). Be om förmågan att kunna vägledas av den Helige Anden, och var lyhörd för den Helige Andens viskningar när du undervisar.



## Lektionsförslag

### Moroni 8:1–24

#### Mormon undervisar om att små barn är levande i Kristus

Sätt upp bilden Flicka döps (*Evangeliebilder* [2009], nr 104) före lektionen, eller en annan bild av ett åttaårigt barn vid dopet. Skriv följande fråga på tavlan:

*Varför döper vi inte barn förrän de fyller åtta år?*

När eleverna kommer in i klassrummet uppmuntrar du dem att se på bilden och fundera på frågan på tavlan.

Börja lektionen med att berätta att Mormon i ett brev till sin son Moroni undervisade om små barns frälsning. Be en elev läsa Moroni 8:4–6 högt, och be klassen att vara uppmärksam på vad som bekymrade Mormon. (Du kan behöva förklara att ordet *svåra* i vers 6 betyder något i hög grad negativt.)

När eleverna har berättat vad de funnit, ber du dem läsa Moroni 8:7 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon gjorde när han hörde talas om det här problemet.

- Vad lär vi oss av Mormons exempel?

Be en elev läsa Moroni 8:8–9 högt, och be klassen att vara uppmärksam på svaret på Mormons bön. När eleverna berättar om svaret, förklara då gärna att uttrycket "Adams förbannelse" syftar på att Adam till följd av fallet skildes från Guds närhet. Somliga har den felaktiga uppfattningen att barn är födda i synd på grund av fallet. De tror att små barn därför inte är värdiga att komma till Guds närhet om de dör utan att ha blivit döpta. Be gärna eleverna läsa upp andra trosartikeln. Du kan föreslå att de gör en tvärhänvisning från Moroni 8:8–9 till Trosartiklarna 1:2.

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *Omvändelse och dop krävs för alla som är ...*

Be eleverna läsa Moroni 8:10 tyst för sig själva och leta efter ord och uttryck som avslutar meningen på tavlan. När eleverna har berättat vad de funnit, avslutar du meningen på följande sätt: ***Omvändelse och dop krävs för alla som är ansvariga och i stånd att begå synd.*** Uppmuntra gärna eleverna att markera uttryck i Moroni 8:10 som lär ut den här sanningen.

Klargör gärna att synd är "medvetet trots mot Guds bud och befallningar" (Handledning för skriftstudier, "Synd", scriptures.lds.org). Läs följande ord av äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum:



"Vi förstår av vår lära att ett barn innan det uppnår ansvarighetsåldern 'inte [kan] begå synd' (Moroni 8:8). Under de åren kan barn begå misstag, till och med svåra och graverande misstag som måste bestraffas, men deras handlingar räknas inte som synder" ("*Sins and Mistakes*", *Ensign*, okt. 1996, s. 65).

Dela klassen i två delar. Be halva klassen läsa Moroni 8:11–18 tyst för sig själva och den andra halvan Moroni 8:11, 19–24. (Skriv gärna skriftställehänvisningarna på tavlan.) Innan de börjar läsa, ber du eleverna i båda grupperna ta reda på vad Mormon lärde i fråga om dop av små barn. När de har haft tid att läsa, ber du några från vardera

gruppen att berätta vad de funnit. Du kan ställa följande frågor för att hjälpa eleverna gå på djupet med Mormons undervisning:

- Vad tror ni menas med att små barn är 'levande i Kristus'? (Moroni 8:12, 22.) (De är återlösta genom Jesu Kristi försoning. De kan inte synda eftersom Satan inte har makt att fresta små barn. Se också Moroni 8:10; L&F 29:46–47.)
- Varför måste vi bli levande i Kristus? (Se 2 Nephi 25:23–26; Moroni 8:10.)
- Vad lär vi oss i de här verserna om hur små barn blir frälsta? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör de få fram följande sanning: **Små barn är frälsta genom Jesu Kristi försoning.** Eleverna kanske också framhåller att **små barn är levande i Kristus; Gud är inte en partisk Gud; Gud är oföränderlig.**)

Skriv följande exempel på tavlan eller låt eleverna få dem på ett utdelningsblad. Be varje elev att välja ettdera av dem. Be därefter eleverna välja en eller två verser ur Moroni 8:8–23 och förklara hur sanningarna i de verserna går in på den oro eller de funderingar som personerna känner eller har i exemplet de valde.

Exempel 1: Som missionär träffar du ett par som är förtvivlade därför att deras två månader gamla dotter har dött. Prästen i deras kyrka säger att barn föds i synd på grund av Adams överträdelse. Han säger att deras dotter inte kan bli frälst eftersom hon inte var döpt.

Exempel 2: Du har en kamrat som blir undervisad av missionärerna och som går i kyrkan med dig. Hon vill bli medlem i kyrkan men tvekar att låta döpa sig. "Jag blev döpt när jag var liten, duger inte det?" säger hon.

När eleverna berättar om sina tankar i fråga om andra exemplet, påminn dem då gärna om att "omvändelse och dop är för dem som är ansvariga och i stånd att begå synd" (Moroni 8:10). Herren har sagt att barn börjar bli ansvariga inför honom vid åtta års ålder. Upp- enbarelser om den här sanningen finns i Joseph Smiths översättning, Första Moseboken 17:11 (omedelbart efter Handledning för skriftstudier) och i Läran och förbunden 68:25–27.

## Moroni 8:25–30

### *Mormon undervisar om vad de som är ansvariga måste göra för att få bo hos Gud*

Tala om att när Mormon hade undervisat Moroni om varför små barn inte behöver döpas, talade han om varför de som är ansvariga behöver dopet. Be en elev läsa Moroni 8:25–26 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på välsignelser som personer får som utövar tro, omvänder sig och låter döpa sig.

- Vilka välsignelser såg ni i de här verserna? (Skriv gärna elevernas svar på tavlan. I svaren kan ingå att tro, omvändelse och dop medför syndernas förlåtelse, saktmod och ödmjukt hjärta, den Helige Andens närvaro, hopp, fullkomlig kärlek och till slut välsignelsen att få bo hos Gud.)

I samband med att eleverna berättar om välsignelser de hittar i Moroni 8:25–26 kan du gärna ställa de här följdfrågorna:

- Varför tror ni att våra synders förlåtelse medför saktmod och ödmjukhet i hjärtat?
- Hur inbjuder saktmod och ödmjukhet i hjärtat den Helige Anden till vårt liv?
- Varför hjälper oss den Helige Anden att förbereda oss på att bo hos Gud?
- Varför tror ni att vi måste be ivrigt för att den fullkomliga kärleken ska bestå i vårt liv?

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *Genom att trofast leva efter buden kan vi få den Helige Anden, som förbereder oss för att ...*

Be eleverna hitta ett uttryck i Moroni 8:25–26 som avslutar meningen. ***Genom att trofast leva efter buden kan vi få den Helige Anden, som förbereder oss för att bo hos Gud.***

Be en elev läsa Moroni 8:27 högt, och be klassen att vara uppmärksam på följden av nephiternas högmod. Be därefter eleverna läsa Moroni 8:26 och Moroni 8:27 tyst för sig själva och jämföra följderna av saktmod och ödmjukhet i hjärtat med följden av högmod.

Be en annan elev läsa Moroni 8:28 högt. Framhåll att när Mormon hade uttryckt sin oro över nephiterna, sade han: "Be för dem, min son, att omvändelsen må komma till dem." Påminn eleverna om den styrka som människor kan få när andra ber för dem.

Avsluta lektionen med att be eleverna säga vad de tänker om försoningens makt att frälsa små barn och att frälsa oss alla om vi strävar att hålla våra förbund.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Moroni 8:8. "Adams förbannelse [är] borttagen från dem genom mig"

Somliga tror att på grund av Adams och Evas fall är barn befläckade med synd när de kommer till världen. President Joseph Fielding Smith förklarade att det är en falsk lära:

"Alla som tror att människan, ja, till och med nyfödda barn, är befläckade med 'arvsynd' (eller, med andra ord, Adams överträdelse) förnekar barmhärtigheten i Jesu Kristi försonings blod. Bibeln (såväl som våra nutida skrifter) lär att Jesus Kristus har återlöst människosläktet från fallet. Han betalade den skuld som människosläktet hade ärvt genom Adams överträdelse. Skulden som våra själar var belastade med blev till fullo betald. Det fanns ingen resterande skuld som krävde åtgärder av, eller för, någon levande varelse för att befria honom från 'arvsynd'. Läran att 'arvsyndens' förbannelse vilar över spädbarn som kommer till världen är en avskyvärd lära i Guds ögon och förnekar storheten och barmhärtigheten i försoningen. (Se Moroni kapitel 8.)" (*Church History and Modern Revelation: A Course of Study for the Melchizedek Priesthood Quorums*, 4 delar [1949], 4:99.)

### Moroni 8:8–24. Dop av små barn

Profeten Joseph Smith sade att små barn inte behöver dop:

"'Tror [vi] på dop av små barn?' ... Nej ... För det står inte skrivet någonstans i Bibeln ... Dopet är till syndernas förlåtelse. Barn har inga synder ... Barn är alla levandegjorda i Kristus, och de som har uppnått mognare ålder blir det genom tro och omvändelse" (*History of the Church*, 5:499).

President Boyd K. Packer i de tolv apostlarnas kворum berättade om heltidsmissionärer som kunde trösta en mor som sörjde sin döde son:

"Två missionärer [verkade] bland bergen i Förenta staterna. En dag såg de från en kulle människor samlas i en glänta långt nedanför dem. Missionärerna hade sällan många att predika för, så de tog sig ner till gläntan.

En liten pojke hade drunknat och det skulle bli begravning. Hans föräldrar hade bett prästen komma för att säga några ord om deras son. Missionärerna väntade medan den kringresande prästen ställde sig framför de sörjande föräldrarna och började predika. Om föräldrarna hade väntat sig att bli tröstade av denne präst, blev de besvikna.

Han tillrättavisade dem skarpt för att de inte hade låtit döpa den lilla pojken. De hade väntat med det av en eller annan anledning, och nu var det för sent. Han sade rent ut till dem att deras lilla pojke hade kommit till helvetet. Det var deras fel. De var skuld till hans oändliga pina.

När predikan var slut och graven hade täckts över gick äldsterna fram till de sörjande föräldrarna. 'Vi är Herrens tjänare', sade de till modern, 'och vi har kommit med ett budskap till er.' De gråtande föräldrarna lyssnade medan de två äldsterna läste ur uppenbarelserna och vittnade om återställelsen av nycklarna till återlösning för både levande och döda.

Jag känner en smula medlidande med prästen. Han gjorde så gott han kunde med det ljus och den kunskap han hade fått. Men det finns mer som han borde ha kunnat erbjuda. Evangeliet finns i dess fullhet.

Äldsterna kom som tröstare, som lärare, som Herrens tjänare, som Jesu Kristi evangeliums bemyndigade präster" (se "Och ett litet barn skall leda dem", *Liahona*, maj 2012, s. 7–8).

# Moroni 9

## Inledning

I sitt sista upptecknade brev till sin son Moroni sörjer Mormon över nephiternas ogudaktighet. Han uppmanar Moroni att arbeta flitigt för att hjälpa nephiterna att omvända sig. Mormon skildrar också folkets

lidanden, som orsakats av deras ogudaktighet. Han uppmanar Moroni att vara trofast i Jesus Kristus trots folkets fördärvade tillstånd och sätta sitt hopp till löftet om evigt liv .

## Lektionsförslag

### Moroni 9:1–20

#### *Mormon sörjer över nephiternas och lamaniternas ogudaktighet*

Be eleverna fundera över om de någonsin har försökt hjälpa någon som avvisade deras hjälp.

- Hur reagerar man kanske när de som man försöker hjälpa gång på gång avvisar ens goda avsikter?

Tala om för klassen att Moroni 9 är ett brev från profeten Mormon till hans son Moroni. Be dem vara uppmärksamma på hur Mormon uppmanade sin son.

Be en elev läsa Moroni 9:1 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på det ord Mormon använde för att beskriva nephiternas situation.

Skriv följande skriftställe hänvisningar på tavlan: *Moroni 9:2–5; Moroni 9:7–10; Moroni 9:16–19*. Dela upp eleverna i tre grupper. Ge varje grupp i uppgift att läsa en av skriftställe hänvisningarna som står på tavlan och leta efter det sorgliga som Mormon beskrev. Be en elev från varje grupp att berätta vad de funnit. (Om eleverna som fick i uppgift att läsa Moroni 9:2–5 inte nämner vrede, berätta då gärna att vrede var en bidragande orsak till de förfärliga händelser som Mormon beskrev.)

Be några elever turas om att högt läsa ur Moroni 9:11–15, 20. Be klassen uppmärksamma varför Mormon sörjde över sitt folks situation. Ställ följande frågor för att hjälpa eleverna att analysera de här verserna.

- Vad tror ni menas med att vara "ociviliserad"? (Moroni 9:11.) (Att vara ociviliserad är bland annat att sakna förfining, att inte kunna behärska sig, att inte ha någon respekt för andra, att sätta sig över lagar som styr samhället.)
- Vad tror ni menas med att vara "utan principer"? (Moroni 9:20.) (Att leva utan normer och utan att respektera och hålla Guds bud.)
- Vad tror ni menas med att vara "känslökall"? (Moroni 9:20.) (Att ens hjärta är helt okänsligt för Herrens ande och Kristi ljus och att inte skilja mellan rätt och fel.)
- Vad ser ni för bevis på att somliga i världen i vår tid är ociviliserade, utan principer och känslökalla?

Framhåll gärna att Mormon sade att hans folk förföll till detta ogudaktiga tillstånd inom loppet av endast några få år (se Moroni 9:12).

Berätta att Mormon i likhet med profeten Ether bland Jarediterna bevittnade att vrede och ogudaktighet hade fått herravälde över folket. Be en elev läsa Moroni 9:4 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Mormon fruktade i fråga om nephiterna. (Han fruktade att "Herrens Ande [hade] slutat sträva med dem".)

- Mormon skrev att han "ständigt [arbetade] med [sitt folk]". Varför tror ni att Mormon, eller ledare i kyrkan i vår tid, fortsätter att verka bland människor som blir arga eller förhärdat sitt hjärta mot Gud?

Skriv följande sanning på tavlan: ***Vi ska arbeta flitigt i Guds tjänst, även om de som vi tjänar tar illa upp.*** Tala om att det här också gäller när de som vi tjänar är skyldiga till svåra synder. Be en elev läsa Moroni 9:6 högt. Be klassen att följa med i texten och vara

### Uppbygglig undervisning

När du beslutar vad du ska undervisa om ur ett skriftställeblock och hur du ska undervisa om det, välj då sanningar och metoder som bygger upp eleverna och också gör det möjligt för dem att bli uppbyggda av den Helige Anden.

uppmärksam på varför vi ska arbeta flitigt i Guds tjänst, även om de som vi tjänar tar illa upp. När eleverna har berättat vad de upptäckte, lägger du fram följande situationer för dem (eller kommer med några egna) för att hjälpa dem att fundera på hur den här principen kan tänkas gälla i deras liv. Be en eller flera elever att berätta hur de kan använda sanningen som står på tavlan i var och en av situationerna som du lägger fram.

1. Som klasspresident i Unga kvinnor har du ansvar för fem andra unga kvinnor i din församling. En av dem har inte varit i kyrkan eller på aktiviteter på ett helt år. Under de senaste tre månaderna har du bjudit in henne flera gånger till kyrkan, men hon har fortfarande inte kommit till mötena eller aktiviteterna.
2. Som hemlärare arbetar du flitigt för att betjäna var och en av dina familjer. Men de senaste månaderna har en av dina familjer inte svarat i telefon eller öppnat när du har ringt på dörren.
3. Du får en ingivelse att bjuda hem en god vän så att han får träffa missionärerna. Han tackar nej till din inbjudan, ändå fortsätter du att få ingivelser att fråga honom igen.

Läs följande ord av president Henry B. Eyring i första presidentskapet som uppmuntrar oss att vara ihärdiga i vårt arbete bland Guds barn. Be eleverna vara uppmärksamma på sådant som motiverar dem att arbeta flitigt för att hjälpa andra.



”Det är ett förbund som vi sluter med Gud om att hålla alla hans bud och tjäna på det sätt han skulle göra om han själv var här. När vi lever efter den normen efter bästa förmåga bygger vi upp den styrka vi behöver för att hålla ut till änden.

Stora prästadömsledare har visat mig hur man bygger en sådan styrka: Det gör man genom att skaffa sig vanan att fortsätta arbeta fast trötthet och rädsla kan få en att vilja sluta. Herrens stora lärare har visat mig att andlig uthållighet kommer av att fortsätta arbeta bortom den gräns där andra skulle ha tagit rast ...

Jag lovar dig att om du gör allt du kan så ökar Gud din styrka och din visdom” (”Förebere-delse inom prästadömet: ’Jag behöver din hjälp’”, *Liahona*, nov. 2011, s. 58–59).

- Vad lärde president Eyring som motiverar er att tjäna Herren flitigt oavsett hur man tar emot era bemödanden?

Läs följande berättelse ur ett tal av äldste Mervyn B. Arnold i de sjuttios kворum om en prästadömsledare som arbetade flitigt för att hjälpa en ung man trots att denne upprepade gånger visade att han inte vill ha någon hjälp. Be eleverna vara uppmärksamma på vad den unge mannen slutligen såg hos prästadömsledaren.

”Som medlem i grenspresidentskapet i Fortaleza i Brasilien utarbetade broder Marques och de andra prästadömsledarna en plan för att återaktivera dem som var mindre aktiva i grenen. Bland dessa mindre aktiva fanns en ung man som hette Fernando Araujo. Jag talade nyligen med Fernando, och han berättade om sina upplevelser:

’Jag började delta i surfingtävlingar på söndag förmiddag och slutade gå till mina möten i kyrkan. En söndagsmorgon knackade broder Marques på dörren och frågade min mamma, som inte var medlem, om han fick prata med mig. När hon sade att jag sov, frågade han om han fick väcka mig. Han sade till mig: ”Fernando, du kommer för sent till kyrkan!” Han lyssnade inte på mina undanflykter utan tog med sig mig till kyrkan.

Söndagen därpå hände samma sak, så den tredje söndagen beslöt jag mig för att gå hemifrån tidigare för att undvika honom. När jag öppnade porten såg jag honom sitta på sin bil och läsa skrifterna. När han såg mig sade han: ”Bra! Du är uppe tidigt. I dag ska vi åka och hitta en ung man till!” Jag återopade min handlingsfrihet, men han sade: ”Det får vi prata om senare.”

När jag efter åtta söndagar inte kunde bli av med honom, beslöt jag mig för att övernatta hos en god vän. Jag var nere på stranden morgonen därpå när jag såg en man i kostym och slips komma emot mig. När jag såg att det var broder Marques, sprang jag ut i vattnet. Plötsligt kände jag en hand på axeln. Det var broder Marques – han stod till bröstet i vatten! Han tog mig vid handen och sade: ”Du är försevad! Vi går.” När jag sade att jag inte hade några kläder, svarade han: ”De är i bilen.”

När vi gick upp ur havet den dagen rördes jag av broder Marques uppriktiga kärlek och hans omsorg om mig ... Broder Marques gav mig inte bara skjuts till kyrkan – kворumet såg till att jag förblev aktiv. De planerade aktiviteter som fick mig att känna mig behövd

och önskad. Jag fick en kallelse, och kvorummedlemmarna blev mina vänner' ” (”Styrk dina bröder”, *Liahona*, maj 2004, s. 46–47).

Tala om att vi alla som medlemmar i kyrkan har ett viktigt arbete att utföra i det här livet. Mormons, Moronis och broder Marques föredöme kan uppmuntra oss i det här arbetet när vi är modlösa eller märker att de som vi ska tjäna avvisar vår hjälp.

## Moroni 9:21–26

### *Mormon uppmuntrar Moroni att vara trofast*

Be eleverna nämna händelser som har inträffat nyligen i deras stad eller samhälle, i landet eller i världen, som kan ha fått människor att känna sig modlösa.

Be eleverna läsa Moroni 9:21–22, 25–26 tyst för sig själva. Be dem vara uppmärksamma på det råd som Mormon gav Moroni om vad han skulle göra i den svåra situation som han befann sig i. För att hjälpa eleverna att analysera de här verserna ställer du följande frågor:

- Vilka ord eller uttryck visar Mormons känslor för sin son?
- Vad sade Mormon borde ”finnas i [Moronis] sinne för evigt”? (Moroni 9:25.) Detta att komma ihåg Frälsaren och hans försoning, hur kan det hjälpa oss när vi är modlösa eller omgivna av ogudaktighet?
- Vad lär vi oss i de här verserna om hur vi ska bemöta svårigheter och ogudaktighet som omger oss? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör de få fram följande: **Om vi är trofasta i Jesus Kristus, lyfter han oss även när vi omges av svårigheter och ogudaktighet.** Skriv gärna den här principen på tavlan och föreslå att eleverna skriver den i sina skrifter.)
- Vad har ni eller era nära och kära upplevt i livet som visar att det här är en sann princip?

Uppmuntra eleverna att fundera på hur de kan vara mer trofasta och tänka mer på Jesus Kristus även när de är modlösa eller omgivna av ogudaktighet. Vittna om den styrka du har fått genom att försöka hålla fast vid Jesus Kristus.

# Moroni 10:1–7, 27–29

## Inledning

Moroni uppmanade lamaniterna och alla andra som skulle läsa hans vittnesbörd att be Gud att bekräfta sanningen i hans ord. Han sade att Gud genom den Helige Andens kraft skulle uppenbara sanningen om Mormons bok, att Jesus Kristus är verklig. Moroni sade också att han skulle möta oss inför Guds domarskrank,

där Herren själv skulle bekräfta sanningen i hans ord. (Obs: Lämna gärna tid över i slutet av lektionen så att eleverna får tillfälle att bära vittnesbörd om Mormons bok. Det gör du bäst genom att under bön välja ut de delar av lektionen som blir till störst nytta för dina elever.)

### Bär ditt vittnesbörd

Bär ofta vittnesbörd om Jesus Kristus, hans evangelium och Mormons bok. Uppmuntra eleverna att också bära vittnesbörd. Ett vittnesbörd blir inte bara till välsignelse för den som bär det utan stärker också andras tro och vittnesbörd.

## Lektionsförslag

### Moroni 10:1–7

#### *Moroni uppmanar oss att få ett vittnesbörd om Mormons bok och Jesus Kristus*

Rita en valvbåge med en slutsten på tavlan före lektionen (titta gärna på illustrationen i lektion 4). Börja lektionen med att rikta elevernas uppmärksamhet på teckningen.

- Vad är syftet med slutstenen i en valvbåge?
- Hur kan Mormons bok jämföras med en slutsten? (Om eleverna behöver hjälp med att besvara frågan, föreslår du att de läser uttalandet av profeten Joseph Smith i sjätte stycket i inledningen till Mormons bok.)

Be eleverna läsa sista stycket i inledningen till Mormons bok. Innan de börjar läsa, ber du dem att leta efter tre sanningar man kan lära känna när man får ett vittnesbörd om Mormons bok.

- På samma sätt som en valvbåge hålls samman av en slutsten, vilka andra delar av vårt vittnesbörd stärks när vi får ett vittnesbörd om Mormons bok?
- Varför är det viktigt att få ett eget vittnesbörd om Mormons bok?

Sammanfatta Moroni 10:1–2 genom att berätta att omkring 1 400 år innan profeten Joseph Smith fick plåtarna, avslutade Moroni sin fars uppteckning med att rikta en uppmaning till dem som skulle få Mormons bok i de sista dagarna. (Ordet "uppmanna" eller variationer av det förekommer åtta gånger i Moroni 10.)

Tala om att Moroni uppmanade alla som får Mormons bok att söka få ett vittnesbörd om att det är en gudomlig och sann bok. Be eleverna läsa Moroni 10:3–4 tyst för sig själva och leta efter uttryck som beskriver vad som krävs för att få ett vittnesbörd om Mormons bok genom den Helige Anden. Du kan föreslå att de markerar varje uttryck de hittar. När eleverna berättar vad de funnit, skriv då uttrycken på tavlan. Följande bör ingå i svaren:

*"Läser dessa uppteckningar"*

*"Kommer ihåg hur barmhärtig Herren har varit"*

*"Begrundar det i era hjärtan"*

*"Frågar med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på Kristus"*

För att hjälpa eleverna att förstå vad någon måste göra för att få ett vittnesbörd av den Helige Anden om att Mormons bok är sann, använder du följande undervisningsförslag för att gå in på vart och ett av kraven som Moroni undervisade om.

#### 1. "Läs dessa uppteckningar"

Moroni uppmanade oss att "läsa dessa uppteckningar", det vill säga Mormons bok. Be en elev högt läsa följande berättelse ur ett tal på generalkonferensen av äldste Tad R. Callister i de sjuttios kворum om en ung kvinna som hade nytta av att ha läst Mormons bok:

”En fjortonårig flicka ... sade att hon hade diskuterat religion med en av sina skolkamrater. Hennes kamrat frågade henne: ’Vilken kyrka tillhör du?’

Hon svarade: ’Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, eller mormonerna.’

Hennes kamrat sade: ’Jag känner till den kyrkan och jag vet att den inte är sann.’

’Hur vet du det?’ frågade hon.

’Därför att jag har undersökt den’, sade hennes kamrat.

’Har du läst Mormons bok?’

’Nej’, var svaret. ’Det har jag inte.’

Då sade den här fina unga flickan: ’Då har du inte undersökt min kyrka, för jag har läst varenda sida i Mormons bok och jag vet att den är sann’” (*”Mormons bok – en bok från Gud”, Liahona, nov. 2011, s. 76*).

- Varför är detta att läsa Mormons bok nyckeln till att få ett vittnesbörd om att boken är sann?
- Att ni har läst Mormons bok i år, hur har det stärkt era vittnesbörd om den och sanningarna den lär?

## 2. ”Kom ihåg hur barmhärtig Herren har varit”

Moroni sade att de som läser Mormons bok och vill veta om den är sann, bör ”komma ihåg hur barmhärtig Herren har varit” (Moroni 10:3). Berätta att om vi lägger märke till och kommer ihåg exempel på Herrens barmhärtighet så mjuknar vårt hjärta och vi blir mottagliga för den Helige Andens påverkan. En betydelse av ordet *barmhärtighet* är medlidande. Be eleverna fundera på när de har upplevt Herrens barmhärtighet mot sig själva eller lagt märke till den i någon annans liv.

Be eleverna berätta om exempel på Herrens barmhärtighet i Mormons bok som känns särskilt viktiga för dem.

- Hur tror ni att detta att komma ihåg Herrens barmhärtighet kan hjälpa någon att vara mottaglig för den Helige Anden och få ett vittnesbörd om Mormons bok?
- Vad har ni sett för bevis på Herrens barmhärtighet i ert liv?
- Vad får ni för känslor när ni kommer ihåg Herrens barmhärtighet i ert liv?

## 3. ”Begrunda [Herrens barmhärtighet] i era hjärtan”

Moroni sade att vi måste begrunda Herrens barmhärtighet i vårt hjärta. Tala om att när vi begrundar hur Herren har varit barmhärtig mot oss själva och andra blir vi mottagliga för den Helige Andens påverkan. För att hjälpa eleverna förstå det här ber du en elev läsa följande förklaring av äldste Marvin J. Ashton i de tolv apostlarnas kворum:



”I ordboken står det att ordet *begrunda* betyder att överväga, tänka igenom grundligt, meditera ...

Genom att begrunda ger vi Anden ett tillfälle att påverka och vägleda.

Begrundan är en viktig länk mellan hjärtat och sinnet. När vi läser i skrifterna påverkas vårt hjärta och sinne. Om vi använder gåvan att begrunda, kan vi ta dessa eviga sanningar och förstå hur vi kan tillämpa dem i vårt vardagsliv ...

Begrundan är en fortlöpande sinnets verksamhet. Det är en stor gåva för dem som har lärt sig att använda den. Vi får insikt och finner praktisk tillämpning om vi använder gåvan att begrunda” (se *”Gåvorna är många”, Nordstjärnan, jan. 1988, s. 17*).

- När har begrundan hjälpt er att känna den Helige Andens påverkan när ni studerat Mormons bok?
- Vad kan vi göra för att alltid tänka djupare när vi studerar skrifterna?

## 4. ”Fråga med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på [Jesus] Kristus”

Moroni skrev att om vi vill få ett vittnesbörd om att Mormons bok är sann, måste vi fråga Gud ”med ett uppriktigt hjärta, med ärligt uppsåt och med tro på [Jesus] Kristus”. Tala om att detta att be uppriktigt och med ärligt uppsåt, innebär att vi ”har för avsikt att handla enligt det svar [vi] får från Gud” (*Predika mitt evangelium: Vägledning för missionärer* [2004], s. 111). Läs om du vill följande berättelse för klassen om en man som bad med ärligt uppsåt för att få ett vittnesbörd om Mormons bok:



”Då och då bad jag om att få veta vad som var rätt, men det var mera i form av en flyktig tanke än en uppriktig fråga. Så en kväll bestämde jag mig för att be med ’ärligt uppsåt’.

Jag sade till min himmelske Fader att jag ville lära känna honom och bli del av hans sanna kyrka. Jag lovade: ’Om du låter mig få veta om Joseph Smith är en riktig profet och om Mormons bok är sann ska jag göra vad du än ber mig göra. Om Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är den sanna kyrkan, ska jag följa den och aldrig överge den.’

Jag fick inte vara med om någon uppseendeväckande manifestation, men jag kände frid och gick till sängs. Flera timmar senare vaknade jag med en tydlig tanke: ’Joseph Smith är en sann profet och Mormons bok är sann.’ Tanken åtföljdes av en obeskrivlig frid. Jag somnade om bara för att vakna senare med exakt samma tanke och känsla.

Sedan den gången har jag aldrig tvivlat på att Joseph Smith är en sann profet. Jag vet att detta är Frälsarens verk och att vår himmelske Fader besvarar våra ärliga böner” (Rodolfo Armando Pérez Bonilla, ”Hur jag vet”, *Liahona*, okt. 2011, s. 64).

Be eleverna utforska Moroni 10:4 och ta reda på vad Gud gör för dem som följer den process som Moroni beskrev.

- Vad lovar Moroni dem som söker att få ett vittnesbörd om Mormons bok på det sätt som han beskrev?
- På vilka sätt kan den Helige Anden vittna för oss om att Mormons bok är sann? (Se till att eleverna förstår att de flesta uppenbarelser inte är spektakulära. Även om det finns de som har överväldigande andliga upplevelser så upplever de flesta något stillsamt, som till exempel en varm, fridfull känsla eller förvisning. Berätta också gärna att när vi studerar skrifterna kan Anden mycket väl vittna för oss om att det vi läser är sant. När vi sedan frågar Gud om Mormons bok är sann, bekräftar Anden de vittnesbörd som vi redan har fått.)

Be en elev läsa Moroni 10:5–7 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på vad Moroni lovade mer att vi kan få veta genom den Helige Anden. Framhåll att Moroni 10:4–5 är ett nyckelskriftställe. (Uppmuntra gärna eleverna att markera det här skriftstället på ett sådant sätt att de hittar det lätt.)

- Vad lär vi oss av Moroni 10:3–7? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör de urskilja följande princip: **Om vi frågar Gud med tro och ärligt uppsåt, kan vi få ett vittnesbörd om Mormons bok och Jesus Kristus genom den Helige Anden.**)

Be eleverna skriva ner ett mål i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker för vad de kommer göra för att få ett vittnesbörd om Mormons bok eller stärka det vittnesbörd de har. Uppmuntra dem att använda principen som står i Moroni 10:4.

## Moroni 10:27–29


### *Moroni vittnar om att han ska möta oss vid Guds domarskrank*

Be en elev läsa Moroni 10:27–29 högt. Be klassen fundera på hur de skulle besvara frågan som står i Moroni 10:27. Vittna om att **de som har fått Mormons bok kommer att stå till svars inför Gud för hur de tog emot och använde den.**

Lämna tillräckligt med tid över i slutet av lektionen så att eleverna får tillfälle att bära vittnesbörd om Mormons bok. Bär gärna ditt eget vittnesbörd om Mormons bok. Försäkra eleverna att om de fortsätter studera Mormons bok livet ut, får de allt starkare tro på Jesus Kristus och hans evangelium.

### Nyckelskriftställe – Moroni 10:4–5

Elever som lär sig Moroni 10:4–5 utantill är bättre förberedda att berätta för andra om budskapet i Mormons bok. Skriv skriftstället på tavlan och be eleverna läsa det högt tillsammans. Sudda bort sex ord, låt klassen läsa skriftstället igen och fylla i orden muntligt som saknas. Fortsätt ända tills du har suddat bort hela eller nästan hela skriftstället.

 **Moroni 10:4–5** är ett nyckelskriftställe. Använd undervisningsförslaget i slutet av lektionen för att hjälpa eleverna lära sig det här nyckelskriftstället.

# Moroni 10:8–26, 30–34

## Inledning

När Moroni hade undervisat om hur man får veta sanningen om allting, uppmanade han dem som skulle läsa hans ord att ta emot och känna igen andliga gåvor.

Moroni avslutade Mormons bok med att uppmana alla människor att komma till Jesus Kristus, hålla fast vid varje god gåva och bli fullkomnade i honom.

## Lektionsförslag

### Moroni 10:8–26

#### *Moroni undervisar om Andens gåvor och deras syfte i Herrens verk*

Be eleverna tänka på ett tillfälle när vår himmelske Fader hjälpte dem att göra något som de inte hade klarat av på egen hand. Be eleverna läsa Moroni 10:8 tyst för sig själva och leta efter det uttryck som beskriver den andliga förmåga eller de andliga välsignelser som Gud ger de trofasta ("Guds gåvor"). Tala om att vi ofta kallar de här gåvorna Andens gåvor eller andliga gåvor.

- Varför ger Gud sina barn Andens gåvor enligt Moroni 10:8? När eleverna besvarat frågan skriver du följande sanning på tavlan: ***Gud ger Andens gåvor till sina barns nytta.***

Be eleverna läsa Moroni 10:9–16 tyst för sig själva och leta efter de Guds gåvor som Moroni beskriver i de här verserna. Föreslå gärna att eleverna markerar det de hittar.

- Vilka Andens gåvor hittar ni i de här verserna? (Skriv gärna deras svar på tavlan.)
- Vad har ni sett för exempel på de här gåvorna i kyrkan?
- När har ni sett att personer har blivit välsignade därför att andra använde sina andliga gåvor? (Var beredd att berätta om ett exempel som du själv har sett.)
- Hur är Andens gåvor till nytta för dem som får dem?

Be en elev läsa Moroni 10:19, 24 högt. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på något som hindrar oss från att få och känna igen andliga gåvor.

- Vad fann ni som hindrar oss från att få och känna igen andliga gåvor?
- Varför tror ni att människor som befinner sig ett tillstånd som kännetecknas av otro inte kan känna igen eller få Guds makt och gåvor?

Be eleverna läsa Moroni 10:25–26 tyst för sig själva och ta reda på vad som kommer hända med dem som förkastar Guds gåvor och makt. Be dem att berätta vad de funnit.

Be några elever turas om att högt läsa ur Moroni 10:20–23. Be klassen att följa med i texten och vara uppmärksam på välsignelserna av att ha tro, hopp och kärlek. (Förklara gärna innan eleverna börjar läsa att uttrycket "nödvändigt inför mig" i Moroni 10:23 syftar på sådant som passar ihop med Guds vilja.)

- Vilka välsignelser sade Moroni att de skulle få som har tro, hopp och kärlek?

När eleverna besvarar frågan skriver du följande princip på tavlan: ***Om vi har tro, kan vi göra det som Frälsaren vill att vi ska göra.*** Föreslå gärna att de markerar den här principen i Moroni 10:23.

- Hur tror ni att de här två principerna relaterar till varandra? (Om vi har tro, ger Gud oss de gåvor vi behöver för att kunna göra det arbete han har åt oss.)
- Hur kan kunskapen om de här principerna hjälpa er nu och i framtiden?

Skriv följande ofullständiga meningar på tavlan. För att hjälpa eleverna se hur löftet i Moroni 10:23 har uppfyllts eller kan uppfyllas i deras liv, låter du dem få några minuter på sig att avsluta en av meningarna på tavlan i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker:

*Jag upplevde löftet i Moroni 10:23 när ...*

### Älska dina elever

När du ger uttryck för din kärlek till dina elever och din omsorg, återspeglar du den kärlek som Gud har till dem. När du nu avslutar den här kursen, hjälp då dina elever att känna att de är älskade söner och döttrar till Gud.

*Löftet som står i Moroni 10:23 kan hjälpa mig när ...*

När eleverna har haft tillräckligt med tid ber du dem att berätta för någon annan i klassen vad de har skrivit.

### Moroni 10:30–34

#### *Moroni uppmanar alla att komma till Kristus och bli fullkomnade i honom*

Skriv ordet *Fullkomlighet* på tavlan. Under det skriver du *Möjligt eller omöjligt?*

Be eleverna delge sina tankar om frågan på tavlan. Efter en kort diskussion ber du en elev högt läsa 3 Nephi 12:48.

- Vad sade Frälsaren är slutmålet för var och en av oss? (Att vara fullkomlig.) Hur är det möjligt?

När eleverna har samtalat om det, ber du en elev läsa följande ord av president James E. Faust i första presidentskapet:



”Fullkomlighet är ett evigt mål. Vi kan inte bli fullkomliga under jordelivet, men att sträva efter det är en befallning som vi, genom försoningen, till sist kan efterkomma” (“Detta är vår dag”, *Liahona*, juli 1999, s. 21).

Tala om att även om vi inte kan uppnå fullkomlighet i det här livet, kan vi till sist bli fullkomnade. Moroni sade vad vi kan göra för att bli fullkomnade genom Jesu Kristi försoning. Gör följande uppställning på tavlan men utan att ta med svaren inom parentes.

Vad jag måste göra ...	Vad Gud lovar ...
(I svaren kan ingå att vi måste komma till Jesus Kristus, söka efter och ta emot goda gåvor, undvika onda gåvor och det som är orent, avstå från all ogudaktighet, älska Gud av all vår förmåga, allt vårt sinne och all vår styrka.)	(I svaren kan ingå att han ska uppfylla sina förbund, att hans nåd är tillräcklig för oss, att vi ska bli fullkomliga i Jesus Kristus, att vi ska få Guds nåd, att vi ska bli helgade och få våra synders förlåtelse, att vi ska bli heliga och obefläckade.)

Be eleverna utforska Moroni 10:30–33 och leta efter uttryck som beskriver vad vi måste göra och vad Gud lovar att göra för att hjälpa oss att bli rena och fullkomliga. Be en elev att skriva elevernas svar i vederbörlig kolumn. Tala om att ordet *nåd* syftar på den gudomliga hjälp och kraft vi får tack vare Jesu Kristi försoning.

- Vad skulle ni skriva under den här uppställningen för att med en mening sammanfatta det Moroni undervisade om: att bli ren och fullkomlig? (Även om eleverna kan formulera sina svar på olika sätt, bör svaren återspegla följande princip: **När vi kommer till Jesus Kristus kan vi bli renade och fullkomnade genom hans försoning.**)

Ge eleverna en kopia av följande ord av äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum. Be en elev att läsa dem för klassen medan de följer med i texten. Innan eleven börjar läsa, uppmuntrar du klassen att lyssna uppmärksamt och fundera på vad de kan göra för att komma till Jesus Kristus med tanke på att de har studerat Mormons bok i år.



”Den sista, ensamma vädjan i vår religions slutsten och den mest felfria bok som någonsin skrivits är att inte vidröra något orent, att vara helig och obefläckad, att vara ren. Och denna renhet kan bara komma genom Lammets blod, det Lamm som bar våra sorger och tog på sig våra smärtor, som blev sargad för våra överträdelsers skull, slagen för vår onsdskas skull, som var föraktad och blev pinad, men som vi aktade för intet (se Mosiah 14) ...

Renhet – genom Lammets blod. Det är vad boken vädjar om” (“A Standard unto My People” [tal till KUV-lärare, 9 aug. 1994], s. 13–14, si.lds.org).

Be eleverna urskilja uttryck i Moroni 10:32–33 som betonar att vi endast kan bli fullkomliga ”i Kristus”, eller med andra ord, genom den renande kraften och nåden i hans försoning.

- Varför behöver vi Jesu Kristi försoning för att kunna bli rena och fullkomliga?
- Vilka uttryck i Moroni 10:32–33 tycker ni är uppmuntrande i er strävan att vara rena och att uppnå det eviga målet fullkomlighet?

Be eleverna välja ett eller två uttryck i uppställningens vänstra kolumn på tavlan. Låt dem få några minuter på sig att i sina anteckningsböcker eller studiedagböcker skriva ner tankar eller ingivelser de får om hur de kan förbättra sig inom de områdena.

Avsluta lektionen med att läsa Moroni 10:34 för klassen. Be eleverna följa med i texten och vara uppmärksamma på tecken på att Moroni hade tro på Jesus Kristus och satte sitt hopp till honom. När de har berättat vad de funnit, ber du eleverna skriva ner tankar eller ingivelser de får när de nu avslutar årets studiekurs: Mormons bok. Fundera på att be eleverna berätta för klassen vad de har skrivit. Vittna om de välsignelser som vår himmelske Fader lovar dem om de kommer till Jesus Kristus genom att följa hans lära och utöva tro på hans försoning. Uppmuntra eleverna göra studiet av Mormons bok till en livslång strävan.

### Återblick på Moronis bok

Hjälp eleverna repetera Moronis bok. Be dem att tänka på vad de har lärt sig i den här boken både i seminariet och i sina personliga skriftstudier. Be dem att titta på några av kapitelingresserna om de behöver hjälp med att komma ihåg vad de har studerat. När eleverna har haft tillräckligt med tid, ber du några av dem att berätta något ur Moronis bok som de tyckte var inspirerande eller som hjälpte dem att få större tro på Jesus Kristus.

## Kommentar och bakgrundsinformation

### Moroni 10:8–19. Andens gåvor

Äldste Bruce R. McConkie beskrev syftet med andliga gåvor:

”[Syftet med andliga gåvor] är att upplysa, uppmuntra och uppbygga de trofasta så att de får frid i detta liv och vägleds till evigt liv i den tillkommande världen. Deras förekomst utgör bevis på att Herrens verk är gudomligt. Där de saknas, finns varken kyrkan eller Guds rike. Löftet är att de inte ska avskaffas så länge världen består i sitt nuvarande tillstånd, utom för otros (Moroni 10:19) skull, men när den fullkomliga dagen kommer och de heliga uppnår upphøjelse, finns det inte längre något behov av dem. Som Paulus uttryckte det: ’När det fullkomliga kommer, skall det förgå som är till en del’ (1 Kor. 13).

De trofasta förväntas söka Andens gåvor av hela sitt hjärta. De ska ’sträva efter de nådegåvor som är störst’ (1 Kor. 12:31; L&F 46:8), ’söka ... vinna de andliga gåvorna’ (1 Kor. 14:1), ’be till Gud, som ger villigt’ (L&F 46:7; Matt. 7:7–8). Någon får en gåva, andra en annan. Åt någon ’ges ... att ha alla dessa gåvor, så att det kan finnas ett överhuvud, så att varje medlem kan få nytta

därav’ (L&F 46:29)” (*Mormon Doctrine*, 2:a uppl. [1966], s. 314).

Äldste Marvin J. Ashton i de tolv apostlarnas kvorum sade:

”Det förefaller mig som en av livets stora tragedier när en person betecknar sig själv som någon utan talanger eller gåvor ...

I Lärnan och förbunden 46:11–12 får vi denna sanning: ’Alla har inte fått varje gåva sig given, ty det finns många gåvor, och åt var och en är en gåva given genom Guds Ande.

Åt några är en given, och åt andra är en annan given, så att alla kan få nytta därav.’

Gud har gett var och en av oss en eller flera särskilda gåvor. Det åligger oss att söka efter och bygga på de gåvor Gud har gett oss ...

Gud lever. Han välsignar oss med gåvor. När vi utvecklar och delar med oss av våra gudagivna gåvor och välsignas av andra människors gåvor, kan världen bli en bättre plats, och Guds verk kommer att gå framåt snabbare” (se ”Gåvorna äro många”, *Nordstjärnan*, jan. 1988, s. 17, 19).

# Hemstudielektion

## Moroni 7:20–10:34 (Studieavsnitt 32)

### Förberedelsematerial för läraren i hemstudieseminarier

#### Sammanfattning av dagliga hemstudielektioner

Följande sammanfattning av de lärosatser och principer som eleverna lärde sig när de studerade Moroni 7:20–10:34 (studieavsnitt 32) är inte avsedd att användas som del av din lektion. Den lektion som du håller fokuserar endast på några av dessa lärosatser och principer. Följ den Helige Andens maningar när du funderar över elevernas behov.

#### Dag 1 (Moroni 7:20–48)

När eleverna fortsatte att studera Mormons predikan för folket i synagogan lärde de sig viktiga principer om tro, hopp och kärlek: När vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi hålla fast vid allt som är gott. Om vi utövar tro på Jesus Kristus, kan vi genom hans försoning ha hopp om att kunna uppväckas till evigt liv. Om vi ber till Fadern av allt vårt hjärta och lever som sanna efterföljare till Jesus Kristus, blir vi fyllda av kärlek.

#### Dag 2 (Moroni 8–9)

När eleverna studerade Mormons brev till Moroni, som är upptecknat i Moroni 8, lärde de sig att omvändelse och dop är nödvändigt för alla som är ansvariga och i stånd att synda. De studerade också läran att små barn är frälsta genom Jesu Kristi försoning. När de studerade brevet som är upptecknat i Moroni 9, lärde de sig att vi ska arbeta flitigt i Guds tjänst, även om de som vi tjänar tar illa upp. Mormons och Moronis föredöme visade eleverna att om vi är trofasta i Jesus Kristus, lyfter han oss även när vi omges av svårigheter och ogudaktighet.

#### Dag 3 (Moroni 10:1–7, 27–29)

När eleverna studerade Moronis avslutande vittnesbörd påmindes de om att om vi frågar Gud med tro och ärligt uppsåt, kan vi få ett vittnesbörd om Mormons bok och Jesus Kristus genom den Helige Anden. De lärde sig också att de som har fått Mormons bok kommer att stå till svars inför Gud för hur de tog emot och använde den.

#### Dag 4 (Moroni 10:8–26, 30–34)

Eleverna lärde sig att Gud ger Andens gåvor till sina barns nytta. De lärde sig också att om vi har tro kan vi göra det som Frälsaren vill att vi ska göra. De studerade också Moronis slutord i Mormons bok, som lär oss att när vi kommer till Jesus Kristus kan vi bli renade och fullkomnade genom hans försoning.

### Inledning

Den här lektionen hjälper eleverna att bättre förstå vad det innebär att hålla fast vid goda ting. Eleverna får tillfälle att berätta hur man kan få veta för egen del att Mormons bok är sann. De får också tillfälle att bära vittnesbörd om Mormons bok och samtala om hur deras vittnesbörd har stärkts under året. Moroni 7–9 innehåller brev från Mormon som Moroni tog med i sin bok.

### Lektionsförslag

#### Moroni 7:20–48

*Moroni upptecknar Mormons undervisning om tro på Jesus Kristus, hopp och kärlek*

Skriv orden *vidröra* och *hålla fast* på tavlan. Be en elev att komma fram och visa vad det innebär att vidröra Mormons bok. Be därefter eleven att visa vad det innebär att hålla fast vid Mormons bok.

Be eleverna läsa Moroni 7:19 tyst för sig själva och ta reda på vad Mormon sade att vi skulle hålla fast vid. Ställ därefter följande frågor:

- Vad sade Mormon att vi ska hålla fast vid?
- Vad tror ni det innebär att "håll[a] fast vid allt som är gott"? (Hjälp eleverna förstå att "allt som är gott" inbegriper rättfärdiga mål, handlingar, tankar, principer och föremål.)

Tala om att Mormon också sade hur vi kan "håll[a] fast vid allt som är gott". Be några elever turas om att högt läsa ur Moroni 7:20–22, 25. Be klassen att vara uppmärksam på Mormons råd om vad vi måste göra för att "håll[a] fast vid allt som är gott".

Skriv följande ofullständiga mening på tavlan: *När vi ... kan vi hålla fast vid allt som är gott.*

Fråga: Hur skulle ni avsluta den här meningen med hjälp av de här verserna? (Ett svar som eleverna kan komma med är att **när vi utövar tro på Jesus Kristus kan vi hålla fast vid allt som är gott.**)

Påminn eleverna om att Mormon i det här kapitlet också vittnar om att vi genom tro på Jesus Kristus kan vara fyllda av Kristi rena kärlek (se Moroni 7:48). Be klassen att försöka läsa upp nyckelskriftstället Moroni 7:45, 47–48 ur minnet. Eleverna kan också läsa verserna högt ur Mormons bok.

Ställ följande frågor:

- Vilket uttryck tycker ni bäst om i Moroni 7:45, 47–48? Varför känns just det uttrycket så viktigt för er?
- När har ni sett någon visa kristlig kärlek? När har ni upplevt att Herren har hjälpt er att visa kristlig kärlek? (Du får också gärna besvara frågorna med egna exempel.)

## Moroni 10

### *Moroni uppmanar oss att få ett vittnesbörd om Mormons bok och komma till Jesus Kristus*

Gå igenom syftet med slutstenen i en valvbåge tillsammans med eleverna. Samtala om hur Mormons bok kan jämföras med en slutsten. (Be gärna eleverna titta på bilden i studieavsnitt 1, dag 3 i studievägledningen.) Be eleverna berätta på vad sätt Mormons bok är slutstenen i deras vittnesbörd.

Be en elev läsa Moroni 10:3–5. Be eleverna fundera på varför det är viktigt att berätta om de här verserna för andra, vare sig de är medlemmar i vår kyrka eller inte. Be några elever att delge sina tankar för klassen, och fråga sedan: Vad säger Moroni att vi behöver göra för att få veta sanningen? (Skriv gärna deras svar på tavlan. Framhåll att de här svaren är sätt som vi kan söka att få veta "sanningen om allting".)

Be en elev läsa Moroni 10:6–7 högt, och fråga sedan: Vad kan vi få veta mer genom den Helige Andens kraft förutom att Mormons bok är sann? (Den Helige Anden bekräftar att Jesus är Kristus.)

Skriv följande princip på tavlan: **Om vi frågar Gud med tro och ärligt uppsåt, kan vi få ett vittnesbörd om Mormons bok och Jesus Kristus genom den Helige Anden.**

Påminn eleverna om Moronis uppmaning alldeles i slutet av Mormons bok till alla som skulle läsa boken. Be en elev läsa den här uppmaningen som står i Moroni 10:30, 32–33. Be eleverna vara uppmärksamma på sätt vi kan "komma till Kristus". (Föreslå gärna att eleverna markerar det de hittar.) Ställ därefter följande frågor:

- Vad uppmanar Moroni oss i slutet av denna heliga uppteckning att vi ska göra?
- Vilka uttryck i de här verserna hjälper er att veta hur ni ska "komma till Kristus"?
- Vad lär ni er för principer i de här verserna? (Eleverna kanske nämner följande princip: **När vi kommer till Jesus Kristus kan vi bli renade och fullkomnade genom hans försoning.** Skriv gärna den här principen på tavlan.)
- Vad betyder det för er att ni bara kan bli fullkomnade genom Jesus Kristus?

Be eleverna att var och en välja en av följande frågor och tänka på ett svar på den. (Sätt gärna upp frågorna på tavlan eller skriv dem på ett utdelningsblad före lektionen.) När eleverna har haft tillräckligt med tid, ber du några av dem att berätta för klassen hur de besvarade frågorna.

- Hur har du fått veta att Mormons bok är sann?
- Hur har Frälsaren hjälpt dig att bli mer än du någonsin kunde ha blivit på egen hand?
- När du ser tillbaka på ditt studium av Mormons bok i år, vad finns det som du skulle vilja förbättra i dina skriftstudier?

När eleverna har besvarat frågorna, bär då gärna ditt vittnesbörd om Mormons bok och Jesu Kristi försoning. Tala om för eleverna att du uppskattar dem alla och deras strävan att studera och lära i seminariet i år. Uppmuntra dem att fortsätta läsa skrifterna dagligen och använda det de lär sig i dem i livet.

# Tillägg

## Lässheman för skrifterna

Vi bidrar till att uppnå målsättningen för kyrkans seminarier och institut när vi uppmantrar eleverna att 1) läsa och studera skrifterna dagligen och 2) läsa avsnitten i skrifterna som ingår i studiekursen. Du kan ge eleverna kopior av schemana i

slutet av den här handledningen eller liknande scheman så att de kan hålla reda på var de befinner sig i läsplanen. Om du vill rapportera elevernas dagliga skriftläsning följer du anvisningarna i Scripture Reading Reporting Instructions

[Anvisningar för rapportering av skriftläsning] (ännu ej på svenska). Sök de här anvisningarna på [si.lds.org](http://si.lds.org) med sök-begreppet "scripture reading reporting instructions".

### Lässhema för Mormons bok

1 Nephi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
2 Nephi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Jakob	1	2	3	4	5	6	7				
Enos	1										
Jarom	1										
Omni	1										
Mormons ord		1									
Mosiah	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29				
Alma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
	56	57	58	59	60	61	62	63			
Helaman	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16						
3 Nephi	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29	30			
4 Nephi	1										
Mormon	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Ether	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15							
Moroni	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

### Lässhema för dagliga skriftstudier

Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29	(29)	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31		31		31		31	31		31		31

## Kurstakt för dagligt seminarium

Föreslaget schema för ett läsår på 36 veckor

Vecka	Skriftställeblock som ska undervisas om	Block som ska läsas
1	Dag 1: Lektion 1 Elevens roll Dag 2: Lektion 2 Att studera skrifterna Dag 3: Lektion 3 Frälsningsplanen Dag 4: Lektion 4 Titelblad, inledning och vittnens vittnesbörd Dag 5: Lektion 5 Överblick av Mormons bok	Titelblad, Inledning till Mormons bok, Vittnens vittnesbörd, Profeten Joseph Smiths vittnesbörd och Förklaring av Mormons bok
2	Dag 1: Lektion 6 1 Nephi 1 Dag 2: Lektion 7 1 Nephi 2 Dag 3: Lektion 8 1 Nephi 3–4 Dag 4: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 5: Lektion 9 1 Nephi 5	1 Nephi 1–5
3	Dag 1: Lektion 10 1 Nephi 6 och 9 Dag 2: Lektion 11 1 Nephi 7 Dag 3: Lektion 12 1 Nephi 8 Dag 4: Lektion 13 1 Nephi 10–11 Dag 5: Lektion 14 1 Nephi 12–13	1 Nephi 6–13
4	Dag 1: Lektion 15 1 Nephi 14 Dag 2: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 3: Lektion 16 1 Nephi 15 Dag 4: Lektion 17 1 Nephi 16 Dag 5: Lektion 18 1 Nephi 17	1 Nephi 14–17
5	Dag 1: Lektion 19 1 Nephi 18 Dag 2: Lektion 20 1 Nephi 19 Dag 3: Lektion 21 1 Nephi 20–22 Dag 4: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 5: Lektion 22 2 Nephi 1	1 Nephi 18–2 Nephi 1
6	Dag 1: Lektion 23 2 Nephi 2 (Del 1) Dag 2: Lektion 24 2 Nephi 2 (Del 2) Dag 3: Lektion 25 2 Nephi 3 Dag 4: Lektion 26 2 Nephi 4 Dag 5: Lektion 27 2 Nephi 5	2 Nephi 2–5
7	Dag 1: Lektion 28 2 Nephi 6–8 Dag 2: Lektion 29 2 Nephi 9:1–26 Dag 3: Lektion 30 2 Nephi 9:27–54 och 2 Nephi 10 Dag 4: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 5: Lektion 31 2 Nephi 11 och 16	2 Nephi 6–11; 16
8	Dag 1: Lektion 32 2 Nephi 12–15 Dag 2: Lektion 33 2 Nephi 17–20 Dag 3: Lektion 34 2 Nephi 21–24 Dag 4: Lektion 35 2 Nephi 25 Dag 5: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar)	2 Nephi 12–15; 17–25
9	Dag 1: Lektion 36 2 Nephi 26 Dag 2: Lektion 37 2 Nephi 27 Dag 3: Lektion 38 2 Nephi 28 Dag 4: Lektion 39 2 Nephi 29–30 Dag 5: Lektion 40 2 Nephi 31	2 Nephi 26–31

Vecka	Skriftställeblock som ska undervisas om	Block som ska läsas
10	Dag 1: Lektion 41 2 Nephi 32 Dag 2: Lektion 42 2 Nephi 33 Dag 3: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 4: Lektion 43 Jakob 1–2:11 Dag 5: Lektion 44 Jakob 2:12–35	2 Nephi 32–Jakob 2
11	Dag 1: Lektion 45 Jakob 3–4 Dag 2: Lektion 46 Jakob 5:1–51 Dag 3: Lektion 47 Jakob 5:52–77; Jakob 6 Dag 4: Lektion 48 Jakob 7 Dag 5: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar)	Jakob 3–7
12	Dag 1: Lektion 49 Enos Dag 2: Lektion 50 Jarom och Omni Dag 3: Lektion 51 Mormons ord–Mosiah 1 Dag 4: Lektion 52 Mosiah 2 Dag 5: Lektion 53 Mosiah 3	Enos–Mosiah 3
13	Dag 1: Lektion 54 Mosiah 4 Dag 2: Lektion 55 Mosiah 5–6 Dag 3: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 4: Lektion 56 Mosiah 7–8 Dag 5: Lektion 57 Mosiah 9–10	Mosiah 4–10
14	Dag 1: Lektion 58 Mosiah 11–12:17 Dag 2: Lektion 59 Mosiah 12:18–14:12 Dag 3: Lektion 60 Mosiah 15–17 Dag 4: Lektion 61 Mosiah 18 Dag 5: Lektion 62 Mosiah 19–20	Mosiah 11–20
15	Dag 1: Lektion 63 Mosiah 21–22 Dag 2: Lektion 64 Mosiah 23–24 Dag 3: Lektion 65 Mosiah 25 Dag 4: Lektion 66 Mosiah 26 Dag 5: Lektion 67 Mosiah 27	Mosiah 21–27
16	Dag 1: Lektion 68 Mosiah 28–29 Dag 2: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 3: Lektion 69 Alma 1–2 Dag 4: Lektion 70 Alma 3–4 Dag 5: Lektion 71 Alma 5:1–36	Mosiah 28–Alma 5:36
17	Dag 1: Lektion 72 Alma 5:37–62 Dag 2: Lektion 73 Alma 6–7 Dag 3: Lektion 74 Alma 8 Dag 4: Lektion 75 Alma 9–10 Dag 5: Lektion 76 Alma 11	Alma 5:37–11:46
18	Dag 1: Lektion 77 Alma 12 Dag 2: Lektion 78 Alma 13 Dag 3: Lektion 79 Alma 14 Dag 4: Lektion 80 Alma 15–16 Dag 5: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar)	Alma 12–16



Vecka	Skriftställeblock som ska undervisas om	Block som ska läsas
19	Dag 1: Lektion 81 Alma 17 Dag 2: Lektion 82 Alma 18 Dag 3: Lektion 83 Alma 19–20 Dag 4: Lektion 84 Alma 21–22 Dag 5: Lektion 85 Alma 23–24	Alma 17–24
20	Dag 1: Lektion 86 Alma 25–26 Dag 2: Lektion 87 Alma 27–29 Dag 3: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 4: Lektion 88 Alma 30 Dag 5: Lektion 89 Alma 31	Alma 25–31
21	Dag 1: Lektion 90 Alma 32 Dag 2: Lektion 91 Alma 33 Dag 3: Lektion 92 Alma 34–35 Dag 4: Lektion 93 Alma 36 Dag 5: Lektion 94 Alma 37	Alma 32–37
22	Dag 1: Lektion 95 Alma 38 Dag 2: Lektion 96 Alma 39 Dag 3: Lektion 97 Alma 40 Dag 4: Lektion 98 Alma 41 Dag 5: Lektion 99 Alma 42	Alma 38–42
23	Dag 1: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 2: Lektion 100 Alma 43–44 Dag 3: Lektion 101 Alma 45–48 Dag 4: Lektion 102 Alma 49–51 Dag 5: Lektion 103 Alma 52–55	Alma 43–55
24	Dag 1: Lektion 104 Alma 56–58 Dag 2: Lektion 105 Alma 59–63 Dag 3: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 4: Lektion 106 Helaman 1–2 Dag 5: Lektion 107 Helaman 3–4	Alma 56–Helaman 4
25	Dag 1: Lektion 108 Helaman 5 Dag 2: Lektion 109 Helaman 6–7 Dag 3: Lektion 110 Helaman 8–9 Dag 4: Lektion 111 Helaman 10 Dag 5: Lektion 112 Helaman 11–12	Helaman 5–12
26	Dag 1: Lektion 113 Helaman 13 Dag 2: Lektion 114 Helaman 14 Dag 3: Lektion 115 Helaman 15–16 Dag 4: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 5: Lektion 116 3 Nephi 1	Helaman 13–3 Nephi 1
27	Dag 1: Lektion 117 3 Nephi 2–5 Dag 2: Lektion 118 3 Nephi 6–7 Dag 3: Lektion 119 3 Nephi 8–10 Dag 4: Lektion 120 3 Nephi 11:1–17 Dag 5: Lektion 121 3 Nephi 11:18–41	3 Nephi 2–11

Vecka	Skriftställeblock som ska undervisas om	Block som ska läsas
28	Dag 1: Lektion 122 3 Nephi 12 Dag 2: Lektion 123 3 Nephi 13 Dag 3: Lektion 124 3 Nephi 14 Dag 4: Lektion 125 3 Nephi 15–16 Dag 5: Lektion 126 3 Nephi 17	3 Nephi 12–17
29	Dag 1: Lektion 127 3 Nephi 18 Dag 2: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 3: Lektion 128 3 Nephi 19 Dag 4: Lektion 129 3 Nephi 20 Dag 5: Lektion 130 3 Nephi 21–22	3 Nephi 18–22
30	Dag 1: Lektion 131 3 Nephi 23 Dag 2: Lektion 132 3 Nephi 24–26 Dag 3: Lektion 133 3 Nephi 27 Dag 4: Lektion 134 3 Nephi 28 Dag 5: Lektion 135 3 Nephi 29–30	3 Nephi 23–30
31	Dag 1: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 2: Lektion 136 4 Nephi Dag 3: Lektion 137 Mormon 1–2 Dag 4: Lektion 138 Mormon 3–4 Dag 5: Lektion 139 Mormon 5–6	4 Nephi–Mormon 6
32	Dag 1: Lektion 140 Mormon 7–8:11 Dag 2: Lektion 141 Mormon 8:12–41 Dag 3: Lektion 142 Mormon 9 Dag 4: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 5: Lektion 143 Ether 1	Mormon 7–Ether 1
33	Dag 1: Lektion 144 Ether 2 Dag 2: Lektion 145 Ether 3 Dag 3: Lektion 146 Ether 4–5 Dag 4: Lektion 147 Ether 6 Dag 5: Lektion 148 Ether 7–11	Ether 2–11
34	Dag 1: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 2: Lektion 149 Ether 12:1–22 Dag 3: Lektion 150 Ether 12:23–41 Dag 4: Lektion 151 Ether 13–15 Dag 5: Lektion 152 Moroni 1–3	Ether 12–Moroni 3
35	Dag 1: Lektion 153 Moroni 4–5 Dag 2: Lektion 154 Moroni 6 Dag 3: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar) Dag 4: Lektion 155 Moroni 7:1–19 Dag 5: Lektion 156 Moroni 7:20–48	Moroni 4–7
36	Dag 1: Lektion 157 Moroni 8 Dag 2: Lektion 158 Moroni 9 Dag 3: Lektion 159 Moroni 10:1–7, 27–29 Dag 4: Lektion 160 Moroni 10:8–26, 30–34 Dag 5: Flexibel dag (se förslag beträffande flexibla dagar)	Moroni 8–10

## Hur man använder flexibla dagar

Kurstakten för dagligt seminarium bygger på ett läsår på 36 veckor eller 180 dagar. Den här handledningen innehåller 160 dagliga lektioner, vilket innebär att det finns 20 dagar utan undervisningsmaterial. De här 20 "flexibla dagarna" bör användas förståndigt, bland annat till följande eller liknande aktiviteter:

### 1. Anpassa de dagliga lektionerna.

Ägna vid behov extra tid åt en lektion för att hinna behandla stoffet i lektionen uttömmande. Du kan också använda ytterligare undervisningsförslag i slutet av en del lektioner eller ägna tid åt att besvara elevernas frågor om ett visst skriftställe eller ämne i evangeliet. Flexibla dagar ger dig möjlighet att utnyttja de här tillfällena och ändå hålla kurstakten och fullgöra ditt uppdrag att undervisa om skrifterna i ordningsföljd.

### 2. Lära sig nyckelskriftställen och grundsatser.

Du kan använda repetitionsaktiviteterna i samband med nyckelskriftställen i handledningen och i tillägget. Du kan också skapa egna repetitionsaktiviteter i samband med nyckelskriftställen som är anpassade efter dina elevers behov och intressen. Du kan använda en del av en flexibel dag till att hjälpa eleverna att repetera och fördjupa sin förståelse av grundsatserna. I början av läsåret kan du använda en flexibel dag till att låta eleverna göra Basic Doctrines Assessment (BDA, ännu ej på svenska), ett diagnostiskt prov som har tagits fram för att hjälpa läraren bedöma i vilken utsträckning eleverna förstår, tror på, vet hur de ska tillämpa och kan förklara några av kyrkans grundsatser. Du hittar Basic Doctrines Assessment och andra diagnostiska prov på S&I:s webbplats

(si.lds.org). Sök med begreppet *assessment*. BDA-rapporter hjälper lärarna att analysera sina elevers behov och anpassa undervisningen så att den bättre svarar mot dessa behov.

### 3. Göra en återblick på föregående material.

Det är nyttigt för eleverna att regelbundet se tillbaka på vad de har lärt sig under tidigare lektioner eller i en bok i skrifterna. Du kan ge eleverna tillfälle att förklara en sanning ur en tidigare lektion och berätta hur den sanningen har påverkat deras liv. Du kan också göra en frågesport eller andra läraaktiviteter om tidigare material.

### 4. Räkna med avbrott i undervisnings-

schemat. Skolaktiviteter, evenemang, vädret och andra avbrott kan kräva att du periodiskt ställer in eller kortar ner lektionen. Då är det bra att ha flexibla dagar att tillgå.

## Kurstakt för hemstudieseminarium

Den här handledningen innehåller 32 hemstudielektioner som svarar mot de 32 studieavsnitten i *Mormons bok – Elevens studievägledning, hemstudieseminarium*. Du kan vid behov anpassa lektionerna och kurstakten inom ramen för den tilldelade tiden för den här kursen.

Studieavsnitt	Hemstudielektion	Studieavsnitt	Hemstudielektion	Studieavsnitt	Hemstudielektion
Studieavsnitt 1	Dag 1: Att studera skrifterna Dag 2: Frälsningsplanen Dag 3: Titelblad, inledning och vittnes vittnesbörd Dag 4: Överblick av Mormons bok <i>Lärlärd lektion: Att studera skrifterna – Överblick av Mormons bok</i>	Studieavsnitt 11	Dag 1: Mormons ord–Mosiah 2 Dag 2: Mosiah 3 Dag 3: Mosiah 4 Dag 4: Mosiah 5–6 <i>Lärlärd lektion: Mormons ord–Mosiah 6</i>	Studieavsnitt 22	Dag 1: Helaman 1–2 Dag 2: Helaman 3–4 Dag 3: Helaman 5 Dag 4: Helaman 6–9 <i>Lärlärd lektion: Helaman 1–9</i>
Studieavsnitt 2	Dag 1: 1 Nephi 1 Dag 2: 1 Nephi 2 Dag 3: 1 Nephi 3–4 Dag 4: 1 Nephi 5–6; 9 <i>Lärlärd lektion: 1 Nephi 1–6; 9</i>	Studieavsnitt 12	Dag 1: Mosiah 7–8 Dag 2: Mosiah 9–10 Dag 3: Mosiah 11–14 Dag 4: Mosiah 15–17 <i>Lärlärd lektion: Mosiah 7–17</i>	Studieavsnitt 23	Dag 1: Helaman 10 Dag 2: Helaman 11–12 Dag 3: Helaman 13–14 Dag 4: Helaman 15–16 <i>Lärlärd lektion: Helaman 10–16</i>
Studieavsnitt 3	Dag 1: 1 Nephi 7 Dag 2: 1 Nephi 8 Dag 3: 1 Nephi 10–11 Dag 4: 1 Nephi 12–14 <i>Lärlärd lektion: 1 Nephi 7–8; 10–14</i>	Studieavsnitt 13	Dag 1: Mosiah 18 Dag 2: Mosiah 19–20 Dag 3: Mosiah 21–24 Dag 4: Mosiah 25 <i>Lärlärd lektion: Mosiah 18–25</i>	Studieavsnitt 24	Dag 1: 3 Nephi 1 Dag 2: 3 Nephi 2–5 Dag 3: 3 Nephi 6–10 Dag 4: 3 Nephi 11:1–17 <i>Lärlärd lektion: 3 Nephi 1–11:17</i>
Studieavsnitt 4	Dag 1: 1 Nephi 15 Dag 2: 1 Nephi 16 Dag 3: 1 Nephi 17 Dag 4: 1 Nephi 18–19 <i>Lärlärd lektion: 1 Nephi 15–19</i>	Studieavsnitt 14	Dag 1: Mosiah 26 Dag 2: Mosiah 27 Dag 3: Mosiah 28–29 Dag 4: Alma 1–4 <i>Lärlärd lektion: Mosiah 26–Alma 4</i>	Studieavsnitt 25	Dag 1: 3 Nephi 11:18–12:48 Dag 2: 3 Nephi 13 Dag 3: 3 Nephi 14 Dag 4: 3 Nephi 15–16 <i>Lärlärd lektion: 3 Nephi 11:18–16:20</i>
Studieavsnitt 5	Dag 1: 1 Nephi 20–22 Dag 2: 2 Nephi 1 Dag 3: 2 Nephi 2 Dag 4: 2 Nephi 3 <i>Lärlärd lektion: 1 Nephi 20–2 Nephi 3</i>	Studieavsnitt 15	Dag 1: Alma 5:1–36 Dag 2: Alma 5:37–62 Dag 3: Alma 6–7 Dag 4: Alma 8–10 <i>Lärlärd lektion: Alma 5–10</i>	Studieavsnitt 26	Dag 1: 3 Nephi 17 Dag 2: 3 Nephi 18 Dag 3: 3 Nephi 19 Dag 4: 3 Nephi 20–22 <i>Lärlärd lektion: 3 Nephi 17–22</i>
Studieavsnitt 6	Dag 1: 2 Nephi 4–5 Dag 2: 2 Nephi 6–8 Dag 3: 2 Nephi 9 Dag 4: 2 Nephi 9–10 <i>Lärlärd lektion: 2 Nephi 4–10</i>	Studieavsnitt 16	Dag 1: Alma 11 Dag 2: Alma 12 Dag 3: Alma 13 Dag 4: Alma 14–16 <i>Lärlärd lektion: Alma 11–16</i>	Studieavsnitt 27	Dag 1: 3 Nephi 23 Dag 2: 3 Nephi 24–26 Dag 3: 3 Nephi 27 Dag 4: 3 Nephi 28–30 <i>Lärlärd lektion: 3 Nephi 23–30</i>
Studieavsnitt 7	Dag 1: 2 Nephi 11–16 Dag 2: 2 Nephi 17–20 Dag 3: 2 Nephi 21–24 Dag 4: 2 Nephi 25 <i>Lärlärd lektion: 2 Nephi 11–25</i>	Studieavsnitt 17	Dag 1: Alma 17–18 Dag 2: Alma 19–20 Dag 3: Alma 21–22 Dag 4: Alma 23–24 <i>Lärlärd lektion: Alma 17–24</i>	Studieavsnitt 28	Dag 1: 4 Nephi 1 Dag 2: Mormon 1–2 Dag 3: Mormon 3–6 Dag 4: Mormon 7:1–8:11 <i>Lärlärd lektion: 4 Nephi 1–Mormon 8:11</i>
Studieavsnitt 8	Dag 1: 2 Nephi 26–27 Dag 2: 2 Nephi 28 Dag 3: 2 Nephi 29–30 Dag 4: 2 Nephi 31 <i>Lärlärd lektion: 2 Nephi 26–31</i>	Studieavsnitt 18	Dag 1: Alma 25–29 Dag 2: Alma 30 Dag 3: Alma 31 Dag 4: Alma 32 <i>Lärlärd lektion: Alma 25–32</i>	Studieavsnitt 29	Dag 1: Mormon 8:12–41 Dag 2: Mormon 9 Dag 3: Ether 1–2 Dag 4: Ether 3 <i>Lärlärd lektion: Mormon 8:12–Ether 3</i>
Studieavsnitt 9	Dag 1: 2 Nephi 32 Dag 2: 2 Nephi 33 Dag 3: Jakob 1–2 Dag 4: Jakob 3–4 <i>Lärlärd lektion: 2 Nephi 32–Jakob 4</i>	Studieavsnitt 19	Dag 1: Alma 33–35 Dag 2: Alma 36 Dag 3: Alma 37 Dag 4: Alma 38 <i>Lärlärd lektion: Alma 33–38</i>	Studieavsnitt 30	Dag 1: Ether 4–5 Dag 2: Ether 6 Dag 3: Ether 7–11 Dag 4: Ether 12 <i>Lärlärd lektion: Ether 4–12</i>
Studieavsnitt 10	Dag 1: Jakob 5–6 Dag 2: Jakob 7 Dag 3: Enos Dag 4: Jarom och Omni <i>Lärlärd lektion: Jakob 5–Omni</i>	Studieavsnitt 20	Dag 1: Alma 39 Dag 2: Alma 40–41 Dag 3: Alma 42 Dag 4: Alma 43–44 <i>Lärlärd lektion: Alma 39–44</i>	Studieavsnitt 31	Dag 1: Ether 13–15 Dag 2: Moroni 1–5 Dag 3: Moroni 6 Dag 4: Moroni 7:1–19 <i>Lärlärd lektion: Ether 13–Moroni 7:19</i>
		Studieavsnitt 21	Dag 1: Alma 45–49 Dag 2: Alma 50–52; 54–55 Dag 3: Alma 53; 56–58 Dag 4: Alma 59–63 <i>Lärlärd lektion: Alma 45–63</i>	Studieavsnitt 32	Dag 1: Moroni 7:20–48 Dag 2: Moroni 8–9 Dag 3: Moroni 10:1–7, 27–29 Dag 4: Moroni 10:8–26, 30–34 <i>Lärlärd lektion: Moroni 7:20–10:34</i>

## Introduktion till nyckelskriftställen

Kyrkans seminarier och institut har valt ut 25 nyckelskriftställen till var och en av de fyra seminariekurserna. Dessa skriftställen utgör en viktig grundval för att förstå och berätta om evangeliet och för att stärka tron. Nyckelskriftställen för Mormons bok är:

- 1 Nephi 3:7
- 2 Nephi 2:25
- 2 Nephi 2:27
- 2 Nephi 9:28–29
- 2 Nephi 25:23, 26
- 2 Nephi 28:7–9
- 2 Nephi 31:19–20
- 2 Nephi 32:3
- 2 Nephi 32:8–9
- Mosiah 2:17
- Mosiah 3:19
- Mosiah 4:30
- Alma 7:11–13
- Alma 32:21
- Alma 37:35
- Alma 39:9
- Alma 41:10
- Helaman 5:12
- 3 Nephi 12:48
- 3 Nephi 18:15, 20–21
- Ether 12:6
- Ether 12:27
- Moroni 7:41
- Moroni 7:45, 47–48
- Moroni 10:4–5

Seminarieelever uppmuntras att "behärska" dessa skriftställen. Du kan hjälpa dina elever bättre om du själv behärskar nyckelskriftställen. Följande ingår i att behärska skriftställen:

- **Hitta** verserna genom att känna till dithörande skriftställe hänvisningar
- **Förstå** sammanhanget och innehållet i skriftställen
- **Tillämpa** evangeliets principer och lärosatser som lärs ut i skriftställen
- **Memorera** skriftställen

### Kontinuitet, förväntningar och metoder

När du planerar hur du ska hjälpa eleverna lära sig nyckelskriftställen, får du större framgång om du konsekvent hänvisar till dem, bibehåller lämpliga förväntningar och använder metoder som tilltalar olika "lärstilar".


Kontinuitet och repetition i undervisningen om nyckelskriftställen hjälper eleverna att lagra in sanningar i långtidsminnet för framtida bruk. Det kan vara till hjälp att göra upp en plan i början av läsåret och studiekursen om hur du regelbundet ger eleverna tillfälle att lära sig nyckelskriftställen i klassrummet. Använd omdöme när du beslutar hur ofta du ska hjälpa eleverna att lära sig nyckelskriftställen och hur mycket tid du ska anslå till det. Se till att inläringen av nyckelskriftställen inte sker på bekostnad av det dagliga studiet av skrifterna i ordningsföljd. Du kan besluta att ta några minuter varje dag till att repetera nyckelskriftställen med dina elever. Eller också kan du besluta att en eller två gånger i veckan under 10 till 15 minuter göra en aktivitet i samband med nyckelskriftställen. Vad du än planerar för att hjälpa eleverna med nyckelskriftställen så var konsekvent och ha lämpliga förväntningar.

Grunda dina förväntningar i samband med nyckelskriftställen på varje elevs förmåga. Det krävs ansträngningar av eleven för att han eller hon ska behärska nyckelskriftställen. Tala om för eleverna att hur de lyckas med nyckelskriftställen till stor del beror på deras inställning och villighet att anstränga sig. Uppmuntra dem att sätta upp mål som gör att de kommer på ett högre plan och därmed får större förmåga. Var uppmärksam på elever som har svårt att lära utantill och anpassa förväntningar och undervisningsmetoder till elevernas behov.

Variera de metoder du använder för att hjälpa eleverna med nyckelskriftställen så att det tilltalar många olika personlighetstyper och "inlärningsätt". Liksom i all undervisning om evangeliet är det viktigt att du använder omdöme vid val av aktiviteter så att den Helige Anden kan hjälpa eleverna behärska skriftställen och lärosatser. Lektionerna i den här handledningen innehåller flera bra metoder för

undervisning om nyckelskriftställen. Se också aktiviteter med nyckelskriftställen nedan för ytterligare metoder att lära ut dem.

### Nyckelskriftställen i studiematerialet

Nyckelskriftställen ingår i studiematerialet på flera olika sätt. Ikonen nyckelskriftställe  anger att ett nyckelskriftställe behandlas i lektionsmaterialet. Nyckelskriftställen tas upp och behandlas alltefter sammanhang i kapitlet där de finns. Ytterligare undervisningsförslag för nyckelskriftställen finns i slutet av lektionerna där dessa skriftställen förekommer. De här undervisningsförslagen bidrar till att skapa jämvikt mellan de fyra delar som ingår i att behärska ett skriftställe (hitta, förstå, tillämpa, memorera). Om till exempel själva lektionen hjälper eleverna förstå och tillämpa nyckelskriftstället, hjälper det ytterligare undervisningsförslaget dem att hitta skriftstället eller lära det utantill.

Studiematerialet innehåller återkommande aktiviteter i samband med repetition av nyckelskriftställen, som kan användas i mån av tid och enligt klassens mål för nyckelskriftställen. Dessa repetitioner kan kompletteras med aktiviteterna i samband med nyckelskriftställen som beskrivs nedan. Du kan till exempel använda tiden i början eller slutet av kortare lektioner till att göra en av dessa repetitionsaktiviteter.

### Förslag om nyckelskriftställen

För att hjälpa eleverna att lära sig hitta skriftställen kan du presentera de 25 nyckelskriftställen i början av kursen och sedan fördjupa kunskaperna om skriftställen under kursens gång. Eller också kan du presentera några få nyckelskriftställen varje månad och försöka hjälpa eleverna att lära sig dem under månaden. Sådana presentationer kan bestå i att du föreslår att eleverna markerar nyckelskriftställen i sina skrifter, att du hjälper eleverna tänka ut sätt att minnas nyckelord och hänvisningar och att du förklarar lärosatser och principer som finns i nyckelskriftstället. Du kan också låta eleverna hjälpa dig presentera nyckelskriftställen genom att ge dem i uppgift att använda dem vid

andaktsstunder eller att be dem undervisa varandra om hur man minns och hittar skriftställena. Ge dem hjälp med att minnas nyckelskriftställen genom att förhöra dem regelbundet och ha aktiviteter där de visar att de hittar nyckelskriftställen (se exempel på sådana aktiviteter nedan). En lista med 25 nyckelskriftställen för den här studiekursen finns på elevernas bokmärken och kort med nyckelskriftställen.

För att hjälpa eleverna **förstå** nyckelskriftställen betonar du de här skriftställena allteftersom de kommer upp i dina dagliga lektioner. Du kan också använda aktiviteterna med nyckelskriftställen nedan för att eleverna ska få djupare insikt om sanningar i dessa skriftställen och större förmåga att förklara dem. Ge eleverna tillfälle under andaktsstunder eller lektioner att berätta hur sanningarna i nyckelskriftställen hjälper dem förstå grundsatser bättre.

För att hjälpa eleverna **tillämpa** sanningar i nyckelskriftställena uppmanar du dem att följa den Helige Andens maningar för att förstå hur sanningarna i skriftställena gäller i deras liv. För att uppmantra eleverna att handla efter sanningar de lär, kan du emellanåt sätta upp en uppmaning relaterad till ett visst nyckelskriftställe på anslagstavlan i klassrummet. Eller så kan du ge eleverna tillfälle på lektionen att öva på att undervisa om evangeliets lära och principer med hjälp av nyckelskriftställen (se aktiviteterna med nyckelskriftställen nedan för att få uppslag). Du kan också uppmantra eleverna att använda principerna de lär under de lektioner där nyckelskriftställen förekommer. Låt eleverna få möjlighet under andaktsstunden eller vid andra tillfällen att berätta om sina upplevelser. Det här hjälper dem att få ett starkare vittnesbörd om sanningarna som de har lärt sig i nyckelskriftställena.

För att hjälpa eleverna att **memorera** de 25 nyckelskriftställena kan du planera att de lär sig två eller tre skriftställen utantill varje månad i klassen. Du kan också uppmana eleverna att lära sig vissa skriftställen hemma (kanske tillsammans med familjen eller läsa upp skriftställen för en förälder eller ett syskon). Du kan låta utantilläring ingå i den dagliga andaktsstunden genom att be klassen att läsa upp ett skriftställe eller genom att låta eleverna memorera parvis. Genom att ge eleverna tillfälle att läsa upp nyckelskriftställen parvis eller i mindre grupper inför klassen hjälper du dem redovisa vad de lärt sig. Aktiviteterna med nyckelskriftställen nedan innefattar flera olika metoder att memorera. Var noga med att utgå från varje elevs förmåga och omständigheter i dina förväntningar. Inga elever ska behöva känna sig generade eller få känslan att de inte klarar något därför att de inte kan lära sig utantill.

## Aktiviteter i samband med nyckelskriftställen

### Inledning

Den här delen ger förslag på hur du hjälper eleverna lära sig viktiga skriftställen. När du hjälper och uppmanar eleverna att utveckla dessa färdigheter, främjar du deras tilltro till sin egen förmåga när de studerar skrifterna. Eleverna kan använda sin kunskap om nyckelskriftställen livet igenom och lättare hitta, förstå, tillämpa och memorera skriftställen. Undervisningsförslag för varje del av nyckelskriftställen ges nedan. Att använda olika slags aktiviteter hjälper eleverna att behärska nyckelskriftställena.

### Aktiviteter som hjälper eleverna hitta nyckelskriftställen

#### Markera skriftställen

Att markera nyckelskriftställen hjälper eleverna minnas de här skriftställena och hitta dem snabbare. Du kan uppmantra eleverna att markera dessa viktiga skriftställen på ett sådant sätt att de skiljer sig tydligt från andra skriftställen de markerar.

#### Känna till böckerna

Om de lär sig namnen på böckerna i Mormons bok utantill och i rätt ordningsföljd, hittar eleverna nyckelskriftställen snabbare. Följande är exempel på aktiviteter och

liknande som hjälper eleverna bli bekanta med böckerna i Mormons bok:

- **Hitta innehållsförteckningen** – Hjälpa eleverna att hitta innehållsförteckningen i Mormons bok, som har överskriften "Namn och ordning på böckerna i Mormons bok".
- **Sjung en sång** – Lär eleverna sången "Böckerna i Mormons bok" (*Barnens sångbok*, s. 63). Låt dem sjunga den då och då under läsåret för att hjälpa dem att komma ihåg namnen på böckerna i Mormons bok och deras ordningsföljd.
- **Använd de första bokstäverna** – Skriv de första bokstäverna i Mormons boks böcker på tavlan (1N, 2N, J, E och så vidare). Låt eleverna öva på att säga namnet på böckerna som motsvarar varje bokstav. Upprepa det här ända tills de kan läsa upp namnen på böckerna ur minnet.
- **Bokjakt** – Säg namnet på en bok som innehåller ett nyckelskriftställe och låt eleverna slå upp en sida i den boken på måfå. Ta tid på hur länge det tar för hela klassen att hitta var och en av böckerna. Du kan upprepa aktiviteten så att eleverna blir bra på att komma ihåg och hitta böckerna i Mormons bok.

### Komma ihåg skriftställe hänvisningar och innehåll

När eleverna lär sig var de hittar nyckelskriftställen och lär sig innehållet i dem, kan den Helige Anden påminna dem om skriftställen (se Joh. 14:26). Nyckelord eller -uttryck som "jag skall gå och göra" (1 Nephi 3:7) och "fria att välja" (2 Nephi 2:27) kan hjälpa eleverna att komma ihåg innehållet och läran i varje skriftställe. Följande metoder kan hjälpa eleverna att förknippa nyckelskriftställen med deras innehåll eller nyckelord. (Vänta gärna med aktiviteter som innehåller tävlingsmoment till senare under läsåret, när eleverna har visat att de vet var de hittar nyckelskriftställen. Sådana aktiviteter bidrar då till att befästa det de har lärt sig.)

- **Skriftställe hänvisningar och nyckelord** – Uppmantra eleverna att lära sig hänvisningen till varje nyckelskriftställe och nyckelord i det (anges på nyckelskriftställekorten). (Nyckelskriftställekort kan beställas på [store.lds.org](http://store.lds.org). Du kan också låta eleverna göra egna skriftställekort.) Låt eleverna få tid att lära in korten med en kamrat och sedan förhöra varandra. Uppmantra eleverna att vara kreativa när de studerar tillsammans och förhör varandra. När de blir bättre på nyckelskriftställena kan du be dem använda ledtrådar som

utgörs av kontext eller tillämpning av lärosatser eller principer i skriftställena. Den som förhörs kan svara muntligt eller skriftligt.

- **Nyckelskriftställekort** – Den här aktiviteten kan användas för att göra eleverna bekanta med ett antal nyckelskriftställen eller för att repetera dem. Välj ett antal nyckelskriftställekort. (Se till att du har flera exemplar av varje kort så att mer än en elev får samma nyckelskriftställe. Ha gärna tillräckligt många kort för varje elev så att alla har två eller tre olika skriftställen var.) Dela ut dem till klassen. Låt eleverna få tillräcklig tid att studera nyckelskriftstället, skriftställe hänvisningen, nyckelorden, sammanhanget, läran eller principen samt tillämpningsförslagen på varje kort. Säg några ledtrådar från korten (till exempel ord i nyckelskriftstället, nyckelord, kontext, lära eller princip eller tillämpning). Elever som har det kortet ska då stå upp och säga skriftställe hänvisningen.
- **Skriftställejakt** – Använd ledtrådar för att hjälpa eleverna att snabbt hitta skriftställen. Som ledtrådar kan du använda nyckelord, kontextupplösningar, lärosatser och principer och tillämpningsförslagen på nyckelskriftställekorten. Du kan också bidra med egna ledtrådar. Skriftställejakter där eleverna tävlar om att hitta skriftställen kan få dem att aktivt vilja lära sig nyckelskriftställen. När du använder skriftställejakter för att hjälpa eleverna behärska nyckelskriftställen, gör det då på ett sådant sätt att det inte sårar någon eller stör Anden. Hjälpe eleverna förstå att de inte ska handskas vanvördigt med skrifterna eller överdriva tävlingsmomentet. Du kan låta eleverna tävla mot en norm snarare än mot varandra. De kan till exempel tävla mot läraren eller tävla för att se om en viss procent av klassen kan hitta ett skriftställe inom en viss tid.
- **Berättelsejakt** – Ge ledtrådar genom att tänka ut scenarier som visar nyckelskriftställets tillämpning i vardagslivet. Som ledtråd till 1 Nephi 3:7 kan du till exempel säga: "Johan vet att Herren befäller varje ung man att gå ut som missionär, men Johan är orolig för att hans blyghet ska hindra honom från att tjäna effektivt. Då kommer han ihåg att Nephi lydde den svåra befallningen att hämta mässingsplåtarna. Det får Johan

att ta mod till sig – Herren ska bereda en utväg för honom att bli en duglig missionär." Låt dem leta efter tillämpliga nyckelskriftställen i sina skrifter medan du berättar.

- **Förhör och prov** – Ge eleverna tillfällen att testa hur bra de kommer ihåg nyckelskriftställen. Ledtrådarna kan utgöras av nyckelord eller skriftställe hänvisningar, citat från skriftställen eller scenarier som illustrerar sanningarna som lärs ut i skriftställen. Förhören och proven kan göras muntligt, på tavlan eller på papper. Du kan efteråt para ihop elever som fick höga poäng med elever som hade lägre. De förra kan vara lärare och hjälpa elever med lägre poäng att studera och förbättra sig. Varje par kan också sätta ett mål att tillsammans få ett högre poängtal på nästa prov än deras sammantagna poäng på det förra provet. Du kan göra en uppställning eller anslagstavla som visar elevernas mål och deras framsteg.

## Aktiviteter som hjälper eleverna att förstå nyckelskriftställen

### Definiera ord och uttryck

Att definiera ord eller uttryck i nyckelskriftställen (eller hjälpa eleverna att definiera dem) hjälper eleverna att förstå innebörden i hela skriftstället. När sådana definitioner är avgörande för förståelsen av lärosatser och principer i ett skriftställe, kan du uppmuntra eleverna att skriva dessa definitioner i sina skrifter. Repetera innebörden av ord och uttryck när ni repeterar nyckelskriftställen.

### Avgöra kontext

Genom att bestämma ett skriftställets kontext förstår eleverna skriftstället bättre. Kontexten ger information om vem som talar med vem eller vilka och varför, skriftställets inramning (historiska, kulturella och geografiska) och frågan eller situationen som gav upphov till skriftställets innehåll. Så ingår till exempel i kontexten till 1 Nephi 3:7 det faktum att Nephi hade blivit ombedd av sin far Lehi, som var en profet, att återvända till Jerusalem och hämta mässingsplåtarna. Vet eleverna det, då förstår de bättre varför Nephi säger: "Jag skall gå och göra det som Herren har befällt." När du håller lektioner där nyckelskriftställen förekommer, betona då kontexten till de skriftställen. Följande

aktiviteter eller liknande hjälper eleverna förstå dessa viktiga skriftställen.

- **Bestäm kontexten** – Skriv följande rubriker tvärs över tavlan högst upp: *Talare, Åhörare, Syfte, Annan nyttig information*. Dela upp eleverna i grupper och tilldelade varje grupp ett nyckelskriftställe. Be dem avgöra sammanhanget för skriftstället som de har tilldelats genom att hitta information som passar ihop med rubrikerna på tavlan. Be dem skriva den här informationen på tavlan. Be därefter varje grupp att redogöra för kontexten till skriftstället som de tilldelades och hur den här informationen påverkar deras förståelse av sanningarna i skriftstället. Innan varje grupp börjar redogöra för vad de har skrivit, kan du be klassen att gissa skriftställe hänvisningarna med hjälp av beskrivningarna på tavlan.

### Analysera

Att analysera är att urskilja lärosatser och principer i ett skriftställe. Det är också att hjälpa eleverna förstå hur dessa sanningar gäller dem. Analys leder till att eleverna tillämpar lärosatser och principer i sitt liv på ett mer djupgående sätt. Följande aktivitet kan hjälpa eleverna att analysera nyckelskriftställen:

- **Skriv ledtrådar** – När eleverna har blivit mer förtrogna med nyckelskriftställen, ber du dem att skapa frågor, scenarier eller andra ledtrådar som illustrerar lärosatserna och principerna som lärs ut i skriftställen. Det här kan senare användas på ett prov.

### Förklara

När eleverna förklarar skriftställen får de djupare insikt i dem och större förmåga att undervisa om lära och principer ur skrifterna. Följande två metoder hjälper eleverna att lära sig förklara nyckelskriftställen:

- **Nyckelord och -uttryck** – Be eleverna att läsa samma nyckelskriftställe tyst för sig själva och urskilja ett ord eller uttryck som de tycker är särskilt viktigt för förståelsen av skriftstället. Be därefter en elev att läsa skriftstället för klassen och betona ordet eller uttrycket som han eller hon har valt. Be eleven att förklara varför det ordet eller uttrycket är viktigt för förståelsen av skriftstället. Inbjud några andra elever att göra detsamma. Eleverna

väljer kanske olika ord eller uttryck för samma skriftställe. När eleverna hör de olika synvinklarna får de djupare insikt i skriftstället.

- **Förbered en andaktsstund** – Ge eleverna tillfälle att använda nyckelskriftställena när de förbereder och håller andaktsstunder i början av lektionerna. Hjälプ dem att sammanfatta kontext, förklara lärosatser och principer, berätta om meningsfulla upplevelser eller exempel och vittna om lärosatser och principer i skriftställena. Du kan föreslå att eleverna använder ett åskådnings-exempel för att förklara tankarna och begreppen i skriftställena.

### **Känna vikten av lärosatser och principer**

Hjälプ eleverna att förstå och få andlig förvisning om lärosatserna och principerna som lärs ut i nyckelskriftställena. Äldste Robert D. Hales sade: "En sann lärare, när han har lärt ut [evangeliets] fakta ... för [eleverna] ett steg vidare till att få den andliga förvisning och förståelse i sina hjärtan som leder till handling" ("Teaching by Faith" [tal till KUV-lärare, 1 feb. 2002], s. 5, si.lds.org). När eleverna genom Andens inflytande känner att en lära eller princip är sann, viktig och angelägen, då får de en starkare önskan att tillämpa den sanningen i sitt liv. Läraren kan hjälпа eleverna att inbjuda och ge näring åt dessa känslor från den Helige Anden genom att ge eleverna tillfällen att berätta om upplevelser de haft av att leva efter en evangelieprincip ur ett nyckelskriftställe. Det här hjälपर eleverna att bättre förstå sanningarna som lärs ut i nyckelskriftställena och leder till att dessa sanningar står skrivna i deras hjärtan. Följande aktivitet hjälपर eleverna att känna vikten av lärosatserna och principerna som lärs ut i nyckelskriftställena:

- **Lysna efter skriftställena** – Uppmuntra eleverna att lysna efter nyckelskriftställena i tal och lektioner i kyrkan, i tal på generalkonferensen och i samtal med familj och vänner. Be eleverna regelbundet att berätta vad de har hört för skriftställena, hur de användes, vilka sanningar som lärdes ut och vilka upplevelser de eller andra har haft i samband med sanningarna som lärdes ut. Var uppmärksam på tillfällen att vittna (och be eleverna vittna) om sanningar som lärs ut i nyckelskriftställena.

### **Aktiviteter som hjälपर eleverna att tillämpa nyckelskriftställena**

#### **Undervisa**

Listorna över nyckelskriftställena och grundsatser togs fram samtidigt och har medvetet samordnats till elevernas nytta. (Det hänvisas genomgående till nyckelskriftställena i listan över grundsatser.) När eleverna lär sig och uttrycker lärosatserna och principerna i nyckelskriftställena, lär de sig också och uttrycker grundsatserna. Och när eleverna lär sig att uttrycka grundsatserna med egna ord, kan de lita på att nyckelskriftställena som de har lärt sig utantill ska hjälпа dem. När eleverna undervisar och vittnar om lärosatserna och principerna som lärs ut i nyckelskriftställena, stärker de också sitt eget vittnesbörd. Uppmuntra eleverna att använda nyckelskriftställena när de undervisar om och förklarar evangeliet på lektioner och i samtal med vänner, familjen och andra.

- **Framför ett budskap** – Ge eleverna i uppgift att förbereda ett tal eller en lektion som bygger på nyckelskriftställena. Längd: 3 till 5 minuter. Låt dem förbereda sig under lektionen eller hemma. Förutom nyckelskriftställena kan de ta andra resurser till hjälp när de förbereder sig, som till exempel nyckelskriftställekort, Handledning för skriftstudier eller *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet*. Varje tal eller lektion bör bestå av en inledning, nyckelskriftstället, en berättelse om eller exempel på principen i fråga och elevens vittnesbörd. Eleverna kan erbjuda sig att framföra sitt budskap under en lektion, på familjens hemafton eller i kvorumet eller klassen som del av Plikt mot Gud eller Personlig tillväxt. Om eleverna håller sina tal eller lektioner vid sidan av seminariet, kan du be dem berätta om sina upplevelser.
- **Missionärsrollspel** – Skriv några kort med frågor som en undersökare skulle kunna ställa som kan besvaras med hjälp av nyckelskriftställena (till exempel: "Vad tror medlemmarna i er kyrka om Jesus Kristus?"). Be några par elever komma fram och ställa sig framför klassen och besvara en fråga från korten. För att hjälпа eleverna förstå hur missionärer kanske skulle besvara liknande frågor, kan du föreslå några effektiva undervisningsmetoder, som till exempel att 1) berätta om skriftställets kontext, 2) förklara en lära eller princip,

3) ställa frågor för att få veta om de som de undervisar förstår eller tror på det som har sagts, 4) berätta om upplevelser och bära vittnesbörd och 5) uppmuntra dem som de undervisar att handla efter sanningen som de har fått undervisning om. Be klassen komma med positiv kritik och berätta vad de tyckte var bra i svaret som varje par gav på sin fråga.

- **Vittna** – Be eleverna att titta igenom nyckelskriftställena och välja ett som innehåller en lära eller princip som de personligen kan vittna om. Be dem vittna om sanningen de valde och berätta om upplevelser som har lett till att de kan vittna om den. När eleverna bär sina vittnesbörd, bekräftar den Helige Anden att lärosatserna eller principerna som de vittnar om är sanna. Deras vittnesbörd kan också inspirera andra att handla i tro.

*Obs:* Tillfällen för eleverna att bära vittnesbörd bör alltid vara frivilliga. Eleverna ska aldrig behöva känna sig tvungna att bära sitt vittnesbörd eller tala om kunskap som de inte tycker att de har. En del elever tvekar att bära sitt vittnesbörd därför att de felaktigt tror att de måste börja med att säga: "Jag vill bära mitt vittnesbörd ..." eller att de måste visa känslor. Hjälप eleverna förstå att när de vittnar behöver de bara berätta om lärosatser eller principer som de vet är sanna. Att bära vittnesbörd kan vara något så enkelt som att säga: "Jag tror att det är så här" eller "jag vet att det är så här" eller "jag tror på det här av hela mitt hjärta".

#### **Efterleva**

Genom att föreslå sätt för eleverna att tillämpa lärosatserna och principerna som lärs ut i skriftställena (eller uppmuntra eleverna att själva tänka ut sätt) ger du dem tillfälle att lära genom att utöva tro. Äldste David A. Bednar i de tolv apostlarnas kvorum har sagt:

"Den som söker efter kunskap och väljer att handla i enlighet med sanna principer öppnar sitt hjärta för den Helige Anden och inbjuder hans undervisning, kraftfulla vittnesbörd och bekräftande vittne. Att lära sig genom tro kräver andlig, mental och fysisk ansträngning och inte bara ett passivt mottagande. Det är genom uppriktiga och ständiga handlingar, inspirerade av tro, som vi visar vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus att vi är

villiga att lära och ta emot undervisning från den Helige Anden" ("Sök efter kunskap med tro", *Liahona*, sep. 2007, s. 20).

Ge eleverna tillfälle att berätta och vittna om upplevelser de haft när de tillämpat lärosatser och principer. Följande är ett sätt att uppmuntra eleverna att tillämpa nyckelskriftställen i sitt liv:

- **Sätt upp mål** – Uppmuntra eleverna att med utgångspunkt i tillämpningsdelen på nyckelskriftställekorten sätta upp konkreta mål att i högre grad leva efter principerna i nyckelskriftställena. Be dem skriva ner sina mål på ett papper som de alltid kan ha med sig som en påminnelse. När det är lämpligt kan du be eleverna att berätta om sina framsteg.

### Aktiviteter som hjälper eleverna att *memorera* nyckelskriftställen

#### *Memorera*

Utantillärning av skriftställen kan ge eleverna djupare insikt och större förmåga att undervisa om evangeliet. När eleverna lär sig skriftställen utantill kan den Helige Anden vid behov påminna dem om uttryck och tankar som de har glömt (se Joh. 14:26; L&F 11:21). Tänk på att

anpassa all utantillärning efter dina elevers förmåga. Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum har uppmuntrat oss att lära oss skriftställen utantill:

"Vi kan få stor kraft genom att lära oss skriftställen utantill. Att memorera ett skriftställe är som att få en ny vän. Det är som att upptäcka en ny person som kan hjälpa oss vid behov, och som kan inspirera och trösta och motivera oss till nödvändiga förändringar" ("Kraften i skrifterna", *Liahona*, nov. 2011, s. 6).

Var och en av följande aktiviteter kan upprepas flera dagar i följd i början eller slutet av lektionen för att nyckelskriftställena ska gå in i elevernas långtidsminne:

- **Ordstafett** – Be klassen att läsa upp ett nyckelskriftställe ur minnet, ett per elev. När du till exempel hjälper eleverna att lära sig Alma 39:9 utantill, säger den första eleven ordet *nu*, den andra eleven säger *min*, den tredje eleven säger *son* och så vidare tills de har avslutat versen. Ta tid på klassen, och låt dem få flera försök att klara av en viss tid. När du upprepar aktiviteten, fundera då på att ändra ordningsföljden bland eleverna så att de måste säga olika ord.
- **Begynnelsebokstäver** – Skriv på tavlan begynnelsebokstaven i varje ord i ett nyckelskriftställe. Peka på bokstäverna

medan eleverna läser skriftstället tillsammans med dig, vid behov med hjälp av sina skrifter. Upprepa den här aktiviteten tills eleverna känner att de kan läsa upp ett skriftställe enbart med hjälp av begynnelsebokstäverna. Du kan suddas bort några bokstäver varje gång eleverna läser upp skriftstället. Det här sporrar eleverna allt mer tills de slutligen kan upprepa skriftstället utan hjälp av begynnelsebokstäverna.

- **Ordremsepussel** – Skriv, eller låt eleverna skriva, orden till ett nyckelskriftställe på ett linjerat papper. Klipp papperet i remsor på ett sådant sätt att rader i skriftstället förblir intakta. Korta några av remsorna så att det bara står några få ord på var och en. Blanda pappersremorna och ge dem till par eller mindre grupper. Be eleverna lägga pappersremorna i rätt ordning med hjälp av skrifterna. Låt dem öva ända tills de inte längre behöver titta i skrifterna. När de är färdiga ber du dem att läsa upp skriftstället. Du kan också ta tid på eleverna för att se vilken grupp som snabbast lägger pappersremorna i rätt ordningsföljd. Eller också kan du ta tid på hela klassen för att se hur lång tid det tar för samtliga grupper att lägga pusslet (när de första grupperna blir färdiga låter du dem hjälpa de långsammare grupperna).



## 100 nyckelskriftställen

Gamla testamentet	Nya testamentet	Mormons bok	Läran och förbunden
Mose 1:39	Matteus 5:14–16	1 Nephi 3:7	L&F 1:37–38
Mose 7:18	Matteus 11:28–30	2 Nephi 2:25	L&F 6:36
Abraham 3:22–23	Matteus 16:15–19	2 Nephi 2:27	L&F 8:2–3
1 Mosebok 1:26–27	Matteus 22:36–39	2 Nephi 9:28–29	L&F 10:5
1 Mosebok 2:24	Matteus 28:19–20	2 Nephi 25:23, 26	L&F 13:1
1 Mosebok 39:9	Lukas 24:36–39	2 Nephi 28:7–9	L&F 18:10–11
2 Mosebok 19:5–6	Johannes 3:5	2 Nephi 31:19–20	L&F 18:15–16
2 Mosebok 20:3–17	Johannes 14:6	2 Nephi 32:3	L&F 19:16–19
Josua 24:15	Johannes 14:15	2 Nephi 32:8–9	L&F 19:23
1 Samuelsboken 16:7	Johannes 17:3	Mosiah 2:17	L&F 25:13
Psaltaren 24:3–4	Apostlagärningarna 2:36–38	Mosiah 3:19	L&F 46:33
Psaltaren 119:105	Apostlagärningarna 3:19–21	Mosiah 4:30	L&F 58:27
Psaltaren 127:3	1 Korintierbrevet 6:19–20	Alma 7:11–13	L&F 58:42–43
Ordspråksboken 3:5–6	1 Korintierbrevet 15:20–22	Alma 32:21	L&F 64:9–11
Jesaja 1:18	1 Korintierbrevet 15:40–42	Alma 37:35	L&F 76:22–24
Jesaja 5:20	Galaterbrevet 5:22–23	Alma 39:9	L&F 76:40–41
Jesaja 29:13–14	Efesierbrevet 4:11–14	Alma 41:10	L&F 78:19
Jesaja 53:3–5	Filipperbrevet 4:13	Helaman 5:12	L&F 82:10
Jesaja 58:6–7	2 Tessalonikerbrevet 2:1–3	3 Nephi 12:48	L&F 88:124
Jesaja 58:13–14	2 Timoteusbrevet 3:15–17	3 Nephi 18:15, 20–21	L&F 89:18–21
Jeremia 1:4–5	Hebreerbrevet 12:9	Ether 12:6	L&F 107:8
Hesekiel 37:15–17	Jakobs brev 1:5–6	Ether 12:27	L&F 121:36, 41–42
Amos 3:7	Jakobs brev 2:17–18	Moroni 7:41	L&F 130:22–23
Malaki 3:8–10	1 Petrusbrevet 4:6	Moroni 7:45, 47–48	L&F 131:1–4
Malaki 4:5–6	Johannes Uppenbarelse 20:12	Moroni 10:4–5	JS—H 1:15–20

## Introduktion till grundsatser

Följande grundsatser bör betonas i seminariet:

- Gudomen
- Frälsningsplanen
- Jesu Kristi försoning
- Tidsutdelning, avfallet och återställelsen
- Profeter och uppenbarelse
- Prästadömet och prästadömet's nycklar
- Förrättningar och förbund
- Äktenskap och familj
- Bud

Lärare ska hjälpa eleverna att urskilja, förstå, tro på, förklara och tillämpa dessa grundsatser i evangeliet när de studerar skrifterna. Det hjälper eleverna att stärka sitt vittnesbörd och känna större uppskattning för Jesu Kristi återställda evangelium. När eleverna lär sig grundsatserna är de dessutom bättre förberedda att leva efter evangeliet och undervisa andra om dessa viktiga sanningar. Lektionerna i den här handledningen har utformats framför allt med tanke på grundsatserna. Även andra viktiga lärosatser betonas i handledningen även om de inte ingår i listan över grundsatser.

Undervisning om evangeliets grundsatser sker när du studerar skrifterna dagligen tillsammans med eleverna och när du hjälper dem att behärska viktiga skriftställen. Du bör inte avvika från studiet av skrifterna i ordningsföljd för att fokusera på dessa lärosatser. Du bör i stället ägna uppmärksamhet åt dem när de följer på ett naturligt sätt i studiekursen och när du hjälper eleverna att behärska viktiga skriftställen. När du till exempel undervisar om sanningen i 1 Nephi 1 att "profeter varnar för synd och undervisar om frälsning genom Jesus Kristus", kan du framhålla för eleverna att den här sanningen kan hjälpa dem att förstå läran om "profeter och uppenbarelse". Du kan fråga eleverna vad de vet mera om profeter och uppenbarelse. Och när eleverna lär sig nyckelskriftstället 2 Nephi 25:23, 26 kan du hjälpa dem förstå att skriftstället illustrerar ett sätt för profeter att fullgöra sin plikt att predika frälsning genom Jesus Kristus. Att få djupare insikt, att tro och att leva efter grundsatserna är en process som pågår inte bara under de fyra åren i seminariet utan livet ut.

Du kan ge eleverna listan över grundsatser.

### Basic Doctrines Assessment [Bedömning av kunskap om grundsatser] (Ännu ej på svenska)

Basic Doctrines Assessment är ett diagnostiskt prov som ger lärarna information som de kan använda för att deras undervisning ska bli till större nytta för eleverna. Vi rekommenderar att lärarna låter eleverna göra det här provet den första veckan på läsåret och sedan mot slutet av året. Du hittar Basic Doctrines Assessment och andra diagnostiska prov och utvärderingar på S&I:s webbplats ([si.lds.org](http://si.lds.org)). Sök med begreppet *assessment*.

Lärare som skickar elevernas resultat på provet till S&I Office of Research får en rapport som hjälper dem att anpassa sin undervisning så att den bättre svarar mot elevernas behov. Om resultaten till exempel visar att eleverna inte förstod läran om omvändelse, listas flera lektioner i det årliga studiematerialet som kan hjälpa eleverna att bättre förstå den här läran. Använder lärarna den här informationen – med en bön i hjärtat – när de undervisar om skrifterna i ordningsföljd, blir våra ungdomar och unga vuxna bättre förberedda att genomföra seminariets och institutets målsättning.

## Grundsatser

*Grundsatserna bör betonas både på lektioner i seminariet och institutet. Lärare ska hjälpa eleverna att urskilja, förstå, tro på, förklara och tillämpa dessa lärosatser i evangeliet. Det hjälper eleverna att stärka sitt vittnesbörd och känna större uppskattning för Jesu Kristi återställda evangelium. När eleverna studerar de här lärosatserna hjälper det dem också att vara bättre förberedda på att undervisa andra om de här viktiga sanningarna.*

*Seminiariets och institutets 100 nyckelskriftställen valdes ut för att stärka elevernas förståelse av grundsatserna. De flesta av skriftställehänvisningarna som listas nedan är till nyckelskriftställen. De togs med för att visa sambandet mellan dem och grundsatser.*

### 1. Gudomen

Gudomen består av tre åtskilda personer: Gud den evige Fadern, hans Son Jesus Kristus och den Helige Anden (se Joseph Smith — Historien 1:15–20). Fadern och Sonen har påtagliga kroppar av kött och ben, den Helige Anden är en person som består av ande (se L&F 130:22–23). De är ett i fråga om avsikt och lära. De är fullkomligt eniga i att genomföra vår himmelske Faders gudomliga frälsningsplan.

#### Gud Fadern

Gud Fadern är universums högste styresman. Han är våra andars Fader (se Hebreerbrevet 12:9). Han är fullkomlig, har all makt och vet allt. Han är en fullkomligt barmhärtig, god och kärleksfull Gud.

#### Jesu Kristus

Jesu Kristus är Faderns Förstfödde i anden och Faderns Enfödde i köttet. Han är Gamla testamentets Jehova och Nya testamentets Messias.

Jesu Kristus levde ett liv utan synd och åstadkom en fullkomlig försoning för alla människors synder (se Alma 7:11–13). Hans liv är det fullkomliga exemplet på hur alla människor bör leva (se Johannes 14:6; 3 Nephi 12:48). Han var den första personen på jorden som uppstod (se 1 Korintierbrevet 15:20–22). Han ska komma tillbaka i makt och härlighet och regera på jorden under tusenårsriket.

Alla böner, välsignelser och prästadömsförrättningar ska utföras i Jesu Kristi namn (se 3 Nephi 18:15, 20–21).

Andra skriftställen: Helaman 5:12; L&F 19:23; L&F 76:22–24

#### Den Helige Anden

Den Helige Anden är den tredje medlemmen av Gudomen. Han är en person som består av ande, utan kropp av kött och ben. Han kallas ofta Anden, Guds Ande, Herrens Ande eller Hjälparen.

Den Helige Anden vittnar om Fadern och Sonen, uppenbarar all sanning och helgar dem som omvänder sig och blir döpta (se Moroni 10:4–5).

Andra skriftställen: Galaterbrevet 5:22–23; L&F 8:2–3

### 2. Frälsningsplanen

I föruttillvaron lade vår himmelske Fader fram en plan som gör att vi kan bli lika honom och uppnå odödlighet och evigt liv (se Mose 1:39). I skrifterna kallas den här planen för frälsningsplanen, den stora lycksalighetsplanen, återlösningsplanen och barmhärtighetens plan.

Frälsningsplanen omfattar skapelsen, fallet, Jesu Kristi försoning och alla evangeliets lagar, förrättningar och lärosatser. Handlingsfriheten, förmågan att välja och handla självständigt, är också väsentlig i vår himmelske Faders plan (se 2 Nephi 2:27). Tack vare den planen kan vi fullkomnas genom försoningen, ta emot glädjens fullhet och leva för evigt i Guds närhet (se 3 Nephi 12:48). Våra familjereaktioner kan bestå i all evighet.

Andra skriftställen: Johannes 17:3; L&F 58:27

#### Föruttillvaron

Innan vi föddes på jorden levde vi i vår himmelske Faders närhet som hans andebarn (se Abraham 3:22–23). I den här föruttillvaron deltog vi i ett råd tillsammans med vår himmelske Faders andra andebarn. Under det rådet lade vår himmelske Fader fram sin plan och den förjordiske Jesus Kristus slöt förbund att vara Frälsaren.

Vi gjorde bruk av vår handlingsfrihet och valde att följa vår himmelske Faders plan.

Vi förberedde oss att komma till jorden där vi kunde fortsätta att utvecklas.

De som följde vår himmelske Fader och Jesus Kristus tilläts komma till jorden för att uppleva jordelivet och utvecklas mot evigt liv. Lucifer, en av Guds andra andesöner, gjorde uppror mot planen. Han blev Satan, och han och hans efterföljare kastades ut från himlen och förvägrades förmånen att få en fysisk kropp och uppleva jordelivet.

Annat skriftställe: Jeremia 1:4–5

#### Skapelsen

Jesu Kristus skapade himlen och jorden under Faderns ledning. Jorden skapades inte ur intet, den organiserades ur existerande materia. Jesus Kristus har skapat otaliga världar (se L&F 76:22–24).

Jordens skapelse var väsentlig i Guds plan. Det gav oss en plats där vi kunde få en fysisk kropp, prövas och utveckla gudomliga egenskaper.

Vi ska använda jordens resurser med visdom, omdöme och tacksamhet (se L&F 78:19).

Adam var den första människan som skapades på jorden. Gud skapade Adam och Eva till sin avbild. Alla människor – både män och kvinnor – är skapade till Guds avbild (se 1 Mosebok 1:26–27).

#### Fallet

Gud befallde Adam och Eva i Edens lustgård att inte äta av frukten från trädet med kunskap om gott och ont. Följden av att äta av den skulle bli andlig och fysisk död. Andlig död är skilsmässa från Gud. Fysisk död innebär att anden skiljs från den dödliga kroppen. Eftersom Adam och Eva överträdde Guds befallning blev de utdrivna från hans närhet och blev dödliga. Adams och Evas överträdelse och de förändringar som blev följden, bland annat andlig och fysisk död, kallas för fallet.

Till följd av fallet kunde Adam och Eva och deras efterkommande uppleva glädje och sorg, de hade kunskap om gott och ont, de kunde få barn (se 2 Nephi 2:25). Som Adams och Evas efterkommande ärver vi ett fallet tillstånd under jordelivet. Vi är skilda från Guds närhet och underkastade den fysiska döden. Vi prövas dessutom

av livets svårigheter och motståndarens frestelser. (Se Mosiah 3:19.)

Fallet är en nödvändig del av vår himmelske Faders frälsningsplan. Det innebär två riktningar: nedåt men ändå framåt. Fallet medförde fysisk och andlig död men gav oss samtidigt möjligheten att födas på jorden och att lära och utvecklas.

### **Jordelivet**

Jordelivet är en tid av lärande när kan vi bereda oss för evigt liv och visa att vi använder vår handlingsfrihet till att göra allt som Herren har befallt oss. Under jordelivet ska vi älska och tjäna andra (se Mosiah 2:17; Moroni 7:45, 47–48).

Under jordelivet är vår ande förenad med vår fysiska kropp, vilket ger oss möjlighet att växa och utvecklas på ett sätt som inte var möjligt i det föjordiska livet. Vår kropp är en viktig del av frälsningsplanen och bör respekteras som en gåva från vår himmelske Fader (se 1 Korintierbrevet 6:19–20).

Andra skriftställen: Josua 24:15; Matteus 22:36–39; 2 Nephi 28:7–9; Alma 41:10; L&F 58:27

### **Livet efter döden**

När vi dör kommer vår ande till andevärlden och inväntar där uppståndelsen. Deras andar som är rättfärdiga tas emot i ett lyckotillstånd som kallas paradis. Många av de trofasta kommer att predika evangeliet för dem som är i andefängelset.

Andefängelset är en tillfällig plats i livet efter detta för dem som har dött utan kunskap om sanningen eller var olydiga under jordelivet. Där får andarna undervisning om evangeliet och får möjlighet att omvända sig och ta emot frälsande förrättningar som utförs för dem i templen (se 1 Petr. 4:6). De som tar emot evangeliet får vistas i paradiset fram till uppståndelsen.

Uppståndelsen är en återförening av andekroppen med den fullkomnade fysiska kroppen av kött och ben (se Lukas 24:36–39). Efter uppståndelsen skiljs anden och kroppen aldrig mer åt och vi blir odödliga. Alla som föds på jorden kommer att uppstå eftersom Jesus Kristus övervann döden (se 1 Kor. 15:20–22). De rättfärdiga kommer att uppstå före de ogudaktiga och ska komma fram i den första uppståndelsen.

Den slutliga domen äger rum efter uppståndelsen. Jesus Kristus dömer varje person för att avgöra vilken evig härlighet han eller hon ska få. Den domen baseras på personens lydnad mot Guds bud (se Johannes Uppenbarelse 20:12; Mosiah 4:30).

Det finns tre härlighetsriken (se 1 Kor. 15:40–42). Det högsta är det celestialet riket. De som är tappra i vittnesbördet om Jesus och lydiga mot evangeliets principer får bo i Gud Faderns och hans Sons Jesu Kristi närhet (se L&F 131:1–4).

Det andra av de tre härlighetsrikena är det terrestriala riket. De som kommer till det riket är jordens hedervärda män och kvinnor som inte var tappra i vittnesbördet om Jesus.

Det telestiala riket är det lägsta av de tre härlighetsrikena. De som ärver det riket valde ogudaktighet hellre än rättfärdighet under jordelivet. De personerna får ta emot sin härlighet först efter att ha återlösts ur andefängelset.

Annat skriftställe: Johannes 17:3

## **3. Jesu Kristi försoning**

Att sona är att lida straffet för synden och därigenom ta bort följderna av synden från den botfärdige syndaren och göra det möjligt för honom eller henne att förliskas med Gud. Jesus Kristus var den ende som kunde åstadkomma en fullkomlig försoning för alla människor. Hans försoning omfattade hans lidande i Getsemane trädgård för alla människors synder, utgjutelsen av hans blod, hans lidande och död på korset och hans uppståndelse från graven (se Lukas 24:36–39; L&F 19:16–19). Frälsaren kunde utföra försoningen eftersom han höll sig syndfri och hade makt över döden. Av sin dödliga mor ärvde han förmågan att dö. Av sin odödlige Fader ärvde han förmågan att ta upp sitt liv igen.

Genom nåden, som är möjlig tack vare Frälsarens försoningsoffer, ska alla människor uppstå och bli odödliga. Jesu Kristi försoning gör det också möjligt för oss att få evigt liv (se Moroni 7:41). För att få den gåvan måste vi leva efter Jesu Kristi evangelium, vilket betyder att vi måste ha tro på honom, omvända oss från våra synder, döpa oss, ta emot den Helige Andens gåva och hålla ut trofast intill änden (se Johannes 3:5).

Försoningen innebär inte bara att Jesus Kristus led för våra synder utan också att han tog på sig alla människors smärta, sjukdomar och skräppligheter (se Alma 7:11–13). Han förstår vårt lidande eftersom han själv har upplevt det. Hans nåd, eller möjliggörande kraft, stärker oss så att vi kan bära våra bördor och klara av sådant som vi inte kan göra av egen kraft (se Matteus 11:28–30; Fil. 4:13; Ether 12:27).

Andra skriftställen: Johannes 3:5; Apostlagärningarna 3:19–21

### **Tro på Jesus Kristus**

Tro är "hopp om ting som inte syns men som är verkliga" (Alma 32:21; se också Ether 12:6). Den är en gåva från Gud.

Tron måste vara inriktad på Jesus Kristus för att kunna leda en person till frälsning. Att ha tro på Jesus Kristus innebär att man förtröstar helt och hållet på honom och på hans oändliga försoning, makt och kärlek. Det innebär att tro på hans lära och att tro att även om vi inte förstår allting så gör han det (se Ords. 3:5–6; L&F 6:36).

Tron är inte något passivt, den uttrycks genom vårt sätt att leva (se Jakobs brev 2:17–18). Tron stärks när vi ber, studerar skrifterna och håller Guds bud.

Sista dagars heliga tror också på Gud Fadern, den Helige Anden, prästadömetets makt och andra viktiga aspekter av det återställda evangeliet. Tron hjälper oss att bli helade både andligt och fysiskt och få styrka att sträva framåt, klara av våra svårigheter och övervinna frestelser (se 2 Nephi 31:19–20). Herren utför stora underverk i vårt liv alltefter vår tro.

Genom tro på Jesus Kristus kan man få förlåtelse för sina synder och så småningom få bo i Guds närhet.

Annat skriftställe: Matteus 11:28–30

### **Omvändelse**

Omvändelse är en sinnets och hjärtats förvandling som ger oss en ny syn på Gud, på oss själva och på världen. Det innebär att vi vänder oss bort från synd och vänder oss till Gud för att få förlåtelse. Drivfjädern till omvändelse är kärlek till Gud och en uppriktig önskan att hålla hans bud.

Våra synder gör oss orena eller med andra ord ovärdiga att återvända till och bo i vår himmelske Faders närhet. Genom Jesu

Kristi försoning har vår himmelske Fader gett oss det enda sättet på vilket vi kan få förlåtelse för våra synder (se Jesaja 1:18).

Omvändelse innebär också att sörja över att vi har begått synder, att bekänna dem för vår himmelske Fader eller andra ord om så behövs, att överge dessa synder, att i möjligaste mån ersätta den skada som våra synder har förorsakat, att leva i lydighet mot Guds bud (se L&F 58:42–43).

Andra skriftställen: Jesaja 53:3–5; Johannes 14:6; 2 Nephi 25:23, 26; L&F 18:10–11; L&F 19:23; L&F 76:40–41

#### 4. Tidsutdelning, avfallet och återställelsen

##### Tidsutdelning

En tidsutdelning är en tidsperiod då Herren uppenbarar sina lärosatser, förrättningar och sitt prästadöme. Det är en tidsperiod då Herren har minst en bemyndigad tjänare på jorden som bär det heliga prästadömet och som har ett dagagivet uppdrag att sprida evangeliet och betjäna i dess förordningar. I dag lever vi i den sista tidsutdelningen: tidernas fullhets utdelning, som inleddes när evangeliet uppenbarades för Joseph Smith.

Tidigare tidsutdelningar förbinds med Adam, Enok, Noa, Abraham, Mose och Jesus Kristus. Det har också funnits andra tidsutdelningar, till exempel bland nephiterna och Jarediterna. Frälsningsplanen och Jesu Kristi evangelium har uppenbarats och predikats i varje tidsutdelning.

##### Avfallet

När människor vänder sig bort från evangeliets principer och inte har prästadömet's nycklar, befinner de sig i ett avfallet tillstånd.

Världshistorien igenom har det funnits perioder av allmänt avfall. Ett exempel är det stora avfallet som inträffade efter att Frälsaren hade upprättat sin kyrka (se 2 Tess. 2:1–3). Efter Frälsarens apostlars död förvrängdes evangeliets principer och otillåtna ändringar gjordes i kyrkans organisation och prästadömet's förrättningar. Till följd av denna omfattande ogudaktighet tog Herren bort prästadömet's myndighet och nycklar från jorden.

Under det stora avfallet stod människor utan gudomlig ledning från levande profeter. Många kyrkor grundades men saknade myndighet att förläna den Helige

Andens gåva eller utföra andra prästadömsförrättningar. Delar av de heliga skrifterna förvrängdes eller gick förlorade och människor hade inte längre en sann kunskap om Gud.

Detta avfall varade ända tills vår himmelske Fader och hans älskade Son uppenbarade sig för Joseph Smith och inledde återställelsen av evangeliets fullhet.

##### Återställelse

Återställelsen innebar att Gud återuppriktade sitt evangeliums sanningar och förrättningar bland sina barn på jorden (se Apostlagärningarna 3:19–21).

Herren förberedde återställelsen genom att låta ädla män träda fram under det som kallas reformationen. De försökte återgå till religiösa lärosatser och bruk och organisationer som de var när Frälsaren etablerade dem. Men de hade varken prästadömet eller evangeliets fullhet.

Återställelsen inleddes 1820 när Gud Fadern och hans Son Jesus Kristus uppenbarade sig för Joseph Smith som svar på hans bön (se Joseph Smith — Historien 1:15–20). Några viktiga händelser i återställelsen var att Mormons bok översattes, aronska och melkisedekska prästadömet återställdes och kyrkan organiserades den 6 april 1830.

Aronska prästadömet återställdes till Joseph Smith och Oliver Cowdery av Johannes Döparen den 15 maj 1829. Även melkisedekska prästadömet och rikets nycklar återställdes 1829 då apostlarna Petrus, Jakob och Johannes förlänade dem till Joseph Smith och Oliver Cowdery.

Evangeliets fullhet har återställts och Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är "den enda sanna och levande kyrka[n] på hela jordens yta" (L&F 1:30). Kyrkan kommer så småningom att uppfylla hela jorden och bestå för evigt.

Andra skriftställen: Jesaja 29:13–14; Hesekiel 37:15–17; Efesierbrevet 4:11–14; Jakobs brev 1:5–6

#### 5. Profeter och uppenbarelse

En profet är en person som har kallats av Gud att tala för honom (se Amos 3:7). Profeter vittnar om Jesus Kristus och undervisar om hans evangelium. De tillkännager Guds vilja och sanna väsen. De fördömer synd och varnar för dess

följder. Ibland profeterar de om framtida händelser (se L&F 1:37–38). Mycket av profeternas undervisning finns i skrifterna. När vi studerar profeternas ord lär vi känna sanningen och får vägledning (se 2 Nephi 32:3).

Vi stöder kyrkans president som profet, siare och uppenbarare och som den ende på jorden som får uppenbarelse till vägledning för hela kyrkan. Vi stöder också rådgivarna i första presidentskapet och medlemmarna i de tolv apostlarnas kvorum som profeter, siare och uppenbarare.

Uppenbarelse är kommunikation från Gud till sina barn. När Herren uppenbarar sin vilja för kyrkan, talar han genom sin profet. Skrifterna – Bibeln, Mormons bok, Läran och förbunden och Den kostbara pärlan – innehåller uppenbarelsen till forntida och sentida profeter. Presidenten för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds profet på jorden i dag.

Enskilda kan få uppenbarelsen som hjälper dem när det gäller behov, plikter och frågor de har och för att stärka deras vittnesbörd. De flesta uppenbarelsen till kyrkans ledare och medlemmar kommer genom ingivelses och tankar från den Helige Anden. Den Helige Anden talar till förståndet och hjärtat med en mild och stilla röst (se L&F 8:2–3). Uppenbarelsen kan också komma i form av syner, drömmar och besök av änglar.

Andra skriftställen: Psaltaren 119:105; Efesierbrevet 4:11–14; 2 Timoteusbrevet 3:15–17; Jakobs brev 1:5–6; Moroni 10:4–5

#### 6. Prästadömet och prästadömet's nycklar

Prästadömet är Guds eviga makt och myndighet. Genom prästadömet skapade Gud himmel och jord och råder över dem. Genom denna kraft återlöser och upphöjer han sina barn och "åstadkomm[er] odödlighet och evigt liv för människan" (se Mose 1:39).

Gud ger prästadömet's myndighet till värdiga manliga medlemmar i kyrkan så att de kan handla i hans namn för hans barns frälsning. Prästadömet's nycklar är rätten att presidera, eller makten som Gud har gett människan att styra och leda Guds rike på jorden (se Matteus 16:15–19). Genom de nycklarna kan prästadömsbärare få myndighet att predika evangeliet och utföra de frälsande

förrättningarna. Alla som tjänar i kyrkan kallas under någons ledning som innehar prästadömet's nycklar. På så sätt får de rätt till kraften som behövs för att tjäna och fullgöra plikter och uppgifter i samband med ämbetet de har fått.

Annat skriftställe: L&F 121:36, 41–42

### Aronska prästadömet

Aronska prästadömet kallas ofta det förberedande prästadömet. Ämbetena inom aronska prästadömet är diakon, lärare, präst och biskop. I kyrkan i vår tid kan värdiga manliga medlemmar få aronska prästadömet när de har fyllt tolv år.

Aronska prästadömet "innehar nycklarna till änglars betjäning och till omvändelsens evangelium och till dop" (L&F 13:1).

### Melkisedekska prästadömet

Melkisedekska prästadömet är det högre eller större prästadömet och betjänar i andliga ting (se L&F 107:8). Detta större prästadöme gavs till Adam och har funnits på jorden närhelst Herren har uppenbarat sitt evangelium.

Det kallades först "Det heliga prästadömet enligt Guds Sons orden" (L&F 107:3). Senare kom det att kallas melkisedekska prästadömet efter en högpräst som levde på profeten Abrahams tid.

Ämbetena inom melkisedekska prästadömet är äldste, högpräst, patriark, sjuttio och apostel. Melkisedekska prästadömet's president är kyrkans president.

Annat skriftställe: Efesierbrevet 4:11–14

## 7. Förrättningar och förbund

### Förrättningar

I Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga är en förrättning en helig, formell handling med andlig innebörd. Varje förrättning utformades av Gud för att undervisa om andliga sanningar. Frälsningens förrättningar utförs med prästadömet's myndighet och under ledning av dem som innehar prästadömet's nycklar. Vissa förrättningar är nödvändiga för vår upphöjelse och kallas frälsande förrättningar.

Evangeliet's första frälsande förrättning är dop genom nedsänkning av någon som har myndighet. Dopet är nödvändigt för att en person ska kunna bli medlem i kyrkan och komma in i celestialet rike (se Johannes 3:5).

Det engelska ordet för *dop* (*baptism*) har sitt ursprung i ett grekiskt ord som betyder att doppa eller nedsänka. Nedsänkningen symboliserar att personens syndiga liv dör och att han eller hon föds på nytt till ett andligt liv, ägnat åt att tjäna Gud och hans barn. Det symboliserar också döden och uppståndelsen.

När en person har döpts lägger en eller flera bärare av melkisedekska prästadömet händerna på personens huvud och konfirmerar honom eller henne som medlem i kyrkan. Den här förrättningen kallas konfirmation, och under konfirmationen ges personen den Helige Andens gåva.

Den Helige Andens gåva skiljer sig från den Helige Andens inflytande. Före dopet kan en person känna den Helige Andens inflytande då och då och kan genom detta inflytande få ett vittnesbörd om sanningen (se Moroni 10:4–5). När man har fått den Helige Andens gåva har man rätt till hans ständiga sällskap om man håller buden.

Andra frälsande förrättningar är ordination till melkisedekska prästadömet (för män), tempelbegävnin och besegling av äktenskap (se L&F 131:1–4). Alla prästadömet's frälsande förrättningar åtföljs av förbund. De frälsande förrättningarna kan också utföras för de döda genom ställföreträdare i templet. Ställföreträdande förrättningar gäller inte förrän de avlidna personerna tar emot dem i andevärlden och är tillhörande förbund.

Andra förrättningar, som att välsigna sjuka och ge barn ett namn och en välsignelse, är också viktiga för vår andliga utveckling.

Annat skriftställe: Apostlagärningarna 2:36–38

### Förbund

Ett förbund är en helig överenskommelse mellan Gud och människa. Gud anger villkoren för förbundet och vi samtycker till att göra det han ber oss göra. Gud lovar oss sedan vissa välsignelser för vår lydhet (se L&F 82:10).

Alla prästadömet's frälsande förrättningar åtföljs av förbund. Vi sluter förbund med Herren vid dopet och förnyar dessa förbund genom att ta del av sakramentet. Bröder som tar emot melkisedekska prästadömet ingår i prästadömet's ed och förbund. Vi sluter ytterligare förbund i templet.

Andra skriftställen: 2 Mosebok 19:5–6; Psaltaren 24:3–4; 2 Nephi 31:19–20; L&F 25:13

## 8. Äktenskap och familj

Äktenskapet mellan man och kvinna är instiftat av Gud och familjen har en central roll i hans frälsningsplan och för vår lycka. Största förutsättningarna för lycka i familjelivet finns då det byggs på Herren Jesu Kristi lärdomar.

Den heliga fortplantningsförmågan ska endast användas mellan man och kvinna, lagligt vigda som man och hustru. Föräldrar ska föröka sig och uppfylla jorden, uppfostra sina barn i kärlek och rättfärdighet och sörja för deras fysiska och andliga behov.

Man och hustru har ett högtidligt ansvar att älska och vårda sig om varandra. Fadern ska presidera över sin familj i kärlek och rättfärdighet och sörja för sin familj. Moderns främsta ansvar är barnens omvårdnad. I dessa heliga ansvar är fadern och modern skyldiga att hjälpa varandra som likvärdiga makar.

Den gudomliga lycksalighetsplanen gör det möjligt för familjebanden att fortsätta bortom graven. Jordan skapades och evangeliet uppenbarades för att familjer skulle kunna bildas, beseglas och upphöjas för evigt. (Hämtat ur "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.)

Andra skriftställen: 1 Mosebok 2:24; Psaltaren 127:3; Malaki 4:5–6; L&F 131:1–4

## 9. Bud

Bud är lagar som Gud ger människorna och krav han ställer på dem. Vi visar vår kärlek till honom genom att hålla hans bud (se Johannes 14:15). Herren välsignar oss när vi håller buden (se L&F 82:10).

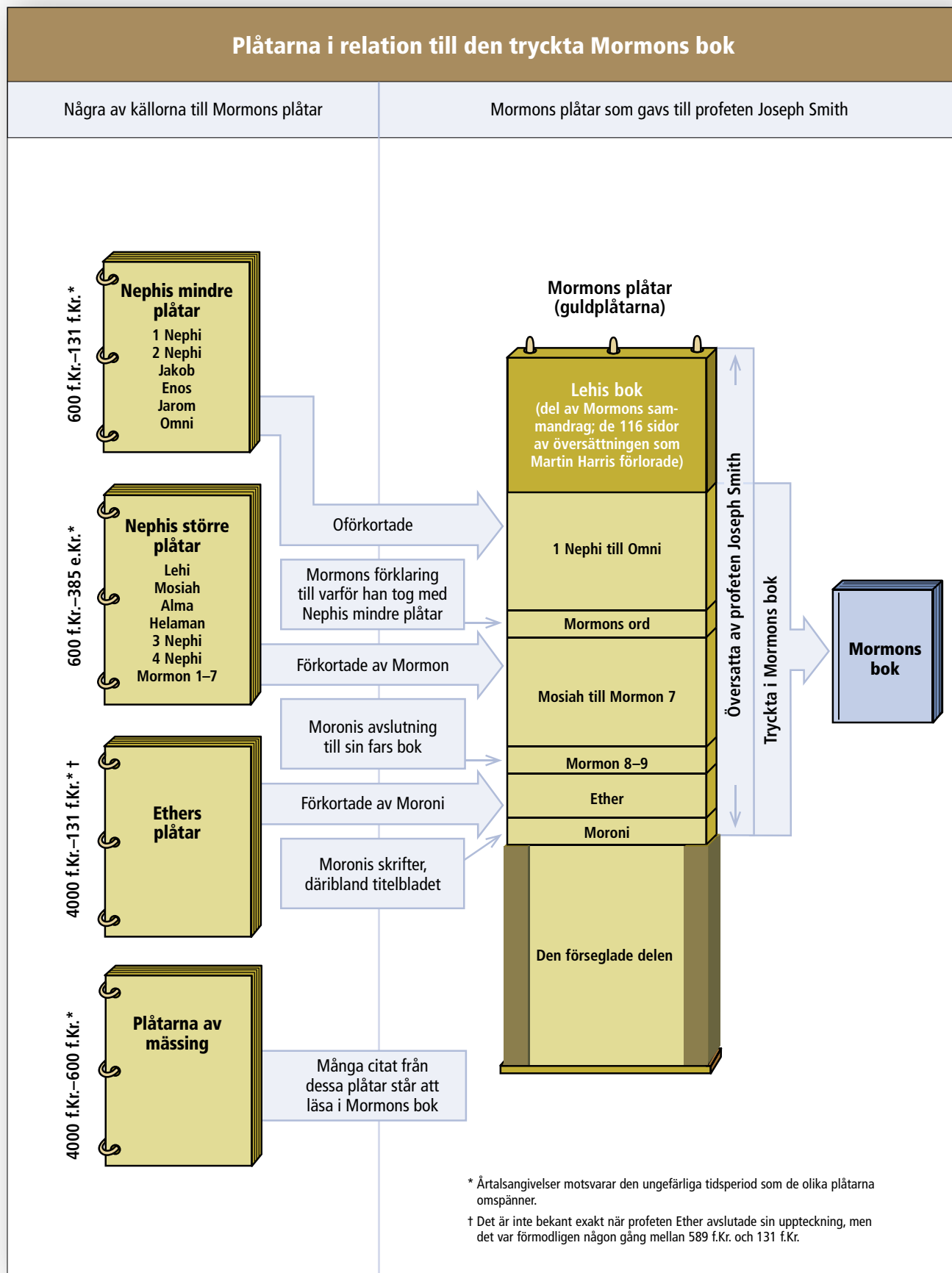
De två mest grundläggande buden är: "Du skall älska Herren din Gud av hela ditt hjärta och av hela din själ och av hela ditt förstånd" och "Älska din nästa som dig själv" (Matteus 22:36–39).

De tio budorden är en väsentlig del av evangeliet och är eviga principer som är nödvändiga för vår upphöjelse (se 2 Mosebok 20:3–17). Herren uppenbarade dem för Mose i forna tider och har upprepat dem i nutida uppenbarelser.

Andra bud är bland annat att vi ska be dagligen (se 2 Nephi 32:8–9), undervisa andra om evangeliet (se Matteus 28:19–20), lyda kyskhetslagen (se L&F 46:33), betala fullt tionde (se Malaki 3:8–10), fasta (se Jesaja 58:6–7), förlåta andra (se L&F 64:9–11), vara tacksamma (se L&F 78:19) och hålla Visdomsordet (se L&F 89:18–21).

Andra skriftställen: 1 Mosebok 39:9; Jesaja 58:13–14; 1 Nephi 3:7; Mosiah 4:30; Alma 37:35; Alma 39:9; L&F 18:15–16; L&F 88:124

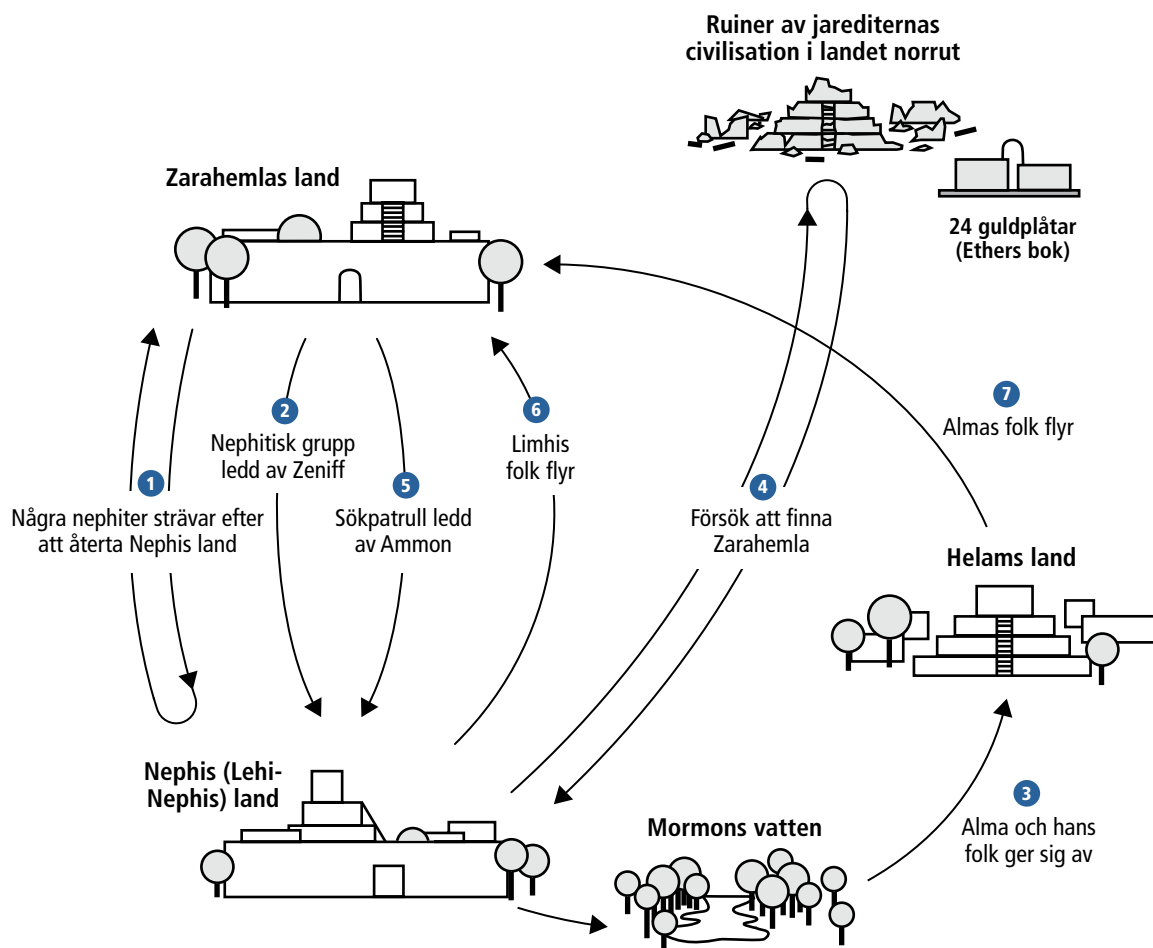
Se LDS.org, Teachings, Gospel Topics [Lära, Evangelieämnen] eller *Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet* (2004).





## Översikt över vandringar i Mosiah 7–24

- Några nephiter strävar efter att återta Nephis land.**  
De strider mot varandra, och de överlevande återvänder till Zarahemlas land. Zeniff tillhör den gruppen. (Se Omni 1:27–28; Mosiah 9:1–2.)
- Nephitisk grupp ledd av Zeniff** slår sig ner bland lamaniterna i Nephis land (se Omni 1:29–30; Mosiah 9:3–5).  
*Efter Zeniffs död regerade hans son kung Noa i ogudaktighet. Abinadi predikade för folket att de måste omvända sig. Alma tog till sig Abinadis budskap och undervisade andra om det budskapet nära Mormons vatten. (Se Mosiah 11–18.)*
- Alma och hans folk ger sig av** från kung Noa och färdas till Helams land (se Mosiah 18:4–5, 32–35; 23:1–5, 19–20).  
*Lamaniterna angrep kung Noas folk i Nephis land. Noas son Limhi regerade under den tid folket var slavar under lamaniterna. (Se Mosiah 19–20.)*
- Försök att finna Zarahemla:** Limhi skickar i väg en grupp för att skaffa hjälp i Zarahemla. Gruppen finner ruinerna av en nation som gått under och 24 guldplåtar. (Se Mosiah 8:7–9; 21:25–27.)
- Sökpatrull ledd av Ammon** färdas från Zarahemla för att hitta avkomlingarna till dem som hade gett sig i väg till Nephis land (se Mosiah 7:1–6; 21:22–24).
- Limhis folk flyr** ur träldomen och leds av Ammon tillbaka till Zarahemla (se Mosiah 22:10–13).  
*Lamaniterna sände en här för att förfölja Limhi och hans folk. Hären gick vilse i vildmarken men upptäckte Alma och hans folk i Helams land. Lamaniterna gjorde dem till slavar. (Se Mosiah 22–24.)*
- Almas folk flyr** ur träldomen och färdas till Zarahemla (se Mosiah 24:20–25).



## Möjligt läge för olika platser i Mormons bok (i förhållande till varandra)\*





KYRKANS SEMINARIER  
OCH RELIGIONSINSTITUT

---

JESU KRISTI  
KYRKA  
AV SISTA DAGARS HELIGA

SWEDISH

