

Liahona

A photograph of a family of four. A man with glasses and a woman are looking at a tablet held by a young girl. A younger child is also visible in the foreground. The scene is set indoors, likely in a home or a library, with bookshelves in the background.

**Stärk hemmet
och familjen,
s. 4, 16, 20, 22**

**Unga vuxna höjer rösten
för anständighet, s. 42**

**Fyra skriftställen som
hjälpte oss, s. 54**

**Att gå vidare från Primär,
s. 58**



*Kristus i Amerika,
av Jeffrey Hein*

*När den uppståndne Kristus
besökte nephiterna i Amerika,
"tog [han] deras små barn ett
efter ett och välsignade dem och
bad till Fadern för dem.*

*Och när han hade gjort detta
grät han på nytt.*

*Och han talade till mängden
och sade till dem: Se era små"
(3 Nephi 17:21–23).*



Liahona, oktober 2012

BUDSKAP

4 Budskap från första presidentskapet: En nyckel till en lycklig familj

Dieter F. Uchtdorf

8 Besökslärarnas budskap: Att hedra våra förbund

ARTIKLAR

22 Att hjälpa ungdomar få andliga upplevelser

Melissa Merrill

Fem sätt att skapa upplevelser som leder till omvändelse.

28 Almas bok: Lärdomar för vår tid

Paul B. Pieper

Tre lärdomar från nephiterna kan hjälpa oss klara av vår tids utmaningar.

34 Att överleva i fiendeland

Boyd K. Packer

Upptäck inom dig själv hur den Helige Anden kan bli till ledning och beskydd.

AVDELNINGAR

9 Vägledning för de unga: Klädsel och utseende

10 Anteckningar från oktoberkonferensen: Håll kalendern öppen för konferensen

Cheryl Burr

11 Tjänande i kyrkan: Söndagsskolesvar

Emma Addams

12 Vad vi tror på: Genom att leva förutseende förbereder vi oss för framtiden

14 Små och enkla medel

16 Vårt hem, vår familj: Undervisning om kyskhet och dygd

Matthew O. Richardson

20 Evangelieklassiker: Undervisa om rättfärdighet i hemmet

Delbert L. Stapley

38 Sista dagars heliga berättar

74 Kyrkonytt

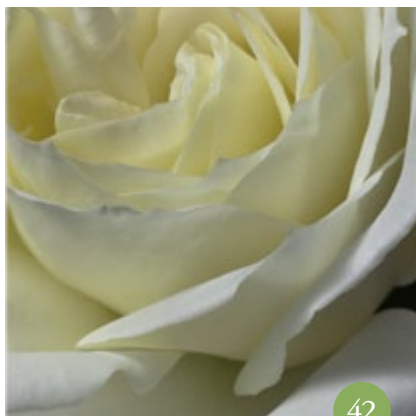
79 Förslag till familjens hemafton

80 Tills vi möts igen: Bra saker fortsätter hända

Caitlin A. Rush

PÅ OMSLAGET

Fotoillustrationer Cody Bell.



42

42 Kyskhet i en okysk värld

Åtta unga vuxna diskuterar hur man håller sig kysk i en värld där kyskhet inte uppskattas.



Se om du kan hitta Liahonan som är gömd i det här numret.
Ledtråd:
Använde Noa en Liahona?

46 Frågor och svar

Vad innebär det att hedra Guds prästadöme?

48 Var klok och var en vän

Robert D. Hales

Bra vänner gör det lätt att leva efter buden.

51 Att klä sig till dans

Crystal Martin

Jag var frestad att bära en klänning som lämnade axlarna bara, men då kom jag ihåg min patriarkaliska välsignelse.

52 Vägledning för de unga: Klädsel och utseende — "Låt den Helige Anden leda"

Mary N. Cook

54 Stärkt av ordet

Fyra tonåringar berättar om tillfällena när de kom att tänka på ett skriftställe som hjälpte dem.

57 Affisch: Vägen är rak och smal

51



58 Att gå vidare från Primär

Här är några upplevelser du kan se fram emot i Unga män eller Unga kvinnor.

60 Kära Amiga

Maribel

Ett brev till en vän som är orolig inför att lämna Primär.

61 Välkomna ett nytt skede i livet

Marissa Widdison

Noah, Dylan, Patrick och Ben gör sig redo att ta emot prästadömet.

62 Musik: Kom, o Jesus

63 Särskilt vittne: Varför är det viktigt att jag trofast följer Jesus Kristus, var jag än är?

Dallin H. Oaks

64 Ta med Primär hem: Prästadömet välsignelser är tillgängliga för alla

66 Dubbla välsignelser

Richard M. Romney

Träffa Sophie och Elodie, tioåriga tvillingar från Madagaskar.

68 Får jag också döpas?

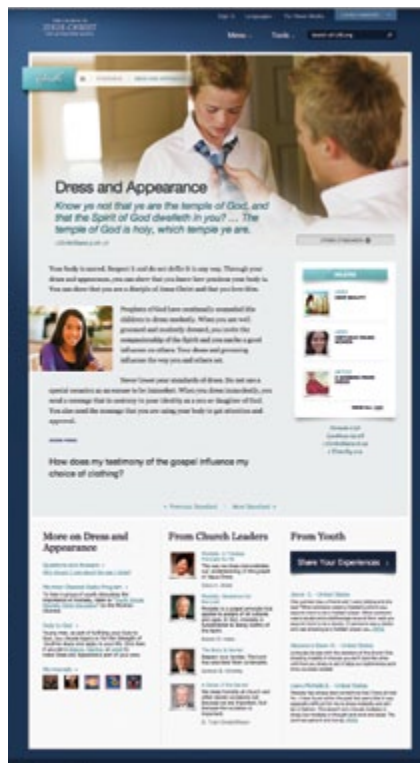
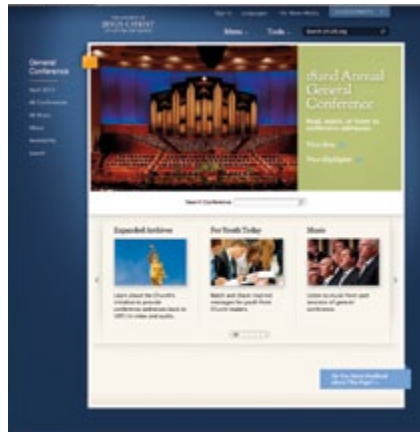
Hilary Watkins Lemon

Sexåriga Paulo längtar efter att bli medlem i kyrkan.

70 För små barn

81 Skriftfigurer från Mormons bok

Mer information på internet Liahona.lds.org



FÖR VUXNA

Efter att ha läst om förlåtelse i budskapet från första presidentskapet (sidan 4), kanske du också vill läsa president James E. Fausts sista konferenstal, "Förlåtelsens helande kraft" (april 2007), på conference.lds.org.

FÖR UNGDOMAR

På sidan 52 förklarar Mary N. Cook hur värnaden vi känner inför templet kan påverka vårt sätt att klä oss. På youth.lds.org, hittar du mer om "Dress and Appearance" [Klädsel och utseende] och andra normer ur *Vägledning för de unga*.

FÖR BARN

Du kan läsa om tvillingarna Elodie och Sophie från Madagaskar i "Dubbla väl-signelser" (sidan 66) och se en del roliga foton av dem på liahona.lds.org.

PÅ DITT SPRÅK

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

ÄMNEN I DET HÄR NUMRET

Sidnumren gäller artiklens första sida.

Arbete, 12

Bön, 38

Dop, 68

Exempel, 40

Familjen, 4, 16, 20, 22,
38, 66

Förberedelse, 12

Förbund, 8

Förlåtelse, 4

Föräldraskap, 14, 16, 22

Generalkonferensen, 10

Jesus Kristus, 62, 63

Klädsel, 9, 51, 52

Kyrkans historia, 14

Kyskhhet, 16, 42

Ledarskap, 20

Lydnad, 40, 57

Mormons bok, 28, 81

Motgångar, 28

Oberoende, 12

Omvändelse, 39

Profeter, 28

Prästadömet, 46, 64

Sabbaten, 40

Skripturstudier, 11, 54

Tempel, 8, 52

Tjänande, 20, 39

Tro, 39, 80

Undervisning, 16, 20, 22

Unga kvinnor, 58, 60

Unga män, 58, 61

Visdom, 48

Vänlighet, 28

Vänner, 48





**President
Dieter F. Uchtdorf**

andre rådgivare i
första presidentskapet

EN NYCKEL TILL EN lycklig familj

Den store ryske författaren Leo Tolstoj inledde sin roman *Anna Karenina* med orden: "Alla lyckliga familjer är varandra lika, men den olyckliga familjen är alltid olycklig på sitt speciella sätt."¹ Jag hävdar inte som Tolstoj att alla lyckliga familjer liknar varandra, men jag har upptäckt en sak som de flesta av dem har gemensamt: De har ett sätt att förlåta och glömma andras ofullkomligheter och att se till det goda.

De som å andra sidan tillhör olyckliga familjer finner ofta fel hos varandra, är arga på varandra och verkar inte kunna släppa gamla felsteg.

"Ja, men ..." börjar de som är olyckliga. "Ja, men du vet inte hur djupt hon har sårat mig", säger en. "Ja, men du vet inte hur hemsk han är", säger en annan.

Kanske har båda rätt, kanske ingen av dem.

Det finns många olika slags felsteg. Det finns många olika nivåer av sårbarhet. Men det jag har lagt märke till är att vi ofta rättfärdigar vår ilska och tillfredsställer vårt samvete genom att intala oss att andras motiv fördömer deras handlingar som oförlåtliga och egoistiska, medan vi samtidigt upplyfter våra egna motiv som rena och oskyldiga.

Prinsens hund

Det finns en gammal walesisk berättelse från 1200-talet om en prins som kom hem och såg att det rann blod nerför

ansiktet på hans hund. Mannen rusade in och såg till sin fasa att hans lille pojke saknades och att vaggan hade välts. I vreden drog prinsen sitt svärd och dödade hunden. Kort därefter hörde han sin son gråta — han var vid liv! Bredvid barnet låg en död varg. Hunden hade egentligen beskyddat prinsens barn från en mordlysten varg.

Den här berättelsen är dramatisk, men den har en poäng. Den visar oss möjligheten att det som vi intalar oss om varför andra uppför sig på ett visst sätt inte alltid överensstämmer med verkligheten — ibland vill vi inte ens veta hur det egentligen står till. Vi vill hellre känna oss rättfärdigade i vår ilska genom att hålla fast vid vår bitterhet och vårt förakt. Ibland kan sådana känslor stanna kvar i månader eller år. Ibland stannar de kvar hela livet.

En splittrad familj

En far kunde inte förlåta sin son för att han hade avvikit från den väg som han blivit undervisad om. Pojken hade vänner som hans far inte tyckte om, och han gjorde mycket tvärt emot vad hans far ansåg att han skulle göra. Detta orsakade en klyfta mellan far och son, och så fort pojken kunde lämnade han hemmet och återvände aldrig igen. De pratade knappt med varandra igen.

Kände sig fadern berättigad i detta? Kanske.

UNDERVISA FRÅN DET HÄR BUDSKAPET

”Medan du förbereder varje lektion bör du fråga dig hur principen ... kan jämföras med något som familjemedlemmarna ... har upplevt i sina egna liv”

(*Undervisning: Den högsta kallelsen* [2000], s. 179). Du kan inbjuda familjemedlemmarna att berätta om upplevelser de har haft eller sett som har med förlåtelse att göra. Samtala om upplevelserna och betona välsignelserna som förlåtelse ger. Avsluta med att vittna om hur viktigt det är att vi förlåter varandra.

Kände sig sonen berättigad? Kanske.

Allt jag vet är att familjen var splittrad och olycklig eftersom varken fadern eller sonen kunde förlåta varandra. De kunde inte se bortom de bittra minnen de hade av varandra. De fyllde hjärtat med ilska i stället för med kärlek och förlåtelse. Båda gick miste om möjligheten att ha ett gott inflytande på den andra. Klyftan mellan dem verkade vara så djup och så bred att båda blev en andlig fånge på sin egen känslomässiga öde ö.

Som väl är har vår kärleksfulle och vise evige Fader i himlen berett ett sätt för oss att överbygga detta högmodighetens gap. Den stora och oändliga försoningen är den högsta förlåtande och förenande handlingen. Dess omfattning övergår mitt förstånd, men jag vittnar av hela mitt hjärta och hela min själ om dess verklighet och avgörande kraft. Frälsaren offrade sig själv som lösensumma för våra synder. Genom honom får vi förlåtelse.

Ingen familj är fullkomlig

Ingen av oss är utan synd. Var och en av oss gör misstag, även du och jag. Vi har alla blivit sårade. Vi har alla sårat andra.

Det är genom vår Frälsares offer som vi kan få upphöjelse och evigt liv. När vi accepterar hans vägar och övervinner vårt högmod genom att uppmjuka våra hjärtan, kan vi och vår familj få uppleva förlikning och förlåtelse. Gud hjälper oss bli mer förlåtande, mer villiga att gå den andra milen, att vara den första att förlåta även om något inte var vårt fel, att lägga bort gammalt agg och inte underhålla det längre. Gud vare tack, som gav sin enfödde Son, och Sonen vare tack, som gav sitt liv för oss.

Vi kan känna Guds kärlek till oss varje

dag. Borde inte vi kunna ge lite mer av oss själva till våra medmänniskor, som vi uppmanas till i den älskade psalmen ”Så rikt har du välsignat mig”?² Herren har öppnat dörren för att vi ska kunna få förlåtelse. Vore det inte enbart rätt att lägga vår egen egoism och vårt eget högmod åt sidan och börja öppna den välsignade förlåtelsens dörr för dem som vi har svårt för — särskilt för alla i vår egen familj?

När allt kommer omkring har lyckan inte sitt ursprung i fullkomlighet utan i att tillämpa gudomliga principer, också när det görs med små steg. Första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum har förkunnat: ”Största förutsättningarna för lycka i familjelivet finns då det byggs på Herrens Jesu Kristi lärdomar. Framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, *förlåtelse*, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation.”³

Förlåtelsen placerades i mitten av de här enkla sanningarna som grundats på vår himmelske Faders lycksalighetsplan. Eftersom förlåtelsen sammanbinder principer så sammanbinder den också människor. Förlåtelse är en nyckel, den öppnar låsta dörrar, den är början på en ärlig väg och den är en av våra bästa förhoppningar om en lycklig familj.

Må Gud hjälpa oss vara lite mer förlåtande i vår familj, mer förlåtande mot varandra och kanske mer förlåtande också mot oss själva. Jag ber att vi må se förlåtelse som ett underbart sätt varpå de flesta lyckliga familjer liknar varandra. ■

SLUTNOTER

1. Leo Tolstoj, *Anna Karenina*, övers. Sigurd Agrell (1978), s. 5.
2. ”Så rikt har du välsignat mig”, *Psalmer*, nr 149.
3. ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen”, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; kursivering tillagd.

Bön och frid

Lauren W.

En kväll bråkade mamma och jag och det kändes inte bra. Så jag bestämde mig för att be. Jag var på dåligt humör och ville inte vara "andlig", men jag visste att jag skulle känna mig gladare och mindre benägen att bråka om jag bad. När mamma hade gått ut ur rummet började jag be. "Käre himmelske Fader, jag har kommit till dig ikväll därför att ..." Nej. Jag öppnade ögonen och tittade upp. Det lät konstigt. Jag försökte igen. "Himmelske Fader, jag behöver ..." Det lät också konstigt. Jag kände hur Satan försökte övertala mig att inte be min himmelske Fader om hjälp.

Plötsligt fick jag en maning om att jag skulle säga tack! Jag gjorde det, och tankar började flöda från sinnet om allt det jag kunde tacka min Fader i himlen för. När jag hade tackat färdigt tog jag upp mitt problem.

Efteråt kände jag en underbar frid inom mig, den varma andliga känslan att jag vet att vår himmelske Fader och mina föräldrar älskar mig och att jag är ett Guds barn. Jag kunde be mamma om förlåtelse och ta emot hennes ursäkt.

Förlåtelse ger lycka

President Uchtdorf lär att vi ska förlåta våra familjemedlemmar. Se hur Josephs och Annas val påverkar deras familj.



Joseph och hans lillasyster Anna leker tillsammans. Anna tar ifrån Joseph hans leksak. Vad bör Joseph göra?

Joseph blir arg på Anna. Anna gråter. Josephs mamma tillrättavisar honom för att han bråkar med sin syster. Joseph är ledsen för att han gjorde ett felaktigt val.

Joseph förlåter Anna och hittar en annan leksak att leka med. De leker glatt tillsammans. Deras mamma är glad att Joseph var snäll mot sin syster så att de kunde känna frid i familjen. Joseph är glad att han valde att förlåta.



Senare behöver Joseph och Anna hjälpa sin mamma att laga middag. Joseph hjälper inte till. Vad bör Anna göra?

Anna klagar för sin mamma. Anna bråkar för att hon måste göra arbetet ensam. Vid middagen är alla ledsna för att det har varit bråk.

Anna förlåter Joseph och hjälper till med middagen. Deras mamma är tacksam för Annas hjälp. Familjen har trevligt tillsammans när de äter middag. Anna är glad för att hon valde att förlåta.

Hur påverkas din familjs lycka när *du* väljer att förlåta?

Studera materialet under bön och samtala om det med systrarna du besöker om så är lämpligt. Använd frågorna för att hjälpa dig stärka dina systrar och göra Hjälpföreningen till en aktiv del av ditt eget liv.



Tro, Familj,
Tjänande

Att hedra våra förbund

Besöksverksamheten är ett uttryck för blärjungeskap och ett sätt att hedra våra förbund när vi tjänar och stärker varandra. Ett förbund är ett heligt och bestående löfte mellan Gud och hans barn. "När vi inser att vi är förbundets barn vet vi vilka vi är och vad Gud förväntar sig av oss", har äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kvorum sagt. "Hans lag är skriven i vårt hjärta. Han är vår Gud och vi är hans folk."¹

Som besökslärare kan vi stärka dem vi besöker i deras strävan att hålla sina heliga förbund. Genom att göra det hjälper vi dem förbereda sig för det eviga livets välsignelser. "Varje syster i den här kyrkan som ingått förbund med Herren har ett gudomligt uppdrag att bidra till att rädda själar, att leda världens kvinnor, att stärka hemmen i Sion och att bygga upp Guds rike"², har äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kvorum sagt.

När vi ingår och håller heliga förbund blir vi redskap i Guds händer. Vi kan ge uttryck för vår tro och stärka varandras tro på vår himmelske Fader och Jesus Kristus.



Från skrifterna

Första Nephi 14:14; Mosiah 5:5–7; 18:8–13; Läran och förbunden 42:78; 84:106

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, "Förbund", *Liahona*, nov. 2011, s. 88.
2. M. Russell Ballard, "Rättfärdighetens kvinnor", *Liahona*, dec. 2002, s. 39.
3. *Döttrar i mitt rike: Hjälpföreningens historia och verksamhet* (2011), s. 133.

Från vår historia

Templet är "en plats för tacksägelse för alla heliga", uppenbarade Herren för profeten Joseph Smith 1833. Det är "en plats för undervisning av alla dem som är kallade till tjänandeverket i alla sina olika kallelser och ämbeten, så att de kan fulländas i insikten om sin andliga verksamhet, i teori, i princip och i lära, i allt som rör Guds rike på jorden" (L&F 97:13–14).

Hjälpföreningssystrarna i Nauvoo i Illinois i början av 1840-talet hjälpte varandra att förbereda sig för templets förrättningar. I det högre prästadömet förrättningar som de sista dagars heliga tog emot i templet i Nauvoo, "[var] gudaktighetens kraft uppenbar" (L&F 84:20). "När de heliga höll sina förbund, stärktes och uppehölls de av denna kraft i prövningarna som följde under kommande dagar och år."³

I kyrkan idag tjänar trofasta kvinnor och män över hela världen i templet och fortsätter att hämta styrka från välsignelserna som bara kan fås genom templets förbund.

Vad kan jag göra?

1. Hur stärks jag av mina förbund?
2. Hur hjälper jag systrarna jag vakar över att hålla sina förbund?

KLÄDSEL OCH UTSEENDE



I dagens värld är det många som inte förstår eller respekterar kroppens heliga natur.

Sista dagars heliga utmärker sig genom att klä sig på ett sätt som visar att vi vet hur dyrbar kroppen är (se *Vägledning för de unga* [häfte, 2011], s. 6–8). På sidan 52 i det här numret tas den här normen upp av Mary N. Cook, första rådgivare i Unga kvinnors generalpresidentskap:

”När tempel byggs är man noga med att det ska vara säkert och vackert dekorerat, inifrån och ut. En nyckel till planering av tempel är insikten att ett tempel *representerar* Herren – det är hans hus. Vi *respekterar* templet som heliga byggnader där endast de som är värdiga släpps in. Vi *vördar* templet på grund av att de heliga förrättningarna och förbunden vi deltar i gör det möjligt för oss att komma tillbaka till vår himmelske Fader.

Din kropp är dyrbarare än det finaste templet på jorden. Du är Guds älskade son eller dotter! Samma principer — representation, respekt och vördnad — tillämpas i än högre grad på den vård och det beskydd du ger din kropp.”

Här följer några förslag på hur du kan undervisa dina barn om rätta principer för klädsel och utseende. Kom också ihåg att ditt exempel i fråga om passande klädsel lär dina barn hur viktigt det är.

Förslag för att undervisa ungdomar

- Läs avsnittet om klädsel och utseende i *Vägledning för de unga*. Det ger dig möjlighet att prata om lärdomarna, välsignelserna och varningarna som hör samman med den här normen och att besvara de frågor som din son eller dotter kan ha.
- Du kan ha en hemafton om hur viktigt det är med passande klädsel. Du kan fråga din familj: Om Herren var i kyrkan med er, hur skulle ni då vilja vara klädda? Hur skulle ni vilja att han såg er? Hur känner du dig när du är passande klädd? Du kan också ta upp hur man klär sig passande för andra tillfällen som skolan, arbetet och sociala evenemang.

Förslag för att undervisa barn

- Vår klädsel visar vad som är viktigt för oss. För att illustrera den här principen kan du ha en hemafton där alla klär sig som en missionär eller har sina söndagskläder på sig.
- Också som små kan barn börja tänka på att klä sig passande. Gå tillsammans med dina barn igenom riktlinjerna på sidan 7 i *Vägledning för de unga* och skaffa sådana kläder till dem som följer dessa riktlinjer. ■

SKRIFTSTÄLLEN OM KLÄDSEL OCH UTSEENDE

1 Mos. 1:27;

1 Kor. 6:19;

Alma 1:27

Anteckningar från oktoberkonferensen

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

Håll kalendern öppen för konferensen

Cheryl Burr

Eftersom vi inte hade några andra aktiviteter som var i vägen kunde vi känna Anden mer när vi lyssnade på generalkonferensen.

För årtal sedan när våra sex barn var små, bestämde vi att vi ville göra generalkonferensen mer meningsfull för oss. Vi pratade om hur viktigt det är att titta på generalkonferensen med klart sinne och utvilad kropp. Konferensen är en viktig tid för att få undervisning av våra nuvarande profeter. Så vi sätter upp som mål att inte planera något extra under några dagar före och under själva konferenshelgen. Vi kryssade över dessa dagar på vår kalender och var och en hade bestämt sig för att inte planera några andra aktiviteter under de här dagarna.

Om du väljer att göra något liknande så blir det unikt för din familj och er situation, men för vår familj var ”extra aktiviteter” sådant som att gå på skolaktiviteter, bjuda över grannbarn, umgås med vänner utanför hemmet, ha fester eller middagar med vänner eller släktingar, arbeta på projekt eller i trädgården mellan eller under konferenssessionerna, spara läxor till sista minuten eller göra extra skoluppgifter.

När veckan före generalkonferensen kom var det ibland svårt att säga nej till sådana aktiviteter, men de flesta i familjen gjorde glatt de rätta valen för att vi skulle uppnå vårt mål. Vi upptäckte att våra minsta barn också ville ta del av generalkonferensen. Jag tror det var för att vi pratade om hur viktig konferensen är flera gånger under veckan före.

Jag är glad att rapportera att när vi höll vårt schema enkelt dagarna före och under

generalkonferensen så förändrade det helt familjens upplevelse. Våra hjärtan och sinnen var förberedda för konferensen. Vi var inte upptagna med andra aktiviteter så vi kunde känna Anden när vi satt och lyssnade på råden från våra ledare.

Vi har hållit fast vid vårt mål konferens efter konferens eftersom det fyller vårt hem med frid. Det är flera av barnen som inte bor hemma längre, men vi uppmuntrar dem ändå att hålla kalendern öppen dagarna före och under konferensen, som vi gör hemma. Vi försöker också bestämma en tid när vi tittar på en hel konferenssession tillsammans hela familjen. Jag hoppas att när våra barn gifter sig och får egna barn, att de då fortsätter ge hög prioritet åt att värna om konferensupplevelsen genom att hålla sin kalender öppen. ■



PRIORITERA KONFERENSEN

”Besluta dig nu för att prioritera generalkonferensen i ditt liv. Besluta dig för att lyssna uppmärksamt och följ den undervisning du får.”

Äldste Paul V. Johnson i de sjuttios kворum, ”Välsignelserna vi får genom generalkonferensen”, *Liahona*, nov. 2005, s. 52.

SÖNDAGSSKOLESVAR

Emma Addams

Jag har en tendens att leta efter storslagna svar på mina svårigheter — att be Herren hjälpa mig hitta det som ska fixa allting. Jag har lärt mig att ett sådant tillvägagångssätt kan komplicera saker och ting väl mycket.

När jag höll kursen Evangeliets lära i min församling var jag fast besluten att ställa djupsinniga frågor som skulle kräva eftertanke och stora, nya, insiktsfulla svar. Med andra ord ville jag undvika uppreandet av samma gamla ”söndagsskolesvar” som församlingsmedlemmarna verkar ge varje söndag.

Medan jag noggrant studerade Nya testamentet under mina förberedelser, slogs jag av hur ordet *förbli* användes gång på gång. Till exempel står det i Johannes 15:10: ”Om ni håller mina bud, *förblir* ni i min kärlek, liksom jag har hållit min Faders bud och *förblir* i hans kärlek” (kursivering tillagd).

I sin stora förbön ber Frälsaren att hans lärjungar ”skall vara ett, och att såsom du, Fader, är i mig och jag i dig, också de skall vara i oss” och ”jag i dem och du i mig, för att de skall vara fullkomligt förenade till ett” (Joh. 17:21, 23).

Mycket av det jag sökte efter handlade om hur jag kunde bli ett med Herren, hur jag kunde *förbli* i hans kärlek, och hur jag till följd därav kunde utveckla större tålmod — det tålmod som jag så desperat behövde för att vända mina upplevelser från sådana som tröttade ut mig till sådana som stärkte och helgade mig.

När jag sökte efter att både förstå ordet *förbli* och lösningen på de svåra utmaningarna jag dagligen hade, leddes jag ironiskt nog tillbaka till just de söndagsskolesvar som jag hade försökt undvika. Jag hittade lösningen på mina svårigheter genom att läsa skrifterna, be dagligen, tjäna min familj och andra och gå till templet och delta i mina söndagsmöten. Jag lärde mig att dessa enkla saker utgör skillnaden mellan att härda ut och att härda ut väl, med tålmod.

Söndagsskolesvaren är verkligen de bästa svaren. ■



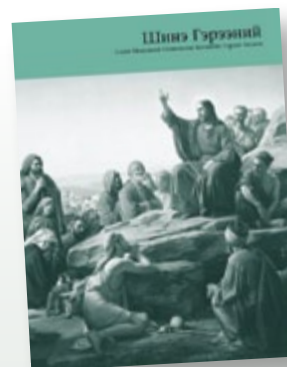
GE NÄRING ÅT VÅR TRO

”Tjänande, studier, bön och gudsdyrkan är fyra grundläggande beståndsdelar vid fullkommandet av ’det som brister i [vår] tro’.

(1 Tess. 3:10.) Om vi upphör att ge näring åt vår tro inom något av dessa fyra konkreta områden, blir vi sårbara ...

I en värld som tilltar i hårdhet kan Herren tränga in i vårt medvetande genom att använda sig av ’Andens svärd som är Guds ord’ (Ef. 6:17; se också Jarom 1:12). Lyssnandet måste emellertid smälta samman med tro (se Heb. 4:2) och med kristuslikt tjänande, som vi hört om och om igen.”

Se äldste Neal A. Maxwell (1926–2004) i de tolv apostlarnas kворum, ”Så att icke tröttens och uppgivens i edra själar”, *Nordstjärnan*, juli 1991, s. 84.



ANVÄND MATERIAL SOM KYRKAN HAR GODKÄNT

”Lärare och ledare använder skrifterna, nutida profeters ord och godkänt studiekursmaterial för att undervisa och vittna om evangeliets lära. Godkänt studiekursmaterial för varje kurs eller kворum anges i den nu gällande *Anvisningar gällande studiekursmaterial*. Ledare och lärare kompletterar vid behov studiematerialet med kyrkans tidningar, i synnerhet generalkonferensnumren av *Ensign* och *Liahona*.”

Handbok 2: Kyrkans förvaltning (2010), 5.5.4.

GENOM ATT leva förutseende FÖRBEREDER VI OSS FÖR FRAMTIDEN

Sista dagars heliga tror på att vara förberedda och oberoende. Vi tror på att förbereda oss utbildningsmässigt för arbetslivet, förbereda oss ekonomiskt för sämre tider och förbereda oss timligt för naturkatastrofer eller andra prövningar. Viktigast av allt: Vi tror på att förbereda oss andligt för Jesu Kristi andra ankomst och för att bo hos vår Fader i himlen igen. Detta sätt att förbereda sig kallas att leva förutseende.

Genom att leva förutseende återspeglar vi vår eviga natur: Vi ska "verka av [oss] själva ... utan att påverkas" (2 Nephi 2:26). Herren vill att vi ska vara ansvarstagande och oberoende (se L&F 78:14). Han vill att vi ska leva förutseende på grund av vilka vi blir under processens gång: ansvarstagande, generösa, mogna, vänliga. För ju mer oberoende vi är, desto bättre kan vi hjälpa vår familj och andra. Hur kan vi ge mat åt hungriga om vi själva är hungriga? Hur kan vi förmedla kunskap om vi själva brister i kunskap? Hur kan vi bygga

upp andras tro om vi själva brister i tro? Principerna för att leva förutseende är bland annat följande:

- Förberedelse. "Bered er, bered er för det som skall komma, ty Herren är nära" (L&F 1:12).
- Flit. "Du skall inte vara lat" (L&F 42:42).
- "Sök lärdom, ja, genom studier och även genom tro" (L&F 88:118).

När medlemmarna i kyrkan gör allt de kan för att försörja sig men ändå inte kan tillgodose sina grundläggande behov, ber de först anhöriga om hjälp. Om detta inte räcker kan kyrkan hjälpa till. Biskopar och grenspresidenter kan använda resurser från "Herrens förrådshus" för att hjälpa medlemmar (se L&F 82:18–19). All hjälp från kyrkan syftar till att hjälpa medlemmarna hjälpa sig själva och till att uppmuntra dem att arbeta. ■

För mer information, se 1 Mos. 41; L&F 38:30.



"Vi har alla ansvaret att försörja oss själva och vår familj, både timligt och andligt. För att försörja oss på ett sparsamt sätt måste vi praktisera principerna för att leva förutseende: med glädje leva inom våra ramar, vara nöjda med vad vi har, undvika omåttliga skulder och flitigt spara och bereda oss för sämre tiders oförutsedda händelser."

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kvorum, "Så blir vi sparsamma familjeförsörjare timligt och andligt", *Liahona*, maj 2009, s. 8.

Vi kan arbeta på att bli oberoende inom följande områden:

Andlig styrka: Lita på Herren, följ buden, be och studera skrifterna dagligen, tjäna andra.



Fysisk hälsa: Följ Visdomsordet, få tillräckligt med sömn, var noga med renhållning och hygien.



Utbildning: Se till att du kan läsa och skriva, förvärva jobbfärdigheter, studera "de bästa böcker" (L&F 88:118).



Anställning: Arbeta för att sörja för dina egna och din familjs behov.



Hemförråd: Lagra rent dricksvatten och bygg gradvis upp ett förråd av mat som du kan äta av regelbundet och ett mer hållbart förråd av mat med sådant som spannmål och bönor.



Ekonomi: Betala tionde och offergåvor, undvik onödiga skulder, bygg gradvis upp en ekonomisk reserv.

BESVARA FRÅGOR

En del kanske undrar om sista dagars heliga hamstrar mat. Sanningen är den att vi lagrar mat och vatten för att förbereda oss för tider när det kan vara svårt eller omöjligt att få tag på mat och rent vatten eller när familjens ekonomi är dålig. I nödsituationer känner sig de som har lagrat mat tryggare och har större möjlighet att hjälpa familj och grannar igenom krisen.

Små och enkla medel

”Med små och enkla medel uträttas mycket stort” (Alma 37:6).

FRAMSTÅENDE PERSONER VI MINNS

Newel K. Whitney (1795–1850)

Nedan, infällt till vänster: Graverat porträtt av Newel K. Whitney. Nedan, infällt till höger: Övervåningen av Whitneys affär i Kirtland, Ohio, USA där profetskolan och kyrkans möten hölls. Nederkant: Whitneys affär.

Newel Kimball Whitney föddes i Vermont, USA den 5 februari 1795. Han var en skicklig affärsman och inledde en vänskap och ett kompanjonskap med Sidney Gilbert. I början av sitt kompanjonskap reste de ofta. På en av affärsresorna träffade Newel Elizabeth Ann Smith i Kirtland, Ohio. Newel och Ann umgicks i tre år och gifte sig sedan år 1823.

Newel och Ann sökte sanningen tillsammans och tog för en tid del i Campbellite-rörelsen, som utgav sig för att ha återställt den forntida kristendomen. En kväll bad Newel och Ann ”för att få veta av Herren

hur [de] kunde få den Helige Andens gåva”. Ann beskrev synen de fick som svar på bönen: ”Anden vilade på oss och ett moln över-skuggade huset . . . Sedan hörde vi en röst från molnet som sade: ’Förbered er för att ta emot Herrens ord, för det kommer.’”¹

En kort tid efter att de fått svar på bönen, i oktober 1830, kom sista dagars heliga missionärer till Kirtland. I november döptes Newel och Ann. Bara några månader senare kom Joseph och Emma Smith och knackade på paret Whitneys dörr. När Joseph hälsade på Newel vid namn kunde Newel inte säga

att han visste vad profeten hette, så Joseph sade: ”Jag är Joseph, profeten. Ni har bett att jag skall komma hit, så vad vill ni mig nu?”² Paret Whitney gav sedan husrum åt familjen Smith i flera veckor och ordnade med ett hem åt dem i september 1832.

Förutom att ge familjen Smith en plats att bo på gav Newel också kyrkan full tillgång till övervåningen på affären. I Whitneys affär höll kyrkans ledare möten samt profetskolan.

I december 1831 kallades Newel som kyrkans andre biskop, och han verkade senare som förvaltare av kyrkans ekonomiska angelägenheter. Han hjälpte kyrkan hantera fonder och göra sig skuldfri. På hösten 1838 flyttade paret Whitney till Far West i Missouri där Newel återigen kallades som biskop. Tio år senare vandrade han och hans familj över slätterna till Salt Lake City, där han verkade som kyrkans presiderande biskop.

Newel dog den 24 september 1850 i Salt Lake City av lungproblem.

SLUTNOTER

1. Elizabeth Ann Whitney, citerad i Edward Tullidge, *The Women of Mormonism* (1877), s. 41–42.
2. Joseph Smith, citerad i Elizabeth Ann Whitney, ”A Leaf from an Autobiography”, *Woman's Exponent*, 15 aug. 1878, s. 51.



Dan Jones (1810–1862)

Över en miljon missionärer har kallats sedan kyrkan organiserades men Dan Jones var mer än en bland många andra. Om denne missionär från Wales sade president Gordon B. Hinckley (1910–2008): "Om vi räknar antalet omvända, måste Dan Jones helt visst räknas bland det halvdussin mest framgångsrika missionärerna i kyrkans historia."¹

Innan Dan var missionär emigrerade han från Wales till Förenta staterna. Han arbetade på Mississippifloden som kapten på en ångbåt som hette *Maid of Iowa*, vilken förde många sista dagars heliga till Nauvoo i Illinois. Han blev medlem i kyrkan 1843 och blev också nära vän med profeten Joseph Smith.

Dans mission var en uppfyllelse av Joseph Smiths sista upptecknade profetia. Kvällen innan profeten Joseph Smith blev mördad hörde han pistolskott utanför fönstret till fängelset i Carthage och valde att sova på golvet. Dan Jones låg i närheten. Profeten frågade Dan om han var rädd för att dö. Han svarade: "Tror du att det är dags? Jag tror inte att döden kan vara så förfärlig för den som är engagerad i ett verk som vårt." Då profeterade

Joseph: "Du kommer att få se Wales och uppfylla den mission du blir kallad till innan du dör."²

Profetens löfte uppfylldes 1845 när Dan och hans hustru Jane kallades att verka i Wales. Dan hade talets gåva och använde den till att undervisa om evangeliet med stor övertygelse. Han talade flytande walesiska och engelska och vittnen har skrivit att han talade så fångslände att han hade åhörarnas uppmärksamhet i timmar, på båda språken.

När Dan var i Wales publicerade han tidskrifter, broschyrer och böcker om kyrkan på walesiska. Under Dan Jones ledning bildade missionärerna i Wales 29 grenar och döpte nästan 1000 personer varje år under hans första mission. Han kallades till en andra mission

i Wales 1852 och trots de ökande förföljelserna av kyrkan döptes omkring 2000 personer på fyra år.

När Dan hade återvänt till Utah hjälpte han till att föra många walesiska nyomvända dit. Han dog vid 51 års ålder och hade då hjälpt till att föra omkring 5 000 personer till västra Förenta staterna.

SLUTNOTER

1. Gordon B. Hinckley, "Av allra största värde", *Nordstjärnan*, mars 1994, s. 8.
2. Joseph Smith, i *History of the Church*, 6:601.



Från vänster: Porträtt av den walesiske missionären Dan Jones. En ångbåt av samma typ som den som Dan Jones var kapten för, närmar sig kajen i Nauvoo i Illinois. Dan Jones hjälper walesiska emigranter.

Undervisning OM KYSKHET OCH DYGD



Matthew O. Richardson

andre rådgivare i
Söndagsskolans
generalpresidentskap

*Föräldrar
kan använda
de här sex
strategierna för
att undervisa
sina barn
om sexuell
intimitet.*

Jag har haft förmånen att träffa ungdomar och unga vuxna i olika skeden i livet och från hela världen. Vid ett tillfälle talade jag med en grupp speciellt starka tonåringar om dygd, kyskhhet och att leva moraliskt. Efter att ha talat om för dem vilket starkt intryck de gjort på mig med sina kommentarer, sitt yttre och uppträdande frågade jag: "Hur har ni blivit så verbala, så säkra på era svar och så trygga i ett sådant här känsligt ämne?" En ung kvinna svarade utan att tveka: "Jag har föräldrar som undervisar mig." De andra nickade instämmande. Den här enkla men djupgående händelsen betonar det inflytande som föräldrar har i sina barns liv — särskilt när det gäller att undervisa om kyskhhet, dygd, sexuell intimitet och sunda relationer.

Tyvärr är det många föräldrar som inte undervisar sina barn om sexuella frågor så bra som de borde. Vid en undersökning av över 200 aktiva ensamstående sista dagars heliga fann jag att bara 15 procent såg sina föräldrar som den främsta källan till information om sexuella frågor. De här unga medlemmarna sade att de lärt sig om det här viktiga ämnet genom vänner, internet, media, underhållning, läroböcker, släktingar eller ledare i kyrkan.

Det är ju inget lätt ämne att undervisa om. Men jag tror att föräldrar är de bästa lärarna när det gäller sådana heliga principer. Följande strategier kan hjälpa er utveckla enkla, effektiva och principer och vanor som befrämjar bra inläring och undervisning — särskilt för att lära era barn leva dygdiga och kyska liv.

Undervisningen och lärandet bör börja tidigt. Föräldrar som undervisar sina barn på ett bra sätt om sexuella ämnen förstår att de flesta barn ställs inför sådana frågor långt tidigare än de och deras föräldrar väntat sig eller önskat. Många unga barn utsätts för sexuell innehåll på internet redan vid elva års ålder och ibland ännu tidigare. På platser för underhållning, idrottsevenemang, reklam och till och med i sociala media förekommer allt mer sexuella bilder och antydningar.

Många föräldrar frågar sig med rätta: "När bör jag börja tala om sexuellt relaterade frågor?" Det beror på barnets ålder och mognad, och på situationen. Andlig ledning kommer då föräldrar med bön och noggrannhet observerar sina barns beteende, medvetet lyssnar på sina barn och tar sig tid att begrunda och urskilja när och vad de ska undervisa om. Jag minns till exempel hur min son frågade mig om anatomi när han var knappt fem år gammal. Det var lite nervöst, men det var tydligt att det var rätt tillfälle att prata. Men när jag tänkte efter hur jag skulle svara, verkade det tydligt att det här *inte* var rätt tillfälle att tala med min son om varje ämne med sexuell anknytning.

Undervisningen och lärandet bör äga rum ofta. Lärandet är en process, inte en enstaka händelse. När det gäller att undervisa barn om sexuell intimitet eller liknande,



kallar man det ofta "samtalet". Vare sig det är meningen eller ej, antyds det att föräldrarna undervisar om det här under ett enda samtal. Det är inte det bästa sättet för ett barn att lära sig något. Frälsaren sade att vi lär oss "rad på rad, bud på bud, lite här och lite där" (2 Nephi 28:30). Vi lyckas bättre med vår undervisning om vi kommer tillbaka till ämnet med våra barn allteftersom de blir äldre och mognare. Föräldrar som förstår den här principen förbereder sig mentalt, känslomässigt och andligen för att undervisa sina barn om sexuellt relaterade ämnen under barnens barndom och ungdom.

Bra undervisning och lärande hänger på relationen mellan läraren och den som lär sig. När det gäller att undervisa barn om sexuellt relaterade ämnen, oroar sig de flesta föräldrar nästan mest för *vad* de bör säga. Ja, det är viktigt, men bra undervisning och lärande går långt utöver att prata och berätta

om saker. Ja, föräldrarnas *sätt* att undervisa sina barn kan faktiskt vara viktigare än vad de säger. Forskning stöder slutsatsen att föräldrar som påverkar sina barn mest när det gäller sexuella frågor är de som kommunicerar öppet, uttrycker kärlek och omsorg och är aktivt engagerade i sina barns liv.¹

Kommentarer från min informella undersökning av unga sista dagars heliga handlade gång på gång om en önskan att föräldrarna varit mer öppna eller villiga att tala om sexuellt relaterade ämnen. De här unga vuxna sade att de inte bara ville att föräldrarna skulle engagera sig i processen, utan också önskade att föräldrarna skulle "prata *med* dem i stället för att prata *till* dem". De längtade efter samtal som var "naturliga", "normala", "bekväma" och mycket mindre "pinsamma". Det här borde motivera föräldrar att jobba hårdare på att vara tillgängliga, naturliga och obekymrade över ett ämne, en situation och till och med

Föräldrar som påverkar sina barn mest när det gäller sexuella frågor är de som kommunicerar öppet, uttrycker kärlek och omsorg och är aktivt engagerade i sina barns liv.

tidpunkten. Om det finns ett pris att betala för att föräldrarna ska ge bra undervisning till sina barn om sådant som betyder mest, så är det att föräldrarna betar sig på ett sådant sätt att barnen känner sig bekväma och trygga i att prata om vad som helst — särskilt det mest personliga.

Undervisning och lärande sker bäst när ämnet är relevant och verkligt. Beroende på hur vi närmar oss ämnet kan prat om sexuell intimitet kännas generande, orealistiskt, opraktiskt eller till och med som en predikan. En nyckel till att lyckas är att inse att de flesta frågor och den största oron som barn har är reaktioner på verkliga situationer och observationer. När vi är uppmärksamma, lyssnar på och observerar våra barn, urskiljer vi vad vi behöver undervisa om.

Filmer, mode, teveprogram, reklam eller sångtexter ger till exempel rika tillfällen att tala om moralnormer. Andra tillfällen äger rum när vi observerar barnens relationer och kontakter med andra, deras och deras jämnårigas sätt att klä sig, det språk de använder, hur beroende de känner sig av det motsatta könet, liksom också olika tolkningar av samhällets uppfattning om kyskhet och moral. Det finns gott om vardagstillfällen att prata *med* barnen om moral och dygd.

Den kanske viktigaste delen av undervisning i vardagen sker när föräldrarna är föredömen i fråga om kyskhet, attityder och dygd i sitt eget liv. Barn är mer benägna att lyssna till och följa sina föräldrars råd när rådet är grundat i föräldrarnas goda exempel.

Motsatsen gäller också. Som äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum sade: "På många sätt säger våra handlingar mer än våra ord. President Brigham Young

När vi är uppmärksamma, lyssnar på och observerar våra barn, urskiljer vi vad vi behöver undervisa om.

(1801–1877) sade: "Vi bör vara ett sådant exempel [för våra barn] som vi vill att de ska följa. Förstår vi detta? Hur ofta ser vi inte föräldrar kräva lydnad, gott uppförande, vänliga ord, ett glatt anlete, och en mild stämma från sitt barn eller sina barn då de själva är fulla av bitterhet och tråter! Så inkonsekvent och absurt detta är! Våra barn ser denna inkonsekvens hos oss och finner kanske ursäkter för att handla på liknande sätt."²

Elever lär sig bäst när de förstår vad läraren undervisar om. Alltför många ungdomar och unga vuxna uttrycker frustration över att deras föräldrar och till och med kyrkans ledare tenderar att använda "koduttryck" och underförstådda budskap som faktiskt skapar mer frågor än svar och mer ängslan än lättnad. Det gäller särskilt sexuella ämnen.

När jag var biskop i en församling för unga vuxna, fick jag ofta frågan vad "petting" betydde. Mina trofasta församlingsmedlemmar hade blivit lärda att undvika petting, men de fick aldrig veta vad petting i själva verket betyder. Det var svårt för dem att lyda en undervisning de inte förstod.

President Marion G. Romney (1897–1988), förste rådgivare i första presidentskapet, förklarade att det inte räcker att undervisa så att andra kan förstå, vi måste också undervisa så att ingen kan missförstå.³ I stället för att tala i kod eller slang, lyckas vi bättre om vi använder rätta och lämpliga termer. Det befrämjar förståelse och respekt.

Tänk på hur äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kворum verksamt undervisade om moraliska principer och normer. Han sade: "All sexuell intimitet utanför äkten-skapet — jag menar all avsiktlig kontakt med



en annans kropps heliga, intima delar, med eller utan kläder — är synd och förbjuds av Gud. Det är också en överträdelse att avsiktligt stimulera de här känslorna i sin egen kropp.”⁴

För att undervisa väl måste vi se till att de vi undervisar förstår budskapet. Enkla frågor som ”Besvarar det din fråga?” eller ”Tycker du förklaringen räcker?” eller ”Har du fler frågor?” är till stor hjälp.

Den som undervisas omvänds när läraren sammanbinder budskapet med eviga principer och normer. Snarare än att fokusera på ”fakta om livet” inträffar god evangelieundervisning när vi sammanbinder dessa fakta med ”fakta om det eviga livet”. När vi talar om våra kroppar, till exempel, kan vi tala om hur en kärleksfull himmelsk Fader skapade våra kroppar och hur vi borde närma oss hans skapelser med respekt och enligt hans förväntningar.

Fastän världen drunknar i omoral, finns

det ännu hopp för kommande generationer. Det här hoppet har centrum i föräldrar som gör sitt allra bästa för att lära det uppväxande släktet att vara dygdiga och kyska. Föräldrar som lär sina barn att leva dygdiga och kyska liv försöker öka sin insikt och förbättra sin förmåga att undervisa. När de gör detta kommer de till insikt om att ”Herren hedrar dem när de undervisar på det sätt som han befallt”. Det här är ju ”ett kärleksarbete — ett tillfälle att hjälpa andra utöva sin fria vilja rättfärdigt, komma till Kristus och ta emot det eviga livets välsignelser”.⁵ ■

SLUTNOTER

1. Se Bonita F. Stanton och James Burns: ”Sustaining and Broadening Intervention Effect: Social Norms, Core Values, and Parents” i *Reducing Adolescent Risk: Toward an Integrated Approach*, red. Daniel Romer (2003), s. 193–200.
2. Robert D. Hales, ”Vår plikt som föräldrar mot Gud och mot den uppväxande generationen”, *Liahona*, aug. 2010, s. 74.
3. Se Jacob de Jager, ”Låt ingen missförstå”, *Nordstjärnan*, apr. 1979, s. 117.
4. Richard G. Scott, ”Allvarliga frågor, allvarliga svar”, *Liahona*, sep. 1997, s. 31.)
5. *Undervisning: Den högsta kallelsen* (2000), s 4.

Den kanske viktigaste delen av undervisning i vardagen sker när föräldrarna är föredömen i fråga om kyskhet, attityder och dygd i sitt eget liv.

Undervisa OM RÄTTFÄRDIGHET I HEMMET

Det är ett ansvar och en välsignelse föräldrar har att undervisa och lära sina barn att leva rättfärdigt.



Äldste Delbert L. Stapley (1896–1978)

i de tolv apostlarnas kворum

Delbert L. Stapley föddes den 11 december 1896 i Arizona i USA. Han avskildes som medlem i de tolv apostlarnas kворum den 5 oktober 1950 och verkade i det kворumet till sin död den 19 augusti 1978. Det här talet hölls vid Brigham Young-universitetet den 1 februari 1977. Hela texten på engelska finns på speeches.byu.edu.

Föräldrar har möjlighet att undervisa och forma karaktären hos sina barn innan Satan har makt att fresta dem och innan de når åtta års ålder och blir ansvariga inför Gud ... Herren har gett föräldrarna dessa dyrbara år, de första åren i ett barns liv, när barnen inte är ansvariga för det de säger och gör. Det är ett ansvar och en välsignelse föräldrar har att undervisa och lära sina barn att leva rättfärdigt.

Det effektivaste sättet att undervisa om rättfärdighet och religion i ett hem är genom

exempel. Förhoppningsvis har föräldrarna levt ett gott och rent liv och kan därför med framgång använda exempel från sina egna liv när de undervisar sina barn. [President David O. McKay (1873–1970) lärde:] ”Om du vill lära ditt barn att tro på Gud, behöver du själv visa att du tror på honom. Om du vill undervisa om bön, be själv ... Om du vill lära dina barn att vara milda, undvik då att vara omild själv. Om du vill att ditt barn ska leva ett dygdigt liv, utöva självkontroll och göra sådant som är hedrande, var då själv ett gott exempel i allt detta.”¹ När du gör allt detta gör undervisningen större intryck på dina barn, och med sådan vägledning av sina föräldrar kan de stå emot Satans frestelser, han vars mål är att förstöra deras liv när de når ansvarighetsåldern. Föräldrar har en plikt att vara det som de vill att deras barn ska bli när det gäller artighet, uppriktighet, mildhet och mod att alltid göra det rätta. Exempel har mycket större möjligheter än föreskrifter.

Vårt dagliga hemliv bör anpassas till våra principer och normer i kyrkan. Våra affärsangelägenheter bör stämma överens med vår religion. Barn är snara till att upptäcka falskhet. John Milton sade att hyckleri är den enda synden som kan förbli oupptäckt utom av Gud. Men barn är lyhörda för sådant som är fel, och de tycker illa om falskhet. Vi vet att barn blir långt mer påverkade av de predikningar vi lever än av de predikningar vi uttalar med ord. Föräldrar bör alltid vara ärliga mot sina barn, hålla de löften som de ger och alltid tala sanning. Det är den



konsekventa föräldern som vinner sitt barns tillit. När ett barn känner att du hedrar hans tillit och återgäldar den så kommer han inte att kränka den, inte heller kommer han att dra vanära över ditt namn ...

Föräldrar bör aldrig gräla inför sina barn. Ibland uppstår gräl ur ett försök att tillrätta-visa eller disciplinera ett barn. En förälder kritiserar, den andre säger emot. Och det enade inflytandet i hemmet, vad gäller barnet, försvinner. Föräldrar behöver vara eniga när det gäller den väg de vill att ett barn ska gå. Annars kanske han av förvirring viker in på felaktiga vägar. Richard L. Evans sade: ”Splittringar mellan föräldrar är oräddvinst och förvirrande och försvagar familjens grund. De som ett barn borde kunna se till för att få vägledning måste vara eniga i vägledningen de ger.”² Vi vet att barn är lyhörda för stämningar och känslor i familjen. De kan känna av spänningar och skillnader som de inte alltid kan förstå eller definiera ...

Ett barn har rätt att känna att han eller hon i sitt hem har en tillflykt, en plats för skydd undan den yttre världens faror och

ondska. Enighet och redbarhet i familjen är nödvändigt för att fylla detta behov. Det finns ingen annan plats än hemmet där sann lycka kan återfinnas i detta liv. Det är möjligt att göra hemmet till en bit av himlen. Faktum är att jag ser himlen som en fortsättning av det idealiska hemlivet här på jorden³ ...

Evangeliet som vi lär ut det är sant. Kristus lever, Gud lever, och en härlig boning är beredd ovan för hans trogna och hängivna barn. Planera nu för det hem och den familj du önskar och hur du ska uppfylla dina barns behov och hålla dem på rättfärdighetens stig som leder familjen till evigt liv i ett himmelskt hem. Gud välsigne er alla, mina bröder och systrar. Jag tror ni förstår att mycket av det som sagts gäller er. Och att ni organiserar och leder ert hem på ett heligt sätt är mycket viktigt för de unga som kommer för att välsigna ert liv. ■

Standardiserad kommatering och skrivning med stor begynnelsebokstav.

SLUTNOTER

1. David O. McKay, *Secrets of a Happy Life*, sammanst. av Llewelyn R. McKay (1967), s. 11.
2. *Richard Evans' Quote Book* (1975), s. 23.
3. Se David O. McKay, *Gospel Ideals* (1953), s. 490.

Ett barn har rätt att känna att han eller hon i sitt hem har en tillflykt, en plats för skydd undan den yttre världens faror och ondska. Enighet och redbarhet i familjen är nödvändigt för att fylla det behovet.



ATT HJÄLPA UNGDOMAR FÅ ANDLIGA UPPLEVELSER

Ingen kan tvinga ungdomar till andliga upplevelser, men som de här föräldrarna och ledarna upptäckte, finns det många sätt att skapa upplevelser som leder till omvändelse.

När Vjatjeslav och Zoja Gulko från Ukraina började undersöka kyrkan blev deras trettonåriga dotter Kira inte glad. Hon vägrade delta i missionärslektionerna, och när hon visste att äldsterna skulle komma hem till dem, ”stängde hon demonstrativt dörren till sitt rum”, minns hennes mor.

Broder och syster Gulko, som beslöt sig för att bli medlemmar i kyrkan, misstänkte att om de bara kunde ge Kira ett tillfälle att känna Anden, kunde hennes hjärta kanske beröras. Eftersom syster Gulkos eget vittnesbörd hade börjat växa när hon var på en annans dop, bad hon Kira komma till hennes dop — bara för att hjälpa henne byta till torra kläder efteråt. Till syster Gulkos förvåning gick Kira med på det.

”Det hände!” minns syster Gulko. ”Vår

himmelske Fader arbetar på ett förunderligt sätt.” Kira *kände* Anden, och en vecka efter föräldrarnas dop gick hon med på att träffa missionärerna. Hon började läsa Mormons bok. Några veckor senare såg syster Gulko ett papper hänga ovanför Kiras skrivbord. Där stod skrivna orden i 2 Nephi 2:25. Två och en halv månad efter sitt eget dop var paret Gulko med på sin dotters dop. Nu, 20 år senare, är Kira gift. Hon och hennes man Dave har beseglats i templet och fostrar sina två söner i evangeliet. Hon har verkat trofast i ett antal kallelser och har förblivit aktiv i kyrkan.

Genom den upplevelsen säger Zoja att hon lärt en viktig läxa som är lika tillämplig på föräldrar som livet ut förblir medlemmar i kyrkan som den var för henne och hennes man som nya medlemmar: Föräldrar och ledare kan inte tvinga barnen in i evangeliet, men de *kan* inbjuda dem till platser och skapa upplevelser där ungdomarna får egna andliga upplevelser. De här upplevelserna kan i sin tur leda till omvändelse.

Men vilket är det bästa sättet att gå tillväga för att skapa den typen av upplevelser? Föräldrar och ledare från hela världen berättar vad som fungerat för dem.

Relatera nutida exempel till Guds ord och till ungdomarnas liv.



Ge ungdomar tillfällen att tjäna

Granja Viana församling i Cotia stav i São Paulo, Brasilien hade hög aktivitet bland sina unga män. Men deras ledare märkte att en del av dem hade personliga svårigheter och hade svårt att uppfylla sina plikter i prästadömet.

Efter samråd mellan biskopsrådet och Unga mäns ledare beslöt man att lägga mer fokus på tjänande och mindre på underhållning och lek i deras aktiviteter. Det innebar att de skulle besöka mindre aktiva kvorummedlemmar, gå ut och skrifa med heltidsmissionärerna och ge sakramentet till församlingsmedlemmar som var bundna till hemmet. De här aktiviteterna gav de unga männen tillfälle att agera i enlighet med principer de lärt sig i seminariet och på söndagarna (se 2 Nephi 2:26).

På sikt ”kom de här andliga aktiviteterna att få stor betydelse”, rapporterar en prästadömsledare.

”Vi blev häpna när alla våra unga män en fastesöndag bar sina vittnesbörd”, säger han. ”När de gjorde det, mindes många av dem med tårar den goda ande de känt vid de här tillfällena. En ung man berättade om en upplevelse då han gett sakramentet till en äldre medlem i vår församling som varit sängliggande i tre år. Hans fru, en trofast syster, tog emot våra unga män med glädje och hopp. Efter förrättningen berättade hon för dem om den glädje hon kände i sitt liv tack vare evangeliet, trots de stora problem och utmaningar hon möter. De kände Anden och insåg hur viktigt evangeliet är i människors liv. Den här upplevelsen var så mäktig att de kommer att minnas den i årtal — kanske hela livet.”

Han säger att han aldrig sett sådan respons från någon ”fotbollsmatch eller aktivitetskväll”. I stället, säger han, har upplevelsen lärt honom betydelsen av att skapa aktiviteter där ungdomarna kan känna Anden.

”Sociala aktiviteter är viktiga”, fortsätter han. ”Men andliga upplevelser är livsviktiga för att hjälpa de unga bygga egna vittnesbörd.”

Varje söndag i Rennes församling i Angers stav i Frankrike, ger syster Delphine Letort, som är unga kvinnors president, ett kort till varje närvarande ung kvinna och ber henne välja en jämnårig som inte var i kyrkan och skriva till henne. De unga kvinnorna skrev om lektionen den veckan — vad de lärt sig eller vad som inspirerade dem — samt en vänlig, personlig hälsning. Sedan sände syster Letort eller en av hennes rådgivare korten per post till dem som inte var närvarande.

Aktiviteten var enkel men givande säger hon, inte bara ett sätt för dem som inte var där att få veta att man kom ihåg dem, utan hjälpte

Undervisa om hur man använder både levande och forntida profeters ord.

också dem som skrev hälsningarna att bry sig mer om varandra.

”Med små och enkla medel utträttas mycket stort”, säger hon (se Alma 37:6). ”Vi har sett det visa sig. De unga kvinnorna har blivit uppmuntrade, och det här experimentet har bidragit till att stärka deras vittnesbörd.”

Foga samman de unga med Guds ord

Alma lärde att predikandet av Guds ord har en kraftfull effekt (se Alma 31:5). David Elmer, en unga mäns ledare i Texas, visste det här och ville ge de unga männen han ledde på en äventyrshajk en meningsfull upplevelse som kunde hjälpa till att förbereda dem för framtiden.

Broder Elmer begrundade under bön vad han skulle kunna ge dem och kände sig manad att läsa ett tal av äldste Neil L. Andersen i de tolv apostlarnas kворum. På hajken undervisade broder Elmer från det talet, bland annat det äldste Andersen berättade om Sidney Going, en rugbystjärna från Nya Zeeland som sköt upp sin idrottskarriär för att gå ut som missionär. ”Er mission blir ett heligt tillfälle för er att föra andra till Kristus och hjälpa till att förbereda Frälsarens andra ankomst”, sade äldste Andersen.¹

Upplevelsen gav verkan, säger broder Elmer, eftersom han undervisade utifrån en levande profets ord. I slutet av andaktsstunden skrev alla de unga männen och ledarna sina namn på rugbybollar som ett löfte att gå ut som missionärer och som ett påtagligt bevis på det de lärt och känt. Många av fäderna och ledarna stannade uppe den kvällen och pratade med de unga männen om hur deras missionstid påverkat deras liv.

”Vår Gud är en personlig Gud, han känner sina ungdomar”, säger broder Elmer. ”Han är medveten om deras liv och utmaningar och vad som händer med dem. Man vet aldrig hur han påverkat deras liv. Så vi som ledare förbereder och skapar en atmosfär där de kan känna Anden. Det kan man göra genom skrifterna och genom profeternas ord, men det är Herren, inte vi, som påverkar deras hjärtan.”



Var konsekvent

Broder Elmer säger att han vill att de unga männen ska minnas en sak till med hajken: De studerade konsekvent evangeliet.

”Jag kände att det var mitt ansvar att ge dem upplevelsen att få känna Anden, och om jag ville att det skulle ske, måste jag göra min del och planera det”, säger han. ”Äldste David A. Bednar har undervisat om att skapa andliga vanor i vårt liv, vanor som skriftstudier, bön och familjens hemafton.² Och när vi var borta den veckan, bibehöll vi våra andliga vanor. Vi hade bön i gruppen. Vi utsåg unga män att leda en tio minuter lång andaktsstund på morgonen, och deras fäder och ledare förberedde kvällsandakterna.

”Tanken var att även om vi var hemifrån och hade annorlunda aktiviteter än vanligt, skulle våra andliga vanor inte brytas. De unga männen kanske minns vissa lektioner, eller kanske inte, men jag hoppas de minns den vana vi behöll, att ha andaktsstund, bön och skriftstudier.”

Finn naturliga undervisningstillfällen i vardagliga aktiviteter.



Myra Bocobo Garcia från Filippinerna vet också värdet av konsekvens, och hon vet att den börjar i hemmet. Syster Garcia och hennes man Edwin har tre söner och sex döttrar i ålder från 8 till 22, och alla är engagerade i olika bra aktiviteter. Det kan ju innebära att många ger sig av åt olika håll, men familjen arbetar hårt på att alltid äta middag tillsammans.

”Att glatt laga mat och äta tillsammans är ett av de bästa sätten att samla våra barn”, säger syster Garcia. Hon säger att måltiderna är ett tillfälle att uppfriskas, att hålla kontakten och att erkänna Herrens välsignelser.

Använd de möjligheter som finns och lyssna

Jocelyn Fienden från Nova Scotia i Kanada säger att det viktigaste hon lärt sig av att fostra sex barn som nu är i åldrarna 20 till 30, har att

göra inte bara med direkt undervisning utan också med att ”skapa en miljö där barnen kan lära sanningar på egen hand”.

”Var inte för snabb med att välja åt dem eller besvara alla frågor”, säger hon. I stället rekommenderar hon att leda barnen ”till skrifterna eller råd från vår profet för att få ledning och svar”. Hon tillägger: ”Och vara redo att diskutera det de funnit.” Dessutom, när hon får frågor från sina barn svarar hon ibland med en motfråga: ”Vad tycker du att du borde göra?”

”Lita på att de själva väljer rätt”, säger hon. ”När vi hjälper våra barn att lära sig känna igen Anden i sitt liv under de många undervisningstillfällen vi får varje dag med dem och när de vet hur Anden känns, blir det en katalysator för dem att söka fler andliga upplevelser, och därigenom stärks deras vittnesbörd om att vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus är verkliga. Det fungerar som ringar på vattnet: Ju mer de känner det ljus och den tröst som Anden ger, desto mer vill de ha av den och sträva att göra sådant som ger ett andligt rikare liv.”

Hon är snabb att påpeka att de principer som varit verksamma i familjens liv för henne är det som gång på gång upprepas av kyrkans ledare. Till exempel, säger hon, att medan viss undervisning kan ske under diskussioner som de man har under familjens hemafton, skriftstudier och familjebön, kan föräldrarna ledas av Anden till att vara uppmärksamma på undervisningstillfällen.³

”Att ta en promenad, köra till aktiviteter, spela lite basketboll, äta tillsammans, arbeta tillsammans, sjunga och tjäna varandra är bara några av de aktiviteter där evangelieundervisning skett i vår familj”, säger hon. ”Samtal om

Hur jag förblev stark i evangeliet

Tua Rogers

Jag döptes när jag var tolv, och i många år var jag den enda medlemmen i kyrkan i min familj. Det var inte alltid lätt, men lyckligtvis var jag välsignad med bra ledare som hjälpte mig på resan att förstå evangeliets lära och använda dessa lärosatser för att stärka och förbättra mitt liv. Tack vare mitt beslut att vara trogen det jag tror på har jag sett stora välsignelser komma till mitt liv och mycket senare till min familjs liv också.

Här är några saker som hjälpte mig förbli stark:

- Håll dig nära din himmelske Fader genom till exempel bön och skriftstudier. Han vet vad vi ställs inför. Att hålla mig nära honom hjälpte mig minnas vem jag är.
- Följ kyrkans ledares råd. Jag har i mitt eget liv sett sanningen i råden från profeterna och apostlarna.
- Var medveten om att efterlevnad av evangeliet skapar ett bättre liv nu och för evigt. Det har hjälpt mig bibehålla mina normer och min tro. Ledare uppmuntrade mig att besöka templet, vilket hjälpte mig att få en vision av evigt liv.
- Omge dig med goda vänner som delar dina värderingar. Jag var välsignad med goda vänner som gjorde det lätt att fatta bra beslut och behålla min tro.
- Håll dig nära din familj. Jag älskade min familj och ville bygga en stark relation till dem.
- Lev livet. Följ normerna och delta i kyrkans program. De hjälper dig visa din tro och fatta bra beslut. Bra val gör ofta livet lättare, och de gör alltid livet gladare.

evangeliet inträffar ofta naturligt när vi är engagerade i andra aktiviteter.”

Samarbeta mot ett gemensamt mål

Strax efter sin examen vid Brigham Young University–Hawaii återvände Kajan Denise Mok hem till Hongkong och kallades som Unga kvinnors president. Medan hon vande sig vid hemmiljön, ett nytt jobb och fortsatte med studierna, bad hon uppriktigt om inspiration till att hjälpa de unga kvinnor hon arbetade med att utveckla vittnesbörd som förberedelse för framtiden.

En söndag medan hon undervisade om eviga perspektiv, kände sig syster Mok manad att läsa Mormons bok tillsammans med en viss ung kvinna som råkade vara den enda i kyrkan den dagen.

”Mina rådgivare och jag började genast sätta upp mål för att läsa ut Mormons bok som grupp tillsammans med den unga kvinnan,” säger syster Mok. ”Hon accepterade genast utmaningen eftersom vi skulle arbeta mot målet tillsammans.”

Sedan dess har syster Mok, hennes rådgivare och den

här unga kvinnan skapat en ”kompisgrupp” på Facebook och påminner varandra via textmeddelanden om läsningen och berättar för varandra vad de lär sig.

Syster Mok säger att hon såg en märkbar förändring i den unga kvinnans liv som kom av hennes skriftstudier. Och när syster Mok läste skrifterna på pendeltåget varje dag fick hon också egna välsignelser. ”Jag kände också Anden och fick svar på mina böner när jag gick vidare i livet”, säger hon.

”Enligt min erfarenhet oroar sig en del ungdomar och är osäkra på om de ska få ett vittnesbörd och andliga upplevelser som andra har”, fortsätter hon. ”Genom att samarbeta visar vi dem med våra handlingar att det här fungerar och att vi är där för att stödja dem på varje steg av vägen.” ■

SLUTNOTER

1. Neil L. Andersen, ”Förbered världen för Herrens andra ankomst”, *Liahona*, maj 2011, s. 50.
2. Se David A. Bednar, ”Flitigare och mer omtänksamma hemma”, *Liahona*, nov. 2009, s. 17–20.
3. Se till exempel Robert D. Hales, ”Vår plikt mot Gud: Föräldrars och ledares ansvar mot det uppväxande släktet”, *Liahona*, maj 2010, s. 95–98; David A. Bednar, ”Flitigare och mer omtänksamma hemma”, *Liahona*, nov. 2009, s. 17–20.



**Äldste
Paul B. Pieper**
i de sjuttios kvorum

ALMAS BOK: LÄRDOMAR FÖR VÅR TID

Nephiterna utstod trofast sin tids prövningar och är vittnen om att Herren ger de välsignelser och det beskydd vi behöver för att klara av vår tids utmaningar.

Vid slutet av sin regeringstid föreslog kung Mosiah att monarkin skulle ersättas med ett system av domare, valda av folket. Det föreslagna systemet skulle baseras på gudagivna lagar som handhades av domare som skulle utväljas av folket.

Frihetens princip var grunden till det föreslagna systemet — enskilda skulle i stället för en kung ta på sig ansvaret och skyldigheten att handla i enlighet med lagen. Eftersom "det inte [är] vanligt att folkets röst önskar något som strider mot det som är rätt" (Mosiah 29:26), skulle det här systemet ge ett bättre skydd för den enskildes rättigheter och för samhällets kollektiva rättfärdighet.

Efter Mosiahs förslag blev folket "mycket angelägna om att alla skulle få lika möjligheter i hela landet. Ja, och var och en uttryckte en villighet att ansvara för sina egna synder" (Mosiah 29:38).

Almas bok innehåller folkets historia under 40 år efter det att det föreslagna systemet antagits av folket. De sista kapitlen av Almas uppteckning, kapitlen 43 till 62, berättar om en period av svåra utmaningar och prövningar. Under den här korta 19-årsperioden stod folket inför interna politiska motsättningar, yttre hot och nästan ständiga väpnade konflikter.

Två gånger hotades styressättet internt av män som sökte sätta sig själva till kungar och beröva folket rätten att välja sina ledare och att fritt dyrka Gud. Samtidigt måste folket försvara sig mot flera anfall utifrån av lamniter som var fast beslutna att förgöra nephiternas styressätt och lägga nephiterna under träldom.

Det ekonomiska sönderfallet under de här utmaningarna var, fastän de inte nämns direkt, troligen en stor svårighet för folket.



Genom alla sina utmaningar kunde rättfärdiga nephiter hämta styrka ur det faktum att de handlade av rätt motiv. Deras enda önskan var "att försvara sig och sina familjer och sina jordstycken, sitt land och sina rättigheter och sin religion".

Mormon, som sammanställde de heliga uppteckningarna, kände sig manad att ge en detaljerad redogörelse för den här perioden. Ja, om han varit lika detaljerad när det gällde nephiternas 1000-åriga historia, hade Mormons bok innehållit över 2 500 sidor!

President Ezra Taft Benson (1899–1994) sade:

”Mormons bok ... skrevs för vår tid. Nephiterna hade aldrig boken, inte heller hade lamaniterna den i forna dagar. Den var avsedd för oss ... Under Guds inspiration, som ser allt från begynnelsen, förkortade han århundraden av uppteckningar och valde ut de berättelser, tal och händelser som skulle vara till mest nytta för oss ...

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 idag och i denna tid?’¹

I dag ställs sista dagars heliga över hela världen inför många av de utmaningar som mötte nephiterna under den här delen av sin historia, däribland försök att beröva medlemmarna deras rätt till att dyrka Gud och att säga sin mening om frågor som var viktiga för samhället de levde i. Vissa sista dagars heliga har känt hotet av angrepp utifrån och konflikter med krafter som vill förgöra deras nationer och friheter.

Lyckligtvis kunde nephiterna övervinna sina svårigheter genom stora ansträngningar, uppoffringar och hjälp från Herren. Några av lärdomarna om hur de lyckades klara sina utmaningar kan ge oss ledning och mod att möta våra utmaningar i dag.

1. Bibehåll rätta önsknings och motiv.

Genom alla sina utmaningar kunde rättfärdiga nephiter hämta styrka ur det faktum att de handlade av rätt motiv. Deras enda önskan var ”att försvara sig och sina familjer och sina jordstycken, sitt land och sina rättigheter och sin religion” (Alma 43:47). Deras önskan var att bevara sin handlingsfrihet — rätten att handla i rättfärdighet och att svara för sina egna handlingar — hellre än att låta en kung föreskriva deras handlande.

Deras motiv var att bevara jämlikheten under lagen, särskilt deras frihet att tillbe Gud och bevara sin kyrka (se Alma 43:9, 45).

Det finns och kommer alltid att finnas krafter i samhället som söker manipulera opinionen för att nå egna fördelar. Det finns en frestelse att ta till sig deras motiv och förvandla konflikten till en maktkamp. Herrens sätt är att alltid handla endast efter rena önsknings och motiv, liksom nephiterna. När de gjorde så kunde de få hjälp av himlens krafter för att övervinna sina svårigheter ”i Herrens kraft” (Alma 46:20; se även Alma 60:16; 61:18).

Likåsom måste vi idag ständigt se på vårt eget hjärta för att veta att våra önsknings och motiv är rena och baserade på Jesu Kristi evangeliums principer. Om vi handlar (eller får andra att handla) av själviskhet, för egen vinning eller för att förnedra andra, får vi inte den himmelska hjälp vi behöver för att klara våra svårigheter.

2. Var vänlig och givmild mot mindre lyckligt lottade.

När deras forna fiender, folket i Anti-Nephi-Lehi, hotades med undergång, röstade nephiterna för att ge dem en plats att bo på och bygga ett nytt liv, och de gav dem beskydd (se Alma 27:21–22; 43:11–12). Eftersom anti-nephi-lehiterna svurit en ed att aldrig mer ta till krigsvalpen, försåg man dem med ”en stor del av sina ägodelar till deras härars underhåll” (Alma 43:13) under dessa svåra tider. Ändå finns det inget nedtecknat om att nephiterna behandlade dessa immigranter med annat än respekt och kärlek, trots att de måste ha varit en lätt måltavla politiskt för dem som ville skapa stridigheter.

Den vänliga behandlingen nephiterna gav Ammons folk, som de kom att kallas, återgäldades och bidrog så småningom till bildandet av en av de mest inspirerande brigaderna i historien — de 2 000 unga krigarna. En ödets ironi är att dessa unga mäns tjänande kan ha varit nyckeln till att nephiternas samhälle räddades från snabb undergång.



En villighet att vara god och givmild mot de behövande var en viktig faktor i bevarandet av den nephitiska generationen och berättigade nephiterna till himlens välsignelser när de var nödställda. Den vänliga behandlingen nephiterna gav Ammons folk återgäldades och bidrog så småningom till bildandet av de 2 000 unga krigarna.

Under tider av interna stridigheter, angrepp utifrån och ekonomiska svårigheter finns det en tendens att bli negativ mot dem som inte ”är som vi”. Det blir lätt att bli kritisk mot dem och att döma dem. Man kan ifrågasätta deras lojalitet mot och värde i samhället och deras inverkan på vårt ekonomiska välstånd. De här negativa attityderna är oförenliga med Frälsarens uppmaning att älska vår nästa som oss själva, och de skapar polarisering, stridigheter och isolering. Om Ammons folk inte hade välkomnats in i nephiternas samhälle kunde detta kanske ha skapat ovilja snarare än tacksamhet i det uppväxande släktet. I stället för att frambringa 2 000 trofasta krigare kunde den nya generationen ha upplevt främlingskap och återförenat sig med lamaniterna.

En villighet att vara god och givmild mot de behövande var en viktig faktor i bevarandet av den nephitiska generationen och berättigade nephiterna till himlens välsignelser när de var nödställda. Guds folk behöver sådana välsignelser i dag.

3. Lyssna till och följ inspirerade ledare.

Herren visste om de svårigheter nephiterna skulle möta, och han uppreste inspirerade ledare för att hjälpa dem möta sina svårigheter. Befälhavare Moroni var en krigare men inspirerades att tillverka bröstplåtar, arm-skydd, huvudsköldar och tjock klädnad för att skydda sitt folk (se Alma 43:19). Som resultat klarade sig nephiterna mycket bättre i striden än lamaniterna (se Alma 43:37–38). Senare instruerade Moroni folket att gräva upp jordvallar kring sina städer och överst på vallarna sätta stockverk och spetsade pålar (se Alma 50:1–3). Dessa inspirerade förberedelser hjälpte till att bevara nephiterna från undergång.

Medan Moroni förberedde sig för krig, predikade Helaman och hans bröder Guds ord och uppmanade folket till rättfärdighet så att Herrens ande kunde leda och bevara dem. Genom att de lyssnade till timlig och andlig ledning från inspirerade ledare, bevarades nephiterna. Först då inre motsättningar uppstod och folket vägrade

följa inspirerade varningar följde bakslag och lidande.

Vi är välsignade att leva i en tid när Herren har kallat levande profeter, siare och uppenbarare att varna oss och leda oss i förberedelser för dagens utmaningar. År 1998 gav president Gordon B. Hinckley (1910–2008) inspirerad undervisning och varningar till kyrkans medlemmar:

”Tiden har kommit att ställa vårt hus i ordning.

Alltför många av vårt folk lever med mycket små marginaler. Ja, några lever på lån ...

Ekonomi är mycket bräcklig ... Det finns tecken på stormar framför oss, och vi borde lyssna på varningarna.”²

Nyligen talade jag med en man som hört president Hinckleys ord och Andens maningar. Han och hans hustru beslöt sig för att likvidera sina investeringar, betala av sitt hem och göra sig skuldfria.

I dag är den mannen oberoende. Den ekonomiska nedgång som följde hade minimal inverkan på hans familj. Ja, hans ekonomiska oberoende gjorde det möjligt för honom och hans hustru att gå ut som missionärer.

President Thomas S. Monson har upprests för vår tid. Hans liv och budskap är det budskap som Gud har sänt för att beskydda och välsigna oss i dag. I en tid när många är oroliga över vad de inte har, lär oss president Monson att vara tacksamma för de många välsignelser som Herren har gett oss. Och i en tid när många fokuserar på sina egna problem, uppmanar president Monson oss att räcka ut handen och hjälpa andra, att glömma oss själva när vi välsignar andra. Genom att följa president Monsons ledning får våra familjer andligt beskydd och välsignelser som behövs i dag.

Jag är tacksam att leva i en tid när evangeliet har återställts. Jag är tacksam att Herren beredde Mormons bok för vår tid. Nephiterna utstod trofast sin tids prövningar och vittnar om att Herren ger de välsignelser och det beskydd vi behöver för att klara av vår tids utmaningar. ■

SLUTNOTER

1. Ezra Taft Benson, ”Mormons bok — Slutstenen i vår religion”, *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 3.
2. Gordon B. Hinckley, ”Till pojkar och män”, *Liahona*, jan. 1999, s. 65.



Genom att de lyssnade till timlig och andlig ledning från inspirerade ledare, som Moroni, bevarades nephiterna. Först då inre motsättningar uppstod och folket vägrade följa inspirerade varningar följde bakslag och lidande.




ATT ÖVERLEVA

I FIENDELAND



**President
Boyd K. Packer**
president för de tolv
apostlarnas kворum



Vi firar 100 år med seminariet i kyrkan. Jag håller i en tråd som löper ända tillbaka till den där första tiden när resurserna för detta program var ytterst begränsade.

Från den här blygsamma början har vi nu 375 008 elever i seminarieklasser i 143 länder med över 38 000 frivillig- och heltidslärare runtom i världen. Vi investerar mycket i våra ungdomar. Vi vet ert värde och er potential.

Visdom hjälper er bekämpa fienden

Jag talar till er som en som har sett det förflutna och vill förbereda er för framtiden.

Ni växer upp i fiendeland. När ni har blivit mogna i andligt avseende ska ni förstå hur motståndaren har infiltrerat världen runtomkring er. Han är i hemmen, underhållningen, medierna, språket — i allting runtomkring er. Och vanligtvis förblir han oupptäckt.

Jag vill berätta om det som blir av största värde för er och mest åtråvärt. Skrifterna säger: "Visheten är det främsta. Förvärva vishet", och jag vill tillägga: "Slöa inte, utan sätt igång!" (Ords. 4:7. Jag har ingen tid att förlora, och det har inte ni heller. Så hör på!

Det ögonblick jag bestämde mig för att bli lärare står tydligt för min inre syn. Under andra världskriget var jag strax över tjugo och pilot i flygvapnet. Jag var stationerad på den lilla ön Ie Shima. Den här ön, liten och enslig, ungefär så liten som ett frimärke, ligger strax ovanför Okinawas nordspets.

En vacker sommarkväll satt jag på en klippa för att se solen gå ner. Jag funderade på vad jag skulle göra i livet efter kriget, om jag hade turen att överleva. Vad ville jag bli? Det var den kvällen jag bestämde mig för att bli lärare. Jag resonerade som så att lärare alltid lär sig. Att lära sig är livets huvudsyfte.

Jag började undervisa i seminariet 1949 i Brigham City. Jag hade varit elev i det seminariet när jag gick i high school.

Ursprungligen fanns det tre kurser i seminariet: Gamla testamentet, Nya testamentet och Kyrkans historia. Jag hade förmånen att få lägga till en kurs om Mormons bok för tidigt morgonseminarium. Jag hade återvänt från kriget med ett vittnesbörd om Mormons bok och med insikt om hur den Helige Andens gåva verkar.

Den Helige Andens gåva skyddar dig i fiendeland

Du har i hela ditt liv blivit undervisad om den Helige Andens gåva, men undervisning har sina gränser. Du kan, ja, du måste gå vidare på egen hand och själv upptäcka inom dig hur den Helige Anden kan vara en vägledande och beskyddande kraft.

Processen är densamma både för unga män och för unga kvinnor. Att upptäcka hur den Helige Anden verkar i ditt liv är en livslång strävan. När du väl har upptäckt det för egen del så kan du leva i fiendeland utan att förledas eller förgöras. Ingen medlem i den här kyrkan — det vill säga var och en av er — kommer någonsin att göra ett allvarligt misstag utan att först ha varnats av den Helige Andens maningar.

Ibland när du har gjort ett misstag så kanske du säger efteråt: "Jag visste att jag inte skulle ha gjort det där. Det kändes inte rätt", eller kanske "Jag vet att jag *borde* ha gjort det där. Jag hade helt enkelt inte mod att göra det!" Den här känslan är den Helige Anden som försöker leda dig till det som är gott eller varna dig för det som är ont och skadligt.

Det finns vissa saker du inte får göra om kommunikationslinjerna ska förbli öppna. Du får inte ljuga eller fuska eller stjäla eller göra någonting som är omoraliskt om du vill att kommunikationen ska vara utan avbrott. Gå inte någonstans där omgivningen förhindrar andlig kommunikation.

Du måste lära dig att söka den kraft och vägledning som står till ditt förfogande och sedan följa den, vad som än händer.

Skriv ordet *bön* överst på din lista med saker som du ska göra. För det mesta kommer du att uppsända tysta böner. Du kan tänka en bön.

Du kan alltid ha en direktlinje till din himmelske Fader. Låt inte den onde övertyga dig om att ingen lyssnar i andra änden. Dina böner blir alltid hörda. Du är aldrig ensam!

Sköt om din kropp. Var ren. "Vet ni inte att ni är ett Guds tempel och att Guds Ande bor i er?" (1 Kor. 3:16.

Läs noga löftena som står i kapitel 89 i Läran och förbunden. Visdomsordet utlovar inte full hälsa men att de andliga receptorererna inom dig kan stärkas.

Håll dig borta från tatueringar och liknande som vanställer din kropp. Din kropp blev skapad till Guds avbild.

Profetiska råd lär oss vad som är sant

Nu vill jag tala rent ut om en annan sak.

Vi vet att könet bestämdes i föruttillvaron.¹ "Anden och kroppen utgör människans själ" (D&C 88:15). Den här frågan om kön är viktig för bröderna, liksom alla frågor som rör moral.

Några av er kan ha känt eller fått höra att ni föddes med problematiska känslor och att ni inte är skyldiga om ni handlar efter de frestelserna. Vi vet enligt läran att om det vore sant så skulle er handlingsfrihet ha utplånats, och det kan inte hända. Ni har alltid valet att följa den Helige

Andens maningar och leva ett moraliskt rent och kyskt liv, ett liv fyllt av dygd.

President Gordon B. Hinckley tillkännagav följande under en generalkonferens: "Människor ställer frågor till oss om hur vi ser på dem som anser sig vara homosexuella eller lesbiska. Mitt svar är att vi älskar dem som söner och döttrar till Gud. De kan ha vissa böjelser som är starka och som kan vara svåra att tygla. De flesta människor har frestelser av ett eller annat slag vid olika tillfällen. Om de inte handlar efter dessa böjelser kan de gå framåt som alla andra medlemmar i kyrkan. Om de bryter mot kyskhetslagen och kyrkans moralnormer blir de föremål för disciplinära åtgärder från kyrkan på samma sätt som alla andra.

Vi vill ... stärka och hjälpa dem med deras problem och svårigheter. Men vi kan inte stå överksamma om de ägnar sig åt omoraliska aktiviteter, om de försöker hålla fast vid och försvara och lever i ett så kallat samkönat äktenskap. Att tillåta sådant vore att ringakta den ytterst viktiga och heliga grundvalen för det av Gud godkända äktenskapet och själva syftet med det: att bilda familjer."²

President Hinckley talade för kyrkan.

Använd din handlingsfrihet till att stå på säker mark

Den första gåva som Adam och Eva fick var handlingsfrihet: "Dock får du själv välja, ty det är givet dig" (Mose 3:17).

Du har samma handlingsfrihet. Använd den vist och vägra att handla efter någon oren impuls eller ohelig frestelse som kommer i dina tankar. Gå helt enkelt inte dit, och om du redan är där, vänd om! "Avstå från all ogudaktighet." (Moroni 10:32)

Experimentera inte med den livgivande kraften i din kropp, varken själv eller med andra av endera könet. Detta är kyrkans norm och den kommer inte ändras. När du mognar finns frestelsen att experimentera med eller utforska omoraliska aktiviteter. Gör inte det!

Nyckelordet är *disciplin* — självdisciplin. Ordet *disciplin* kommer från ordet *discipel* eller *lärjunge*. Var en lärjunge till Frälsaren så är du trygg.

Några av er kanske tänker: "Jag har redan gjort mig skyldig till det eller det misstaget. Det är för sent för mig." Det är aldrig för sent.

Du har fått undervisning i ditt hem och i seminariet om Jesu Kristi försoning. Försoningen är som ett radergummi. Den kan sudda bort skuld och effekten av det som gör att du har dåligt samvete.

Skuldkänsla är andlig smärta. Gå inte omkring med kronisk smärta. Bli av med den. Kom bort ifrån den. Omvänd dig — gång på gång på gång om nödvändigt, ända tills du och inte den onde har kontroll över dig.

Varaktig frid kommer genom att omvända sig ofta

Det visar sig att livet är en räkka av försök och misstag. Lägg "omvända mig ofta" till listan över saker att göra. Det ger en frid som inte går att köpa för pengar. Att förstå försoningen kan vara den viktigaste sanningen du kan lära dig i din ungdom.

Om du umgås med andra som drar ner dig i stället för att bygga upp dig, sluta med det och byt kamrater. Ibland är du ensam och känner dig ensam. Då kan den viktiga frågan ställas: "När du är ensam, är du då i gott sällskap?"

Att göra dig fri från en vana som du tillåtit dig att fastna i kan vara mycket svårt. Men inom dig finns kraften. Förtyvla inte. Profeten Joseph Smith lärde att "alla väsen som har kroppar har makt över dem som inte har det."³ Du kan motstå frestelser!

Det är inte troligt att du kommer att träffa den onde personligen, han visar sig inte på det sättet. Men även om han kom i egen person för att pröva och fresta dig så har du en fördel. Du kan hävda din handlingsfrihet, och då måste han lämna dig i fred.

Dra fördel av seminariets välsignelser

Du är ingen vanlig person. Det är något alldeles speciellt med dig. Du är enastående. Hur vet jag det? Jag vet det därför att du föddes i en tid och på en plats där Jesu Kristi evangelium kan bli del av ditt liv genom undervisningen och aktiviteterna i ditt hem och i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Den är, som Herren själv har sagt,

”den enda sanna och levande kyrka[n] på hela jordens yta” (L&F 1:30).

Det finns annat som vi skulle kunna sätta upp på listan över sådant du bör och inte bör göra i ditt liv. Du vet vad som är rätt och orätt och behöver inte bli befalld i allt.

Slösa inte bort de här åren av undervisning i seminariet. Dra fördel av den stora välsignelse du har att lära dig kyrkans lära och profeternas lärdomar. Lär dig det som är av störst värde. Det blir till välsignelse för dig och för dina efterkommande i många framtida generationer.

Det dröjer inte många år förrän du är gift och har barn. Det äktenskapet bör beseglas i templet. Vår bön är att du så småningom lyckligt och väl ska slå dig ner i en familjeförsamling eller -gren.

Gå framåt med hopp och tro

Var inte rädd för framtiden. Gå framåt med hopp och tro. Kom ihåg den Helige Andens himmelska gåva. Lär dig att bli undervisad av den. Lär dig att söka den. Lär dig att leva efter den. Lär dig att alltid be i Jesu Kristi namn (se 3 Nephi 18:19–20). Herrens ande är då med dig, och du blir välsignad.

Vi har djupt förtroende för er.

Jag bär mitt vittnesbörd för er — ett vittnesbörd som jag fick i min ungdom. Och ni skiljer er inte från någon annan eller från mig. Ni har lika mycket rätt till detta vittnesbörd som någon annan. Det kommer till er om ni förtjänar det. Jag nedkallar Herrens välsignelser över er — välsignelsen av detta vittnesbörd i ert liv, att leda er till en lycklig framtid. ■

Från ett tal under en seminarieutsändning den 22 januari 2012.

SLUTNOTER

1. Se ”Familjen: Ett tillkännagivande för världen”, *Liahona*, nov. 2010, s. 129; se också Mose 3:5; Abraham 3:22–23.
2. Gordon B. Hinckley, ”Vad frågar människor oss om?” *Liahona*, jan. 1999, s. 82.
3. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph Smith* (2007), s. 211.

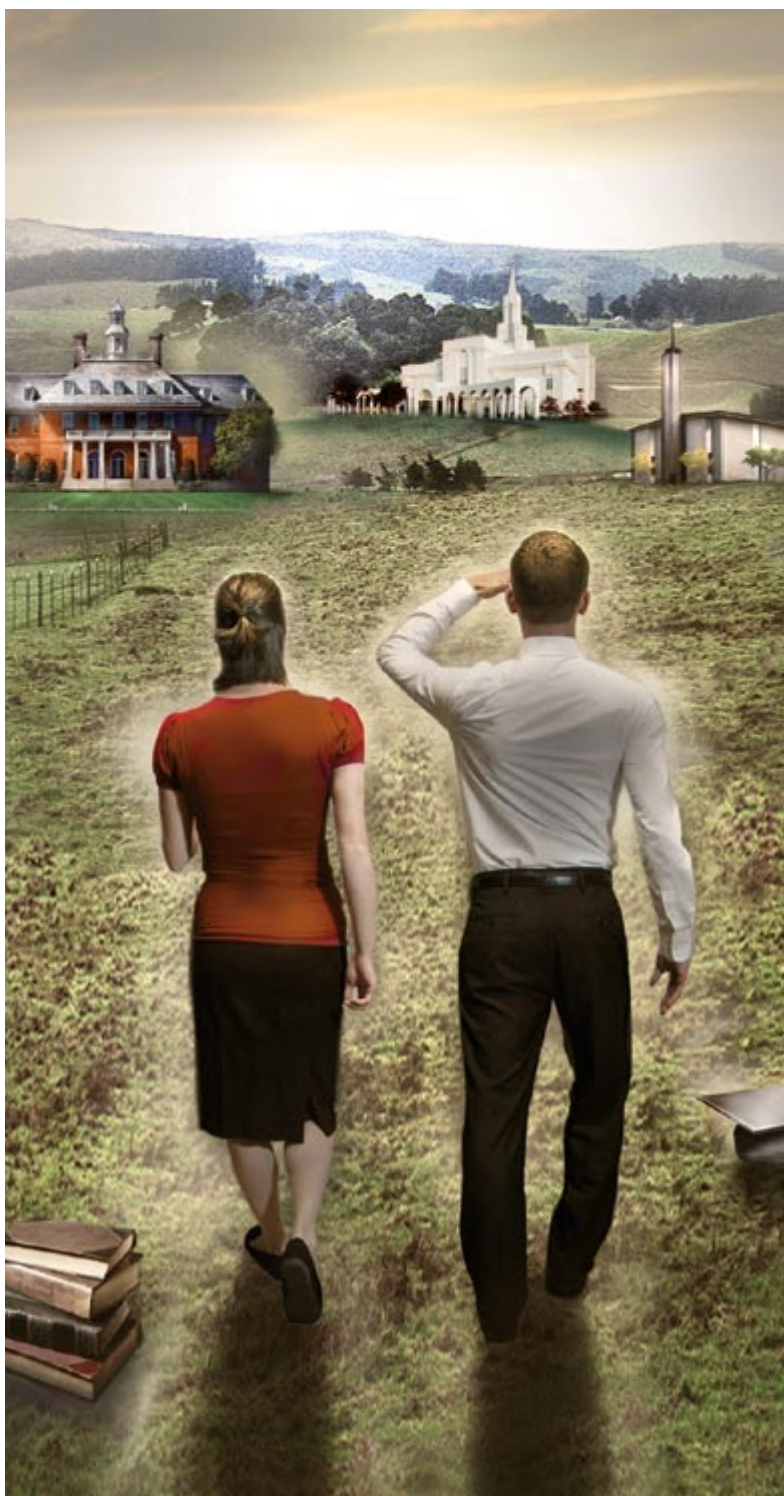


Se hela talet

Se eller lyssna på hela president Packers tal på seminary.lds.org/history/centennial.



Slösa inte bort de här åren av undervisning i seminariet. Dra fördel av den stora välsignelse du har att lära dig kyrkans lära och profeternas lärdomar. Lär dig det som är av störst värde.



JAG BAD OM MOD

Mina föräldrar är medlemmar i kyrkan men de är inte så aktiva. Det leder ibland till konflikter eftersom de anser att familjetid bör komma före allt annat — före att gå i kyrkan, att sköta mina ämbeten och delta i andra aktiviteter.

Eftersom jag är ledare i Primär och medlem i församlingsskören inkräktar mina möten i kyrkan ibland på mina familjeplikter. En dag när jag förberedde mig för att gå på en utsändning av generalkonferensen i vårt möteshus i Antananarivo, påminde mina föräldrar mig om att vi hade gäster i vårt hem.

”Du får välja mellan din familj och kyrkan”, sade min mor. ”Antingen stannar du här med oss och missar konferensen, eller också går du på konferensen och tar ditt straff.”

Jag beslöt att inte gräla med min mor. I stället tog jag en stund och bad min himmelske Fader ge mig mod och styrka. Jag bad honom också hjälpa mig veta vad jag skulle göra. Skulle jag stanna hemma med min familj eller gå till kyrkan och höra profetens röst?

Så snart jag avslutat bönen, kände jag den Helige Anden. Jag kände Anden mana mig att gå och säga till

min mor hur viktigt det var för mig att gå och lyssna på profeten. Jag kände att jag borde säga henne att jag skulle få kloka råd inte bara för mitt liv i dag, utan också för framtiden.

Gud kan göra underverk, och han uppmjukade mina föräldrars hjärta så att jag fick gå till generalkonferensen utan att få något straff. Det här var en förunderlig upplevelse i mitt liv. Det bekräftade det skriftställe som lyder:

Så snart jag avslutat min bön, kände jag Anden mana mig att gå och säga till min mor hur viktigt det var för mig att gå och lyssna på profeten.

”Genom den Helige Andens kraft kan ni få veta sanningen om allting” (Moroni 10:5).

Jag vet att om vi grundar vårt handlande på evangeliets principer och lyssnar till Anden, kan vi alltid bli nöjda med våra val. Den här upplevelsen stärkte mitt vittnesbörd om att Gud finns där för oss och att den Helige Anden hjälper oss i vårt liv. ■
Fy Tianarivelo, Madagaskar



DÄR JAG HÖR HEMMA

Innan jag blev medlem i kyrkan var mitt liv olyckligt. Efter mina föräldrars skilsmässa när jag var sju, hamnade min far i fängelse. Min mor var alkoholist och förlorade allt som var viktigt för henne. Jag sändes att bo hos en fosterfamilj.

På grund av det här blev jag vuxen mycket fortare än många av mina jämnåriga. Jag kände aldrig riktigt att jag hörde hemma någonstans, så jag befann mig i ett tillstånd av ständigt uppror. När jag ännu var mycket ung började jag röka och göra annat som jag nu förstår inte rimmar med Visdomsordet. Jag var säker på att jag var dömd att misslyckas i livet.

Det enda som gjorde mig glad var att hjälpa människor — vare sig det var att städa tillsammans med dem eller lyssna på deras livshistoria. Jag ville förtvivlat gärna att människor skulle veta att de kunde lita på mig. Ett år for jag på semester och mötte en äldre kvinna som jag bestämde att jag skulle tjäna genom att lyssna på henne. Hon var kristen och började prata med mig om religion.

Jag hade egentligen aldrig trott på Gud. Ibland när jag trodde att han *kanske* fanns anklagade jag honom för de hemska saker jag upplevt. Men när den här kvinnan beskrev hur viktigt det är med tro på Gud, blev jag nyfiken. Innan jag gick, sade hon något som var särskilt intressant: ”Mormonerna följer Guds bud.”

Jag hade aldrig hört talas om

mormonerna, så jag åkte hem, gick ut på nätet och sökte. Jag fick fram Mormon.org och beställde en gratis Mormons bok. Missionärer kom med den några dagar senare.

Jag visste inte säkert om jag kunde börja tro på Gud, men missionärerna hjälpte mig upptäcka att jag inte bara kunde tro på honom utan också lära känna honom. När jag började be och studera Mormons bok, befann jag mig på en härlig resa mot att finna lycka. Jag slutade röka. Jag slutade skylla på Gud och började tacka honom för det goda i mitt liv. Jag förstod att hans Son hade lidit för mina synder och för all den smärta jag någonsin känt. Den 28 oktober 2007 döptes jag i hans kyrka.

Om jag inte själv hade upplevt

förändringen från hopplöshet till lycka hade jag inte trott att det var möjligt. Idag älskar jag mitt ämbete i Primär och är tacksam över tillfället att hjälpa till med ett tjänandeprojekt under en konferens för unga vuxna i Polen. Att jag regelbundet kan hjälpa andra genom tjänande i kyrkan bidrar till den glädje jag funnit i Jesu Kristi evangelium. Allt jag gör nu, gör jag med ren kärlek tack vare Kristus. Jag tror att livet är underbart och även om vi har svårigheter så går vi inte vilse om vi följer Frälsaren.

Kvinnan jag träffade hade rätt: Tro på Gud *är* viktigt. Vi kan inte finna vår plats i den här världen om vi inte känner honom. Jag är tacksam att ha någonstans där jag hör hemma. ■

Dorota Musiał, Polen

Hon sade något som var särskilt intressant: ”Mormonerna följer Guds bud.”



BERÄTTA FÖR OSS OM DIN KYRKA

På en resa för att hälsa på min bror, satt jag längst bak i planet där flygvärdinnorna sitter. De två stolsraderna där är vända mot varandra.

Jag presenterade mig för dem som satt nära mig och nämnde sedan att jag skulle gå på Brigham Young University. En man som satt tvärs över sade att hans dotter hade en god vän som just åkt för att bli heltidsmissionär. Hans dotter visste något om kyrkan, men han visste nästan ingenting. Flygvärdinnan sade genast att hon inte ville var med i "den där kyrkan" eftersom den var emot kvinnor. Mannen sade att han hört något liknande — att sista dagars heliga kvinnor ansågs mindre värda än män, att de inte kunde ha prästadömet eller presidera på möten och att kyrkan var mansdominerad.

Så vände han sig till mig och frågade: "Vad anser *du* om det?" Alla sju vände sig mot mig och väntade.

Mitt hjärta började bulta. Som barn hade jag lärt mig trosartiklarna för just en sådan fråga, och som tonåring och ung vuxen hade jag övat på att bära vittnesbörd om Joseph Smiths syn och Mormons bok. Men jag hade ingen aning om hur jag skulle besvara mannens fråga. Jag bad tyst att min himmelske Fader skulle leda mig.

Sedan sade jag det första jag kom att tänka på: "Ni vet tydligen inget om Hjälpföreningen." Deras

ansiktsuttryck visade att de inte gjorde det.

"Prästadömet fungerar i samarbete med kvinnorna, av vilka alla är medlemmar i Hjälpföreningen", förklarade jag. "Vi har en hjälpföreningspresident som leder kvinnornas aktiviteter i kyrkan över hela världen. Kvinnornas ansvar är att bringa mildhet och kärlek till medlemmarnas liv och särskilt i familjernas liv."

Människorna omkring mig lyssnade uppmärksamt.

"Vi lever i en märklig tid när vissa kvinnor vill att kvinnor ska handla, tänka och vara som män. Men vi

tror att Gud delar upp uppgifterna. Vi väntar oss att kvinnorna är ledare bland kvinnor och delar ledarskapet i hemmet. Männerna litat mycket till våra råd på de här områdena. Det är en rättfärdig balans. Den gör kyrkans organisationer och våra hem framgångsrika. Och vi tror verkligen att mannen inte är någonting utan kvinnan och kvinnan inte någonting utan mannen i Herren (se 1 Kor. 11:11). Vi tror att vi inte är fullständiga utan varandra. Vi tror inte att vi skapats för att tävla mot varandra utan för att komplettera varandra."

Jag kände mig välsignad när jag

Jag sade det första jag kom att tänka på: "Ni vet tydligen inget om Hjälpföreningen."



var klar. Jag visste att orden jag sagt kom från Anden. Alla verkade nöjda med min förklaring. Sedan sade mannen: "Berätta mer om din kyrka."

Under de följande två timmarna, hade jag sedan nöjet att tala om återställelsen, besvara frågor och bära vittnesbörd om det evangelium jag älskar. ■

Shauna Moore, Virginia, USA

BÖR JAG VÄLJA ARBETE ELLER KYRKAN?

Min hustru och jag vigdes 1981 i templet i Tokyo i Japan. Vårt liv efter giftermålet var inte lätt i början. Jag var tacksam att ha ett jobb, men vi hade svårt att klara våra utgifter. Vi bad vår himmelske Fader om hjälp och gjorde vårt bästa för att klara

utgifterna och betala vårt tionde. Vi visste att om vi litade på Herren, skulle han hjälpa oss.

En vecka kom både min fru och min vän till mig med samma urklipp från tidningen.

Det var en annons om en heltidstjänst som lärare i engelska.

Jag skickade min ansökan till

företaget och ombads komma in för en intervju. I slutet av intervjun sade intervjuaren: "Du skrev i din ansökan att du arbetat som frivillig missionär för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Visst innebär det att du går i kyrkan på söndagarna? Om du måste avgöra om du ska gå i kyrkan eller arbeta på söndagen, vilket skulle du välja?"

Det var en svår fråga, eftersom jag behövde ett bättre jobb. Men efter lite eftertanke sade jag: "Jag skulle gå i kyrkan."

Med ett mångtydigt leende sade intervjuaren: "Jag förstår." Så sade han adjö med löftet att företaget skulle fatta beslut samma kväll och att jag skulle ringa för att få veta hur det gått. När jag gick ut, trodde jag att jag misslyckats.

Senare på kvällen, när det var dags att ringa, slog jag företagets nummer och var mycket rädd.

"Hur blev resultatet av intervjun?" frågade jag sekreteraren. "Jag blev inte antagen, eller hur?"

Jag blev förstummad, men glad över hennes svar.

"Vi skulle vilja att du arbetar för oss", sade hon.

Omkring en månad senare fick jag veta varför jag fått jobbet. Sekreteraren förklarade att intervjuaren bodde granne med sista dagars heliga heltidsmissionärer. Han hade ofta sett missionärerna raskt cykla till sitt arbete på morgonen.



Intervjuaren frågade: "Om du måste avgöra om du ska gå i kyrkan eller arbeta på söndagen, vilket skulle du välja?"

"Han tänkte att du, som tillhör samma kyrka, skulle arbeta för oss lika hårt som missionärerna arbetade för sin kyrka", sade hon. "Tur för dig!"

Sedan dess har vår familj alltid haft vad vi behöver.

Alltid när jag tänker på den här fina upplevelsen blir jag uppmuntrad och tröstad. Jag vet att Gud ofta använder andra människor för att välsigna sina barn. Jag kan inte med ord uttrycka hur tacksam jag är för min fru och min vän för deras inspiration i att ge mig den där annonsen, för de där hårt arbetande missionärerna och deras fina exempel och för vår nådige, kärleksfulle och omtänksamme himmelske Fader som har förunderlig makt att helga våra upplevelser till vårt bästa. ■

Kenya Ishii, Japan

Kyskhhet

I EN OKYSK VÄRLD

Kyrkans tidningar sammanträffade med en grupp unga vuxna från olika delar av världen för att diskutera svårigheterna och välsignelserna med att förbli kysk i en värld som inte värderar och till och med hånar kyskhhet. Vi fann deras öppna, ärliga och hjärtliga diskussion upplyftande och inspirerande, och hoppas att du också i deras kommentarer ska hitta något som hjälper dig värdera heligheten i äktenskap och fysisk intimitet.

När så många rättfärdigar omoraliskt beteende, vilka sanningar i evangeliet hjälper dig hålla dig sexuellt ren?

Martin Isaksen, Norge: I skrift-erna står det att vi ska vara kyska. Det räcker för mig.

Lizzie Jenkins, Kalifornien: Kyskhhet är ett åtagande. Man lever därefter. Det är en livsstil.

Liz West, England: Det hjälper mig mycket att förstå vem jag är, att förstå att livet är mer än bara nu och bara i kväll. Frälsningsplanen är till stor hjälp, men som tonåring kunde jag inte förklara den helt. Tanken på evigt äktenskap är underbar! När människor förstår det här åtagandet inser de hur fantastiskt det är att Gud har satt oss i familjer och har gett oss bud så att vi inte bara är trygga

utan så att vi ska vara lyckliga. När jag lever efter de här principerna och berättar för mina vänner och säger "jag dricker inte" eller "jag går inte på den där festen" eller "jag gör inte så", så respekterar de mig. Till slut försvarar de mig faktiskt. Att förstå att jag har ett värde som Guds barn och att min himmelske Fader vet vem jag är och faktiskt bryr sig om mig är en stor styrka.

Anna (Anja) Vlasova, Ryssland: Det hjälper mig mycket att tänka på att jag är en del av en evig familj. Jag älskar och vördar Gud och vill inte att han ska skämmas för de val jag gör.

Kaylie Whittemore, Florida: Jag tror definitivt att eftersom jag förstår att familjen är helig så ger det mig en stark beslutsamhet att leva efter kyskhetslagen. En annan sak är att

inse att när vi bryter mot buden så finns det negativa följder som jag inte vill uppleva.

Falande (Fae) Thomas, Haiti: Jag har verkligen tänkt på att folk säger: "Varför vänta när du kan få allt nu?" Men jag har undrat hur länge sådan lycka varar. Jag lever hellre efter kyskhetslagen och känner frid vid dagens slut.

Hippolyte (Hip) Kouadio, Elfenbenskusten: En sak som hjälper mig är tillkännagivandet om familjen: "Vi förkunnar ... att Gud har befallt att den heliga fortplantningsförmågan endast skall användas mellan man och kvinna, lagligt vigda som man och hustru."¹

Det andra som hjälpt mig är hur bröderna förklarar kyskheten för oss. De varnar för hur omoralen börjar och lär oss att när vi förgriper oss på kroppen, så förgriper vi oss på själen. Äldste Jeffrey R. Holland har lärt att Frälsaren betalade ett pris för oss så att vi en dag kan få en uppstånden kropp. Vårt sätt att visa vår tacksamhet för det pris han betalade är att hålla vår kropp ren.²

Liz: Jag minns ett väldigt konkret samtal jag hade med någon när jag

“Frälsaren betalade ett pris för att vi en dag skulle få en uppstånden kropp. Vårt sätt att visa vår tacksamhet för det pris han betalade är att hålla vår kropp ren.”

var omkring femton. Vi pratade om att jag inte tror på intimitet före äktenskapet, och jag minns att hon sade: ”Jaha, men om det bara händer? Om man en kväll bara ... ?” Men jag visste att jag har ett val. Ingenting bara ”händer”.

Det är otroligt för mig att vår himmelske Fader har gett oss handlingsfrihet och bud för att befria oss och att Satan gör allt han kan för att binda eller begränsa oss. De gånger min vän talade om när något kunde ”hända” var på fester när man hade druckit och gick undan parvis. Så jag försätter mig inte i sådana situationer. Valet borde inte ske när man till slut säger ja eller nej. Valet gör man innan, när man frågar sig själv: ”Ska jag gå på festen?”

Många människor, om de inte tänker igenom saken i förväg och inte tänker på följderna, gör vad de vill i det ögonblicket. Men om man säger ”jag vill ha det här resultatet, därför tänker jag fatta de här besluten”, så undviker man många problem.

Du nämnde handlingsfrihet och bud. Men hjälper dig förbund — dopförbund eller tempelförbund — att leva efter dina normer?

Fae: Jag tänker på mitt liv innan jag döptes och hur mycket större mening livet har nu när jag ingått förbund. Det är otroligt hur vi kan bli förlåtna tack vare försoningen. När jag minns mina förbund tänker jag på hur jag kan omvända mig, bli bättre och fortsätta framåt.

Anja: Särskilt i templet ser man ett evigt perspektiv. Templet hjälper en att tänka på evigheten och inte bara på i dag, så man fattar bättre beslut.

Lizzie: Många tror att intimiteten är något dåligt, men det är den inte. Den ska bara bekräftas av rätt myndighet, vid rätt tillfälle och med rätt person. Det är det som menas med förbund. Man gör ett åtagande. Man säger: ”Jag är verkligen redo för det här steget i mitt liv.” Förbunden hjälper mig eftersom jag vet att jag gör saker och ting i den ordning jag borde. Och jag vet att om jag gör det min himmelske Fader vill så är jag gladare.

Jonathan Tomasini, Frankrike: Jag skulle inte vara ärlig mot mig själv och jag skulle inte vara ärlig mot Gud om jag bröt mina förbund. Äktenskapsförbunden hjälper mig inse att jag vill kunna erbjuda min hustru en man som har självkontroll, som har förberett sig för att bli en bra make och som har hållit sig ren.

Det finns många argument i världen — många av dem verkar övertygande och invecklade — om varför kyskhetslagen är omodern. Vilka argument har ni hört och hur har ni svarat dem som utmanar era normer?

Lizzie: Under sista året i high school minns jag en lärare som gav oss vissa ”råd”. Hon hade gift sig direkt efter skolan, och det hade slutat illa, så hon sade till oss att ”det finns många fiskar i sjön”. Hon



NORMEN OCH NYCKELN

”Normen
förblir avhåll-

samhet före äktenskapet och absolut trohet inom äktenskapet. Hur mycket vi än kan tyckas vara i otakt, hur mycket normerna än ringaktas, hur mycket andra än ger efter, kommer vi inte och kan vi inte ge efter ...

Ni har förlänats den Helige Andens gåva. Det kommer viskande godkännanden eller varningar när ni har beslut att fatta. Den Helige Anden kan leda er bort från ondskan och föra er tillbaka om ni gått vilse och förlorat vägen. Glöm aldrig att ni är söner och döttrar till Gud. Satan kan inte hålla er fångslade för evigt. Ni har alltid omvändelsens nyckel att låsa upp fångelseporten med.”

President Boyd K. Packer, president för de tolv apostlarnas kvorum, ”Sanningens standard har upprests”, *Liahona*, nov. 2003, s. 26.

menade att det finns många saker att pröva, en massa kandidater att prova. Jag minns att jag blev chockerad över att min lärare sade så. Sedan dess har jag tänkt att javisst, det finns en massa människor, men jag vill inte ha en massa!

Jonathan: En jag känner har sagt att när hon har ett förhållande, vill hon se om hon sexuellt passar ihop med den personen. Hon gav som exempel en kille hon tyckte om, och efter att de haft intimt umgänge tyckte hon inte de passade ihop och att relationen inte fungerade. Hon använde den erfarenheten som argument, och det lät ganska övertygande. Till sist förklarade jag för henne att jag tror att man kan lära känna varandra verkligen bra på andra sätt, och om man gör det och bygger upp tillit och lever efter kyskhetslagen, passar man bättre ihop när man gifter sig.

Anja: Det vanligaste argumentet som jag hör jämt är att när två människor älskar varandra så är det okej: Intimiteten är bara ett uttryck för kärlek.

Martin: Något jag kommer att tänka på när jag hör ursäkten ”vi älskar varandra” är ett citat från president Spencer W. Kimball. Han säger att alltför ofta slinker lustan in genom dörren när människor tror att de är kära.³ Så är det för många när de är intima före äktenskapet: Det är lusta fastän de tror att de älskar varandra. Om de verkligen älskade varandra skulle de respektera varandra mer,

stödja varandra och förstå att det finns en tid för intimitet. Och för mig visar intimitet före äktenskapet att man inte egentligen kommer att stödja varandra så mycket som man själv tror. För om man inte kan hjälpa varandra leva efter sina normer nu, hur ska man då kunna stödja varandra senare?

Kaylie: En del som inte tror på Gud anser att Bibeln och kyskhetslagen är omoderna. Jag hade en del vänner i high school som i grunden var ateister eller agnostiker — och jag hade en vän som egentligen inte trodde på sin religions lära. Hon ville bara leva efter sina önsningar, det hon kände var rätt för henne. Sexuell intimitet är ur hennes synvinkel tillfredsställande, och allt som hindrar den tillfredsställelsen är dåligt.

Jag tror min vän var förvånad över att jag trodde på Bibeln och Guds bud, men jag försökte få henne förstå att jag inte ser buden som begränsningar. Jag lever efter dem för att de gör mig gladare. Fastän vi var oense respekterade hon mig, och vi förblev goda vänner.

Liz: Alla de här argumenten besvaras av evangeliets grundläggande principer. När man tror att det finns en Gud, när man tror att det finns en större plan, när man tror att vi är ansvariga, när man tror att det finns någon som älskar en och bryr sig om en, och när man tror att man har ett eget värde för att man är ett

Guds barn — då är det mer troligt att man ser sig som värdefull och respekterar sin kropp. När människor inte känner till eller tror på de här principerna ser de till andra människor och platser för att se sitt värde.

Vilka inflytanden eller exempel har hjälpt er bestämma er för att leva efter kyskhetslagen?

Hip: Jag hade en rumskamrat som var förlovad. En dag pratade vi om hans kommande giftermål, och någon frågade: "Vilka löften tror ni två skulle hjälpa er förbli starka?" Han svarade: "Att inte hålla kyskhetslagen skulle förstöra vår relation. Så vi bestämde att vi inte skulle göra någonting som inte skulle kännas

"Jag ser inte buden som begränsningar. Jag lever efter dem för att de gör mig gladare."

bra att göra inför biskopen eller våra föräldrar." Det svaret påverkar mig fortfarande.

Jonathan: Nu när jag är ung vuxen är det lättare att lyssna på profeterna och tänka på det som kyrkans ledare säger. Men innan dess tror jag ett stort ansvar vilar på föräldrarna och familjen. Kyrkan kan ge information och mycket bra saker, men min familjs exempel har verkligen hjälpt mig inse att evangeliet är något bra och att det gör oss lyckliga.

Liz: När jag växte upp bodde den närmaste medlemmen i min ålder en och en halv timmas väg bort så det fanns inga medlemmar i skolan. Men något som jag verkligen uppskattade var att även om det bara var jag, så kom mina ledare alltid till aktivitetskvällen. De kom alltid till mina lektioner — varenda gång. De sade aldrig: "Vi har ju bara en elev, så vi har ingen lektion i dag." Jag lärde mig säkert mycket, men det jag verkligen minns är att mina ledare var envisa. Och tack vare dem fick jag möjligheter att känna Anden.

Jag tror att vi aldrig helt kan förstå den Helige Andens gåva. Även om jag hade föräldrar och min familj och mina lärare, var jag på egen hand i skolan. Men Anden var med mig. Så allt som bevarar Anden i någons liv blir till stor hjälp för den personen att hålla kyskhetslagen.

Lizzie: En av de saker som

påverkade mig mest var att jag fick ett eget vittnesbörd. Om man inte är fast rotad i evangeliet är det verkligen lätt att ta en annan väg. Men om man börjar med att se till att man har en fast grund i evangeliet, följer allt det andra med.

Hip: När man vill bli fysiskt stark så tränar man, och när man tränar så får man resultat. Om vi tillämpar det på det andliga, måste vi träna andligen. Det finns mycket vi kan göra som andlig träning, som att läsa skrifterna och göra allt vi kan för att ha Anden med oss. Vi måste också sätta upp rättfärdiga mål och arbeta mot de målen. Men ensamma klarar vi inte att nå de målen. Vi måste ha Herren med oss. Från honom får vi styrkan och Anden att övervinna våra svårigheter. Då kan vi följa president Thomas S. Monsons vädjan:

"Låt inte era lidelser krossa era drömmar. Motstå frestelser.

Kom ihåg orden från Mormons bok: 'Ogudaktighet har aldrig inneburit lycka'".⁴ ■

SLUTNOTER

1. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Liahona*, nov. 2010, s. 129.
2. Se Jeffrey R. Holland, "Of Souls, Symbols, and Sacraments" i *Brigham Young University 1987–88 Devotional and Fireside Speeches* (1988), s. 77–79.
3. "När synden sker knuffas den rena kärleken ut genom ena dörren medan lustan slinker in genom den andra. Tillgivenheten har ersatts med köttets åtrå och okontrollerad lidelse. Man har accepterat läran som djävulen är så ivrig att etablera, att utomäktenskapligt sex är rättfärdigt" (*Teachings of Spencer W. Kimball*, red. Edward L. Kimball [1982], s. 279).
4. Thomas S. Monson, "Var ett föredöme", *Liahona*, maj 2005, s. 113.

”Vad innebär det att hedra Guds prästadöme?”

Prästadömet är den makt varigenom vår himmelske Fader och Jesus Kristus utför sitt verk. Det är den största makten på jorden. Genom prästadömet utförs förrättningar, ges välsignelser, utförs tempelarbete, predikas evangeliet och utförs underverk.

Prästadömsbärare representerar Frälsaren så de hedrar prästadömet genom att göra det Frälsaren skulle göra om han var här. De hedrar prästadömet genom att vara värdiga det. De hedrar prästadömet genom sin klädsel, sina handlingar och ord, sitt tjänande och till och med sina tankar.

Unga kvinnor kan också hedra prästadömet genom att hålla sina dopförbund och vördnadsfullt delta i prästadömsförrättningar såsom sakramentet eller tempeltjänsten. De kan stödja sina fäder, bröder och andra prästadömsbärare i att hålla buden och leva värdiga att utföra sina prästadömsplikter.

Vi kan alla hedra prästadömet genom att tjäna trofast i våra kallelser, genom att respektera dem som bär prästadömet, genom att respektera det verk det utför och genom att respektera de förrättningar och förbund det hjälper oss ta emot.

Handla som Guds representant



Om vi kan börja förstå hur underbart det är att Gud beviljat oss den här gåvan så blir det enkelt att hedra prästadömet: Handla med tacksamhet och respekt när det gäller den kraft som anförtrotts dig. Fråga dig själv: Om

alla omkring mig visste att jag bar Guds makt, skulle de ha högre eller lägre tankar om honom? Det är det här som menas med att hedra prästadömet — att inse att du är Guds representant och göra ditt bästa för att handla på ett sätt som visar respekt för det förtroende han visat dig.

Mason R., 19 år, Colorado, USA

Var dygdig



Som ung kvinna skulle jag kunna säga att jag inte behöver hedra prästadömet. Men alla unga kvinnor behöver göra det. Vi hedrar prästadömet genom att vara dygdiga. Vi hedrar prästadömet genom att hjälpa de unga männen ha rena tankar. Vi klär oss passande och använder ett vårdat språk. Genom att göra det, hjälper vi de unga männen att hedra prästadömet, så då hedrar också vi prästadömet.

Marisa B., 14 år, Arizona, USA

Din plikt mot Gud

Det viktigaste sättet att hedra prästadömet är enligt min åsikt att göra det som Herren själv skulle göra om han var här på jorden, eftersom vi företräder Jesus Kristus. Det innebär att vi uppfyller alla åtaganden, plikter och löften som vi gav Gud när vi ordinerades till prästadömet. Genom att hedra hans prästadöme följer vi hans bud att ”stå upp och stråla, så att [vårt] ljus kan vara ett baner för nationerna” (L&F 115:5). Vi hjälper andra veta att det finns många bemyndigade Guds tjänare på jorden.

Bismarck B., 18 år, Santo Domingo, Dominikanska republiken

Visa respekt för prästadömet

Jag tror vi hedrar prästadömet genom att använda prästadömet med respekt och förtroende. När man har medlemmar i aronska prästadömet som respekterar prästadömet

och sakramentet så mycket som vi gör i vår församling, så får man fina upplevelser när man delar ut och förbereder sakramentet. Vi bär alla vit skjorta och slips. Vi vet att det har stor inverkan på församlingen och det har haft stor inverkan på mig. Prästadömet är det bästa som någonsin hänt mig.

Hansen B., 15 år, Texas, USA

Kompromissa inte med dina normer

Att hedra prästadömet innebär att man inte försätter sig i situationer där man vet att man kanske kompromissar med sina normer. När vi studerade Gamla testamentet i seminariet fann vi i Första Moseboken 39 exemplet med Josef i Egypten som hedrade sitt prästadöme genom att fly från Potifars hustrus närmanden.

Ett sätt för unga kvinnor att hjälpa oss hedra prästadömet är att följa *Vägledning för de unga* normer och klä sig passande.

Joseph B., 16 år, Texas, USA

Håll prästadömet högt

Att hedra prästadömet innebär för mig att unga män respekterar och håller den gåva högt som Herren har gett dem. När jag ser en ung man respektera prästadömet, har jag mycket mer frid och jag har större respekt för den unge mannen. Vår himmelske Fader har anförtrött prästadömet åt honom, så jag anser att det är en ung mans plikt att inte bara

bära prästadömet utan också hålla det högt.

Melinda B., 16 år, Washington, USA

Kom ihåg Frälsaren



Prästadömet är Guds enda sanna kraft på jorden och visar oss vägen tillbaka till honom. När vi tänker på att hedra prästadömet tänker vi på att följa president Thomas S. Monsons och de andra apostlarnas lärdomar. Det bästa sättet att hedra prästadömet är att göra det vi lär oss, vilket låter oss minnas Frälsaren. När vi minns honom är hans Ande med oss. Att ha Anden hjälper oss hålla fast vid målet och vara exempel på evangeliets normer.

Söndagsskolklass: Kylie E., Jaiten B., Joseph E., Alexandra R., Kaylie V., Alisha F., och Haylee W. (ej i bild); Idaho, USA



DET ÄR HELIGT

”De unga männen och kvinnorna ... bör ... hedra [prästadömet] och erkänna det som något heligt, ... för det är genom denna

myndighet som evangeliets förrättningar utförs i hela världen och på varje helig plats. Utan den kan de inte utföras. Dessutom bör de som innehar denna myndighet hedra den hos sig själva. De bör leva så att de är värdiga den auktoritet ... de fått.”

President Joseph F. Smith (1838–1918),
Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F. Smith (1998), s. 144.

NÄSTA FRÅGA

”Vad säger jag till ickemedlemmar som frågar varför en del medlemmar i vår kyrka inte lever efter våra normer?”

Sänd in ditt svar senast 15 november till liahona@ldschurch.org eller till:

Liahona, Questions & Answers 11/12
50 E. North Temple St., Rm. 2420
Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

Svaren kan komma att förkortas eller förtydligas.

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

VAR **KLOK**
OCH VAR EN
VÄN





**Äldste
Robert D. Hales**

i de tolv apostlarnas
kvorum

Studera och lär visdom i din ungdom. Och lyft och stärk människor omkring dig.

Om du verkligen vill kunna leva ett gott liv bör du följa de råd som finns i skrifterna: "Lär visdom i din ungdom. Ja, lär dig i din ungdom att hålla Guds bud" (Alma 37:35). Lärandeprocessen kan sammanfattas så här:

Vi börjar alla med en grundläggande intelligens. Till den lägger vi lärdomen som kommer via klassrum och läsning. Vi lägger till livets erfarenheter. Och sedan tar vi fjärde steget: visdom. Det är där världen stannar. Men vi har något som världen inte har. Efter dop och konfirmation fick vi den Helige Andens gåva. Med grunden i vår trofasthet mot lagarna, förrättningarna och förbunden som vi tar på oss vid dopet att regelbundet och ofta ge löften vid sakramentsmöten och ta på oss

prästadömets och templets förbund, har vi alltid den Helige Andens gåva att undervisa och leda oss. Anden leder oss att handla och att göra. Vi har alla andliga gåvor och talanger (se L&F 46).

Visdom samt andliga gåvor leder till en hjärtats förståelse. "Visheten är det främsta. Förvärva vishet, förvärva förstånd för allt du äger" (Ords. 4:7). Det är viktigt att förvärva visdom och insikt i ungdomen.

En upplevelse i ungdomen lärde mig något om visdom. Jag var ett stadsbarn, så far sände mig att arbeta på min morbrors gård i västra Utah. Medan jag var där kunde jag aldrig förstå varför boskapen, med tusentals hektar att välja på, stack ut huvudena genom taggrådsstängslet för att äta gräset på andra sidan staketet. Har ni tänkt på hur mycket vi liknar dem? Vi tänjer alltid på gränserna för att se var de är, särskilt i vår ungdom. Som människor — den naturliga människan — går vi gärna fram till

taggrådsstängslet och sticker ut huvudet. Varför gör vi så?

Vi kan ha så mycket glädje i livet utan att tänja på gränserna. Kom ihåg: "Visheten är det främsta", och med den visdomen, "gå inte in på de ogudaktigas stig, vandra inte på de ondas väg. Undvik den, gå inte in på den, vik av ifrån den och gå förbi" (Ords. 4:14–15). Kom inte nära. Stick inte ut huvudet genom stängslet.

Har du goda vänner?

Du märker att Ordspråksbokens författare tillsammans med lärdomar om vishet också undervisar om att välja goda vänner: "Gå inte in på de ogudaktigas stig, vandra inte på de ondas väg" (Ords. 4:14). "Min son, gå inte samma väg som de, håll din fot borta från deras stig. Deras fötter skyndar till det som är ont" (Ords.1:15–16).

Hur vet du om du har bra vänner? Jag ska ge er två prov. Om

ni använder de här proven kommer ni inte in på dåliga vägar och kommer bort från ”den trånga och smala stigen som leder till evigt liv” (2 Nephi 31:18).

1. **Bra vänner gör det lätt att följa buden när du är med dem.** En sann vän stärker dig och hjälper dig leva efter evangeliets principer som hjälper dig hålla ut till slutet.
2. **En sann vän tvingar dig inte att välja mellan hans eller hennes vägar och Herrens vägar,** så att du förs bort från den trånga och smala stigen. Motståndaren vandrar över jorden och vill så gärna få oss alla på fall. Om dina vänner leder dig till ogudaktiga stigar, gå bort från dem nu. Välj vänner med omsorg.

Vilken slags vän är du?

Nu ska jag ställa en svår fråga:
Vilken slags vän är *du*?

Livet handlar om mer än att rädda oss själva. Vi har uppdraget att lyfta och stärka alla omkring oss. Herren vill ha oss alla tillbaka hos honom.

Du är en fyr, och det finns inget farligare än en fallen fyr. Kom ihåg vem du är: Du är ett ljus för världen, för dina vänner, för dina bröder och systrar. Det är dig de ser upp till.

Ordspråksboken kapitel fyra fortsätter:



Var ett ljus för världen och hjälp och led människor omkring dig på rättfärdighetens stigar. De är beroende av dig som av en trogen fyr.

”De rättfärdigas stig är lik gryningens ljus, som växer i klarhet, tills dagen når sin höjd.

Men de ogudaktigas väg är som djupaste mörker, de märker inte det som vållar deras fall” (vers 18–19).

De vet faktiskt inte varför de snubblar. De har inget ljus, ingen ledning.

Vet du hur det är att vara beroende av en fyr, när ljuset inte är där? Det blir mörkt och vi går vilse.

När ett plan blir strömlöst har piloten inga indikatorer utom sådant

som fungerar utan el. Han känner sig helt hjälplös om han är i ett ensigt jaktplan 12 000 meter upp i luften och kastas omkring av moln och liknande. Han har ingen ledning. Jag hade en sådan upplevelse, och jag är glad att jag är här. Det var en upplevelse jag aldrig ska glömma. Också du kan en gång befinna dig i den situationen. Det finns inget så farligt som en fallen fyr, särskilt om man är beroende av ljuset.

Finns det någon som behöver ditt ljus som ledning? Var ett gott exempel. Var ett ljus för världen och råd och led människor omkring dig på rättfärdighetens stigar. De är beroende av dig som av en trogen fyr. Var där när någon behöver dig.

Anden är det vägledande ljus som ger glädje och lycka. Må vi aldrig förmenas Andens närvaro hos oss på grund av vårt handlande. Ja, jag ber att vi aldrig ska bli ensamma och ledsna i denna ”mörka och dystra” värld (se 1 Nephi 8:4).

Må Herrens välsignelser vara med er när ni strävar att lära och få kunskap och vishet i er ungdom. Må ni också få visdom och förstånd i hjärtat om evangeliets sanningar genom lydnad och även genom Andens ljus, den Helige Anden. Var en bra vän. Lyft och stärk människor omkring dig. Gör världen till en bättre plats genom att du är där. Hjälpt dina vänner hålla sig på den trånga och smala stigen, hårda ut till slutet och återvända med heder. ■

ATT KLÄ SIG *till dans*

Crystal Martin

Jag var frestad att följa med strömmen, men så insåg jag att jag borde vara ett föredöme i stället.

När jag var tonåring, var det ibland svårt att leva efter evangeliet. Där jag bodde fanns inte många medlemmar, och mina vänner som inte var medlemmar i kyrkan gjorde det ibland svårare för mig att hålla mig på rätt väg.

”Du borde ha den här, den får fram färgen på dina ögon” sade en av mina vänner till mig inför en dans. Hon höll upp en klänning hon tänkte låna mig, men den var ärmlös. Jag beslöt att ha klänningen, med en jacka.

När jag kom till dansen var det ingen annan som hade klänning med ärmor, och jag kände mig utanför. När jag började känna mig varm, sade mina vänner till mig att bara ta

av jackan och att jag i alla fall skulle se bättre ut då.

Just när jag tänkte rättfärdiga att ta av mig jackan, mindes jag min patriarkaliska välsignelse. I välsignelsen stod att jag skulle få många frestelser, och om jag föll skulle många följa mig. Det var då jag insåg att jag borde hålla mig på rätt väg — inte bara för min egen skull utan för andra som såg upp till mig. Jag bestämde mig för att behålla jackan på.

Ibland blev jag retad för att jag inte gjorde som alla andra, men jag förblev stark och fick välsignelser för det. Senare fick jag veta att många hade sett upp till mig. En del av mina vänner berättade till och med att de respekterade mig för att

jag höll på mina normer. De bad om ursäkt för att de retat mig för att jag inte gjorde det alla andra gjorde i high school.

Eftersom jag följde kyrkans normer och försökte vara ett föredöme, fick jag missionärstillfällen och kunde undervisa andra om evangeliet. Jag hade inte kunnat påverka andra om jag inte hållit mig på rätt väg. ■



KLÄDNORMER

”Sänk aldrig dina normer i fråga om klädsel. Använd inte speciella tillfällen som ursäkt för att vara olämpligt klädd ... Unga kvinnor ska undvika ... kläder som inte täcker axlarna.”

Vägledning för de unga (häfte, 2011), s. 6, 7.

Klädsel och utseende

”LÅT DEN HELIGE ANDEN LEDA”



Mary N. Cook
första rådgivare
i Unga kvinnors
generalpresidentskap

Som representanter för Kristus respekterar vi vår kropp ”alltid och i allting och överallt” genom att följa vissa normer.

Kim har alltid varit passande klädd. Häromdagen frågade jag om hennes åsikt när det gäller en passande kjol, en passande blus och en passande baddräkt. I stället för att komma med exakta mått för kjollängd och uringning, talade vi om principerna för passande klädsel och svårigheten att hitta passande kläder som är attraktiva. Vi hade roligt medan vi brainstormade fram sätt att förlänga kjolar på ett kreativt sätt. Till sist sade Kim: ”Om det inte känns bra när jag först sätter på mig något, så betyder det i allmänhet att det är olämpligt och att jag inte skulle trivas i det. Jag har lärt mig att aldrig köpa det. Jag hänger bara tillbaka det på ställningen.”

När Kim försöker leva värdigt kan den Helige Anden leda henne när hon väljer kläder. Hon lever generöst efter lämplighetens normer och försöker inte ändra regler för klädsel och utseende. Hon förstår att hennes kropp är ett tempel (se 1 Kor. 3:16), och att hon har ansvaret att ta hand om, skydda och klä den på ett passande sätt.

När tempel byggs är man noga med att det ska vara säkert och vackert dekorerat, inifrån och ut. En nyckel till planering av tempel är insikten att ett tempel *representerar* Herren — det är hans hus. Vi *respekterar* templen som heliga byggnader där endast de som är värdiga släpps in. Vi *vördar* templen på grund av att de heliga förrättningarna och förbunden vi deltar i gör det möjligt för oss att komma tillbaka till vår himmelske Fader.

Din kropp är dyrbarare än det finaste templet på jorden. Du är Guds älskade son eller dotter! Samma principer — representation, respekt och vördnad — tillämpas i än högre grad på den vård och det beskydd du ger din kropp.

Representation

Varje vecka när vi tar del av sakramentet, tar vi på oss Frälsarens namn. Vi är hans representanter på jorden. En av riktlinjerna i *Vägledning för de unga* lyder: ”Genom din klädsel och ditt utseende visar du Herren att du vet hur värdefull din kropp är. Du kan visa att du är en Jesu Kristi lärjunge och att du älskar honom.”¹

När en ung kvinna läste det här, beslöt hon att hon inte ville gå ens i närheten av gränsen till olämplig klädsel. Genast tog hon bort ur sin garderob allt som inte rimmade

med att vara en Frälsarens representant. Hon sade: "Det vore smart att inte ens prova vissa kläder i affären som jag vet att jag inte borde ha på mig. Varför låta sig frestas?" Principen om representation hjälpte henne fatta ett orubbligt beslut.

Respekt

Som representanter för Kristus respekterar vi vår kropp "alltid och i allting och överallt" (Mosiah 18:9) genom att följa vissa normer. Herren fordrar att endast de som är rena ska komma in i hans tempel. Genom ditt val att vara dygdig visar du respekt för Herren och din fysiska kropp.

Vi bör också visa respekt för andras kropp och hjälpa dem leva dygdiga liv. Äldste M. Russell Ballard i de tolv apostlarnas kворum lärde: "[Unga kvinnor] behöver ... förstå att då de bär kläder som är alltför åtsmitande, alltför korta, eller alltför urringade, sänder de inte bara fel budskap till de unga män som de umgås med, utan de upprätthåller också i sina egna sinnen vanföreställningen att en kvinnas värde är helt beroende av hennes sensuella dragningskraft. Det har aldrig varit och kommer heller aldrig någonsin att bli en sann definition på en trofast Guds dotter."²

Unga kvinnor, respektera er kropp och hjälp andra, särskilt unga män, att förbli dygdiga i tanke och handling. Respektera er kropp och var medvetna om att ett rättfärdigt liv *varje dag* ger er ett *evigt* värde.

Vörndnad

Äldste Robert D. Hales i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Precis som templet trädgård speglar heligheten och vörndnaden

för det som äger rum i templet, speglar vår klädsel skönheten och renheten inom oss. Vår klädsel uttrycker om vi visar tillbörlig respekt för templet förrättningar och eviga förbund och om vi förbereder oss för att ta emot dem."³

Visa din vörndnad för sakramentets försörningsoffer genom att ha på dina "söndagskläder" för att delta i sakramentsförrättningen. "Unga män bör klä sig med värdighet när de administrerar sakramentets förrättning."⁴ Unga kvinnor, klä er passande.

Stå upp! Var exempel på passande klädsel hemma, i skolan, på stranden, på danser eller när ni deltar i idrott. Följ Kims exempel vid val av kläder och låt den Helige Anden leda era beslut. Fråga er själva: "Skulle jag känna mig väl till mods med mitt utseende om jag var i Herrens närhet?"⁵

Om ni lever efter de tre principerna — representation, respekt och vörndnad — när ni väljer klädsel, *kommer* ni att "stråla" (L&F 115:5) som Frälsarens älskade representanter. ■

SLUTNOTER

1. *Vägledning för de unga* (häfte, 2011), s. 6.
2. M. Russell Ballard, "Mödrar och döttrar", *Liahona*, maj 2010, s. 20.
3. Robert D. Hales, "Anständighet: Vörndnad för Herren", *Liahona* aug. 2008, s. 8.
4. Se *Vägledning för de unga*, s. 8.
5. Se *Vägledning för de unga*, s. 8.



STÄRKT AV ORDET

*Tonåringar vittnar om när
skrifterna undervisat dem,
tröstat dem och gett ledning.*

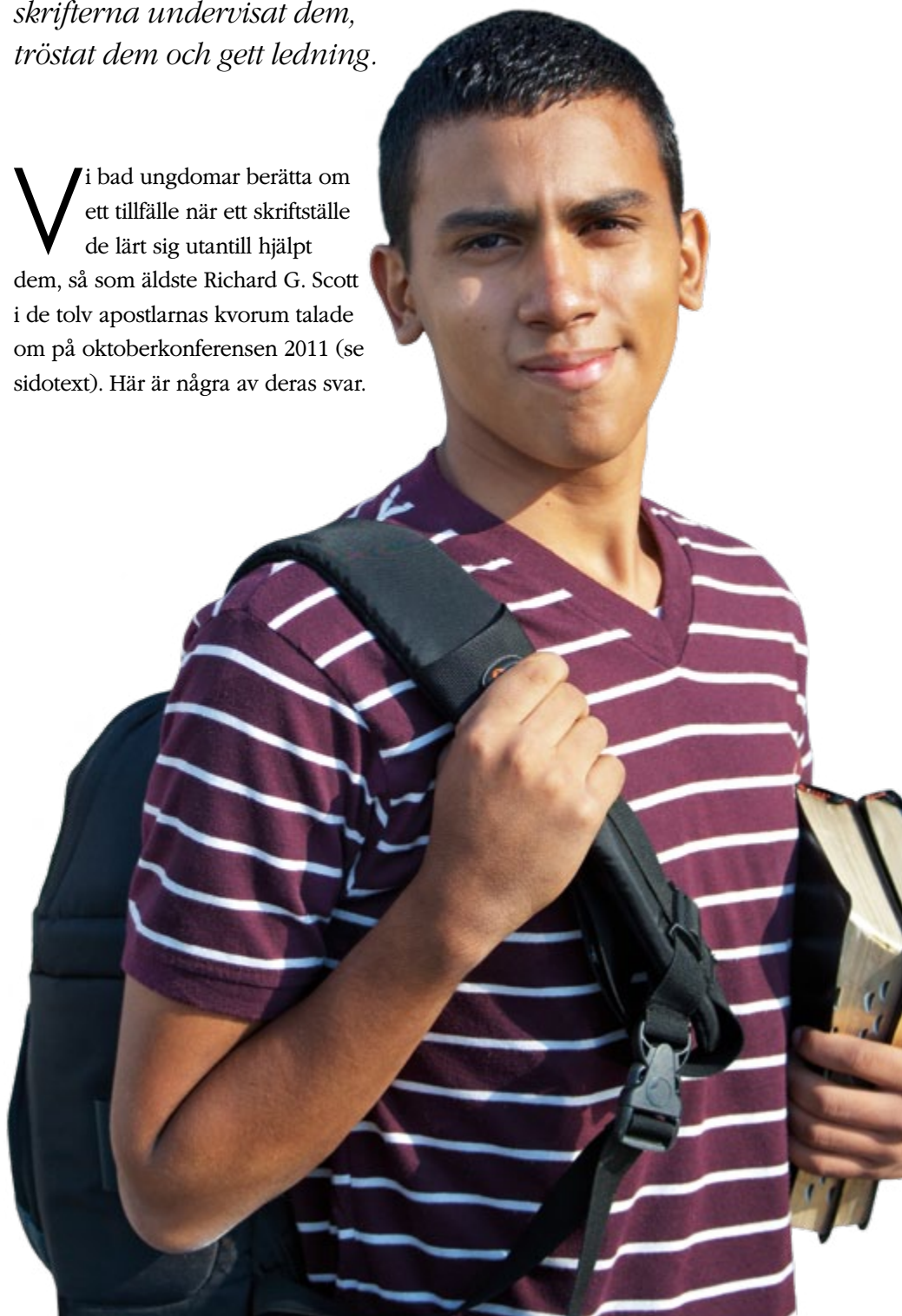


SKRIFTERNA ÄR TILL HJÄLP NÄR VI BEHÖVER DET

”Skrifterna är ljuskällor som lyser upp vårt sinne och bereder oss för vägledning och inspiration från höjden ... 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.”

Äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum, ”Kraften i skrifterna”, *Liahona*, nov. 2011, s. 6.

Vi bad ungdomar berätta om ett tillfälle när ett skriftställe de lärt sig utantill hjälpt dem, så som äldste Richard G. Scott i de tolv apostlarnas kvorum talade om på oktoberkonferensen 2011 (se sidotext). Här är några av deras svar.



Frid i min själ

"Min son, frid vare med din själ. Dina motgångar och dina lidanden skall endast vara ett ögonblick" (L&F 121:7).

Det skriftställe som tröstat mig mest genom åren är Läran och förbunden 121:7, när profeten Joseph Smith var i fängelset i Liberty och ropade till sin himmelske Fader om hjälp. Jag lärde mig den versen utantill i seminariet och minns den när jag behöver tröst. Den påminner mig om att min Fader i himlen älskar mig och är medveten om mina prövningar. Jag har använt den här versen för att få frid när jag känt mig frustrerad och svag.

Den här versen hjälpte mig när jag var på en fest som visade sig vara en miljö där jag inte borde vara. Jag sade artigt nej till mina vänner när de bad mig dricka eller röka. Versen gav mig den styrka jag behövde för att stå för min tro.

Den här versen hjälpte mig också fatta ett svårt beslut. Min vän och jag hade varit oskiljaktiga i fem år. Vi idrottade tillsammans, vi gjorde utflykter tillsammans och

hängde ihop varenda helg. Men hon började umgås med en äldre grupp vänner som jag inte ville vara med. Det gick så långt att hon tvingade mig välja mellan att ha henne som vän eller hålla mig till min tro i fråga om Visdomsordet och kyskhetslagen. Jag var helt ifrån mig. Jag hade inte vetat att det kunde vara så svårt att stå för det jag trodde på. Men jag valde att skaffa nya vänner, att alltid minnas vår himmelske Faders löfte till Joseph Smith att allt skulle bli bra.

Ingenting är värt att kompromissa med min tro om, och jag upplever sann och bestående glädje när jag väljer det rätta. Skrifterna har stärkt mitt vittnesbörd och gett mig hjälp när jag behövde det.

Lauren J.

16 år, Arkansas, USA



Det svaga blir starkt

Månader före inträdesprovet till high school, kände jag mig inte beredd. Jag var säker på att det skulle bli omöjligt att göra bra ifrån mig. Så jag vände mig till min himmelske Fader i bön. Medan jag bad kom jag att tänka på de här orden: "Och om människorna kommer till mig skall jag visa dem deras svaghet. Jag ger människorna svaghet för att de skall kunna bli ödmjuka, och min nåd är tillräcklig för alla människor som ödmjukar sig inför mig. Ty om de ödmjukar sig inför mig och har tro på mig, då skall jag göra så att det svaga blir starkt för dem" (Ether 12:27).

Jag insåg att när jag ber till min himmelske Fader om styrka att klara av utmaningar och prövningar, välsignar han mig och hjälper mig besegra mina svagheter. Att lägga fram mitt bekymmer för Herren var det bästa beslut jag kunnat fatta. Han är den bästa läraren, och jag vet att han hjälpte mig.

Irvin O.

16 år, El Salvador



Be alltid

"Be alltid, så att du kan avgå med seger, ja, så att du kan besegra Satan och så att du kan undkomma Satans tjänares händer, som stöder hans verk." (L&F 10:5).

Den här versen hjälpte mig stå emot frestelser. När jag ska göra något jag vet är fel, kommer den här versen med sitt budskap till mitt sinne. Varenda gång jag ber efter den maningen, får jag den hjälp jag behöver för att besegra frestelsen jag står inför.

Jesse F.

17 år, Utah, USA

Jag är med dig

"Var tålmodig i lidanden, ty du skall uppleva många. Men uthärda dem, ty se, jag är med dig, ja, intill dina dagars ände" (L&F 24:8).

Att lära mig skriftställen utantill har varit en välsignelse, särskilt när jag varit rädd eller ensam. Närhelst jag kommer ihåg det, fattar jag mod och det känns bättre. Som unga män och kvinnor behöver vi ledning och stöd, särskilt när vi står inför svåra prövningar och svårigheter. Trots att framtiden ibland verkar osäker eller nedslående vet jag att jag kan lita på Herren och omslutas av hans varma famn.

När jag var liten fick jag hemma och i Primär lära mig att Herren alltid skulle vara vid min sida om jag gjorde min del. Tack vare de här lärdomarna och det här skriftstället vet jag att jag alltid kan räkna med honom.

Sofia I.

15 år, Uruguay



SÄTT UPP ETT MÅL

Du kan sätta upp ett mål att lära dig några skriftställen utantill. Du kan lära dig nyckelskriftställen utantill i seminariet som en del av Plikt mot Gud- eller Personlig tillväxt-programmen.

VÄGEN

ÄR RAK OCH SMAL

Det finns många vägar att välja på,
men bara en leder till evigt liv.

(Se 2 Nephi 9:41; 31:17-21; Alma 7:9.)



Att gå vidare från

När det är dags att gå vidare till Unga män eller Unga kvinnor, är det här några upplevelser du kan se fram emot!

VAD HANDLAR UNGA MÄN OM?

Aronska prästadömet — att tjäna andra i Frälsarens ställe

Dela ut sakramentet

Samla in fasteoffer

Stärka familjen

Plikt mot Gud

Lära sig och göra nya saker

Berätta om det för andra

Utveckla en närmare relation till vår himmelske Fader

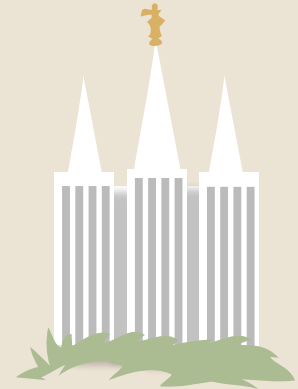
Vägledning för de unga

Normer som gör dig stark

Förbereda dig

för en mission

för äktenskap och faderskap



Besöka templet

Döpas för dem som har dött

Förberedelse för att ingå förbund

Känna den Helige Anden

Aktiviteter

Tjäna med ditt kvorum

Roligt på aktivitetsskvällar!

Kära unga män i Primär!

När ni fyller 12 är ni gamla nog att ta emot aronska prästadömet. Det är mycket viktigt. När Gud ger er sitt prästadöme talar han om att han litar på er. Det blir er heliga plikt att tjäna andra så som Frälsaren hade tjänat.

Nu är det dags att ni börjar förbereda er. Se och lyssna på prästadömsbärare omkring er medan de välsignar och delar ut sakramentet, döper, ger välsignelser, går ut som missionärer och leder familjer. Gör alltid ert bästa för att leva efter

evangeliets normer. Då blir ni förberedda för den stora dag när ni ska få aronska prästadömet.



Med vänlig hälsning,

David L. Beck

Unga mäns generalpresident

VAD HANDLAR UNGA KVINNOR OM?

Nya vänner

Lära sig och ha roligt tillsammans
Stödja varandra

Stärka din tro på Jesus Kristus

Stå för sanning och rättfärdighet
Bära ditt vittnesbörd

Vägledning för de unga

Normer som gör dig stark

Personlig tillväxt

Nya saker att lära sig
Sätta upp mål och tillväxa i dygd

Besöka templet

Döpas för dem som har dött
Känna den Helige Anden
Förberedelse för att ingå förbund

Aktiviteter

Tjäna tillsammans
Roligt på aktivitetsekvallar!

Förbereda dig som en Guds dotter

för att vara en ledare
och ett gott exempel
för att bli en trofast
hustru och mor



Kära unga kvinnor i Primär!

Vi är så spända inför dagen när ni ska gå över till Unga kvinnor! Du är en älskad dotter till vår himmelske Fader. I Unga kvinnor får du lära dig att stå som hans vittne alltid, i allting och överallt. Du får ett halsband som påminner dig om att stå för sanning och rättfärdighet och låta Frälsarens ljus lysa över hela världen. Ditt häfte Personlig tillväxt hjälper dig studera skrifterna, sätta upp personliga mål och gå framåt på vägen mot templet. Allt det här ska hjälpa dig förbereda dig för att bli hustru och mor och en stor ledare i världen.

Med vänlig hälsning,
Elaine S. Dalton
Unga kvinnors generalpresident



FOTO © BUSATH PHOTOGRAPHY

Kära Amiga

Hej från Mexiko! Det var roligt att få ditt brev och höra allt om din kommande födelsedag. Det låter som om du är lite nervös inför att lämna Primär. Får jag berätta om när jag gick över till Unga kvinnor?

Jag var också nervös över att lämna Primär. Jag var orolig att jag inte skulle få några vänner. Jag var rädd för att vara en av de yngsta flickorna i stället för en av de äldsta.

Men allt gick bara bra. Biskopen intervjuade mig inför min födelsedag och sade åt mig att förändringen skulle bli bra för mig. På söndagen kände jag mig fortfarande blyg och stannade i primärrummet. Lyckligtvis fann en av Unga kvinnors ledare mig där. Hon sade: "Jag trodde jag skulle hitta dig här! Kom, det är dags att gå till klassen."

Syster Diaz hälsade mig välkommen under inledningen, och hon gav mig tre böcker som jag har lärt mig älska: Vägledning för de unga, Unga kvinnor: Personlig tillväxt och en dagbok. När jag såg mig om märkte jag att jag kände en del av flickorna från Primär. En del av flickorna jag inte kände sade hej till mig. Strax kände jag frid i stället för rädsla.

Sedan blev allt bättre och bättre. Aktivitetskvällarna har jag tyckt om eftersom de har lärt mig att leva efter evangeliet och hjälpa familj och vänner. Och att åka på läger varje år är så roligt! Nu när jag är Laurel hoppas jag avsluta min Personliga tillväxt snart. Jag väntar ivrigt på Unga kvinnors medaljong så att den kan påminna mig om hur jag kommit närmare min himmelske Fader under åren.

Så var inte rädd, min vän. Bred ut vingarna och flyg till Unga kvinnor. Jag lovar att du inte ångrar dig.

Kära hälsningar,
Maribel

Välkomna ett nytt skede i livet

Marissa Widdison

Kyrkans tidningar

Bor du i ett område där träden skiftar färg inför vintern? Det gör de här fyra vännerna. Noah B., Dylan L., Patrick M. och Ben M. bor alla på Prince Edward Island utanför Kanadas östkust. Liksom träden gör sig de här pojkarna redo för ett nytt skede i livet. De fyller alla 12 år inom ett år, och det betyder att de får säga adjö till Primär och hej till Unga män. Det här är vad de hade att säga om att växa upp och gå vidare.

Var dig själv

När Noah flyttade hit hjälpte hans nya vänner honom att anpassa sig till livet på ön. Och nu, som den äldste i gruppen, hjälper han dem vänja sig vid livet i Unga män. "Jag oroade mig för om jag skulle bli accepterad och lära känna de

andra", säger Noah om att börja i Unga män. "Att komma till aktiviteterna hjälpte verkligen." Noahs älsklingsång i Primär är den om Helamans armé, och det är så han ser prästadömet i kvorum — som att de står eniga tillsammans.

Hans råd? "Var dig själv."

Respektera prästadömet

För Patrick är prästadömet inte en fråga om en viss ålder. Det handlar om att vara värdig och beredd. "Man får inte prästadömet bara för att man fyller 12", säger Patrick. "Man måste vara förberedd."

Dylan förstår hur viktigt förberedelse är. Han försöker komma till kyrkan 15 minuter tidigare för att förbereda sig andligen för att dela ut sakramentet. "Jag har delat ut sakramentet tre eller fyra gånger, och varje gång berör Anden mitt hjärta. Jag tror inte jag någonsin

blir van vid det", säger han.

Ben säger att han påminns om den sista måltiden när han delar ut sakramentet: "Jesus stod där. Vi står där Jesus stod, och han vill att vi ska vara där."

Se till templet

Ben arbetar på att förtjäna sin Plikt mot Gud-utmärkelse och ser fram emot att utföra dop för de döda för första gången. "Jag har inte varit inne i templet än, men andra medlemmar vittnar ofta om hur varmt och bra det känns efter att de har varit där", säger Ben.

Noah gjorde nyligen sitt första besök i templet. Han sade att de unga männen i hans kvorum behandlade honom som en bror. "Man kan känna sig nervös, men det finns människor där som hjälper en", säger han. "Man känner sig välkommen." ■



Kom, o Jesus

Enkelt ♩ = 72-84

Från kyrkans produktion av
Savior of the World: His Birth and Resurrection



1. Kom, o Je - sus, hit till jord - en, låt dig föd - as i ett stall.
2. Tröst - a, Her - re, den som gråt - er, den som öd - mjukt sö - ker dig.
3. Kom, o Je - sus, En - född, He - lig, Mor - gon - ljus - et i - från Öst.

Ska - pa - ren ett barn är vor - den för att fräl - sa värld - en all.
Du som äls - kar och för - låt - er, o Guds Lamm, din frid oss giv.
Vi är di - na barn för e - vigt. Tor - ka tår - en, skänk oss tröst.

Mörk - ret flyr och dag - en gryr. Kom, Im - ma - nu - el, vår Gud!
Kom i här - lig - het till jord att re - ge - ra med ditt ord.
Kom i här - lig - het till jord att re - ge - ra med ditt ord.

Kom, o Je - sus, hit till jord - en, kom, o Her - re, kom!
Vi vill bö - ja knä och till - be; kom, o Her - re, kom!
Vi vill bö - ja knä och till - be; kom, o Her - re, kom!

Savior of the World: His Birth and Resurrection skrevs och komponerades under ledning av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum.

© 2003 IRI. Med ensamrätt. Sången får kopieras för tillfälligt, icke kommersiellt bruk i hemmet och kyrkan. Denna text måste finnas med på varje kopia.



Äldste Dallin H. Oaks i de tolv apostlarnas kvorum berättar om några tankar om det här ämnet.

Varför är det **VIKTIGT** att jag trofast följer **JESUS** **KRISTUS**, var jag än är?



Jesus Kristus är
Guds Enfödde och
älskade Son.



Han är vår Skapare. Han
är världens Ljus. Han är
vår Frälsare från synd
och död.



Det här är den
viktigaste kunskapen
på jorden, och ni kan
själva veta det.



Vi är Jesu Kristi
efterföljare. Det finns
ingen medelväg.



Du kan använda den här lektionen och aktiviteten för att lära dig mer om månadens tema i Primär.

Prästadömets välsignelser är tillgängliga för alla

När Joseph Smith översatte Mormons bok, hade han och hans skrivare Oliver Cowdery en fråga. De gick ut i skogen för att be. När de bad "nedsteg en budbärare från himmelen i en ljussky". Budbäraren

var Johannes Döparen. Han lade händerna på Josephs och Oliver's huvuden och gav dem aronska prästadömet. Johannes Döparen befallde sedan Joseph och Oliver att döpa varandra. En kort tid senare kom apostlarna Petrus, Jakob och Johannes till jorden och gav Joseph och Oliver melkisedekska prästadömet. Guds prästadöme fanns på jorden igen. (Se Joseph Smith — Historien 1:68–72.)

Genom prästadömet kan vi få underbara välsignelser och förrättningar. De här välsignelserna innefattar de som ges



till nyfödda barn, till sjuka och till barn av deras fäder eller andra värdiga prästadömsbärare. Vi måste också ta emot vissa av prästadömets förrättningar för att kunna återvända till vår himmelske Fader. Bland de här förrättningarna finns dop genom nedsänkning, mottagandet av den Helige Andens gåva samt heliga tempelförrättningar som kan besegla familjer för evigt. I templet kan även förrättningar utföras för människor som dött utan evangeliets välsignelser. Prästadömets välsignelser är tillgängliga för alla! ■



Sång och skriftställe

- Välj en sång om prästadömet ur *Barnens sångbok*
- Läran och förbunden 84:35

VDR-AKTIVITET

Prästadömet hjälper människor

Prästadömet är Guds kraft till att betjäna och välsigna människor genom förrättningar och välsignelser. Rita in dig själv i de här bilderna.



Prästadömsbärare välsignar och delar ut sakramentet. Rita dig själv på bänken, redo att ta sakramentet.



Prästadömsvälsignelser kan ges till sjuka. Rita dig själv i sängen. Du mår inte bra.

Bara för dig

Slå upp Joseph Smith — Historien 1:68–73 i Den kostbara pärlan. Använd de verserna för att fylla i tomrummen nedan. På ett annat papper skriver du ner annat du lär dig av att läsa de här verserna.

1. "Arons prästadöme ... innehar nycklarna till _____ betjäning och till _____ evangelium."
2. _____ var den förste som blev döpt.
3. Oliver Cowdery döpte _____.
4. Johannes Döparen handlade under ledning av _____, _____, och _____.
5. Petrus, Jakob och Johannes gav senare _____ prästadömet till Joseph och Oliver.



Familjer kan beseglas genom tempelförrättningar. Rita din familj framför templet.



Dopet och givandet av den Helige Andens gåva är prästadömsförrättningar. Rita dig själv stående framför dopbassängen.

Svar: 1. änglars, omvändelsens
2. Oliver Cowdery; 3. Joseph Smith;
4. Petrus, Jakob och Johannes;
5. melkisedekska.

Dubbla välsignelser

Det här är Sophie och Elodie A. från Antananarivo på Madagaskar.

Richard M. Romney

Kyrkans tidningar

Tvillingsystrarna Sophie och Elodie bor på Madagaskar. Det är en stor ö utanför Afrikas kust. Familjen har en favoritberättelse. "Första gången pappa träffade missionärerna visste han att kyrkan var sann", säger Elodie. "Han omvändes genast." Deras mamma döptes några månader senare.

Innan flickorna föddes, fastade och bad föräldrarna att de skulle få en flicka. "Och i stället för en flicka, fick Mama två", säger Sophie.

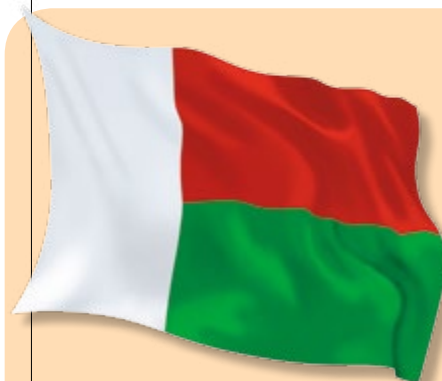
Det har varit dubbla välsignelser ända sedan dess! ■



Sophie och Elodies familj sparade pengar i tre år för att resa till templet i Johannesburg i Sydafrika och beseglas tillsammans. De fick resa över 210 mil och över Indiska oceanen för att komma dit.



Flickornas mamma driver en vårdklinik nära hemmet. De hjälper till genom att sopa och hålla den ren.



På Madagaskars flagga står vitt för renhet, rött för oberoende och grönt står för hopp.



Sophie och Elodie har två katter som de tycker om att kela med.



Lemurer och kameleonter är två djur som finns på Madagaskar.



Tvillingarna tycker om att ha hemafton med sina två bröder, sin brorsdotter och sin pappa och mamma.

Får jag också **DÖPAS?**

”Barn skall döpas till syndernas förlåtelse när de är åtta år gamla” (L&F 68:27).

Nuno och Miriam, vill ni följa Jesu Kristi exempel och döpas nästa lördag?” frågade syster Silva.

Paulo trodde inte sina öron. Systemissionärerna hade just inbjudit hans tioåriga bror och syster att bli döpta!

”Ja! Ja!” sade tvillingarna glatt.

Miriam kunde inte sluta le. Nuno och syster Lopes gjorde high-five. Farmor strålade från sin stora röda fåtölj i hörnet.

I några veckor hade systemissionärerna undervisat Paulo och

hans syskon hemma hos farmor på den gröna, blåsiga ön São Miguel, 160 mil från portugisiska fastlandet. Paulo tyckte om att öppna övre halvan av farmors ytterdörr och känna havsbrisen medan han såg syster Lopes and syster Silva komma upp längs gatan för att undervisa honom om evangeliet.

Systemissionärerna sade att dagens lektion handlade om något särskilt. Nu visste Paulo varför. Nuno och Miriam skulle döpas, så som Jesus lärde! Paulo vill också följa Frälsarens exempel.

”Systrar, får jag döpas nästa lördag också?” frågade han ivrigt och

höll hårdare om sin illustrerade Mormons bok.

Syster Silva log, men skakade på huvudet. ”Jag är ledsen, Paulo. Herren har sagt att vi alla behöver döpas, men först när vi har fyllt åtta år. Eftersom du bara är sex år är du inte ansvarig för dina val än.”

”Men”, protesterade Paulo, ”jag har bett och läst Mormons bok med min familj, som ni lärt mig. Jag går i Primär varje vecka med farmor och morbror Mário. Jag vet att kyrkan är sann! Jag kan väl få döpas med Nuno och Miriam?”

”Du har varit så duktig och levt efter buden och lärt dig om evangeliet”, sade syster Lopes. ”Men du måste ändå vänta i två år innan du kan döpas.”

Paulo kände en klump i halsen och heta tårar vällde fram i hans ögon. Han hoppade upp och sprang till sitt rum på vinden, där han sov med sina syskon.

Efter att ha gråtit mot kudden i några minuter hörde Paulo någon





komma uppför vindstrappan. Morbror Mário satte sig på Paulos säng.

"Vad hände, Paulo?" frågade morbror Mário.

"Syster Silva och syster Lopes sade att jag inte får döpas men att Nuno och Miriam får", sade Paulo. "Jag vill bli medlem i kyrkan! Jag tycker om att sjunga psalmer i kyrkan och lära mig mer om skrifterna i Primär. Jag vill inte bli lämnad efter."

"Paulo, du kan fortfarande vara med i kyrkan fastän du inte är gammal nog att döpas", sade morbror Mário milt.

"Hur då?" snyftade Paulo i kudden.

"Du vet ju att Primär förbereder

ett sakramentsmötesprogram", sade morbror Mário. "Din primärlärare pratade om att hon vill ha frivilliga som bär vittnesbörd på programmet. Det är ett sätt att delta i kyrkan", förklarade farbror Mário.

"På riktigt?" Paulo satte sig upp och vände sig mot sin morbror. Han tänkte en minut. "Jag kanske kan bära mitt vittnesbörd på Nunos och Miriams dop också!"

"Det är en jättebra idé!" sade morbror Mário. "Du är för ung att döpas, men du kan ändå ha ett vittnesbörd."

Paulo hoppade ner från sängen och skyndade nerför trapporna.

"Vart är du på väg, Paulo?" ropade morbror Mário.

"Jag ska öva på att bära

vittnesbörd för missionärerna!" ropade Paulo glatt till svar. "Jag ska berätta om det medan jag väntar på att få döpas!" ■



"Tålmod innebär att aktivt vänta och uthärda. Det innebär att ta tag i något och göra allt vi kan — arbeta, hoppas och utöva tro."

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, "Fortsätt i tålmod", Liahona, maj 2010, s. 57.

Att klä sig som en diakon

Hilary M. Hendricks

Baserad på en sann berättelse



5.

Jag vill ha vit skjorta och fina byxor. Jag vill klä mig som en diakon.

Mamma hjälpte Eli sätta på finbyxorna, en vit skjorta och slips.



6. I kyrkan knäppte Eli händerna och såg hur diakonerna delade ut sakramentet.



7. När en diakon kom med sakramentet till Eli, tog Eli en bit bröd och skickade bricken vidare till mamma.

8. Mamma log mot Eli. Han var glad att hjälpa till. Han kände sig precis som en diakon.



GÖMDA BILDER

Eli vill klä sig som en diakon. Hjälp honom hitta sakerna i rummet som hjälper honom klä sig som en diakon.



FÄRGLÄGGNINGSSIDAN



Vi tar emot frälsningens förrättningar genom prästadömet.

”Alla de som tar emot detta prästadöme tar emot mig, säger Herren” (L&F 84:35).

Brasilianska ungdomar ser länken mellan släktforskning och tempeltjänst

Melissa Merrill

Nyheter om och händelser i kyrkan

José A. Moscão lade märke till en trend: Ungdomarna som kom till templet i Campinas i Brasilien hade en hel del ”ledig” tid.

Broder Moscão, föreståndaren för släktforskningscentret som ligger intill templet, insåg att på grund av avståndet till templet kom många ungdomar i grupper tillsammans med andra medlemmar och stannade i flera dagar. Tiden mellan sessionerna i doprummet och måltiderna och väntan på föräldrar och ledare som deltog i andra tempelförrättningar kunde inte undvikas.

Men kanske, tänkte han, kunde han erbjuda ungdomarna ett alternativ till att vandra runt på tempelområdet när de hade ledig tid.

Och det gjorde han.

En inbjudan

Han började inbjuda ungdomarna till centret och erbjöd sig att lära dem hur man indexerar med FamilySearch.

Först var en del blyga eller motsträviga. Men broder Moscão säger att när han pratade med dem om att rädda människor ur mörker och föra in deras namn i ljuset för att lyda orden från en levande profet, blev ungdomarna berörda (se David A. Bednar, ”Barnens hjärtan skall vända sig”, *Liahona*, nov. 2011, s. 24–27).

Det är betydelsefullt att templet och släktforskningscentret är belägna i samma byggnad. Det understryker på ett fysiskt sätt att templet och släktforskningsarbetet är två delar av ett stort

arbete. Det, säger George A. Oakes, president för templet i Campinas, är något som ungdomarna i tempeldistriktet har börjat inse.

”Före betoningen på att få dem engagerade i släktforskning och indexering handlade deras resa till templet i huvudsak om att döpas för de döda. Nu blir indexeringen en del av deras arbete”, säger han.

En introduktion

När ungdomarna kommer till centret går broder Moscão och missionärerna som hjälper till i centret igenom följande principer i en kort informell orientering:

- De blir frälsare på Sions berg (se Obadja 1:21).
- De följer en profets uppmaning (se ”Barnens hjärtan skall vända sig”).
- De räddar människor från mörker — mörkret från sedan länge bortglömda filmer och dammiga böcker på registreringskontor och i kyrkor. Indexering för in dessa namn i ljuset och gör dem sökbara så att deras släktingar kan hitta dem.
- När de engagerar sig i det här arbetet deltar de i en annan aspekt av ”det härligaste av alla ämnen som hör samman med det eviga evangeliet, det vill säga dopet för de döda” (L&F 128:17).
- De ägnar sin tid åt det stora arbetet med att återlösa de döda, vilket välsignar familjer.



Under sina resor till templet deltar ungdomarna i Campina tempeldistrikt i Brasilien i indexering mellan sessionerna i doprummet.

- Vi är alla en del av Guds familj, så när de indexerar namn på personer som de inte känner, hjälper de ändå sin familj.
- När de förstår hur indexeringen fungerar, får de också möjlighet att undervisa sina familjemedlemmar och andra ungdomar i sin församling eller gren om hur man deltar.

Broder Moscão och missionärerna använder sedan centrets datorer för att visa tonåringarna hur de registrerar sig som indexerare och hur de installerar och använder programmet när de kommer hem. När de väl förstår hur man gör, säger broder Moscão, ”börjar de indexera med en aldrig förut skådad kraft”.

En entusiasm för arbetet

Siffrorna speglar den entusiasmen. Under de två första månaderna 2012 indexerade besökare 6 370 namn. 3 305 av namnen indexerades av ungdomar mellan 12 och 18 år. Faktum är att för att tillgodose intresset för indexering, utökar släktforskningscentret i Campinas ofta sina vanliga öppettider från 8:00 till 18:00 och håller öppet så länge som till 22:00.

Men ungdomarna lämnar inte indexeringen bakom sig när de lämnar templet. När de

kommer hem fortsätter de i sin roll i vad broder Moscão kallar ”en armé med över 170 000 aktiva indexerare som kyrkan har idag”. Många använder indexeringsarbetet för att uppnå mål inom programmen Plikt mot Gud och Personlig tillväxt.

Ett gott inflytande

Tidigare i år reste Isabela A., 16 år, från Vila Velha i Espírito Santo med sin mamma och syster till templet. Den sista dagen av resan var det ett år sedan hennes mormor hade dött. Isabela döptes för sin mormor och mamman utförde de andra tempelförrättningarna för henne.

”Jag kände under resan att jag behövde göra något bra”, säger Isabela. ”Jag ville lära mig indexera, och jag fick hjälp av broder José Moscão.

När jag sedan döptes för min mormor blev jag djupt berörd av Anden. Jag insåg att det fanns många personer bakom förlåten som väntat oändligt länge, och de behövde min hjälp. Jag insåg att jag kunde ge en del av min tid till att tjäna och att jag kunde göra mycket för de här personerna. Indexering är ett kärleksarbete.” ■

För mer om den här berättelsen, gå till news.lds.org.

Första staven i Indien organiserad

Äldste E. Jack och syster Pamela Kellerstrass

Indienmissionen Bangalore

Det rådde en påtaglig glädje och tacksamhet när över 1 500 medlemmar och vänner samlades i Novotel Convention Center i Hyderabad i Indien för bildandet av Hyderabad's stav, landets första stav, den 27 maj 2012. Äldste Dallin H. Oaks i de tolv

apostlarnas kворum presiderade och åtföljdes av äldste Donald L. Hallstrom i presidentskapet för de sjuttio, samt äldste Anthony D. Perkins i de sjuttios kворum som verkar som president för området Asien. Ledarna åtföljdes av sina hustrur på konferensen.

John Gutty inröstades som stavspresident med Suresh Natarajan som förste rådgivare och Rajaratnam Bushi som andre rådgivare. Indiens första patriark är den före detta distriktspresidenten Prasad Rao Gudey.

I sitt tal till den största samlingen heliga någonsin i Indien, sade Randy D. Funk, president för Indienmissionen Bangalore: "Det här är en underbar syn denna historiska dag, en dag vi alltid ska komma ihåg. Vi ska

Stavspresidenten i den nybildade Hyderabad's stav i Indien (från vänster till höger): Suresh Natarajan, förste rådgivare; John Gutty, president; Rajaratnam Bushi, andre rådgivare.



Nästan 600 unga ensamstående vuxna från Indien, Nepal och Sri Lanka samlades för en konferens innan Indiens första stav bildades.



FOTO: JAMES DAIRYMPLE

alltid minnas att en Herrens apostel var här.”

Äldste Perkins förmedlade kärleken som presidentskapet för området Asien känner för medlemmarna i Indien och sade: ”Vi ser början på ett underbart verk i det här landet. Tillväxt och bildande av stavar sker i enlighet med eviga evangelieprinciper och etablerade prästadömsmönster.”

Äldste Hallstrom påpekade att han var ett andra vittne till kallandet av det nya stavspresidentskapet och förklarade uppenbarelsen för att välja nya stavsledare. Som medlem i de sjuttios kvarum får han detta i uppdrag och anländer utan partiskhet eller förutfattade meningar, sade han. Han kom på Herrens sätt, beroende av hans Ande för att kunna ta emot uppenbarelse. ”Det är Herrens vilja att president Gutty ska vara stavspresident”, sade äldste Hallstrom.

Kristen Oaks, som kom tillsammans med sin make, talade om att undervisa barn så att de tror därför att ”[deras] mödrar visste det” (se Alma 56:48).

Som den avslutande talaren under mötet uttryckte äldste Oaks tacksamhet mot Indien som nation, ett land med religiös frihet som tillåter kyrkans medlemmar ”att mötas och tala om vår tros principer”.

Äldste Oaks vittnade om att han hade fått en bekräftelse av Anden på att Herren hade förberett och valt ledarna som kallades. Äldste Oaks talade också om de nya ansvarsuppgifterna som en stav medför.

I Gamla testamentet jämförde profeten Jesaja Israel med ett tält som beskyddade Israels barn, sade han. ”I dag är kyrkan det

stora välsignelser tas emot”, sade äldste Oaks. ”En patriarkalisk välsignelse tillkännager också välsignelser och löften som vi kan göra anspråk på om vi är trofasta.”

”Allteftersom kyrkan i Indien växer kommer det en tid när profeten blir inspirerad att bygga ett tempel i Indien”, fortsatte han. ”För varje stav som

Under sitt besök i Hyderabad i Indien träffade äldste Oaks och andra ledare i kyrkan hundratals medlemmar från Indien, Nepal och Sri Lanka.



tältet. Vi vet alla att ett tält måste hållas uppe av pinnar, eller stavar. Nu när Hyderabad är en stav i Sion förväntas ni ta ett steg framåt och ge större stöd när det gäller tionde och missionärer.”

Som en följd av att en stav har bildats kan medlemmarna i Hyderabad nu ta emot en patriarkalisk välsignelse. Äldste Oaks förklarade vad en patriarkalisk välsignelse innehåller och kallade välsignelserna ”privata skrifter”.

”En patriarkalisk välsignelse tillkännager er släktlinje bland Israels stavar, genom vilka

bildas ökar sannolikheten att det kommer att finnas ett tempel. När folket visar sig värdiga och hängivna så kommer det ett tempel.”

Som avslutning uttalade äldste Oaks en välsignelse: ”I denna första stav i det storslagna landet Indien, välsignar jag er att ni ska minnas det ni fått undervisning om under den här timmen. Jag välsignar er att ni ska minnas förbunden ni ingick när ni döptes. Jag välsignar er med ett minne och en beslutsamhet att hålla Guds bud så att ni kan få glädjas åt hans välsignelser.” ■

Apostel inviger ny missionärsskola i Filippinerna

Missionärsskolan i Filippinerna som äldste Russell M. Nelson i de tolv apostlarnas kворum invigde den 20 maj 2012, kan ta emot upp till 144 missionärer från Filippinerna, Kambodja, Hongkong, Indien, Indonesien, Mongoliet, Pakistan, Sri Lanka, Taiwan och Thailand. Missionärerna får lära sig undervisa på sitt eget språk.

Det nya centrets två byggnader innehåller en hörsal, översättningsbås, en datasal, en tvättstuga, undervisningsrum med inbyggd audiovisuell utrustning, sovrum för missionärerna, klassrum och kontor.

När äldste Nelson uppsände invigningsbönen för det nya centret uttryckte han tacksamhet för Jesu Kristi försörjning och för trofasta missionärer och medlemmar världen över som älskar och tjänar Herren. Han bad om en välsignelse över republiken Filippinerna att "hålla välkomnande dörrar öppna" för alla Herrens tjänare och bad att nationens folk ska välsignas med "frihet

Vid den nya missionärsskolan får upp till 144 missionärer från Filippinerna, Kambodja, Hongkong, Indien, Indonesien, Mongoliet, Pakistan, Sri Lanka, Taiwan och Thailand undervisning på sitt hemlands språk.



FOTO NOEL MAGLAQUE

och ansvarighet så att de kan tillväxa i rättfärdighet, både timligt och andligt".

Templet i Manaus är kyrkans 138:e i världen och det sjätte i Brasilien

President Dieter F. Uchtdorf, andre rådgivare i första presidentskapet, invigde templet i Manaus — kyrkans 138:e i världen och det sjätte i Brasilien — den 10 juni 2012.

Tron och hängivenheten hos medlemmarna i Brasilien, där det finns över en miljon medlemmar, kan jämföras med Amazonfloden, sade president Uchtdorf — båda flödar djupt och starkt.

I nästan 20 år har kyrkans medlemmar från Manaus, en stad som är isolerad på grund av stora floder och regnskogar, rest tillsammans för att besöka templet i São Paulo i Brasilien — en resa som tar 15 dagar fram och tillbaka med båt och buss — och senare templet i Caracas i Venezuela — en 8 dagar lång resa med buss.

Äldste Claudio R. M. Costa i de sjuttios kворum verkade som president för Brasilienmissionen Manaus när den öppnades 1990.

"Jag litar på att templet i Manaus kommer att vara mycket välbesökt varje dag, för detta folk älskar templet", sade äldste Costa. "De lär sina barn att älska templet. Templet betyder mycket för dem."

Samoanska medlemmar firar 50-årsdagen av landets självständighet och kyrkans första stav

Fredagen den 1 juni 2012 kom omkring 350 sista dagars heliga i Samoa samman med andra samoaner för att marschera i firandet av landets självständighetsdag genom stadens Apias gator. För femtio år sedan, 1962, blev landet självständigt efter att ha tillhört Nya Zeeland.

Organisationer — både lokala och internationella — skolor och lokala kyrkor deltog. Sista dagars heliga elever underhöll de tiotusentals åskådarna med sin blåsorkester.

Men under samma helg firade de sista dagars heliga samoanerna också femtioårsdagen sedan den första staven organiserades i landet, i Apia.

Äldste James J. Hamula och äldste Kevin W. Pearson i de sjuttios kворum, båda medlemmar i presidentskapet för Stillahavsområdet, talade söndagen den 3 juni till sista dagars heliga och gäster under ett särskilt möte som sändes till kyrkans möteshus över hela nationen.

Med sikte på framtiden strävar kyrkans medlemmar i Samoa efter att tjäna och stärka sina familjer, sina byar och sin nation, sade äldste Hamula som verkar som områdespresident. "Vi växer på ett underbart sätt som kyrka här, och vi växer i våra familjer och personliga liv när vi försöker följa Jesu Kristi lärdomar och exempel", sade han. ■

BREV TILL REDAKTIONEN

Den bygger upp mitt vittnesbörd

Jag har ihärdigt läst och studerat *Liahona* sedan 1967, och den har hjälpt mig växa andligt. Varje månad väntar jag på att tidningen ska komma så att jag kan bli upplyft, känna Andens viskningar och bygga upp mitt vittnesbörd om evangeliet. Jag tyckte särskilt mycket om "Efterlikna och hedra våra himmelska föräldrar" (*Liahona*, feb. 2012, s. 80). Jag kunde identifiera mig med vad författaren sade eftersom jag också är grafisk formgivare.

Fabio Fajardo, Colombia

En lärare och vän

Jag älskar *Liahona* — den undervisar mig, stöder mig och tillrättalägger mitt liv. När jag läser sådant som är gott på morgonen försöker jag vara bättre hela dagen. Min kärlek och tro är starkare när jag läser tidningen. Jag ger också *Liahona* till mina vänner som gåvor. Tack så mycket för en sådan bra lärare och vän!

Anastasia Naprasnikova, Ukraina

Skicka kommentarer och förslag till liahona@ldschurch.org. Bidragen kan komma att förkortas eller förtydligas.

FÖRSLAG TILL FAMILJENS HEMAFTON

Det här numret innehåller artiklar och aktiviteter som kan användas under hemaftnarna. Här följer några exempel:



"Genom att leva förutseende förbereder vi oss för framtiden", sidan 12: Läs om de sex områden som nämns i artikeln inom vilka vi kan bli oberoende. Vilka nödsituationer eller problem kan undvikas genom att man gör sig oberoende inom dessa områden? Inbjud familjemedlemmarna att under bön begrunda inom vilka områden de behöver förbättra sig och sätta upp mål för att öka oberoendet inom dessa områden.

"Kyskhets i en okysk värld", sidan 42: Samtala med familjemedlemmarna om frågorna som ställs i artikeln. Du kan berätta om principer och upplevelser som har stärkt ditt vittnesbörd om kyskhets. Samtala om hur man kan tillämpa råden i artikeln.

"Var klok och var en vän", sidan 48: Börja med att läsa äldste Hales prov för att avgöra vilka vänner som är bra. Du kan ta upp vikten av att vara en god vän. Inbjud varje familjemedlem att fundera ut tre sätt varpå han eller hon kan vara en bättre vän.

"Kära Amiga", sidan 60 och **"Välkomna ett nytt skede i livet"**, sidan 61: Läs om primärbarnen och hur de förbereder sig för att gå över till Unga män och Unga kvinnor. Som familj kan ni samtala om vad barnen gjorde för att förbereda sig. Inbjud familjemedlemmarna att läsa häftena *Personlig tillväxt* eller *Plikt mot Gud* och hitta några aktiviteter som de är intresserade av att genomföra i framtiden.

En hemafton, två lektioner

En kväll kom mina föräldrar och morföräldrar för att vara med på vår hemafton. Alla mina tre barn tycker om att delta, och den här kvällen var det min sjuårige sons tur att hålla lektionen. Vi hade gjort en liten utställning och satt upp bilder om skapelsen och studerat och gått igenom det han skulle undervisa om. Min son var redo och ivrig.

Under lektionen lyssnade alla uppmärksamt till det som min son sade. När han var klar bestämde sig Samuel, som var omkring tre år, att han också ville hålla en lektion. Så han tog bilderna och satte upp utställningen på bordet igen.

Med sin lilla röst och ibland otydligt uttalade ord gav Samuel oss en hemaftonslektion. Och fastän han inte hade förberett sig så hade han lyssnat. Han förklarade för oss hur jorden hade skapats och berättade om kärleken som Jesus Kristus har till var och en av oss.

Vi var förbluffade över att se hur lätt han höll lektionen — precis på det sätt som hans bror hade gjort. Mina föräldrar och morföräldrar var förvånade och glada. Vi kunde alla se kärleken som dessa små barn har till evangeliet — och kärleken som Jesus Kristus har till dem.

Lizabeth Sánchez Fajardo, Mexiko

BRA SAKER FORTSÄTTER HÄNDA

Caitlin A. Rush

Det var en fredagskväll som många andra. Mina närmaste vänner och jag satt i min lägenhet efter att ha sett en film. Vi småpratade då och då och skrattade sedan högt. En känsla av äkta förnöjsamhet fyllde rummet, och jag kunde inte hjälpa att jag log när berättelser och tankar virvlade genom luften. En del av personerna hade jag träffat bara en månad tidigare, andra hade jag känt under alla mina 25 år.

Vid ett tillfälle kom en av mina gamla vänner och jag att utbyta minnen om några av våra vänner från college några år tidigare. Medan vi pratade tänkte jag på hur jag saknade de här vännerna, hur roligt vi hade haft och hur nära vi stått varandra. Nu hade vi tagit examen och flyttat till olika platser över hela världen och befann oss i omständigheter vi inte kunde ha förutsett. Jag suckade med en övergående känsla av något gått förlorat och såg mig om i rummet på de skrattande ansiktena omkring mig just då och slogs plötsligt av en tanke: *Bra saker fortsätter hända.*

Den enkla tanken kändes faktiskt djupsinnig för mig, särskilt eftersom jag alltid haft svårt att möta förändringar och ogärna släpper ifrån mig bra saker. Jag saknar det förflutna ännu medan det är i nutid, förtvivlat angelägen om att njuta till fullo av de ögonblick jag medvetet och beslutsamt lever i. Jag vet när



Jag är en som beklagar att nutid så snabbt förvandlas till dåtid, och jag var tacksam för påminnelsen att helt enkelt njuta av nuet och se mot framtiden.

jag har något bra, och jag vill hålla fast och aldrig släppa det. Den här lättjefulla och glada fredagskvällen var en av de här bra stunderna. Vanligtvis när jag inser hur bra något är börjar jag genast tänka på hur flyktigt allt är, att det till sist går förlorat genom tid eller omständigheter.

Men den här kvällen kom inte den inre ledsnaden. Där jag satt tyst, omgiven av människor jag tyckte om, visste jag att även om bra saker till sist måste ta slut och att svåra tider otvivelaktigt skulle komma i framtiden, så skulle bra saker fortsätta hända. Och det skulle de — så länge jag tillät det. Också när de jag tyckte om gått vidare, skulle tomrummet fyllas av nya, härliga människor och upplevelser jag aldrig ens kunnat tänka mig.

Ibland är det svårt att gå vidare, men det måste vi. Att gå vidare innebär inte att man glömmer vänskap och tvingar minnena att förblekna. Det innebär att man öppnar hjärtat för ännu mer glädje och fler upplevelser.

Några veckor efter den där fredagen avslöstes presidentskapet i min gren för unga vuxna. Som var och en från en liten gren kan intyga, var det svårt att tänka sig vad som skulle hända utan att grenen hade de här männen och deras hustrur att lita till, människor vi lärt oss älska och lita på. Men jag blundade och upprepade de ord som slagit mig den där fredagen: *Bra saker fortsätter hända.* Jag var lugnad och redo för förändring.

Förändring är Herrens sätt. Han vill att vi ska vara glada och växa, och glädjas åt att gå vidare med våra liv. Livet är en resa, och allt medan vi njuter av nuet och bereder oss på oundvikliga förändringar måste vi gå framåt, förbli optimistiska med hjärtan öppna för de upplevelser och bra saker som otvivelaktigt är på väg. ■

Det här året kommer det att finnas ett ark med skriftfigurer från Mormons bok i många nummer av *Liahona*. För att göra dem stadiga och lätta att använda klipper du ut dem och klistrar eller tejpar fast dem på styvt papper, små papperspåsar eller pinnar. Ha varje uppsättning i ett kuvert eller en påse tillsammans med en etikett där det står var berättelsen finns som bilderna hör ihop med.



Stenar



Jesus Kristus



Jareds bror



Farkoster

Jarediterna blir ledda till det utlovade landet

Ether 1–3, 6



Första presidentskapet och de tolv apostlarnas kворum har sagt att "framgångsrika äktenskap och familjer skapas och bevaras genom principerna tro, bön, omvändelse, förlåtelse, respekt, kärlek, medkänsla, arbete och sund rekreation" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen"). För förslag om hur du kan tillämpa de här principerna i ditt liv och i din familj, se sidorna 4, 16, 20 och 22.

JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA