

LOKALA SIDOR

BUDSKAP FRÅN OMRÅDESLEDARNA

Kraften i Mormons bok

Äldste Jose L. Reina, Spanien

Områdessjuttio

Under dessa tider av prövningar och vedermödor när vi verkligen behöver känna Anden och vara starka, behöver vi komma ihåg vad president Ezra Taft Benson sade om Mormons bok: "Det finns en kraft i boken som kommer att börja flöda in i era liv i det ögonblick som ni allvarligt börjar studera boken. Ni kommer att få större förmåga att motstå frestelser. Ni kommer att få större kraft att undvika att bli bedragna. Ni kommer att finna kraft att förbli på den raka och smala vägen."¹

När jag hittade kyrkan vid 20 års ålder uppmanades jag av mina missionärer — äldste Daniel Grigg och äldste Thayne Whipple — att läsa kapitel elva i Tredje Nephi i Mormons bok. När jag började läsa kände jag kraften som president Benson talade om. Jag hade samma upplevelse som Parley P. Pratt när han sade att han inte kunde sluta läsa boken. När jag läste berördes jag av läran om Israels insamling på ett mäktigt sätt. När jag hade avslutat kapitel tio i Moroni började jag läsa boken igen, men den här gången började jag från början. När jag kom

till Tredje Nephi motiverades jag av friden och glädjen jag kände att fatta bättre beslut i mitt liv.

Att läsa Mormons bok har hjälpt mig under de svåraste stunderna i mitt liv. Jag har läst den från början till slut vid tillfällen när jag verkligen behövde känna dess kraft och inspiration, som när jag var på missionärsskolan, när jag kallades som stavs-president, när jag skulle förbereda ett konferenstal eller när president Gordon B. Hinckley uppmanade oss att läsa Mormons bok i augusti 2005. I var och en av dessa situationer har den haft ett otroligt inflytande på mig. Jag har inte bara känt kraften i Mormons bok när jag har läst den från början till slut, utan jag har också känt dess djupa inflytande när jag har läst berättelserna vid andra tillfällen eller omständigheter. Jag kommer ihåg när min dotter Lidia Maria och jag bestämde oss för att läsa den tillsammans. Vi tillbringade flera dagar med att läsa inledningen och hade heliga upplevelser som hon och jag aldrig glömmer. Mormons bok enade och stärkte oss oerhört.



Äldste
Jose L. Reina,
områdessjuttio

Precis som profeten Enos som efter att ha fått förlåtelse för sina synder var angelägen om sina bröders välfärd, eller som profeten Lehi som när han hade smakat på frukten från livets träd också ville att hans familj skulle äta av den, har också jag känt behovet av att sprida Mormons bok. I sitt oförglömliga tal, *Låt jorden översvämmas av Mormons bok*, sade president Benson: "Gud ... har uppenbarat för mig att tiden är inne då det är absolut nödvändigt för oss att ... föra fram Mormons bok."²

Mormons bok har hjälpt mig att sprida evangeliet. Varje gång jag har gett bort en Mormons bok har mitt vittnesbörd stärkts eftersom jag utövar tro och följer profetens råd. I varje situation har Herren väglett mig och hjälpt mig

så att varje person tacksamt har tagit emot boken. Jag ber att jag en dag ska få se effekten som var och en av de här värdefulla gåvorna har haft i andras liv.

Jag tycker om att tänka på det föredöme som syster Elena Henriquez var som alltid hade en Mormons bok i sin affär och tog tillvara varje tillfälle hon kunde att fråga sina kunder: "Tycker du om att läsa?"

President Benson sade: "Mormons bok ... skrevs för vår tid. Nephiterna hade aldrig boken, inte heller hade lamaniterna den i forna dagar. Den var avsedd för oss."³

Jag vet att om vi följer våra profeter och läser Mormons bok varje dag så kommer vi att få styrka och kraft att möta varje situation. Vi känner hur den Helige Anden är med oss dag och natt. Vårt vittnesbörd om Jesus Kristus blir starkare och vår önskan att glädja honom motiverar alla våra handlingar. Må Herren hjälpa oss att inte ringakta Mormons bok (se L&F 6:12) så att vi kan ta emot alla de välsignelser han har förberett åt oss. I Jesu Kristi namn, amen. ■

SLUTNOTER

1. Ezra Taft Benson, "Mormons bok — slutstenen i vår religion", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.
2. Ezra Taft Benson, "Låt jorden översvämmas av Mormons bok", *Nordstjärnan*, jan. 1989, s. 4.
3. Ezra Taft Benson, "Mormons bok — slutstenen i vår religion", *Nordstjärnan*, jan. 1987, s. 4.

Lättare att möta utmaningar efter Adam & Eva-dag i Malmö stav

Birgitta Wennerlund, Kristianstads gren



FOTO BRIGITTA WENNERLUND

Malmö: Kyrkans familjeservice, dess program för beroenden och missbruk, stödgrupper, depressioner och mental ohälsa, sorgearbete, ett liv tillsammans med dem som gått vilse eller ännu inte hittat rätt – ja, ämnena var många denna vackra höstdag i slutet av oktober, när ett 40-tal personer samlades i Malmös möteshus för att lära sig själva eller hjälpa andra att möta livets utmaningar.

Anders Tageson, läkare och ivrig förespråkare för att stödgrupper under prästadömetns ledning ska startas i stavarna, berättade att kyrkans familjeservice är en resurs som håller på att byggas upp i Sverige. Dick Thörn, som är ansvarig för denna del av kyrkans välfärdsprogram i Sverige, kunde på grund av sjukdom inte själv medverka i Malmö.

Broder Tageson berättade att kyrkan har anpassat Anonyma alkoholisters tolvstegsprogram för återhämtning från beroendeskap och missbruk. "Kyrkan har bara gjort om lite för att det ska uppfylla våra ändamål. Programmet kan genomföras enskilt, men är mer effektivt i en stödgrupp som

Från vänster: Kirsti Wiklöf, president för Hjälpföreningen i Malmö stav, Glen Helmstad, Cecilia Helmstad, Ann Stigsson, Anders Tageson, äldste Ole D. Dunn och syster Kathleen Dunn delade med sig av kunskaper och erfarenheter under Adam & Eva-dagen under hösten 2012.

träffas varje vecka”, förklarar han. ”I en stödgrupp är man anonym och alla har tystnadsplikt. De tolv stegen är ett livslångt arbete, och det behövs stödgrupper för det är bara cirka två procent som klarar att på egen hand komma bort från sitt missbruk.”

Broder Tageson brinner för kyrkans sätt att hjälpa. ”När man hjälper lär man sig att älska människorna, man förändras själv”, säger han. ”Det finns ett nyhetsbrev kring frågor inom återhämtningsprogrammet som kan beställas på blacoewv@ldschurch.org.”

Äldste Ole D. Dunn, som just nu tjänar som missionär tillsammans med sin hustru på centret för unga vuxna i Lund, föreläste om depressioner och mental ohälsa. Sina erfarenheter och insikter har han hämtat under sina tolv år som biskop och från en psykolog som under flera år verkade som hans rådgivare.

Eftersom de allra flesta känner någon som har drabbats av depression, eller har egna erfarenheter, ägnades en stor del av tiden åt att diskutera vad man bör göra eller inte göra. ”Det finns två slags depressioner”, säger äldste Dunn, ”känslomässiga och kemiska. De kemiska kan vi inte göra mycket åt, men de känslomässiga kan uppstå vid olika slag av förändringar i vårt liv. Vi kan komma i obalans i samband med fysiska förändringar, pensionering, dödsfall, arbetslöshet, sjukdom och så vidare. Nittiofem procent av oss människor upplever någon slags depression under vårt liv.” Han förklarar också att det enda vi egentligen kan göra är att lyssna: ”Det bästa är att låta personen ifråga veta att vi hör honom eller henne!”

Ann Stigsson, kurator som i sitt arbete dagligen möter människor som förlorat en närstående eller själv snart kommer att dö, talade om sorgearbetet när livet inte blev som det var tänkt. ”Vi är dåligt fostrade i att sörja”, menar syster Stigsson. ”Speciellt döden finns inte närvarande i vår tid, det är ingen som lärt oss att sörja.” ”För att kunna vara

ett stöd”, fortsätter hon, ”är det viktigt att inse att sorgen är unik. Det finns inget rätt eller fel sätt att sörja. Även om det kan finnas en del gemensamma drag, är vi ändå ensamma i vår sorg.”

Ann delar in sorgearbetet i fyra stadier: Chocken, reaktionen, bearbetningen och nyorienteringen. I de två första stadierna kan vi bara hålla om, hålla i, hålla tyst och hålla ut. Bearbetningen och att lära sig finna sätt att leva vidare tar ofta längre tid än man tror. ”Vi kan välja att ’sopa under mattan’ men sorgen finns kvar. Det handlar om att kunna förlika sig med vad som hänt och att släppa taget”, förklarar Ann. ”Vi brukar säga att tiden läker alla sår, men det är sorgen som läker alla sår, inte tiden. Ingen kan trösta bort smärtan, ändå är trösten som ett klister som hjälper oss att laga livet. Sorgen är emellertid ett arbete som tar kraft, och därför måste vi vara extra lyhörda för vad var och en behöver.” Hon betonade också att barnen behöver vara med, de har oftast lättare att ’gå ut och in’ i sorgen.

Glen och Cecilia Helmstads föreläsning handlade om hur det kan vara att leva med och hjälpa dem som gått vilse eller ännu inte hittat rätt. Efter att ha visat en film från Youtube med en modern version av liknelsen om den förlorade sonen, diskuterade man sonens, faderns och broderns olika reaktioner och hur man kan tillämpa liknelsen i vår tid. ”Det viktigaste är att respektera handlingsfriheten”, säger syster Helmstad, ”och att aldrig ge upp. Vi måste också ha oändligt med kärlek och se den andre som han eller hon kan bli. Fadern i liknelsen började ganska snart förbereda en fest för att ta emot den son som han förväntade skulle komma tillbaka. Han handlade i tro. Det måste vi också göra.” Detta betonades också i en annan berättelse om ett par, där hustrun var trofast i kyrkan och på ett vist sätt stödde sin make i 35 år, innan han följde henne. Vi kan söka Herrens hjälp och Andens vägledning. ■

MTC-dag för ungdomar i Göteborg

Sofia Åkebrand och Johanna Hulldin,
Alingsås församling

Göteborg: Vi har varit på MTC-dagen som anordnades i Göteborgs stav för ungdomar över 14 år den 24 november 2012.

Dagen började med en seminarieträff i centret för unga vuxna i Göteborg. Vi pratade om vikten av missionsarbete. Det var spännande att få höra om olika missionärsupplevelser och det var kul att få se kort som tagits också.

Sedan blev vi indelade i två grupper. Den ena gruppen gick runt på stan med missionärerna och man fick tips och råd om hur man kan prata med människor om kyrkan. Det var nervöst men efter ett tag lärde man sig lite om hur det var — en liten tankeställare om hur det är vara missionär. Det kanske inte är så lätt när folk ignorerar en eller liknande, vilket hände, men det var superkul när folk ville lyssna!

Medan några gick med missionärerna fick den andra gruppen gå runt i stan och göra en "flashmob", det vill säga en dans som helt oväntat kommer. Dansen vi fick dansa var EFY-dansen. Det var jättekul att se hur folk blev chockade när vi plötsligt började dansa och sedan låtsades som ingenting. Många gick därifrån med ett stort leende. Det kändes att man gjorde något bra tillsammans. Absolut något som man hade velat göra om!

Dagen avslutades med att vi lekte lekar (som var sjukt roliga men kluriga), fick smaskiga priser och sedan såg vi på film med missionärerna och åt lite snacks och frukt. En jättemysig dag som vi hoppas kommer att upprepas! ■

Macksöndagar i Utby

Jens och Emilia Åman, Utby församling

Göteborg: Utby församling har sedan nästan tio år tillbaka haft en trevlig tradition som kallas "macksöndag". Ungefär en gång i kvartalet stannar alla kvar efter söndagsmötena för att äta smörgåsar och umgås tillsammans. Olika organisationer turas om att hålla i trådarna och ibland serveras även soppor eller matiga sallader i kulturhallen där allt dukas upp. Medlemmar tar med sig mat och församlingen kompletterar med det som eventuellt fattas.

I december 2012 hölls för första gången en speciell variant av macksöndag med

julbord. Det var mycket uppskattat och även flera vänner som inte är medlemmar i kyrkan deltog.

Att tillsammans äta en bit mat och umgås efter kyrkan är ett välkommet inslag i församlingskulturen i Utby. Vanligtvis skyndar många hem efter kyrkans möten, men när det är macksöndag behöver ingen ha så bråttom. Det är också ett bra tillfälle för gamla och nya medlemmar att på ett informellt sätt lära känna varandra. ■

Julluch efter söndagsmötena i Utby församling



FOTO JENS ÅMAN

Jag övergav min barndoms tro för evangeliet

Rainer Åhlfors, Provo, Utah, USA

Under min uppväxt i ett mycket andligt hem som ett Jehovas vittne trodde jag aldrig att jag en gång skulle komma att överge den tro jag vuxit upp med och som jag kände så starkt för. Det var inte så att jag kände att något saknades i mitt liv. Det var heller inte så att jag hade frågor som inte kunnat besvaras. Men så skulle allt komma att förändras.

Jag var 24 år gammal och egen företagare, framgångsrik inom social media på en tid då sociala medier ännu inte var ett begrepp. Min framtid verkade till stor del utstakad, även om jag nyligen hade haft ett par oförklarliga motgångar. Av orsaker som jag inte fullt förstod vid den tidpunkten beslöt jag mig för att ge mig ut och resa. USA lockade och jag bokade en biljett till Salt Lake City, Utah. Jag skulle komma att bo tillfälligt hos en vän som nyligen gått med i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i Springville, Utah.

Varför vid den här tidpunkten? Varför USA? Varför den lilla staden Springville? I efterhand vet jag att jag leddes av en hand vars uppsåt jag inte kände, men som snabbt gjorde sig påmind och som skulle komma att förändra mitt liv.

Jag anlände till Utah i januari. Inom en vecka hade jag träffat missionärerna som kommit för att ta farväl av min nydöpta vän, då en av dem skulle avsluta sin mission och bege sig hem till Australien igen. Ett par dagar senare återvände den andre med sin nye medarbetare. De visste att jag var ett aktivt Jehovas vittne, men kände ändå att de skulle erbjuda mig att samtala med dem. Till deras hjälp gick jag med på det, och vi bestämde tid för nästföljande onsdag.

**Rainer Åhlfors
med sin familj
i Provo, Utah,
USA.**

Kamratskapet i Alingsås

Alingsås: Kamratskapet för ungdomar från 14 till 18 år hölls den 2 till 5 januari i Östlyckeskolan i Alingsås med 220 deltagare och ledare. Bolliaden i Stockholm som var tänkt att arrangeras samtidigt blev inställd och därmed deltog i stället de anmälda ungdomarna från östra och norra Sverige på Kamratskapet.

Det blev en mycket lyckad konferens med danser, sport, workshops, kulturkväll samt ett andligt möte. Äldste Ingvar Olsson besökte konferensen och talade till ungdomarna. ■

(texten hämtad från Göteborgs Stavsnytt)



FOTO RAINER ÅHLFORS

Jag blev otroligt besviken på vårt första besök tillsammans. Vi pratade om grundläggande läror som gick hand i hand med mina dåvarande trosuppfattningar. Jag ville samtala om djupare detaljer, verkligen få reda på vad ”mormonerna” lärde. De gick med på mitt förslag och vi bestämde tid för nästföljande onsdag.

Redan tidigt gjorde jag klart för dem att om vi skulle komma in på läror jag visste var fel, då skulle våra samtal komma till ett snabbt slut. Till min stora förvåning hände det aldrig! Vi träffades två gånger i veckan. Den timme som blivit avsatt blev snart en och en halv. Jag ställde svåra bibliska frågor om kyrkans läror. Jag krävde också att deras svar alltid använde Bibeln även om Mormons bok också användes.

Resten är, som man säger, historia. Den 29 april 2001 blev jag så döpt och den 6 maj var jag kyrkans nyaste medlem. Min familj, som fortfarande var (och är) aktiva Jehovas vittnen hemma i Sverige tog inte nyheten med gott mod. Till en början pratade vi fortfarande på telefon varje vecka. Men för snart 6 år sedan tog den kontakten slut. De förklarade att de inte längre kunde hålla kontakten med mig. Mina föräldrar har aldrig träffat sina barnbarn eller ens pratat med dem. De har inte alls vetskap om mina två yngsta barn, eller hur väl det går för mina två äldre barn som båda går i skolan. De vet heller inte att min hustru och jag nu väntar vårt femte barn.

Det kan tyckas som en stor kostnad — att överge hem och familj, att motvilligt tvingas bryta kontakt med föräldrar, syskon och gamla vänner. Ångrar jag då mitt beslut? Inte alls! Jag vet nu att jag blev vägledad av Herren. Jag vet att Jesu löfte till Petrus gäller även mig. ”Se, [jag] har lämnat allt och följt dig. ... ’Amen, säger jag [dig]: Ingen lämnar hus eller bröder eller systrar eller mor eller far eller barn eller åkrar för min och evangeliets skull utan att få hundrafalt igen. Här i världen får de hus, bröder, systrar, mödrar, barn och åkrar, ... och i den kommande tidsåldern evigt liv” (Mark. 10:28–31). ■

Hon gav bort en Mormons bok – och förändrade livet för många

Anita Viktorstam-Fritzson, Jönköping



FOTO ANITA VIKTORSTAM-FRITZSON

Anita Viktorstam-Fritzson tillsammans med sin son Marcus som nu verkar på mission i England.

Det var en gång en syster som tyckte det var toppen att dela med sig av sin tro. I sitt arbete träffade hon en ny affärskontakt. Hon gav en Mormons bok till den lite förvånade mannen. Han tyckte det var en märklig gåva. Han tänkte lägga

den åt sidan men så gick hans bil sönder på resan hem och han blev fast på ett hotellrum. Där fanns just ingenting att läsa, så han sträckläste Mormons bok — och fick ett vittnesbörd.

Hans hustru blev förstas orolig inför denna plötsliga

förändring, då hennes man döptes och kallade sig mormon, men det dröjde inte länge förrän hon också ville bli döpt.

Deras barn var alla vuxna. En av döttrarna, som var 23 år blev nyfiken och började träffa missionärerna, och döptes. Hon hade en tjugoförårig bror som började umgås med ungdomarna i kyrkan och missionärerna. Ett halvår senare döptes han.

Båda barnen åkte på mission. De gifte sig och fick egna familjer. Den tidigare så oroliga hustrun åkte också på mission, när hon blev äldre och ensam.

De båda barnens egna barn börjar nu bli vuxna. Två har tjänat på heltidsmissioner. Ytterligare en förbereder sig för att tjäna en mission. De andra barnen är frimodiga missionärer för sina vänner och en ung man är på mission just nu — min son Marcus, som är i England.

Det var alltså min pappa som fick boken i sin hand av en medlem 1981. Allt detta har hänt tack vare en modig systems önskan att dela med sig av evangeliet. Hon gav bort en Mormons bok, och se hur det förändrade livet för SÅ många människor! Vi kan inte längre räkna hur många personer detta har påverkat. ■

FOTO HELENA ÖSTERLUND



Jag vill gärna likna Jesus

Jakob, 3 år

Jag tycker om att hålla bön till min himmelske Fader. Jag liknar Jesus när jag säger förlåt och gör snälla saker till mina kompisar. Hade Jesus kompisar? Det måste han ha haft. Han har nog många kompisar i himlen. När jag läser skrifterna på kvällen lär jag mig mer om Jesus. ■

Jakob, 3 år, vill gärna likna Jesus.

MÅNADENS SLÄKTFORSKNINGSHÖRNA

New FamilySearch har ersatts av Family Tree

Syster Kari Sandum, släktforskningsmissionär för Sverige och Norge

När jag blev medlem i kyrkan för drygt 40 år sedan, tog det inte lång tid innan jag blev biten av "släktforskarbaccillen". Jag bodde i Oslo och hade möjlighet att flera gånger per vecka sitta på arkivet och söka i gamla kyrkböcker. Doften och känslan i dessa originalmanuskript gjorde att jag kände mig nära mina förfäder och deras samtid.

Sedan kom livet emellan som det ofta gör. Vardagen hade fullt upp med sitt och släktforskningen blev lagd på hyllan och blev liggande där i 35 år tills jag en dag blev introducerad till kyrkans webbaserade släktforskningsprogram "New FamilySearch". Då var min man Birger och jag nykallade på mission till Släkthistoriska biblioteket i Salt Lake City. För mig var

det som en uppenbarelse, och jag tänkte: "Det är det här jag har väntat på i alla dessa år!" Plötsligt kändes allt tillgängligt, enkelt och framför allt roligt. Nu är jag biten av bacillen igen. Man kan nästan säga att jag har blivit beroende, men det känns som ett mycket hälsosamt och välsignelsesrikt beroende. Dessutom vet jag att jag aldrig kommer att ha tråkigt så länge jag lever, och att jag alltid kommer att känna att jag har en meningsfull uppgift i livet.

New FamilySearch har nu ersatts av en förenklad och förbättrad version kallad "Family Tree" (Släktrådet). Tillsammans med alla digitaliserade och indexerade uppteckningar som nu bara är ett musklick bort,

finns det inga geografiska hinder längre. De tidsmässiga hindren är till stor del också undanröjda. Startsträckan att börja är minimal och man kan komma långt på bara en kvart.

För att kunna logga in på FamilySearch.org, som är huvudsidan för all kyrkans släktforskning, behöver du ett användarkonto. Du använder ditt LDS-konto om du har ett sådant, eller så skapar du ett under "Logga in"-fliken på sidan. En av släktforskarhandledarna i din församling/gren kan hjälpa dig med detta om du behöver hjälp.

Varje månad i Liahona kommer det att finnas en släktforskningskolumn med inspiration och "hur man gör"-tips.



FOTO: HELENA ÖSTERLUND

Syster Kari Sandum verkar tillsammans med sin man Birger som släktforskningsmissionär för Sverige och Norge.

Om någon av er har intressanta och trosstärkande släktforskningserfarenheter som ni har lust att dela med er av, går det bra att mejla dem till mig, kari@sandum.se. ■

Artiklar till Lokala sidorna

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

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

Alla artiklar redigeras och publiceras i mån av plats, kvalitet och lämplighet. Nyhetsartiklar bör skickas in senast två veckor efter händelsen.

För att få artiklar och foton ska publicerade behövs tillstånd från artikelförfattare, fotograf och personer på fotot. (Undantag: Om fler än 25 personer finns på fotot behövs inte tillstånd.) För barn och ungdomar under 18 år behövs alltid tillstånd från föräldrar.

Speciella blanketter finns nu för dessa tillstånd som måste fyllas i och undertecknas. Se kyrkans svenska hemsida <http://www.jesukristikyrka.se> under Övrigt material – Liahona – Artikelbidrag.

Kontakta redaktionen för mer information.

Eivor Hagman, redaktör
eivorhagman@hotmail.com
Medusagatan 2 A, 553 38 Jönköping
Tel. 036-719663

Helena Österlund, ass. Redaktör
helena.osterlund@gmail.com
Söderby Parkväg 111, 136 63 Söderby
Tel. 08-7770401 ■