

Primär 4

Mormons bok

8–11-åringar

Primär 4

Mormons bok

För undervisning av barn åtta till och med elva år

© 1994, 1999, 2003 Intellectual Reserve, Inc.

Med ensamrätt

Printed in the U.S.A.

Engelskt original godkänt: 9/96

Godkänt för översättning: 9/96

Originalalets titel

Primary 4: Book of Mormon

34594 180

Swedish

ISBN 91-86880-26-8

Innehåll

Lektionens nummer och titel	Sida
Råd till läraren	V
1 Mormons bok, en gåva från vår kärleksfulle himmelske Fader	1
2 Nephi följer sin far, profeten	5
3 Nephi hämtar mässingsplåtarna	8
4 Livets träd	12
5 Lehi och hans familj får vägledning i vildmarken	16
6 Vår himmelske Fader befäller Nephi att bygga en båt	19
7 Färden över havet	22
8 Profeten Jakobs möte med Sherem	25
9 Enos ber	28
10 Kung Benjamin undervisar sitt folk	32
11 Abinadi och kung Noah	35
12 Alma döper i Mormons vatten	39
13 Kung Limhis folk och Almas folk	44
14 Alma den yngre och Mosiahs söner omvänder sig	47
15 Almas och Amuleks mission till Ammonihah	50
16 Alma och Amulek i fångelse	53
17 Ammon, en stor tjänare	57
18 Kung Lamonis far omvänder sig	60
19 Anti-Nephi-Lehiterna	64
20 Korihor, antikrist	67
21 Zoramiterna och Rameumptom	71
22 Alma undervisar om tro	74
23 Alma ger sina söner Helaman och Shiblön råd	78
24 Alma ger sin son Korianton råd	83
25 Överbefälhavare Moroni besegrar Zerahemnah	87
26 Överbefälhavare Moroni och frihetssymbolen	92
27 Helaman och de två tusen krigarna	96
28 Nephi och Lehi i fångelse	100

29	Nephi profeterar	103
30	Nephi får stor makt	107
31	Lamaniten Samuel	111
32	Tecken i Amerika på Jesu Kristi födelse	114
33	Frälsaren visar sig för nephiterna	118
34	Jesus Kristus lär nephiterna saligprisningarna	121
35	Jesus Kristus botar de sjuka och välsignar barnen	126
36	Jesus Kristus ger nephiterna sakramentet	129
37	Jesus Kristus lär nephiterna att be	132
38	Fred bland nephiterna	135
39	Mormon bevittnar nephiternas undergång	138
40	Jarediterna förs till det utlovade landet	141
41	Jarediterna förkastar profeterna	144
42	Moroni och hans uppteckningar	148
43	Moroni undervisar om tro på Jesus Kristus	152
44	Moroni och löftet i Mormons bok	156
45	Mormons bok är ett vittne om Jesu Kristi uppståndelse (påsk)	160
46	Mormons bok: Ännu ett testamente om Jesus Kristus (jul)	163
47	Prästadömet kan välsigna vårt liv (Förberedande lektion för prästadömet)	167

Råd till läraren

Frälsaren lärde oss vikten av att vi lyder och undervisar om Guds bud, när han sade: "Den som handlar och undervisar efter dem skall räknas som stor i himmelriket" (Matteus 5:19). Du har fått ett heligt ansvar att hjälpa barnen att lära sig hur de ska hålla sina dopförbund och tjäna andra. Du kan betyda mycket för varje flicka som förbereder sig för att bli en ung kvinna och varje pojke som förbereder sig för att bli en ung man och få prästadömet.

År 1831, strax efter det att kyrkan hade organiserats, förklarade Frälsaren att lärarna "skola lära mitt evangeliums grundsatser, vilka finnas i Bibeln och Mormons bok" (L&F 42:12), de enda skrifter som fanns då. Dagens lärare har ansvaret att undervisa om de heliga sanningarna i alla standardverken, också Läran och förbunden och Den kostbara pärlan, som hjälper barnen att utveckla tro på Gud och på hans Son Jesus Kristus.

Studiekurser

Alla barn som är i åldern åtta till och med elva år den 1 januari ska undervisas ur en av lektionsböckerna Primär 4, 5, 6 och 7. Endast en studiekurs används varje år för alla barn i denna åldersgrupp. Varje studiekurs bygger på en av de heliga skrifterna: Primär 4 på Mormons bok, Primär 5 på Läran och förbunden, Primär 6 på Gamla testamentet och Primär 7 på Nya testamentet. Under en fyraårsperiod kommer alltså barnen att studera vart och ett av standardverken.

I enlighet med lokala behov och antal barn i åldern åtta till och med elva år, kan klasserna indelas i olika åldersgrupper, kombinerade åldersgrupper eller olika klasser för pojkar och flickor. Oavsett hur din klass är sammansatt måste du se till att varje barn får tillräcklig uppmärksamhet.

När barnen blir tolv år, börjar de i Unga kvinnor eller aronska prästadömet. De fortsätter emellertid i sin primärklass under söndagsskoltid fram till den första veckan i januari, då de börjar i Söndagsskolan.

En särskild lektion, "Prästadömet kan välsigna vårt liv", finns i den här lektionsboken. Den här lektionen ska användas av lärare till elvaåriga barn då pojkarna förbereder sig att bli diakoner och flickorna att gå över till Unga kvinnor. Håll den här lektionen innan det första barnet i din klass fyller tolv år. Be om Herrens vägledning då du förbereder och håller lektionen, så att barnen förstår vad prästadömet är, hur det kan välsigna deras liv och hur de kan uppfylla sitt ansvar att hedra prästadömet.

Att undervisa ur denna lektionsbok

Denna studiekurs är inriktad på lärdomar ur Mormons bok. När du förmedlar och diskuterar dessa lärdomar, bör barnen bättre förstå Jesu Kristi uppgift och försoning och få större tro på och vittnesbörd om honom. De bör lära sig hur de ska tillämpa Jesu Kristi lärdomar i sitt eget liv och få en starkare önskan att hålla hans bud.

Uppmuntra barnen att läsa ur Mormons bok hemma för att lära sig mer om profeterna som verkade i Amerika och om Frälsarens verksamhet hos nephiterna. Då barnen får kunskap om dessa profeter och om Frälsaren, vill de följa deras inspirerade exempel och lärdomar och bli mer lika dem. De viktiga sanningar som barnen lär sig av Frälsarens och hans profeters undervisning hjälper till att förbereda dem för att hålla sina förbund och verka i kyrkan hela livet igenom. Dessa sanningar ger dem också styrka att motstå frestelser i dagens värld.

Förbered dig för undervisningen

För att kunna uppfylla din heliga kallelse att undervisa barn, bör du vara förberedd både intellektuellt och andligt. En del av denna förberedelse är att förstå och ha ett vittnesbörd om de principer du lär ut. Frälsaren, den störste läraren av alla, lärde oss mycket som vi kan använda då vi förbereder oss för att undervisa andra om hans evangelium:

- Sök ödmjukt Anden genom bön. Herren har sagt: "Var ödmjuk så skall Herren, din Gud, leda dig vid handen och besvara dina böner" (L&F 112:10). Om vi är ödmjuka har vi rätt att få veta hur Herren vill att vi ska undervisa hans barn.
- Studera skrifterna och de levande profeternas ord. Det ligger stor kraft i att lära sig och begrunda Herrens ord. Han befallde oss: "Sök först att erhålla mitt ord och sedan skall din tunga lossas. Då skall du få min Ande och mitt ord, ja, Guds kraft att övertyga människorna, om du önskar det" (L&F 11:21).

En profet i den sista tiden, president Ezra Taft Benson, har betonat vårt behov av att lära oss Herrens ord: "Jag vädjar till er att förnya ert beslut att studera skrifterna. Fördjupa er i dem dagligen så att Herrens kraft kan vara med i era kallelser" (*Nordstjärnan*, Rapport från aprilkonferensen 1986, s 83).

- Håll dina förbund. Din förmåga att vägledas av Anden beror på hur trofast du håller förbunden du gjort med vår himmelske Fader. Du blir också ett gott exempel när du kommer ihåg att "iakttaga kyrkans förbund . . . och hålla dem" (L&F 42:13). När barnen ser din kärlek till Frälsaren och din hängivenhet att efterleva evangeliet, blir de mer motiverade att följa honom.
- Försök finna vägar att hjälpa barnen uppleva Frälsarens kärlek. Tala ofta om för dem hur mycket du tycker om dem och hur värdefulla de är och vilka möjligheter de har. Din kärlek och vänlighet hjälper barnen att förstå vår himmelske Faders och Jesu Kristi kärlek till dem. Det hjälper dem också att lära sig älska andra.

Förbered dina lektioner

Denna lektionsbok hjälper dig att planera lektioner som bygger på skrifterna. Lektionen använder berättelser och hänvisningar från Mormons bok som hjälper barnen att förstå evangeliets principer. I lektionerna förklaras inte exakt hur berättelserna ur skrifterna ska användas. Då du förbereder dig och undervisar genom Anden, hjälper du barnen att bättre förstå berättelserna ur skrifterna, principerna bakom dem samt hur barnen kan tillämpa dessa principer i sitt eget liv. När dina lektioner är väl förberedda och intressanta, blir barnen mer sporrade att lyssna och lära.

Följande steg hjälper dig att vara bättre förberedd för att undervisa barnen i din klass på ett bra sätt:

1. Studera under bön lektionens ändamål och de skriftställen som anges under rubriken "Förberedelse" någon eller några veckor innan lektionen ska hållas. Läs på nytt ändamålet med lektionen och skriftavsnitten och tänk igenom hur de kan tillämpas på barnen i din klass. Fråga dig själv: "Vad vill min himmelske Fader att varje barn ska lära sig och göra till följd av denna lektion? Hur kan denna lektion hjälpa barnen att utveckla tro på Jesus Kristus, stärka deras vittnesbörd

och ge dem förmåga att stå emot de onda frestelser de möter?” Skriv ner de tankar du får.

Boken Evangeliets principer (31110.180) skrevs som en personlig studievägledning för evangeliets principer och lärdomar. Vissa kapitel ur Evangeliets principer finns angivna under rubriken ”Förberedelse” i en del lektioner. Dessa kapitel kan hjälpa dig att förbereda dig för att lära ut de viktigaste principerna eller lärdomarna i lektionen. Boken kanske finns i möteshusets bibliotek, eller också kan den köpas från distributionscentret.

2. Bestäm dig för om du ska använda dig av den föreslagna uppmärksamhetsaktiviteten i början av lektionen, eller hitta på en egen. Se då till att den är lämplig och har samband med berättelsen ur skrifterna.
3. Lektionen förklarar inte hur du ska lära ut berättelsen ur skrifterna. Du bör söka Andens hjälp för att avgöra vad och hur du ska undervisa. Använd olika undervisningsmetoder från vecka till vecka (se ”Undervisa ur skrifterna” längre ner på sidan). Planera att engagera klassmedlemmarna så mycket som möjligt i inlärningsaktiviteterna och håll lektionen på ett sådant sätt att barnen kan återge berättelsen ur skrifterna för andra.
4. Välj från ”Diskussions- och tillämpningsfrågor” det som bäst hjälper barnen att förstå skrifterna och tillämpa dem i sitt liv. Du kan använda frågorna när som helst under lektionen. Du behöver inte använda allihop.
5. Läs ”Tilläggsaktiviteterna” och planera in när och hur du ska använda dem som du anser bäst hjälper barnen i din klass att förstå skrifterna och ändamålet med lektionen. Varje klass är unik, och en del aktiviteter som fungerar bra för en grupp fungerar inte i en annan.
6. Planera att återge lämpliga personliga erfarenheter som stöder lektionens ändamål. Låt Anden vägleda dig då du berättar egna upplevelser för klassen och klassdeltagarna berättar sina erfarenheter för dig och för varandra. En del familjeerfarenheter och personliga upplevelser är mycket heliga och högst privata och ska inte diskuteras med andra.

Undervisa ur skrifterna

Du bör alltid söka Anden då du förbereder och håller lektionerna (se Alma 17:2–4; L&F 42:12–14; 50:17–22). Anden hjälper dig att veta hur du ska göra dina lektioner intressanta och meningsfulla för barnen.

En del av barnen i din klass kanske inte känner till skrifterna. Då ni läser tillsammans måste du vara lyhörd för de klassmedlemmar som kanske behöver hjälp med att lära sig slå upp i skrifterna. I början av året kanske du behöver ta tid med att visa barnen hur man finner hänvisningar i skrifterna, speciellt om du undervisar yngre barn.

Pröva olika sätt att framföra lektionen för att behålla barnens intresse. Följande förslag kan hjälpa dig att variera undervisningen ur skrifterna.

1. Återge berättelsen ur skrifterna med egna ord. Försök hjälpa barnen att föreställa sig händelserna och människorna. Hjälpa barnen att förstå att de människor ni talar om verkligen levte en gång och att händelserna är verkliga.
2. Låt barnen läsa berättelsen eller skriftställena direkt ur skrifterna. Kom ihåg att alla barnen kanske inte läser så bra och att läsförmågan inte följer med åldern. Om alla barnen kan läsa kan du låta dem läsa tyst några minuter. Efteråt kan ni diskutera vad de läste. Använd diskussionstiden till att hjälpa barnen förstå svåra ord och avsnitt.

3. Använd de föreslagna bilderna på berättelserna ur skrifterna för att hjälpa barnen att se framför sig det som hände. I de flesta lektionerna finns förslag till bilder under rubriken "Material som behövs". Bilderna är numrerade och finns i lektionsboken. En del av bilderna finns också i Evangeliet i bild (34730.180) och kan finnas i möteshusets bibliotek (artikelnummer står i avsnittet "Material som behövs"). På baksidan av dessa bilder finns en sammanfattning av berättelsen. Du kan också använda andra lämpliga bilder.
4. Låt barnen dramatisera berättelsen ur skrifterna. (Var noga med att dramatiseringen inte bryter mot heligheten i skrifterna.) Du kan ta med dig enkel rekvisita, såsom en rock, halsduk och så vidare, och låta barnen spela alla personerna i berättelsen. Fråga dem hur de skulle känna sig om de var den person de föreställer.
5. Rita enkla figurer eller illustrationer på skrivtavlan eller använd bilder eller klippdockor medan du återger eller läser berättelsen ur skrifterna.
6. Gör en lästeater där några barn får vara personerna i berättelsen. Låt barnen läsa samtalet direkt ur skrifterna, där så är lämpligt.
7. Inbjud en förälder, en medlem i församlingen eller en klassdeltagare att återge berättelsen. Ge personen en vecka eller två att förbereda sig och ange en tidsgräns för framförandet.
8. Ge barnen ett enkelt förprov, såsom ett papper med ja- och nejfrågor, eller andra korta frågor, innan du återger berättelsen ur skrifterna. Förklara för klassdeltagarna att du vill ta reda på hur mycket de vet om berättelsen. Ge dem sedan samma prov efteråt, så att de kan se vad de lärt sig.
9. Skriv upp på skrivtavlan viktiga ord eller namn på människor från berättelsen ur skrifterna. Låt barnen lyssna efter dessa ord eller namn medan du återger berättelsen. Hjälプ barnen öka sitt ordförråd, så att de bättre förstår skrifterna och tycker om att läsa dem hemma.
10. Skriv frågor om berättelsen på skrivtavlan, innan du håller lektionen. Då barnen hör svaren under berättelsens gång, stannar du och diskuterar svaren.
11. Återge berättelsen och låt sedan de barn som så vill berätta om det som de tyckte mest om. Du kan be en klassdeltagare börja berätta och sedan be andra barn fortsätta berättelsen.
12. Spela upp en bandinspelning med valda verser ur skrifterna.
13. Spela memory. Gör fyra till åtta likadana kort eller papper, cirka 8 x 12 centimeter. I exemplet nedan skriver du föremålet i Lehis dröm på ena kortet och tolkningen på andra kortet. Blanda korten eller papperen och lägg dem med texten neråt på ett bord eller på golvet. Låt barnen komma fram, en i taget, och vända på två kort. Läs högt vad det står på korten. Om korten hör ihop, får de ligga kvar med texten uppåt. Om korten inte passar ihop, får barnet vända ner texten igen, och ett annat barn får fortsätta. Leken slutar när alla kort har parats ihop på rätt sätt.

Du kan till exempel göra fem kortpar som bygger på Lehis dröm (1 Nephi 8; 11). Gör tre kortpar till för att det ska bli roligare för barnen.

- Par 1: Träd – Guds kärlek
- Par 2: Ledstången av järn – Guds ord
- Par 3: Frukt – Evigt liv
- Par 4: Mörkrets dimma – Frestelser
- Par 5: Stor och rymlig byggnad – Världens stolthet
- Par 6: Stjärna – Stjärna
- Par 7: Måne – Måne
- Par 8: Sol – Sol

14. Gör en frågesport. Lägg ner ett antal frågor i en burk eller en låda och låt klassdeltagarna turas om med att ta upp en fråga och besvara den.

Hur man leder klassdiskussioner

Genom att delta i diskussioner och andra inlärningsaktiviteter får barnen hjälp att lära sig evangeliets principer. Följande riktlinjer kan hjälpa dig att ställa meningsfulla frågor och uppmuntra till klassdiskussioner:

1. Ställ frågor och ge skrifthänvisningar, så att klassdeltagarna kan finna svaren i skrifterna.
2. Ställ frågor som inte kan besvaras med ja eller nej utan kräver eftertanke och diskussion. Frågor som börjar med *varför*, *hur*, *vem*, *vad*, *när* och *var* är ofta bäst.
3. Engagera klassdeltagare som inte brukar delta genom att säga deras namn och ställa en fråga, som du förstår att de kan besvara. Ge dem tid att svara. Hjälプ dem om de behöver hjälp, men först sedan de fått tid att tänka efter och svara.
4. Uppmuntra barnen att berätta vad de tycker om det som de lär sig ur skrifterna. Beröm dem för det de säger.
5. Beröm barnen uppriktigt när de besvarar frågor. Hjälプ dem inse att deras tankar och känslor är viktiga. Var lyhörd för barn som är tveksamma till att delta.

Hjälプ barnen att tillämpa skrifterna

Hjälプ barnen att i sitt liv tillämpa vad de lärt sig. Nephi gav oss rådet att vi ska "tillämpa . . . all helig skrift på oss, så att den måtte vara oss till nytta och lärdom" (1 Nephi 19:23). Följande förslag kan hjälpa dig:

1. Vittna om de sanningar du lär ut, då du manas av Anden. Dina lektioner blir mer kraftfulla då du undervisar med uppriktighet och övertygelse.
2. Uppmuntra barnen att läsa skrifterna hemma för sig själva och tillsammans med sin familj. Uppmuntra barnen att ta med sig sina egna skrifter till klassen. Om barnen inte har egna skrifter, eller glömmet att ta med sig dem, kan du ha några extra skrifter som barnen kan använda i klassen. Om ni har ett bibliotek i församlingen eller grenen, kan du kanske få låna skrifter där.
3. Be barnen att berätta vad de lärt sig. Fråga hur de kan tillämpa evangelieprinciperna från lektionen i sitt eget liv.
4. Låtsas att du är journalist och intervjuar barnen, som om de var människorna vi läser om i skrifterna. Be dem berätta om detaljer i skrifterna och om vad de tycker om det som skett.

5. Dela in klassen i två eller fler smågrupper. När du återgett berättelsen ur skrifterna, låter du varje grupp skriva ner de viktiga principerna. Låt sedan grupperna turas om med att tala om hur dessa principer gäller för dem själva i deras liv.
6. Gör en skriftställejakt. Uppmuntra under året klassdeltagarna att markera särskilda verser i skrifterna som är meningsfulla för dem själva. De kan till exempel markera 1 Nephi 2:16, 1 Nephi 3:7 eller 1 Nephi 4:6. Ge dem en ledtråd, såsom en händelse, en situation eller ett problem och uppmuntra dem sedan att finna ett skriftställe som passar. Låt de barn som först finner skriftstället hjälpa de övriga i klassen att finna det. Låt dem sedan berätta varför detta skriftställe passar in på ledtråden.
7. Berätta om speciella situationer då du sett att barnen lytt den princip ni diskuterat. Om du till exempel håller en lektion om att vara vänlig, kan du framhålla några tillfällen då du såg barnen vara vänliga mot andra.
8. Följ upp uppgifter. Då du ger en uppgift eller uppmaning, glöm inte bort att fråga barnen hur det gick i början av lektionen söndagen därpå.

Hjälp barnen att lära sig skriftställen utantill

Att lära sig skriftställen utantill kan vara ett bra sätt att lära sig evangeliets sanningar. De flesta barn tycker om att lära sig utantill, om det görs på ett roligt och kreativt sätt. Nedan följer några trevliga förslag att hjälpa barn att lära sig utantill:

1. Skriv på skrivtavlan eller gör en plansch med första bokstaven i varje ord som ska läras in. Du kan till exempel göra följande plansch för orden i första trosartikeln:

V t p G d e F p h S J K o p d H A

Peka på bokstäverna medan du upprepar ordet. Gör det några gånger och låt barnen upprepa så gott de kan. Snart kommer de inte att behöva planschen.

2. Dela upp skriftstället i korta uttryck. Säg varje uttryck högt och börja från slutet, så att barnen upprepar de minst kända delarna först. I till exempel Alma 37:35 kan barnen upprepa "att hålla Guds bud" flera gånger. Sedan kan de lägga till nästa uttryck, "ja, lär i din ungdom". Därpå kan de repetera hela versen.
3. Om barnen är duktiga på att läsa, kan du skriva ner skriftstället på en lapp åt varje barn. Klipp sönder lapparna mellan orden eller fraserna. När ni sagt versen tillsammans några gånger, ger du barnen oordnade ordrensor och låter dem enskilt eller tillsammans i klassen lägga ordrensorna i rätt ordning.
4. Upprepa skriftstället flera gånger, stanna till och låt ett barn säga nästa ord eller uttryck. Låt sedan ett annat barn säga några ord till. Fortsätt åtminstone tills det varit alla barnens tur en gång.
5. Hjälp barnen att lära sig utantill med hjälp av musik.
6. Dela in barnen i två grupper. Låt varje grupp turas om med att upprepa ord eller meningar i rätt ordning. Du kan låta ena gruppen säga första ordet, andra gruppen andra ordet och så vidare hela versen igenom.
7. Välj ut ett avsnitt ur skrifterna som du vill att barnen ska lära sig utantill. Skriv upp skriftstället på skrivtavlan eller på en plansch. Läs avsnittet flera gånger och täck gradvis över eller sudda ut fler och fler ord, tills barnen lärt sig hela skriftstället.

Använd överbliven tid klokt

Om din förberedda lektion tar slut innan lektionstiden är över, vill du kanske improvisera en aktivitet för att fylla ut resten av tiden. Följande förslag kan hjälpa dig att använda denna tid på ett bra sätt:

1. Låt några av barnen återge sina favoritberättelser ur skrifterna.
2. Gör en skriftställejakt genom att ge barnen ledtrådar till viktiga skrifthänvisningar som de redan markerat. Låt dem arbeta två och två eller i små grupper för att hitta rätt skriftställe.
3. Låt barnen lära sig utantill ett skriftställe från lektionen eller en trosartikel som har samband med lektionen.
4. Låt barnen ge förslag till hur de kan använda principerna ur lektionen hemma, i skolan och tillsammans med sina vänner.
5. Dela in klassen i grupper och låt barnen turas om att ställa frågor om lektionen till varandra.
6. Låt barnen rita eller måla en bild med motiv från lektionen eller skriva ner ett citat som de kan ta med sig hem och ha som påminnelse om lektionens ändamål.
7. Uppmana barnen att markera skrifthänvisningar för framtida studier. Du kan be barnen markera verser ur lektionen som de tycker speciellt mycket om. Du kan också föreslå verser som du tror kommer att påminna barnen om lektionens ändamål.
8. Hjälp barnen att lära sig i vilken ordning böckerna i skrifterna kommer. Namnen på böckerna i Mormons bok finns tonsatta i *Barnens sångbok*, s 63.
9. Gå igenom principer eller berättelser ur skrifterna från tidigare lektioner.

Musik i klassrummet

Evangeliekunskapen kan berikas och stärkas genom musik. Ofta minns barnen bättre och lär sig lättare genom musik.

Du behöver inte vara musiker för att kunna använda lämplig musik till att hjälpa barnen känna Anden och lära sig evangeliet. Du kan få musik i klassen genom att till exempel använda kassettband eller en musikgrupp under eller i början av en lektion för att framhålla en princip. Du kan också sjunga eller läsa orden till sånger som engagerar barnen i lektionen.

Samlingsstunden

Klassen kommer då och då att bli ombedd att hålla enkla evangeliepresentationer under Primärs samlingsstund. Dessa framföranden kan tas från lektioner. De kräver inte mycket övning och hjälper till att betona de principer du undervisat om. Du kan använda följande förslag till samlingsstunden:

1. Dramatisera en berättelse ur skrifterna.
2. Läs i talkör skriftställerna utantill.
3. Läs upp en av trosartiklarna och förklara vad den betyder.
4. Gör ett rollspel av en nutida tillämpning av en evangelieprincip.

Trosartiklarna

Du bör ta med trosartiklarna i dina lektioner och uppmuntra varje barn att lära sig trosartiklarna utantill, innan de lämnar Primär. Ta varje tillfälle att hjälpa barnen att lära sig utantill och förstå trosartiklarna.

Att förstå barn som är åtta till och med elva år

För att hjälpa barnen att lära sig och att få självförtroende, bör du förstå deras behov och typiska egenskaper och planera lämpliga aktiviteter och lektioner. För att få fler upplysningar om barnens egenskaper i denna ålder kan du slå upp *Undervisning – den högsta kallelsen* (33043.180), sidorna 65–67.

Typiska egenskaper

Fysiska

- Har perioder av snabb och långsam tillväxt
- Kan vara klumpig
- Tycker om att leka i grupp

Intellektuella

- Är ivrig att lära
- Tänker på tidigare erfarenheter
- Börjar bygga sina beslut på logik
- Vill veta varför
- Gör gärna snabba bedömningar
- Dyrkar hjältar
- Börjar ta större ansvar
- Tycker om att lära sig utantill

Socialt

- Börjar byta ut motviljan mot det motsatta könet mot en önskan att umgås som pojkar och flickor
- Tycker om både att vara i grupp och att vara ensam
- Har stort behov av självständighet
- Utvecklar större humor
- Blir intresserad av andra

Känslomässigt

- Tycker illa om kritik
- Uppför sig kanske olämpligt om kamratproblem uppstår
- Blir mer pålitlig och ansvarsfull
- Är medveten om rättvisa
- Börjar tvivla på sitt eget värde
- Blir mindre dominerande och mindre beslutsam att få sin vilja fram

Andligt

- Tycker om att lära sig och tillämpa evangeliets principer
- Påverkas av andras vittnesbörd
- Får lättare att förstå evangeliets principer
- Har en stark känsla för vad som är rätt och fel

Särskilda riktlinjer för hur man engagerar handikappade

Frälsaren visade genom sitt exempel hur vi bör hysa och visa medkänsla med handikappade. När han besökte nephiterna efter sin uppståndelse, sade han:

”Haven I några som äro sjuka ibland eder? Fören dem hit! Haven I några, som äro lama eller blinda, halta eller krymplingar, spetälska eller förtvinade eller som äro döva eller på något annat sätt lidande? Fören dem då hit, så vill jag bota dem, ty jag hyser medlidande med eder” (3 Nephi 17:7).

Som primärlärare har du utmärkta tillfällen att visa medkänsla. Även om du förmodligen inte har utbildning att ge professionell hjälp, kan du förstå och visa omsorg om handikappade barn. Det krävs omtanke, förståelse och en önskan att engagera varje klassdeltagare i inläringen.

Barn med handikapp kan röras av Anden, oavsett sin intellektuella nivå. Även om vissa barn inte kan vara närvarande under hela primärtiden, behöver de få tillfälle att vara med en kort stund för att känna Anden. Kanske behövs en assistent som är lyhörd för barnets behov och som är med barnet under Primär, om barnet tidvis behöver lämna gruppen.

En del klassdeltagare kan ha svårigheter som bristande inlärningsförmåga och förståndsmässiga problem, språk- eller talsvårigheter, dålig syn eller hörsel, beteendestörningar och sociala problem, mentalsjukdom, motorikproblem eller kroniska sjukdomar. En del kan tycka att språket eller kulturen är främmande och svårförståelig. Oavsett individuella omständigheter har alla barn samma behov av att bli älskade och accepterade, att få lära sig evangeliet och känna Anden, att delta helt och fullt och att tjäna andra.

Följande riktlinjer kan hjälpa dig att undervisa ett barn med handikapp:

- Se bortom handikappet och lär känna barnet. Var naturlig, vänlig och kärleksfull.
- Ta reda på barnets starka sidor och speciella problem.
- Gör allt du kan för att lära och påminna klassdeltagarna om deras ansvar att respektera varje klassmedlem. Att hjälpa en handikappad klassdeltagare kan bli till en kristuslik inlärningsupplevelse för hela klassen.
- Ta reda på de bästa sätten att undervisa barnet genom att rådfråga föräldrar, andra familjemedlemmar och i lämpliga fall barnet.
- Innan du ber ett barn med handikapp att läsa, be eller delta på något annat sätt, bör du fråga om han eller hon vill medverka i lektionen. Betona varje barns talanger och förmåga och sök efter möjligheter för alla barn att få delta tryggt och framgångsrikt.
- Anpassa lektionerna och klassrumsmiljön efter de handikappade barnens individuella behov.

**Att hantera problem
med misshandlade
barn**

Som lärare kan du bli medveten om barn i din klass som utsätts för känslomässig eller kroppslig misshandel. Om du bekymrar dig för något barn i klassen, tala då med din biskop. Be om Herrens vägledning när du förbereder och håller lektionerna. Hjälpt varje barn i din klass att känna att han eller hon är ett dyrbart barn till vår himmelske Fader och att vår himmelske Fader och Jesus Kristus älskar var och en av oss och vill att vi ska vara lyckliga och trygga.

Mormons bok, en gåva från vår kärleksfulle himmelske Fader

Lektion
1

Ändamål

Att hjälpa barnen att älska och uppskatta Mormons bok.

Förberedelse

1. Studera under bön Inledningen och Profeten Joseph Smiths vittnesbörd som finns i början av senare upplagor av Mormons bok (eller Joseph Smiths skrifter 2:29–35, 42–54, 59–60). Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Titelsidan i Mormons bok, Tre vittnens vittnesbörd, Åtta vittnens vittnesbörd, Mormon 6–7.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Mormons bok som är inslagen som en present.
 - c. Om möjligt ett bokmärke till varje barn (se förslaget i slutet av lektionen).
 - d. Bild 4-1, Mormon gör ett sammandrag av plåtarna (Evangeliet i bild 306; 62520); 4-2, Moroni gömmer plåtarna i kullen Cumorah (Evangeliet i bild 320; 62462) samt 4-3, Joseph Smith får guldplåtarna (Evangeliet i bild 406; 62012).

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Visa barnen den vackert inslagna Mormons bok.

- Varför ger vi presenter?
- Hur känner ni er när någon tycker om en present som ni har gett?

Förklara att vår himmelske Fader har gett oss en gåva som hjälper oss att få evigt liv, på grund av att han älskar oss så mycket. Denna gåva har ett viktigt budskap till var och en av oss. Den ger oss kunskap om vår Frälsare, Jesus Kristus, och hur vi ska leva så att vi kan komma tillbaka till vår himmelske Fader. Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president, sade: "Detta är en gåva som är av större värde för mänskligheten än till och med de många underbara framsteg vi har sett inom den moderna medicinen. Den är av större värde för mänskligheten än utvecklandet av flyg- eller rymdresor" (*Nordstjärnan*, jan 1987, s 3).

- Vad tror ni han talar om för gåva?

Låt barnen hjälpa till med att ta av presentpapperet från boken. Vittna om hur studierna i Mormons bok har varit till välsignelse för dig och hjälpt dig att bli mer lik Frälsaren.

Berättelse ur skrifterna

Berätta från profeten Joseph Smiths vittnesbörd om hur Mormons bok kom fram. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Med hjälp av Inledningen i Mormons bok hjälper du barnen att förstå vilket värde denna heliga skrift har för oss idag. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad är Mormons bok? Vem skrev boken? (Inledningen, första och andra stycket. Fortida profeter i Amerika.)
- Varför kallas den Mormons bok och inte Moronis bok eller Joseph Smiths bok? (Inledningen, andra stycket. Profeten Mormon skrev det mesta av det som stod på guldplåtarna. Han citerade och sammanfattade det som andra profeter hade skrivit.)
- Vilken är den viktigaste händelsen i Mormons bok? Varför? (Inledningen, tredje stycket. Jesu Kristi besök hos nephiterna.)
- Vad sade Joseph Smith om Mormons bok? (Inledningen, sjätte stycket.) (Se Tilläggsaktivitet 3.) Hur tror ni att ni kan få hjälp genom att läsa och studera Mormons bok?
- Många profeter (Nephi, Mormon, Moroni, Joseph Smith) fick lida mycket och utstå många svårigheter för att vi skulle få Mormons bok. Vilka tre saker behöver ni göra för att få veta att Mormons bok är sann? (Inledningen, åttonde stycket. Läsa den, begrunda dess budskap, fråga Gud om den är sann.)
- Vad får vi mer veta då vi får ett vittnesbörd om Mormons bok? (Inledningen, nionde stycket. Att Jesus Kristus är Frälsaren, Joseph Smith är en profet och kyrkan är sann.)
- Vad gjorde Joseph Smith när ängeln Moroni först visade sig för honom? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, andra och tredje stycket; Joseph Smiths skrifter 2:29–30.)
- Vad sade ängeln Moroni till Joseph Smith? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, sjätte till och med nionde stycket; Joseph Smiths skrifter 2:34–35, 42.)
- Vad hände med Joseph nästa dag, då han arbetade tillsammans med sin far? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, stycke 15–16; Joseph Smiths skrifter 2:48–49.)
- Ängeln Moroni sade Joseph Smiths namn när han besökte honom. Hur känner ni er då ni tänker på att vår himmelske Fader vet vad ni heter?
- Ängeln Moroni bad Joseph berätta för sin far om synen. Vem skulle ni berätta det för, om ni upplevde ungefär samma sak som Joseph? Varför?
- Vad gjorde Joseph när han hade berättat för sin far? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, stycke 17–19; Joseph Smiths skrifter 2:50–52.)

- Varför tog det fyra år innan Joseph kunde få guldplåtarna? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, stycke 20; Joseph Smiths skrifter 2:54.)
- Vilken varning fick Joseph sedan han fått guldplåtarna? (Profeten Joseph Smiths vittnesbörd, stycke 22; Joseph Smiths skrifter 2:59.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Uppmana barnen att läsa titelsidan i Mormons bok. Föreslå att de i sin egen Mormons bok markerar ändamålet med boken enligt titelsidan och inledningen.
2. Hjälp barnen att lära sig Moroni 10:4 utantill.
3. Diskutera och hjälp barnen att lära sig profeten Joseph Smiths ord utantill:

”Jag sade till bröderna att Mormons bok är den mest korrekta boken av alla böcker på jorden och slutstenen i vår religion, och att en människa genom att lyda dess bud kan komma närmare Gud än genom någon annan bok” (Inledningen, stycke 6).
4. Hjälp barnen att förstå och lära sig åttonde trosartikeln utantill.
5. Gör rollspel av några händelser som ledde till Mormons boks framkomst.
6. Sjung eller läs orden till ”Böckerna i Mormons bok” (*Barnens sångbok*, s 63), ”Mormons boks berättelser” (*Barnens sångbok*, s 62), ”Guldplåtarna” (*Barnens sångbok*, s 61) eller ”Sök, klappa och be” (*Barnens sångbok*, s 66).

Avslutning

Vittnesbörd

Bär vittnesbörd om att Joseph Smith var en sann profet och att Mormons bok är sann.

(Valfritt.) Ge om möjligt varje barn ett bokmärke med president Ezra Taft Bensons vittnesbörd på (se förslag i slutet av lektionen).

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar profeten Joseph Smiths vittnesbörd hemma som repetition av denna lektion. Visa dem var denna berättelse finns i början av Mormons bok eller i Joseph Smiths skrifter 2:29–35, 42–54, 59–60.

Uppmuntra varje barn att ta med sig en Mormons bok till lektionen varje söndag.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

"Vår Fader
i himlen vill att
ni skall fortsätta
att lära er från
Mormons bok
varje dag. Den är
vår himmelske
Faders speciella
gåva till er. Genom
att leva efter dess
lärdomar får ni
lära er vår
himmelske Faders
vilja."

Ezra Taft Benson

"Vår Fader
i himlen vill att
ni skall fortsätta
att lära er från
Mormons bok
varje dag. Den är
vår himmelske
Faders speciella
gåva till er. Genom
att leva efter dess
lärdomar får ni
lära er vår
himmelske Faders
vilja."

Ezra Taft Benson

"Vår Fader
i himlen vill att
ni skall fortsätta
att lära er från
Mormons bok
varje dag. Den är
vår himmelske
Faders speciella
gåva till er. Genom
att leva efter dess
lärdomar får ni
lära er vår
himmelske Faders
vilja."

Ezra Taft Benson

"Vår Fader
i himlen vill att
ni skall fortsätta
att lära er från
Mormons bok
varje dag. Den är
vår himmelske
Faders speciella
gåva till er. Genom
att leva efter dess
lärdomar får ni
lära er vår
himmelske Faders
vilja."

Ezra Taft Benson

Nephi följer sin far, profeten

Lektion 2

Ändamål

Att stärka varje barns önskan att följa den levande profeten.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 1–2. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Plansch med sjätte trosartikeln (65006). Täck över ordet profeter med ett vikt papper. På insidan av papperet skriver du: "En profet är en man som är kallad av Gud att tala för honom. När en profet talar för Gud, är det som om Gud själv talade." Om du inte har en plansch med sjätte trosartikeln, kan du göra en egen eller skriva texten på tavlan.
 - c. Bild 4-4, Lehi profeterar för folket i Jerusalem (Evangeliet i bild 300; 62517); 4-5, Lehis familj lämnar Jerusalem (Evangeliet i bild 301; 62238) samt en bild på den levande profeten eller en bild på Joseph Smith (Evangeliet i bild 401; 62002).
-

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Visa planschen med sjätte trosartikeln med ordet *profeter* täckt. Be barnen räcka upp handen om de vet vilket ord som är täckt. Be ett barn ta bort papperet och ge det till dig. Uppmana barnen att tillsammans läsa sjätte trosartikeln.

Visa bilden på den levande profeten eller på Joseph Smith och fråga barnen vem det föreställer.

- Vad är en profet?

Efter diskussionen kan du be ett av barnen att läsa det som står på insidan av det vikta papperet (se "Förberedelse").

Vittna om att profeterna alltid har sagt till människorna vad vår himmelske Fader och Jesus Kristus vill att de ska göra. Förklara att vi blir välsignade då vi följer profeten.

Berättelse ur skrifterna

Berätta om hur profeten Lehi och hans familj lämnade Jerusalem, från 1 Nephi 1–2. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. Framhåll att vi alla borde likna Nephi och följa den levande profeten.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad gjorde Lehi för sitt folk? (1 Nephi 1:5.) Vad visade Herren Lehi i hans syn? (1 Nephi 1:6–13.)
- Vad gjorde Lehi sedan han hade fått synen? (1 Nephi 1:18.)
- Vem profeterade Lehi om? (1 Nephi 1:9, 19. Förklara att Messias är Jesus Kristus.) Hjälp barnen att förstå att profeterna alltid har vittnat om Jesus Kristus. Hur kan ni få ett vittnesbörd om Jesus Kristus? Vittna om att varje barn kan få veta att Jesus är Frälsaren genom att under bön studera Mormons bok och lyda Guds bud.
- Vad gjorde människorna när de hörde profeten Lehis ord? (1 Nephi 1:19–20.) Vad skulle ni göra om andra retade er eller skrattade åt er för att ni tror på Jesus Kristus och hans kyrka?
- Vad befallde Herren Lehi att göra, när människorna hade försökt döda honom? (1 Nephi 2:1–3.)
- Vad tog Lehis familj med sig när de lämnade Jerusalem? (1 Nephi 2:4.) Vad lämnade Lehis familj kvar?
- Vad gjorde Laman och Lemuel när de fick lämna sitt hem och sitt guld och silver? (1 Nephi 2:11–13.) Vad betyder *knorra*? (Klaga.) Vad är styvnackad? (Envis, stolt.) Om ni blev ombudda att lämna era hem och saker, hur skulle ni då känna er?
- Varför gjorde inte Nephi uppror mot sin far? (1 Nephi 2:16.) Förklara att *ropa till Herren* betyder att be uppriktigt och *gjorde mitt hjärta vekt* betyder lyssnade och lydde. Hur kan bönen göra vårt hjärta vekt, så att vi följer profeten?
- Hur visade Nephi kärlek till Laman och Lemuel när de inte trodde på honom? (1 Nephi 2:18.) Har ni någon gång bett för någon som inte håller Guds bud?
- Vad lovade Herren Nephi på grund av hans tro? (1 Nephi 2:19–22.) Vad betyder ordet tro för er?
- Vad hände med Jerusalem när Lehis familj hade lämnat staden? (2 Nephi 1:4.) Händer alltid det som profeterna profeterar om? (L&F 1:37–38.)
- När lämnade Lehis familj Jerusalem? (Årtalen längst ner på sidorna i Mormons bok talar om för oss när allting hände.) Vad betyder *f K*? (Före Kristus.)
- Vem är profet idag? (Visa om möjligt en bild på honom.) Vad har han bett oss göra? Du kanske vill berätta för barnen om några av hans aktuella budskap. Hur blir vi välsignade då vi följer den levande profeten?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Ta med dig några föremål eller bilder på föremål som Lehis familj kan ha tagit med sig ut i vildmarken, såsom ett tält, filt, kruk, knivar, pil och båge, rep eller frön. Uppmuntra barnen att fundera ut annat som Lehis familj kan ha tagit med sig.

- Varför tror ni att Lehis familj behövde dessa saker? Vad skulle ni behöva ta med er mer, om ni skulle göra en sådan resa som Lehi gjorde?
 - Vad skulle ni ha haft svårt att lämna kvar?
2. Visa en bild på kyrkans presidenter (Evangeliet i bild 506; 62575) och låt barnen lära sig deras namn och i vilken ordning de verkade.
 3. Citera följande ord av Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president:

”Jag skulle gärna vilja tala till barnen i kyrkan . . .

O, vad jag älskar er! Vad vår himmelske Fader älskar er! . . .

Idag skulle jag vilja lära er vad vår himmelske Fader vill att ni skall veta, så att ni kan lära er att handla enligt hans vilja och få uppleva den verkliga glädjen. Det kommer att hjälpa er idag och genom hela ert liv . . .

Jag blir så glad när jag hör hur mycket ni älskar Mormons bok. *Jag* älskar den också, och vår Fader i himlen vill att ni skall fortsätta att lära er från Mormons bok varje dag. Den är vår himmelske Faders speciella gåva till er. Genom att leva efter dess lärdomar får ni lära er vår himmelske Faders vilja” (*Nordstjärnan*, jul 1989, s 76).
 4. Skriv på olika papperslappar korta citat ur de senaste konferenstalen av den levande profeten (se Liahonas konferensnummer). Lägg lapparna i en låda eller papperspåse och be barnen turas om att ta fram ett citat. När barnet har läst citatet, ber du honom eller henne att berätta hur man kan följa profetens råd.
 5. Diskutera sjätte trosartikeln och hjälp barnen att lära sig den utantill.
 6. Sjung eller läs orden till ”Tack, Gud, att profeter du sänder” (*Psalmer*, nr 10), ”Håll alla buden” (*Psalmer*, nr 195) eller ”Lyss till profeten” (*Barnens sångbok*, s 58).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att vår himmelske Fader har gett oss en levande profet på grund av att han älskar oss. Vittna om att barnen blir välsignade om de följer den levande profeten.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 2 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål Att hjälpa barnen förstå att vår himmelske Fader hjälper dem som litar på honom och lyder hans bud.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 3–5. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Gör om möjligt en kopia av orden "Jag vill gå och göra det som Herren har befallt" (1 Nephi 3:7) till varje barn med hans eller hennes namn på (se förslaget i slutet av lektionen).
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Det kodade budskapet i slutet av lektionen (med koden övertäckt). Detta kan skrivas på ett papper eller på skrivtavlan.
 - c. Bild 4-6, Lehis söner erbjuder Laban rikedomar; 4-7, En ängel hejdar Laman och Lemuel, samt 4-8, Nephi återvänder till Lehi med mässingsplåtarna.

Undervisningsförslag Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet Visa det hemliga budskapet (med koden övertäckt) och fråga om någon kan läsa det. Förklara att en del av vår himmelske Faders bud kan tyckas svåra att lyda, precis som budskapet kan vara svårt att läsa. Vi kan läsa budskapet om vi får hjälp. På samma sätt kan vi lyda alla buden med vår himmelske Faders hjälp.

- Vad har vår himmelske Fader befallt oss att göra?
- Hur tror ni att vår himmelske Fader kan hjälpa oss att hålla hans bud?

Förklara att vår himmelske Fader hjälper oss, om vi tror på honom och litar på honom. Förklara att barnen i denna lektion får veta hur vår himmelske Fader hjälpte Lehis söner att lyda en befallning som först tycktes omöjlig för dem att utföra.

Berättelse ur skrifterna Med hjälp av de föreslagna bilderna berättar du från 1 Nephi 3–5 om hur Nephi och hans bröder återvände till Jerusalem för att hämta mässingsplåtarna. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Hjälpa barnen förstå att de precis som Nephi kan få hjälp med att hålla Guds bud, om de har tro.

Diskussions- och tillämpningsfrågor Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad befallde vår himmelske Fader Lehi i en dröm? (1 Nephi 3:2–4.) Varför behövde Lehis familj mässingsplåtarna? (1 Nephi 3:19–21.) På vilka sätt skulle mässingsplåtarna bli till välsignelse för Lehis efterkommande? (1 Nephi 5:21–22.)
- Vad gjorde Laman och Lemuel, när de fick befallningen att återvända till Jerusalem och hämta mässingsplåtarna? (1 Nephi 3:5, 28, 31.)
- Vad gjorde Nephi när han fick befallningen att hämta plåtarna? (1 Nephi 3:5–7, 15, 21.) Varför var Nephi villig att göra allt som Herren bad honom att göra? Hur visste han att Herren skulle hjälpa honom att hämta plåtarna?

Visa koden och ge klassen tillfälle att tyda budskapet tillsammans. Diskutera innebörden i 1 Nephi 3:7.

- Vem hjälpte Nephi att få tag i mässingsplåtarna? (1 Nephi 4:6.) Hur kan vi vara värdiga att få den Helige Andens hjälp och vägledning?
- Varför är det ibland svårt att lyda Guds bud? Hur kan Nephis exempel hjälpa oss att lyda buden? (1 Nephi 7:12.)
- Hur kan vi lära oss att följa Jesus, precis som Nephi gjorde?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Hjälp barnen att lära sig 1 Nephi 3:7 utantill. Föreslå att de stryker under denna vers i sin egen Mormons bok.
2. Lär er utantill och diskutera tredje trosartikelns i klassen. Betona att vi alltid bör lyda vår himmelske Faders bud och att han välsignar oss, om vi gör det.
3. Be några barn avsluta meningen: "Jag visar tro på min himmelske Fader och Jesus Kristus när jag _____."
4. Sjung eller läs orden till "Nephis mod" (*Barnens sångbok*, s 64) eller "Håll alla buden" (*Psalmer*, nr 195).
5. Visa några bilder eller föremål enligt nedanstående förslag, som påminner oss om det som vår himmelske Fader har befallt oss att göra. (Nummer på bilderna från möteshusets bibliotek står inom parentes.) Diskutera buden och de medföljande välsignelserna.

Be (62217)

Gå på mission (62611)

Behandla alla med vänlighet och respekt (62316)

Besök templet (62559)

Ta sakramentet (62021)

Betala tionde (visa ett tiondekuvert)

Läs skrifterna (62373)

Lev enligt visdomsordet (visa bilder på nyttig mat och på motion)

Håll hemafton (62521)

Avslutning

Vittnesbörd

Vittna om att vår himmelske Fader hjälper oss att lyda hans bud. Du kanske vill berätta om när du hade tillräcklig tro att lyda en befallning, såsom att helga sabbatsdagen eller vara vänlig mot andra, och hur du blev välsignad.

Ge om möjligt barnen en kopia av budskapet: "Jag vill gå och göra det som Herren har befallt" (1 Nephi 3:7). Skriv barnens namn på lapparna och uppmana dem att göra detta till sitt eget löfte.

Förslag till
läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 3:1–8; 4 hemma som repetition av denna lektion.
Be ett barn hålla avslutningsbön.

35 8 66 3 7 19 19 66 2 42 5 75 66 1 82 8

16 31 50 88 42 14 75 31 82 82 31 10

75 8 82 23 31 56 8 19 19 50

KOD: 35=J 8=A 66=G 3=V 7=I 19=L 2=Å 42=O
5=C 75=H 1=Ö 82=R 16=D 31=E 50=T 88=S
14=M 10=N 23=B 56=F

Jag vill gå och
göra det som
Herren har befallt.

1 Nephi 3:7

Jag vill gå och
göra det som
Herren har befallt.

1 Nephi 3:7

Jag vill gå och
göra det som
Herren har befallt.

1 Nephi 3:7

Jag vill gå och
göra det som
Herren har befallt.

1 Nephi 3:7

Ändamål

Att stärka varje barns önskan att lyda Guds ord och bli värdig det eviga livet.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 8, 11 och 15:21–36. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Gör om möjligt åt varje barn en bild av livets träd med förklaringar (se förslaget i slutet av lektionen).
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Ett fem meter långt rep, snöre eller garn, halsduk att binda för ögonen med samt två ordkort. På det ena ska det stå *Födelsen* och på det andra *Evigt liv*.
 - c. Plansch med livets träd, symboler och uttydningar. Uttydningarna ska vara övertäckta med pappersremсор.
 - d. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572); 4-10, Jesu födelse (Evangeliet i bild 200; 62116); 4-11, Korsfästelsen (Evangeliet i bild 230; 62505); 4-12, Lehis dröm om livets träd (62620); 4-13, Livets träd och ledstången av järn samt 4-14, Lehi sträcker sig efter frukten.

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

Låt två barn stå framför klassen, ett barn på vänstra sidan av rummet och ett barn på högra sidan. Låt det första barnet hålla upp kortet med texten *Födelsen* och det andra barnet kortet med texten *Evigt liv*. Bind för ögonen på ett tredje barn. Snurra runt detta barn några gånger och se om han eller hon kan gå från det första barnet till det andra utan hjälp. Låt sedan de två barnen med korten hålla repet eller snöret mellan sig i vardera änden. Låt barnet med ögonbindel på nytt försöka gå från det ena barnet till det andra. Den här gången ska han eller hon hålla fast i repet. Diskutera varför det gick lättare den andra gången. Förklara att vi alla medan vi bor på jorden försöker återvända till vår himmelske Fader. Han har gett oss något att hålla fast vid, så att vi kan hitta tillbaka till honom.

- Vad har vår himmelske Fader gett oss som leder oss tillbaka till hans närhet? (Skrifterna, profeterna, den Helige Anden.)

Visa bilden på Jesus Kristus och tala om för barnen att denna lektion förklarar hur vi kan få hjälp att återvända till vår himmelske Faders närhet genom att följa Kristi lärdomar.

Berättelse ur
skrifterna

Med hjälp av de föreslagna bilderna och Mormons bok berättar du om Lehis dröm ur 1 Nephi 8 och drömmens uttydning ur 1 Nephi 11 och 15:21–36. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Förklara att skrifterna ofta använder symboler. En symbol brukar vara ett välkänt föremål som

används för att representera en princip eller lärdom. Ett lamm kan till exempel vara en symbol för renhet. Därför kallas Jesus Kristus Guds Lamm. Förklara att barnen under denna lektion kommer att få lära sig en del om symboler som Lehi såg i en dröm och symbolernas betydelse.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför ville Lehi att hans familj skulle äta av frukten på livets träd? (1 Nephi 8:10–12.) Vad är det vår himmelske Fader önskar för alla sina barn?
- Varför tror ni att några av Lehis söner åt av trädets frukt, men inte andra? (1 Nephi 8:13–18.) Varför lyder vi inte alltid vår himmelske Faders bud?
- Vad betyder symbolerna i Lehis dröm? Visa planschen med livets träd, dess symboler och tolkningar. Ta bort lapparna över uttydningarna, då ni kommer till dessa.

Symboler:	Innebörd:
1. Trädet (1 Nephi 8:10)	1. Guds kärlek i det att han gav världen sin enfödde Son (1 Nephi 11:21–22; Johannes 3:16)
2. Frukten (1 Nephi 8:11)	2. Evtigt liv (1 Nephi 15:36; L&F 14:7)
3. Ledstången av järn (1 Nephi 8:19)	3. Guds ord (1 Nephi 15:23–24)
4. Den täta dimman (1 Nephi 8:23)	4. Djävulens frestelser (1 Nephi 12:17)
5. Den stora och rymliga byggnaden (1 Nephi 8:26–27)	5. Världens stolthet (1 Nephi 11:36)

- När Nephi bad ängeln visa honom trädets innebörd, såg han i en syn Frälsarens födelse och verksamhet. På vilket sätt framgår Guds stora kärlek till oss genom Jesu Kristi födelse och verksamhet?
- Vad föreställer frukten på trädet? (Det eviga livets gåva.) Nephi såg att Jesus Kristus på grund av sin kärlek till oss skulle korsfästas för våra synder, så att vi kan omvända oss och få evigt liv. Förklara att evigt liv innebär att leva som familjer i det celestialet riket tillsammans med vår himmelske Fader. Vad måste vi göra för att få evigt liv?
- Vad föreställer ledstången av järn? (Guds ord.) Hur får vi hjälp att hålla oss på stigen tillbaka till vår Fader i himmelen genom att läsa Mormons bok varje dag? (1 Nephi 15:24.) Hur har läsningen i Mormons bok varit till välsignelse för er?
- Vad föreställer den täta dimman? (Djävulens frestelser, som kan förvirra oss och föra oss vilse.) På vilka sätt frestar Satan oss att lämna den smala och trånga stigen? Vad kan vi göra för att stå emot hans frestelser? Varför är vi lyckligare om vi håller oss på den smala och trånga stigen?

- Vad föreställer den stora och rymliga byggnaden? (Världens stolthet.) På vilka sätt har ni blivit hånade för att ni försökte göra det rätta? Vem påverkar människor att skratta åt oss?

Ge om möjligt en bild av Lehis dröm med skrivna förklaringar till varje barn att ta med hem. Låt barnen föreslå några val de kan göra under den kommande veckan som hjälper dem att hålla fast vid ledstången av järn. (Svaren kan till exempel vara att dagligen läsa ur Mormons bok, lyda föräldrarna, be, vara ärliga, välja goda vänner, välja bra nöjen och så vidare.)

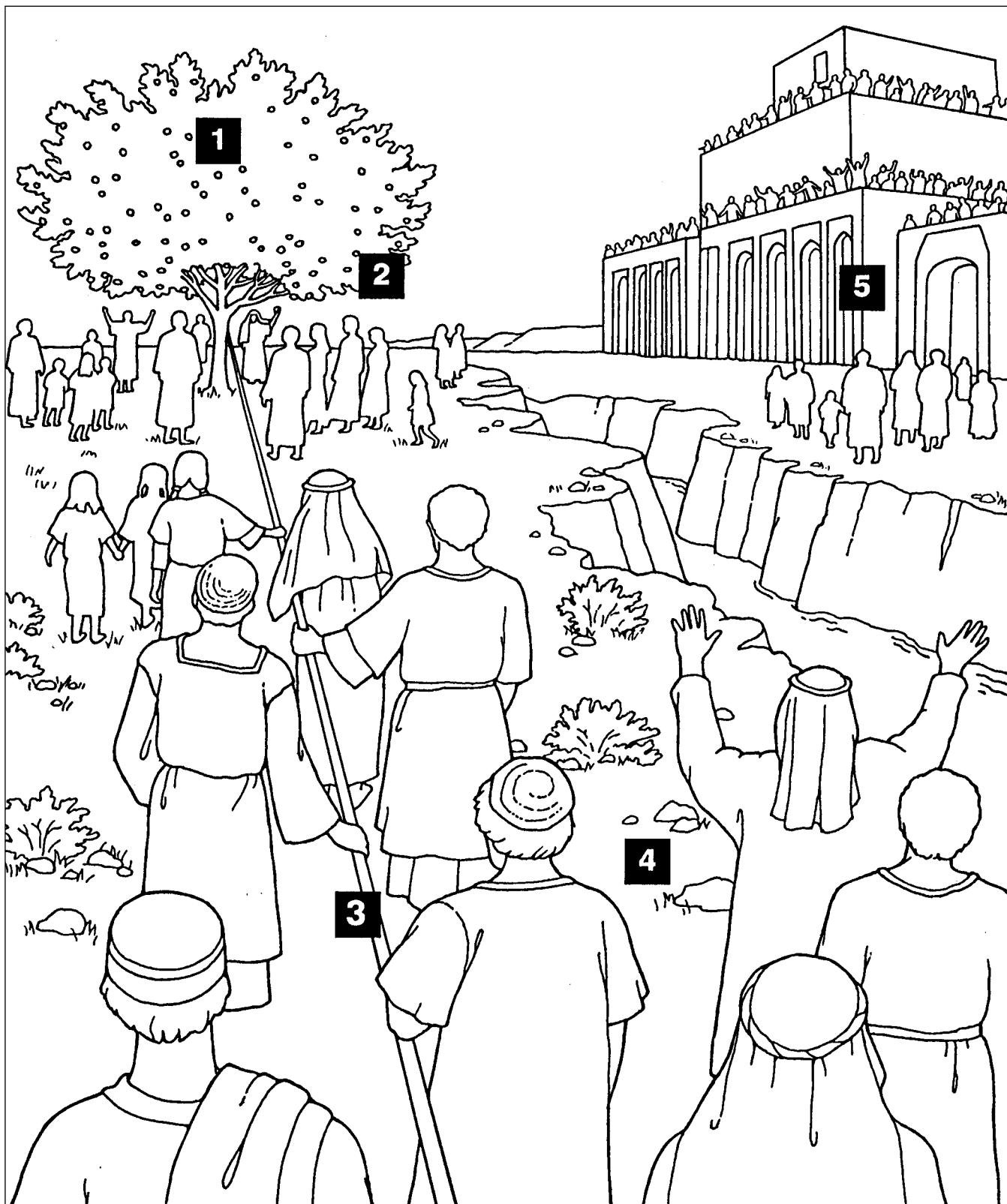
Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Spela memory. Med hjälp av uppgifterna på planschen med livets träds symboler och tolkningar skriver du varje symbol ur Lehis dröm och innebörden i varje symbol på olika kort, cirka 8 x 12 centimeter. Gör ytterligare sex kort i samma storlek så att du får tre uppsättningar bilder eller symboler som hör ihop, såsom leende ansikten, stjärnor och hjärtan. Blanda korten och lägg dem med bilden nedåt i fyra rader på golvet eller på ett bord. Låt barnen komma fram i tur och ordning och vända på två kort. Läs högt vad det står på korten. Om korten passar ihop, ska de ligga kvar med bilden uppåt. Leken är över när alla kort ligger uppåtvända.
2. Hjälp barnen att lära sig 1 Nephi 15:23–24 utantill.
3. Sjung eller läs orden till "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20), "Jag kan följa Guds plan" (*Barnens sångbok*, s 86) eller "Jag är Guds lilla barn" (*Barnens sångbok*, s 2).

Avslutning

Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om att vi kan återvända och få bo hos vår himmelske Fader genom att lyda buden.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 8:5–34 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.



1 Trädet.
(1 Nephi 8:10)

Guds kärlek i det
att han gav världen
sin enfödde Son.
(1 Nephi 11:21–22;
Johannes 3:16)

2 Frukten.
(1 Nephi 8:11)

Evigt liv.
(1 Nephi 15:36;
L&F 14:7)

3 Ledstången av järn.
(1 Nephi 8:19)

Guds ord.
(1 Nephi 15:23–24)

4 Tät dimma.
(1 Nephi 8:23)

Djävulens frestelser.
(1 Nephi 12:17)

5 Den stora och
rymliga byggnaden.
(1 Nephi 8:26–27)

Världens stolthet.
(1 Nephi 11:36)

Lehi och hans familj får vägledning i vildmarken

Ändamål

Att hjälpa barnen förstå, att när de gör allt de kan och förtröstar på vår himmelske Fader, vägleder han dem.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 16, Alma 37:38–46 och Ordspråksboken 3:5–6. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Pröva själv uppmärksamhetsaktiviteten före lektionen, så du vet hur man gör.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bibel till varje barn.
 - c. Ett 50 centimeter långt snöre till varje barn.
 - d. Bild 4-15, Liahona (Evangeliet i bild 302; 62041) och 4-16, Nephi och hans trasiga pilbåge.
-

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Ge varje barn ett 50 centimeter långt snöre. Be dem hålla ena änden av snöret i höger hand och andra änden i vänster hand. Be dem göra en knut på snöret utan att släppa taget om ändarna. Om du inte har tillräckligt med snören kan du låta ett barn göra aktiviteten inför klassen.

- Verkar detta svårt eller omöjligt att göra?

Låt barnen försöka göra en knut igen, men den här gången låter du dem först lägga armarna i kors, och med armarna fortfarande korslagda ber du dem ta tag i ena änden av snöret med höger hand och andra änden med vänster hand. Be dem hålla fast vid ändarna medan de rätar ut armarna. Det finns då en knut på snöret. Samla ihop snörena från barnen. Påpeka att barnen kunde göra en knut när du visade dem hur det skulle gå till. Tala om för barnen att på samma sätt får vi allihop problem i livet som verkar omöjliga att lösa. Om vi gör allt vi kan och förtröstar på vår himmelske Fader, hjälper han oss att finna svaren.

Berättelse ur skrifterna

Med hjälp av bilderna vid lämpliga tillfällen berättar du om hur Lehis familj fick vägledning genom Liahona. Berätta om Nephis trasiga pilbåge från 1 Nephi 16:17–32. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Uppmuntra barnen att göra sitt bästa och att lita på Frälsaren, vad som än händer.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Hur blev Lehi välsignad för sin tro och lydnad då han färdades i vildmarken? (1 Nephi 16:10.)
- Vad gjorde Nephis far och bröder, när Nephis pilbåge gick sönder? (1 Nephi 16:17–21.) Varför är det lätt att klaga när saker och ting inte blir som vi vill?
- Även om Nephi var trött och hungrig, klagade han inte. Vad gjorde han för att hjälpa till att lösa problemet? (1 Nephi 16:22–32.)
- Varför bad Nephi sin far om hjälp? (1 Nephi 16:23–24.) Hur har era föräldrar hjälpt er när ni haft ett problem?
- Hur kan ni precis som Nephi vara goda exempel för era föräldrar och era syskon?
- Hur fungerade Liahona (mässingskulan)? (1 Nephi 16:26–30.)
- Vad har vår himmelske Fader gett oss som visar vägen tillbaka till honom? (Alma 37:44–45.) Var kan vi finna Kristi ord? (I skrifterna.) Vad måste vi göra för att Kristi ord ska kunna vägleda oss? (Alma 37:46.)
- Vad måste vi göra om vi vill få hjälp från vår himmelske Fader?
- Vad gör vår himmelske Fader om vi tror och litar på honom? (Ordspråksboken 3:5–6.) Hur kan ni visa tillit till vår himmelske Fader? Varför tror ni att vår himmelske Fader vill att vi ska lita på honom och göra allt vi kan själva?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt barnen på nytt berätta om Nephis trasiga pilbåge. Låt dem diskutera vilka av Lehis familjemedlemmar de skulle vilja likna, när de får problem.
2. Låt barnen dramatisera berättelsen om den trasiga pilbågen. Låt dem sedan göra ett rollspel om vad som hade kunnat hända, om Laman och Lemuel hade litat på Herren.
3. Fråga barnen vad evangeliets första princip är. Påpeka att de måste tro på Jesus Kristus. Hjälプ dem lära sig fjärde trosartikeln utantill.
4. Repetera berättelsen om hur Nephi fick mässingsplåtarna enligt 1 Nephi 3–5. Jämför Nephis handlingar då med hans handlingar när bågen gick sönder. Hjälプ barnen att förstå, att han båda gångerna gjorde allt han kunde och litade på att vår himmelske Fader skulle hjälpa honom.
5. Sjung eller läs orden till "Tro" (*Barnens sångbok*, s 50) eller "Jag vill söka Herren" (*Barnens sångbok*, s 67).

Avslutning

Vittnesbörd och uppmaning	Berätta för barnen om ett tillfälle då du litade på att vår himmelske Fader skulle hjälpa dig att klara av något svårt. Vittna om betydelsen av att vi gör allt vi kan och sedan förtröstar på vår himmelske Fader. Uppmana barnen att tänka på Nephi under den kommande veckan och försöka bli mer lika honom då de får problem.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 16:18–32 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Vår himmelske Fader befaller Nephi att bygga en båt

Lektion 6

Ändamål Att hjälpa barnen att vilja vara goda exempel och påverka sin familj andligen genom att lyda vår himmelske Faders bud.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 17. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Papper och penna till varje barn.
 - c. Bild 4-17, Nephi smälter malm och gör verktyg, och 4-18, Nephi kuvar sina upproriska bröder (Evangeliet i bild 303; 62044).

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Be en klassdeltagare att repetera berättelsen från förra veckans lektion om Nephis trasiga pilbåge och hur Nephi skaffade mat till sin familj (se 1 Nephi 16:17–32).

Visa en bild på en båt, eller ge alla barnen papper och penna och låt dem snabbt rita en bild på en båt. Ställ sedan några av följande frågor:

- Vilket material tror ni att ni skulle behöva för att bygga en båt, som var så stor och stark att ni och er familj skulle kunna åka tvärs över havet på båten?
- Vad skulle ni behöva för hjälp?
- Vart kunde ni vända er för att lära er hur man bygger en båt?

Förklara för barnen att de ska få veta hur vår himmelske Fader hjälpte Nephi att bygga en båt.

**Berättelse ur
skrifterna**

Berätta från 1 Nephi 17 om hur Nephi och hans bröder förberedde sig för att bygga en båt. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Du kanske vill låta barnen förklara vilka personerna på bilderna är och vad de gör.)

**Diskussions- och
tillämpningsfrågor**

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad lovar Herren om vi lyder hans bud? (1 Nephi 17:3.) Hur har ni och era familjer blivit välsignade på grund av er lydnad?
- Varför befallde Herren Nephi att bygga en båt? (1 Nephi 17:8.) Hur reagerade Nephi på befallningen? (1 Nephi 17:9.) Vad var det som gav Nephi en så stor förtröstan? (1 Nephi 17:14–15.)
- Varför tror ni att Herren inte bara gav dem en båt?
- Varför ville inte Laman och Lemuel hjälpa Nephi att bygga en båt? (1 Nephi 17:17–19, 45–46.) På vad sätt skulle det bli enklare att bygga båten genom samarbete?
- Hur skulle ni känna er om era äldre bröder hånade er för att ni höll vår himmelske Faders bud? Hur har ni kunnat hjälpa er familj? Hur har ni känt er, när ni har hjälpt er familj eller inte hjälpt dem?
- Vad gav vår himmelske Fader Nephi kraft att göra, när hans bröder försökte döda honom? (1 Nephi 17:48, 54.)
- På vilket sätt visade Nephi sin tro på Jesus Kristus? (1 Nephi 17:50–51.) Hur kan ni bli som Nephi och visa mod och tro på Jesus Kristus?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Dela in klassen i två grupper. Be dem lyssna efter vad Herren lovar, när vi är lydiga, medan den ena gruppen läser 1 Nephi 17:3 i talkör och andra gruppen sedan läser 1 Nephi 3:7 i talkör. Hjälp barnen att förstå att de blir välsignade om de håller vår himmelske Faders bud och ber honom om vägledning.
2. Hjälp barnen att lära sig 1 Nephi 17:3 utantill från "Om det nu så är" och till och med "det som han befallt dem". De kan också lära sig 1 Nephi 17:50 utantill: "Om Gud hade befallt mig att göra allting själv, så kunde jag göra det."
3. Ställ en burk med skruvlock på ett bord och be ett barn att försöka öppna burken med bara en hand. (Låt barnet hålla andra handen bakom ryggen.) Efter några försök ber du ett annat barn hjälpa till med sin ena hand. Förklara att det brukar vara lättare att göra saker, då vi samarbetar. Diskutera familjemål, såsom att regelbundet ha hemafton, familjebön och studier i skrifterna och fråga hur barnen kan hjälpa familjen att nå dessa mål.
4. Dela ut papper och pennor och be klassdeltagarna skriva upp sådant som de kan göra för att hjälpa sin familj att lära sig evangeliet och hålla Guds bud, såsom uppmuntra till dagliga skriftstudier, villigt delta i familjebön, hjälpa till med att organisera och delta i hemafton, lyda sina föräldrar, hjälpa till att ha det snyggt och städat hemma, be för familjemedlemmar, visa kärlek och vänlighet emot varandra, berätta vad de lärt sig på Primär och så vidare. Låt dem välja ut en sak som de vill arbeta på att förbättra under den kommande veckan.
5. Skriv upp på skrivtavlan likheterna mellan Lehis och hans familjs resa och Israels barns vandring i öknen (se 1 Nephi 17:22–46). Fråga barnen vad vi kan lära oss av detta.
6. Sjung eller läs orden till "Nephis mod" (*Barnens sångbok*, s 64), "Håll alla buden" (*Barnens sångbok*, s 68) eller "Välj det rätta" (*Barnens sångbok*, s 82).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att varje barn kan vara ett gott exempel i sin familj. Påpeka att vi och vår familj blir välsignade, då vi håller Guds bud.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 17:3–22, 45–55 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att hjälpa barnen att vilja bli värdiga den Helige Andens ständiga sällskap.

Förberedelse

1. Studera under bön 1 Nephi 18. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggs läsning: *Evangeliets principer*, kapitel 7.
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Halsduk eller liknande som ögonbindel.
 - c. Bild 4-15, Liahona (Evangeliet i bild 302; 62041); 4-19, Nephi blir bunden samt 4-20, Lehi och hans folk kommer till det utlovade landet (Evangeliet i bild 304; 62045).
-

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Använd stolar eller andra föremål och gör en liten hinderbana längst fram i klassrummet. Fråga om någon frivilligt vill få ögonbindel. Snurra runt barnet flera gånger och förklara sedan för barnet med ögonbindel, att ett annat barn kommer att hjälpa honom eller henne förbi hindren genom att viska eller tyst vägleda. Gör sedan aktiviteten igen, men be då de andra barnen att högljutt ge felaktiga anvisningar, så att barnet med ögonbindel måste koncentrera sig för att kunna höra den tysta rösten.

Låt barnet som hade bindel för ögonen berätta om de två olika erfarenheterna.

- Vem är den Helige Anden? Hur hjälper han oss? (Se *Evangeliets principer*, kapitel 7.)
- På vilket sätt kan vi likna vägledningen genom hinderbanan vid att lyssna till den Helige Anden?
- Vilka onda, "högljudda" röster runt oss kan förvirra oss eller försöka leda oss på felaktiga vägar?

Berättelse ur skrifterna

Berätta om när Lehis familj for över havet från 1 Nephi 18. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Hur kunde Nephi bygga en båt som tryggt förde hans familj över havet? (1 Nephi 18:1–3.)
- Vad gjorde Laman, Lemuel, Ishmaels söner och deras hustrur som fick Liahona att sluta fungera? (1 Nephi 18:9–12.) Vad har vår himmelske Fader gett oss som vägledning, som liknar Liahona? (Den Helige Anden.) Vad skulle kunna göra att vi eller vår familj förlorar den Helige Andens ledning?
- Hur påverkade Lamans och Lemuels olydnad deras föräldrar och den övriga familjen? (1 Nephi 18:12–19.) Hur påverkas våra föräldrar och andra familjemedlemmar av vår lydnad eller olydnad?
- Hur reagerade Nephi då hans bröder behandlade honom illa? (1 Nephi 18:16.) Varför tror ni att Nephi prisade Herren istället för att klaga, när han fick lida?
- På vilka sätt skulle ni vilja likna Nephi mer?
- På vilka sätt kan vi få den Helige Andens inspiration? (Den kan komma som en fridfull eller tröstande känsla, som en tanke som inspirerar oss att välja rätt, som en tyst röst som undervisar oss, som en känsla som varnar för fara och så vidare.)
- Be någon i klassen att berätta om när han eller hon känt den Helige Andens påverkan. Vad kan vi göra för att förbereda oss så att vi kan känna igen den Helige Andens inflytande?
- Vad gjorde Nephi för val, så att han blev värdig den Helige Andens sällskap? (1 Nephi 18:3, 10, 16.) Vad gör ni för val varje dag för att bli värdiga den Helige Andens sällskap?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv ord eller uttryck såsom *bön, val av vänner, ord vi använder, TV-program, videofilmer, musik, bio, lydnad mot föräldrar, lydnad mot Guds bud, vänlighet mot syskon, respekt för andra, tjänande* eller andra lämpliga handlingar på olika papperslappar. Lägg lapparna i en liten ask. Låt varje barn ta en papperslapp, läsa texten för klassen och berätta hur det som står skrivet kan påverka vår förmåga att ha den Helige Anden i vårt liv.
2. Upprepa första och fjärde trosartikeln.
3. Diskutera med barnen hur lydnad mot Jesu lärdomar hjälper oss att påverkas av den Helige Anden i livet. Låt barnen välja ut en av Jesu lärdomar som de bättre vill efterleva under den kommande veckan, och skriva ner den på ett papper och ta med sig det hem som påminnelse.
4. Sjung eller läs orden till "Den Helige Anden" (*Barnens sångbok*, s 56).

Avslutning

Vittnesbörd

Du kanske vill berätta om ett tillfälle då du påverkades av den Helige Anden. Vittna om betydelsen av den Helige Andens påverkan i ditt liv och om hur viktigt det är att ha hans ständiga sällskap.

Förslag till
läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 18:5–25 hemma som repetition av denna lektion.
Be ett barn hålla avslutningsbön.

Profeten Jakobs möte med Sherem

Lektion 8

Ändamål	Att stärka barnens vittnesbörd om Jesus Kristus, så att de får styrka att stå emot onda krafter.
----------------	--

Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön Jakob 7:1–23. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Tilläggs läsning: 1 Nephi 18:7, 2 Nephi 2:1–4, 11:2–3, Jakob 1:17–19 samt hänvisningen till Jakob, Lehis son, långt bak i Mormons boks register.3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.4. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. En cirka 60 centimeter lång tråd eller snöre, som går att dra av, och ett lika långt, starkt rep.c. Papper och penna till alla barnen.d. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572).
---------------------	--

Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	Ge ett barn tråden. Be honom eller henne dra sönder den. Låt sedan barnet försöka dra av repet. Låt några av de andra barnen försöka dra av repet. Förklara att våra vittnesbörd börjar som enkla trådar men kan stärkas, tills de inte går att förstöra. Vi kan alla utveckla starka vittnesbörd som hjälper oss då andra försöker utmana oss och vår tro eller försöker bedra oss. Tala om för barnen att denna lektion handlar om Jakob, vars vittnesbörd var omöjligt att förstöra.
Berättelse ur skrifterna	Berätta om Jakob och Sherem ur Jakob 7:1–23. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna. <ul style="list-style-type: none">• Vem var Jakob? (En av Nephis yngre bröder.) Ungefär hur många år före Kristi födelse levde Jakob och Sherem? (Se längst ner på sidan i Jakob 7.)

- Hur kunde Jakob känna till Jesus Kristus som ännu inte var född? (Jakob 7:5, 10–12.)
- Vad gjorde Sherem för att försöka övertyga människorna om att Jesus Kristus inte skulle komma? (Jakob 7:2–4.) Vad menas med att smicka? (Att ge beröm som man inte menar eller som är överdrivet, en slags oärlighet.)
- Vem påverkade Sherem? (Jakob 7:4, 18.) Hur försöker Satan påverka oss?
- Nämn några av Sherems lögner. (Jakob 7:7, 9–10, 19.)
- Varför kunde Jakob stå emot Sherems onda påverkan? (Jakob 7:5, 8, 10–12.) Även om vi kanske inte ser änglar eller hör Guds röst, vad kan vi göra för att vara starka när människor frestar oss att göra fel? Berätta om en egen erfarenhet eller fråga om något barn kan berätta om när han eller hon stod emot det onda.
- Varför ville inte Jakob visa Sherem ett tecken? (Jakob 7:13–14.) Varför är inte teckensökning ett bra sätt att få ett vittnesbörd om Kristus? (L&F 63:7–12.) Förklara att tecken kan komma sedan vi visat tro och lydnad, men vi bör inte söka efter dem. Gå igenom från tidigare lektioner om hur Laman och Lemuel visade brist på tro, fastän de hade sett tecken. (Lärarens återblick: 1 Nephi 3:29–31; 16:39; 17:45; 18:20.)
- Vilken effekt på folket hade Sherems bekännelse och död? (Jakob 7:21–23.)
- Varför behöver vi ha ett starkt vittnesbörd om Jesus Kristus? Hur kan vi få och stärka vårt vittnesbörd om Frälsaren? (Se tilläggsaktivitet 2.) Hur kan vi dela med oss av våra vittnesbörd till andra? Varför blir vårt vittnesbörd starkare när vi bär det för andra?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv på papperslappar olika situationer där någon försöker övertala ett barn att göra något som är fel, och en hänvisning till ett lämpligt bud från skrifterna. Skriv till exempel att din vän går med dig in i en affär och försöker få dig att stjäla godis (2 Mosebok 20:15 eller Mosiah 13:22), eller någon bjuder dig på en dryck som innehåller alkohol (L&F 89:7), eller du frestas att stanna hemma och inte gå till kyrkan (L&F 59:9). Låt barnen slå upp och läsa varje skriftställe. Diskutera hur vårt vittnesbörd om Jesus Kristus blir stärkt och hur vi får hjälp att stå emot onda krafter genom att veta vad det står i skrifterna.

Du kanske vill låta barnen göra pantomimer på dessa situationer och låta de andra barnen gissa vad pantomimen föreställer.
2. Dela upp klassen i två grupper. Ge den ena gruppen skriftstället Alma 5:46 och den andra gruppen Alma 37:35. Låt barnen i dessa skriftställen försöka finna olika sätt varpå de kan stärka sitt vittnesbörd om Jesus Kristus. Sammanfatta deras svar på skrivtavlan.
3. Sjung eller läs orden till "Vår Herre vill ha kämpar" (*Barnens sångbok*, s 85) eller "Gör alltid rätt" (*Barnens sångbok*, s 80).

Avslutning

Vittnesbörd	Tala om för barnen hur viktigt det är att få ett vittnesbörd om Jesus Kristus och att stärka det, så att vi kan stå emot onda inflytanden omkring oss. Bär vittnesbörd om Frälsarens gudomlighet. Uppmana barnen att välja ett sätt varpå de kan stärka sitt vittnesbörd och skriva ner det på ett papper som en påminnelse att ta med sig hem och arbeta på under veckan.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Jakob 7:1–23 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål	Att uppmuntra barnen att söka välsignelser som kommer av uppriktig bön till vår himmelske Fader.
Förberedelse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Studera under bön Enos bok. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.) 2. Tilläggläsning: <i>Evangeliets principer</i>, kapitel 8. 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen. 4. Material som behövs: Mormons bok till varje barn.
Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	<p>Berätta följande gåta och be barnen räcka upp handen när de kan svaret.</p> <p>Jag är inte en person, plats eller sak.</p> <p>Jag kan vara så tyst att ingen annan kan höra eller så hög att alla i rummet kan höra.</p> <p>Jag kan användas när du är ensam eller är med i en grupp.</p> <p>Jag används när som helst, var som helst och under alla omständigheter.</p> <p>Jag används för tacksamhet, vägledning, tröst, förlåtelse, beskydd, hjälp, hälsa eller för någon annan välsignelse som du behöver för dig själv eller för någon annan.</p> <p>Du använder mig när du talar med din himmelske Fader.</p> <p>Vad är jag?</p> <p>Skriv barnens svar på skrivtavlan. Då de förstår att rätta svaret är bön, frågar du om de har några frågor om bönen. Sammanfatta deras frågor på skrivtavlan och be barnen söka efter svar på frågorna, då du berättar om Enos. I slutet av berättelsen hänvisar du till frågorna och diskuterar dem.</p>
Berättelse ur skrifterna	Återge berättelsen i Enos bok. Förklara att Enos var son till Jakob, som ni studerade i lektion 8. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför gick Enos ut för att be? (Enos 1:1–4.) Vem hade undervisat honom om Jesus Kristus? Hur har era föräldrar hjälpt er att få kunskap om vår himmelske Fader och Jesus Kristus?
- Vad är "mäktig bön och åkallan"? Hur tror ni att sådana böner skiljer sig från andra? Hur besvarade vår himmelske Fader Enos bön? (Enos 1:5.)
- Hur visste Enos att hans synder var förlåtna? (Enos 1:5–6.)
- Varför sade vår himmelske Fader att Enos var förlåten för sina synder? (Enos 1:8.) Förklara att på grund av att Jesus Kristus led för våra synder kan vi bli förlåtna, om vi omvänder oss.
- Vilka bad Enos för sedan hans synder hade blivit förlåtna? (Enos 1:9.) Vad svarade Herren Enos beträffande nephiterna? (Enos 1:10.)
- Varför tror ni att Enos bad för lamaniterna, när de var nephiternas fiender? (Enos 1:11.) Vilka välsignelser kan ni be vår himmelske Fader ge någon som har varit ovänlig mot er? Vad önskade Enos för lamaniterna? (Enos 1:13.)
- Enos bad om att hans folks uppteckningar skulle bevaras. Varför var dessa uppteckningar så viktiga? Vad lovade Herren Enos? (Enos 1:15–18.) Vad innebär det att be i tro?
- Vilka löften fick Enos? (Enos 1:8, 12, 15.) Hur kan vi få samma löften?
- Hur påverkades lamaniterna av nephiternas undervisning och arbete? (Enos 1:20.)
- Vad har ni lärt er om bönen av berättelsen om Enos?
- När ni ber, hur talar ni då till vår himmelske Fader? Hur kan vi göra våra böner mer uppriktiga?
- Enos hörde Herrens röst inom sig som svar på sin bön. På vilka andra sätt kan vi få svar på våra böner? (En känsla av frid, en känsla av att något inte är rätt, tröst, tankar i sinnet, skriftställen som gör att vi förstår en viss situation, råd från kyrkans ledare, föräldrar och andra som Herren sänt, drömmar eller syner.) Be klassdeltagarna att berätta om när de fått svar på bön.
- Varför kan vår himmelske Fader svara "nej" på våra böner? Hur kan vi veta om vår himmelske Faders svar är "nej"?
- Varför bör vi ta oss tid med att lyssna efter bönen, precis som Enos gjorde?
- Vad fick Enos veta om livet efter döden? (Enos 1:27.) Du kanske vill läsa denna vers eller låta klassen läsa den gemensamt.

Titta på det som står på skrivtavlan och förvissa dig om att alla barnens frågor har blivit besvarade.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Ge alla barnen papper och penna och låt dem skriva ner frågorna *När kan vi be? Var kan vi be? och Vad kan vi be om?* Be dem lämna plats för svaren mellan frågorna. Låt dem skriva svaren då ni diskuterar frågorna.
2. Gå igenom mönstret för bön:
 - a. Börja med att tilltala vår Fader i himmelen.
 - b. Tala om vad du är tacksam för.
 - c. Be honom om det du önskar.
 - d. Avsluta med orden: "I Jesu Kristi namn, amen."
3. Gå igenom bönens språk. Hjälpt barnen förstå att vi ska använda ett vördnadsfullt språk i våra böner. (Se Dallin H Oaks, *Nordstjärnan*, jul 1993, s. 14–17.)
4. Skriv av följande ord av äldste Boyd K Packer på skrivtavlan och lämna tomrum på angivna platser. Förklara för barnen att de ska få lära sig några olika sätt att få svar, då de fyller i tomrummen i äldste Packers uttalande.

"Vissa _____ (b) _____ kommer när man läser _____ (a) _____ , andra när man hör _____ (e) _____ . Och ibland, när det är viktigt, kommer en del _____ (b) _____ genom mycket direkt och _____ (d) _____ _____ (f) _____ .
Meningarna är då _____ (c) _____ och omisskännliga" ("*Böner och svar*", *Nordstjärnan*, maj 1980, s 33).

Fyll i tomrummen med följande ord:
 - a. skrifterna
 - b. svar
 - c. klara
 - d. mäktig
 - e. talare
 - f. inspiration
5. Förklara hur Enos bön om att Herren skulle bevara uppteckningarna (Enos 1:14–16) besvarades hundratals år senare genom att Mormons bok kom fram. Precis som Herren lovade Enos kan människorna idag få ett vittnesbörd om Jesus Kristus genom Mormons bok. Du kan be en återvänd missionär komma till klassen och berätta om hur någon fick ett vittnesbörd om Jesus Kristus genom bön och Mormons bok. Du kan även be en förälder eller någon annan medlem i församlingen att berätta om hur bönen hjälpte honom eller henne att få ett vittnesbörd om Mormons bok.
6. Repetera Joseph Smiths första syn, då han höll en uppriktig, trosvis bön (Joseph Smiths skrifter 2:14–16). Du kanske vill använda bilden på den första synen (Evangeliet i bild 403; 62470).
7. Gå igenom sjunde och nionde trosartikel. Uppmuntra barnen att välja ut en av dem och lära sig den utantill under lektionstiden eller hemma under veckan.
8. Sjung eller läs orden till "Barnets bön" (*Barnens sångbok*, s 6) eller "Lär mig, o Herre" (*Barnens sångbok*, s 75).

Avslutning

- Vittnesbörd Vittna om bönens kraft i ditt liv. Du kanske vill berätta om något som stärkt din tro och ditt vittnesbörd om bönen. Be barnen berätta egna erfarenheter av bönen.
- Förslag till läsning hemma Föreslå att barnen studerar Enos 1:1–8, 21–27 hemma som repetition av denna lektion.
- Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att stärka barnens beslutsamhet att hålla sitt dopförbund och följa Jesus Kristus.

Förberedelse

1. Studera under bön 2 Nephi 31:5–12 och Mosiah 2:1–22; 3:2–19; 4:11–16; 5:5–8, 13–15. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-21, Kung Benjamin talar till sitt folk (Evangeliet i bild 307; 62298).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

Skriv alla barnens efternamn på skrivtavlan. Be barnen förklara varför de heter så.

- Vad betyder det för dig att heta (säg ett efternamn)?

Förklara att då vi föds in i en familj, får vi familjens efternamn. Detta namn kan representera många viktiga saker såsom vårt arv, vår tro, vårt sätt att handla och så vidare. Då vi döps, blir vi medlemmar i Jesu Kristi kyrka av Sista Dagars Heliga och tar på oss Jesu Kristi namn. När vi tar på oss Jesu Kristi namn, förklarar vi att vi tror på honom och är villiga att följa hans lärdomar. Förklara att kung Benjamin var en profet som betygade vikten av att vi tar på oss Jesu Kristi namn.

Berättelse ur
skrifterna

Berätta om när kung Benjamin undervisade sitt folk från Mosiah 2:1–22; 3:2–19; 4:11–16; 5:5–8, 13–15. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och
tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför sammankallade kung Benjamin sitt folk? (Mosiah 1:10.) Hur reagerade Zarahemlas folk på uppmaningen att samlas vid templet och lyssna till sin profet och kung? (Mosiah 2:1–6.) Hur får vi höra eller ta emot de levande profeternas ord? (Generalkonferenser, kyrkans tidningar, kyrkans möten och så vidare.) Hur kan vi förbereda oss för att lyssna till våra ledares ord? (Mosiah 2:9.)
- Hur tjänade kung Benjamin sitt folk? (Mosiah 2:12–15.) Hur sade kung Benjamin att vi kan tjäna vår himmelske Fader? (Mosiah 2:16–19.) Hur tror ni att vi visar vår tacksamhet och kärlek till vår himmelske Fader genom att tjäna andra?

- Vad får vi för löfte om vi lyder vår himmelske Faders bud? (Mosiah 2:22.)
- Vad lärde kung Benjamin folket om Jesus Kristus? (Mosiah 3:5–7, 9–10.) Vilken stor, tjänande handling gjorde Kristus för var och en av oss? (Mosiah 3:11–13.) Förklara att Jesus Kristus led och dog för att vi skulle omvända oss från våra synder, döpas, uppstå och bo tillsammans med vår himmelske Fader för evigt. Hans offer för oss kallas försoningen.
- Varför är det viktigt att vi tar på oss Jesu Kristi namn? (Mosiah 3:17.) Vad ber Jesus oss att göra för att ta på oss hans namn? (2 Nephi 31:5–12; Mosiah 2:22. Bli döpta och hålla Guds bud. Mosiah 3:19. Underkasta oss Frälsarens vilja.)
- Vilka bud sade kung Benjamin till sitt folk att de skulle lyda? (Mosiah 3:21; 4:11–15; 5:5. Du kan använda ordremsorna i tilläggsaktivitet 1 under diskussionen.) Vad sade kung Benjamin skulle hända, om vi håller buden? (Mosiah 2:41.)
- Hur reagerade folket på kung Benjamins undervisning? (Mosiah 5:2.) Vad kan vi göra för att uppleva denna mäktiga förvandling? (Mosiah 3:19.)
- Vad slöt kung Benjamins folk förbund om att göra? (Mosiah 5:5–9.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör och sätt upp följande ordremsor. Rita en bild av tornet från vilket kung Benjamin undervisade sitt folk. Sätt upp ordremsorna på bilden, medan ni diskuterar olika sätt varpå vi kan ta på oss Jesu Kristi namn. Låt barnen tänka ut hur de kan lyda de bud som finns på ordremsorna.
 - Ha tro på Jesus Kristus (Mosiah 3:21)
 - Omvända oss (Mosiah 3:21)
 - Ingå och hålla dopförbunden (Mosiah 5:5)
 - Be varje dag (Mosiah 4:11)
 - Vara vänliga mot andra (Mosiah 4:13)
 - Inte slåss eller gräla (Mosiah 4:14)
 - Tjäna andra (Mosiah 4:15)
 - Hjälpa de fattiga (Mosiah 4:16)
 - Efterleva evangeliet (Mosiah 4:15)
2. Dramatisera kung Benjamins tal till sitt folk. Använd enkla dräkter eller enkel rekvisita. Barnen kan ställa sina stolar i tältform med en öppning mot rummets framsida. Barnen kan sitta på golvet innanför "tältet" med ansiktet framåt. Den som spelar kung Benjamin kan tala till dem medan han står på en stol längst fram i rummet. Låt detta barn läsa kung Benjamins ord ur Mosiah 2:9.
3. Berätta för barnen om kyrkans senaste generalkonferens. Visa dem om möjligt en kopia av konferensnumret av *Liahona*. Jämför denna konferens med mötet som kung Benjamin höll med sitt folk. Förklara hur kyrkan hjälper alla sina medlemmar att ta emot budskapen från kyrkans president och andra generalauktoriteter genom radio, TV och satellitutsändningar och genom tryckt material. Tala om några av ämnena från den senaste konferensen. Uppmuntra barnen att läsa eller lyssna till budskapen från nästa generalkonferens och följa vår profets och våra ledares råd.
4. Hjälp barnen att förstå och lära sig utantill sista meningen i Mosiah 2:17: "När I stå i edra medmänniskors tjänst, I blott ären i eder Guds tjänst."

5. Tala om sambandet mellan trettonde trosartikeln och kung Benjamins tal. Hjälpt barnen att lära sig denna trosartikel utantill.
 6. Sjung eller läs orden till "Älska varandra" (*Barnens sångbok*, s 74) eller "Jag vill gärna likna Jesus" (*Barnens sångbok*, s 40).
-

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om Jesu Kristi försoning och hur den är till välsignelse i vårt liv. Betona vikten av att vi håller Guds bud, då vi tar på oss Jesu Kristi namn.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Mosiah 2:1–18 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att uppmuntra barnen att modigt stå som vittnen om Jesus Kristus.

Förberedelse

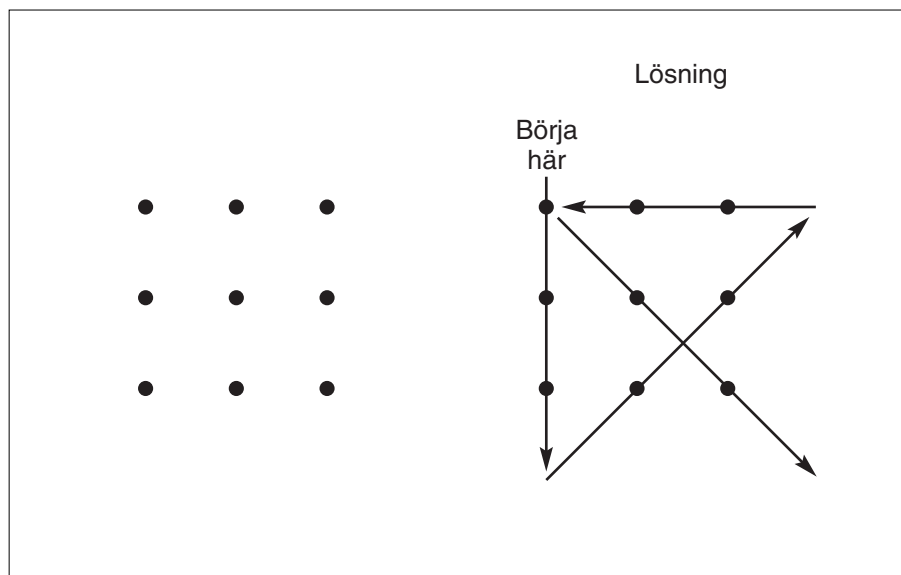
1. Studera under bön Mosiah 11–13; 15:1, 6–8; 16:14–15; 17 samt 19:4–20. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Mosiah 14–16.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. För den alternativa uppmärksamhetsaktiviteten behöver du lägga följande föremål i en påse:
 - En pappersmustasch (se illustrationen i slutet av lektionen)
 - En ficklampa eller glödlampa
 - En bild av de tio budorden (se illustrationen i slutet av lektionen)
 - En bild på Kristus
 - En bit rep eller snöre
 - En tändsticka
 - c. Bild 4-22, Abinadi inför kung Noah (Evangeliet i bild 308; 62042).

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Ge varje barn en kopia av niopunktsdiagrammet, eller rita det på tavlan. Säg sedan åt barnen att de ska binda ihop alla punkterna genom att dra fyra raka streck utan att lyfta pennan från papperet eller kritan från skrivtavlan. När de har provat flera olika lösningar visar du den rätta lösningen för ett barn utan att berätta för de andra. Låt det barnet visa ett annat barn och så vidare, tills alla barnen kan binda ihop punkterna. Förklara att när vi lär oss något, kan vi hjälpa andra människor då vi lär dem det vi vet. När vi lär oss mer om vår himmelske Fader, kan vi hjälpa andra människor genom att berätta om honom för dem.



Alternativ uppmärksamhetsaktivitet

Låt barnen turas om att ta fram ett föremål ur påsen. Be alla barnen att säga något om sitt föremål. Förklara att när de nu ska få lära sig om en rättfärdig och modig profet, som hette Abinadi, kommer de att få se hur varje föremål har ett samband med hans liv.

Berättelse ur skrifterna

Visa bilden på Abinadi inför kung Noah och berätta om Abinadi från Mosiah 11–13; 15:1, 6–8; 16:14–15; 17 samt 19:4–20. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Framhåll att Abinadi var ett modigt vittne om Jesus Kristus, fastän det kostade honom livet. Om du använder den alternativa uppmärksamhetsaktiviteten förklarar du vad varje föremål har för samband med Abinadis liv.

Mustasch:	Abinadi var förklädd då han kom tillbaka (Mosiah 12:1).
Glödlampa eller ficklampa:	Abinadis ansikte lyste (Mosiah 13:5).
De tio budorden:	Abinadi undervisade om de tio budorden (Mosiah 13:11–24).
Bild på Kristus:	Abinadi vittnade modigt om Jesus Kristus (Mosiah 15; 16; 17:8).
Rep eller snöre:	Abinadi blev bunden (Mosiah 17:13).
Tändsticka:	Abinadi dödades genom eld (Mosiah 17:20).

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad befallde Herren allra först att Abinadi skulle säga till kung Noah och hans folk? (Mosiah 11:20–21.)
- Hur levde kung Noah och hans folk? (Mosiah 11:1–7, 14–15, 19.)
- Hur reagerade kung Noah och hans folk på Abinadis ord? (Mosiah 11:26–29.) Varför tror ni att människor blir arga på dem som säger åt dem att omvända sig?
- Vad var det Abinadi modigt vittnade om inför den ogudaktige kung Noah och hans präster angående Guds bud? (Mosiah 12:33–36; 13:11–24.) Varför är det viktigt att vi lyder vår himmelske Faders bud?

- Varför var kung Noahs folk rädda för att bära hand på Abinadi? (Mosiah 13:3–5.)
- Vad vittnade Abinadi om Jesus Kristus? (Mosiah 15:1, 6–8; 16:14–15.)
- Hur visade Abinadi sitt mod? (Mosiah 17:7–10.) Varför är det ibland svårt att försvara det som är rätt? Hur kan vi försvara det rätta?
- Varför blev Abinadi bränd till döds? (Mosiah 17:20.) Varför tror ni att Herren lät detta hända? (Alma 60:13.)
- Vad var viktigt för kung Noah? (Mosiah 11:14; 19:7–8.) Vad var viktigt för Abinadi? (Mosiah 13:4; 17:7–10.) Vad borde vara viktigt för oss?
- Vem påverkades av Abinadis vittnesbörd, innan han dog? (Mosiah 17:1–4.)
- Hur uppfylldes Abinadis profetia i Mosiah 12:3? (Mosiah 19:19–20.)
- Vem kan ni tänka på som idag modigt står som ett vittne om Jesus Kristus?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt barnen spela olika roller i berättelsen om Abinadi och kung Noah. Låt en journalist intervjua dem. Gör en lista över frågor som journalisten kan ställa till personerna, såsom:

Journalisten till Noah:	Hur betalade du för dina eleganta byggnader?
Journalisten till prästerna:	Varför håller ni Abinadi fången?
Journalisten till Alma:	Vad tycker du om Abinadis lärdomar?
Journalisten till Abinadi:	Varför vill dessa människor döda dig? Varför förnekar du inte det du sagt till detta folk?
2. Strö lite peppar i en skål med vatten. Ställ skålen så att alla barnen kan se. Tala om för dem att pepparn representerar dem som väljer att vara modiga. Be dem titta efter vad som händer, när ogudaktigheten närmar sig de modiga. Håll lite diskmedel, som representerar ogudaktigheten, mitt i skålen. Pepparn försvinner snabbt därifrån. Då Alma trodde på Abinadis vittnesbörd, valde han att modigt lyda profeten, och han vände sig bort från kung Noahs ogudaktiga vägar. Fråga barnen vad de bör vända sig bort från, så att de kan vara modiga.
3. Diskutera de tio budorden i Mosiah 12:34–36, 13:12–24.
4. Jämför den rättfärdige kung Benjamins modiga egenskaper med kung Noahs egenskaper.

Kung Benjamin:	Mosiah 2:10–14, 4:9–10.
Kung Noah:	Mosiah 11:2, 6–7, 27; 19:8.
5. Diskutera likheterna mellan hur Abinadi blev behandlad av den ogudaktige kung Noah och hans folk och hur Kristus blev behandlad.

Kristus:	Mosiah 15:5, Matteus 26:66, Lukas 24:20.
Abinadi:	Mosiah 13:1; 17:7, 10, 13.
6. Sjung eller läs orden till "Vår Herre vill ha kämpar" (*Barnens sångbok*, s 85), "Gör alltid rätt" (*Barnens sångbok*, s 80) eller "Jesu Kristi Kyrka" (*Barnens sångbok*, s 48).

Avslutning

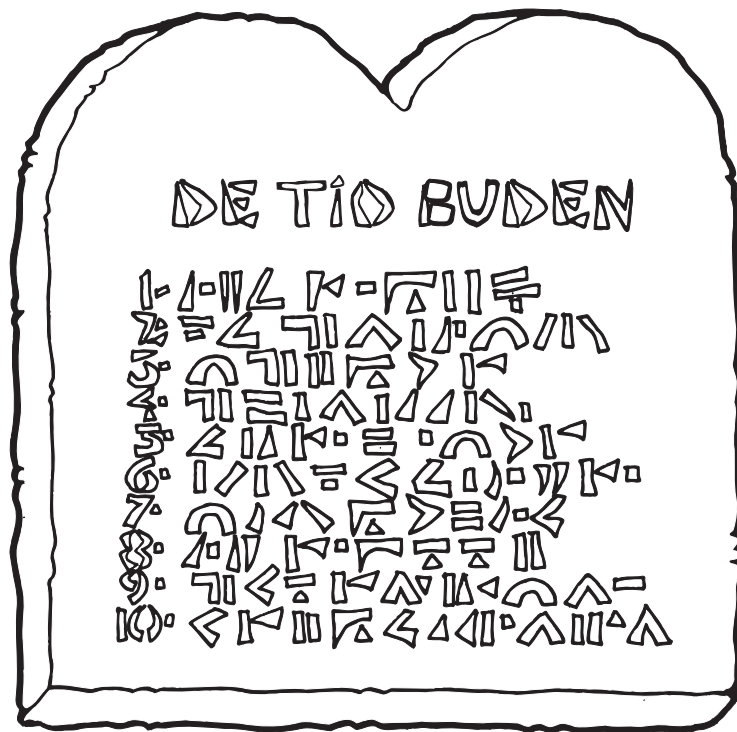
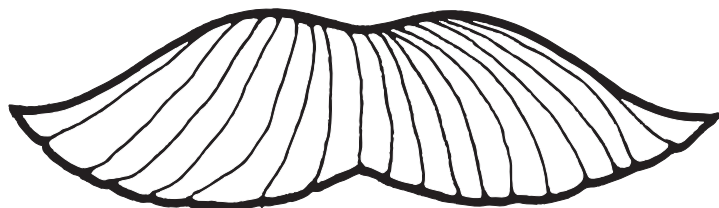
Vittnesbörd

Vitna om att även om vi inte blir befriade från smärta och prövningar genom att vara rättfärdiga, välsignar vår himmelske Fader oss med frid i detta liv och allt han har i det tillkommande, om vi är modiga i vårt vittnesbörd om Jesus Kristus.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Mosiah 11:1–2, 20–21, 26–29; 12:1–9 och 17 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.



Alma döper i Mormons vatten

Lektion 12

Ändamål Att lära barnen innebörden i deras dopförbund och vikten av att de håller dem.

Förberedelse

1. Studera under bön Mosiah 17:2–4; 18. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Valfritt: Ett lås och en nyckel till uppmärksamhetsaktiviteten (till exempel ett hänglås, en dagbok, ett smyckeskrin eller en resväska med lås).
 - c. En pappersnyckel med ordet *Förbund* på (se slutet av lektionen).
 - d. En kopia av utdelningsbladet "Mina dopförbund" till varje barn (se slutet av lektionen).
 - e. Bild 4-23, Alma döper i Mormons vatten (Evangeliet i bild 309; 62332).

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Visa en nyckel. Fråga barnen vad man använder en nyckel till. Du kan låta ett barn låsa upp ett lås med nyckeln. Håll pappersnyckeln så att barnen inte kan se ordet *Förbund*. Riv pappersnyckeln mitt itu. Förklara att en nyckel inte fungerar, om man bara har ena halvan. Vänd på nyckelns två delar så att ordet *Förbund* syns. Fråga barnen om de vet vad detta ord betyder. Förklara att inom evangeliet är ett förbund en helig överenskommelse eller ett heligt löfte mellan vår himmelske Fader och hans barn. Då vi håller våra förbund med vår himmelske Fader, gör han alltid sin del. Men om vi inte håller våra förbundslöften, bryts förbundet. Att hålla dopförbunden är en nyckel till välsignelser och evigt liv. Förklara att evigt liv är att bli lik vår himmelske Fader och leva med honom för evigt. Förklara att då barnen får kunskap om Alma och hans folk, blir de påmindas om sina dopförbund och hur de kan hålla dem bättre.

Berättelse ur skrifterna

Berätta för barnen om hur Alma döpte i Mormons vatten från Mosiah 17:2–4; 18. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Framhåll vilka förbund vi ingår vid dopet och vikten av att vi håller dem. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad gjorde Alma för att förbereda sig för dopet? (Mosiah 17:2–4; 18:1.) Hur förberedde ni er för dopet?
- Varför var den plats som kallades Mormon ett bra gömställe för Alma, där han kunde undervisa folket? (Mosiah 18:4–5.) Varför måste de gömma sig?

- Hur kände sig Almas folk, då de fick veta att de fick bli döpta? (Mosiah 18:11.) Hur kände ni er när ni döptes? Vad kommer ni ihåg från den dagen?
- Vad lovade vi alla när vi blev döpta? Vad lovade vår himmelske Fader oss? (Mosiah 18:8–10.) Visa utdelningsbladet ”Mina dopförbund” och diskutera varje löfte. Förklara att ingen av oss är fullkomlig, men vi måste göra vårt bästa för att hålla våra dopförbund.
- Hur kan vi visa att vi har tagit på oss Jesu Kristi namn och att vi står som hans vittnen?
- Vad betyder det att bära varandras bördor och att sörja med andra? På vilka sätt tjänade Kristus oss och andra, medan han levde på jorden? Hur kan vi följa Jesu Kristi exempel och tjäna andra?
- Vilka befallningar gav Alma sitt folk för att hjälpa dem att hålla sina dopförbund? (Mosiah 18:21–23, 27–29.) Hur kan vi leva mer som Almas folk?
- Genom vilken förordning kan vi förnya våra dopförbund varje söndag? Du kanske vill förklara att ”förnya” betyder att göra som nytt eller att börja på nytt. Gå igenom sakramentsbönerna med barnen och hjälp dem att finna förbunden i dem (se Moroni 4:3; 5:2). Ge varje barn ett exemplar av utdelningsbladet och repetera deras dopförbund.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Be ett barn hålla en ganska tung bok i ena handen med armen utsträckt, medan du talar till klassen om dopförbunden. Fråga barnet som håller boken om armen börjar bli trött. Låt ett annat barn hjälpa till att hålla boken. Förklara att ett av löftena vi ingår när vi döps är att ”bära varandras bördor, på det de må vara lätta”. Diskutera några bördor som barn i klassens ålder kan ha, till exempel att bli hånade, vara sjuka, ha problem med familjemedlemmar, känna sig utanför en grupp gemenskap eller ha svårigheter i skolan. Fråga barnen hur de kan hjälpa till med att göra varandras bördor lättare.
2. Före klassen ber du barnens föräldrar berätta för dig om något tillfälle då deras barn tjänade någon annan. Berätta om dessa händelser för klassen och beröm barnen för deras tjänande. Framhåll att sådana handlingar har gjort bördan lättare för dem som blivit betjänade.
3. Förklara för barnen att en del av det förbund vi ingick då vi döptes var att vara villiga att ta på oss Jesu Kristi namn och bli verkliga kristna, eller Kristi efterföljare. Vi måste leva så att vi är värdiga hans namn. Be barnen att fundera på hur väl de ärar Jesu Kristi namn, medan du återger följande berättelse av president George Albert Smith, kyrkans åttonde president:

”För ett antal år sedan blev jag allvarligt sjuk . . . Jag blev så svag att jag knappt kunde röra mig.

En dag . . . förlorade jag medvetandet och trodde att jag hade gått över till andra sidan . . .

Jag började undersöka min omgivning. När jag hade gått en stund genom skogen, såg jag en man komma emot mig. Jag märkte att det var en mycket storvuxen man, och jag skyndade på stegen för att komma fram till honom, eftersom jag kände igen honom som min farfar. Jag minns hur glad jag blev över att jag såg honom komma. Jag hade fått hans namn och hade alltid varit stolt över det.

Då farfar var några meter ifrån mig, stannade han. Han tittade mycket allvarligt på mig och sade:

'Jag skulle vilja veta vad du har gjort med mitt namn.'

Allt jag någonsin hade gjort passerade förbi mig som rörliga bilder på en filmduk ... Hela mitt liv passerade förbi mig. Jag log och tittade på farfar och sade:

'Jag har aldrig gjort något med ditt namn som du behöver skämmas för.'

Han tog ett steg framåt och tog mig i famnen. När han gjorde det, blev jag på nytt medveten om min jordiska omgivning. Min kudde var våt som om någon hade hållt vatten på den – våt av tacksamhetens tårar över att jag kunde svara utan att skämmas" ("Your Good Name", *Improvement Era*, mar 1947, s 139).

Förklara för barnen att de ärar Jesu Kristi namn, när de villigt håller buden och tjänar andra.

4. Sjung eller läs orden till "Jesu dop" (*Barnens sångbok*, s 54).

Avslutning

Vittnesbörd

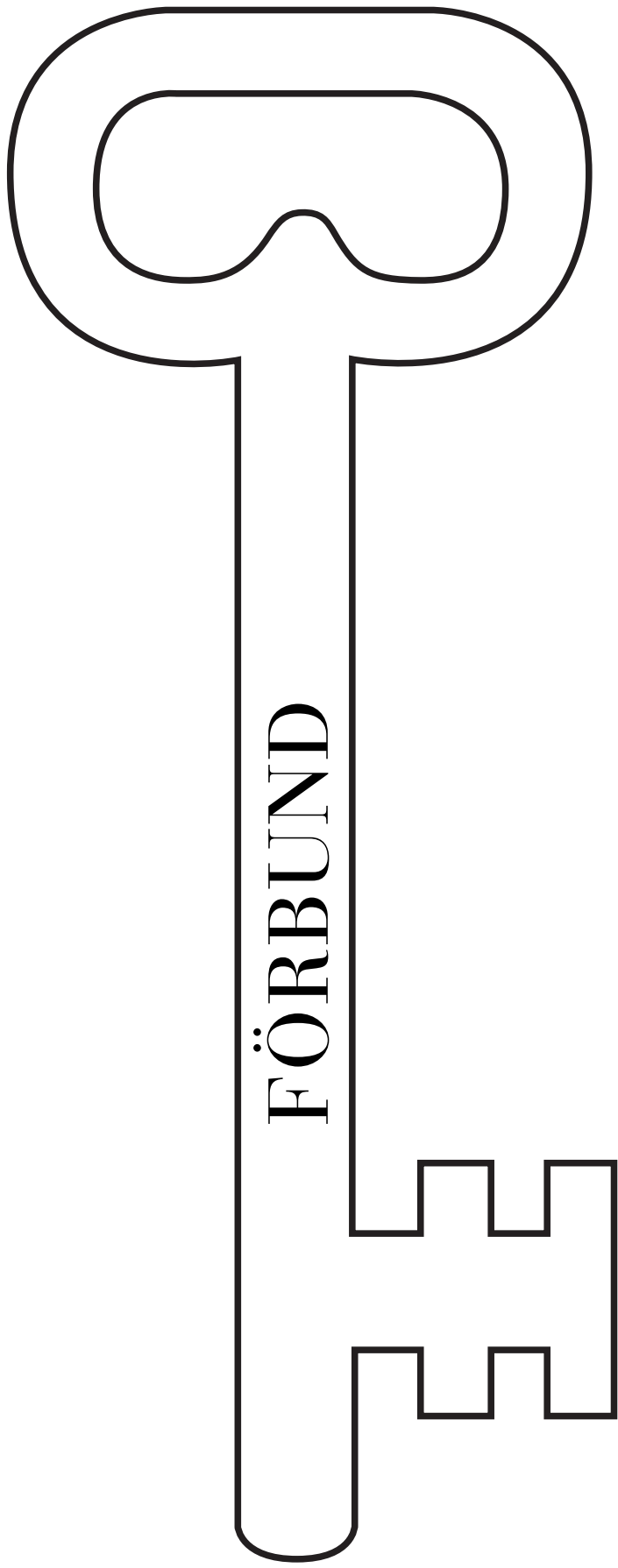
Vittna om att vi då vi håller våra dopförbund lär oss att tjäna varandra bättre och bli mer lika Jesus Kristus.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Mosiah 18:1–11, 30–35 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Observera: Om du bestämmer dig för att använda tilläggsaktivitet 1 i nästa lektion, bör du dela ut uppgifterna minst en vecka i förväg.





Mina dopförbund

(Förnyas varje gång jag tar sakramentet)

Vid dopet ingår jag förbund med Herren att:

1. Komma in i Guds hjord (bli medlem i Jesu Kristi Kyrka).
2. Kallas hans son eller dotter (ta på mig Kristi namn).
3. Bära andras bördor, så att de blir lätta; sörja med dem som sörjer och trösta dem som behöver tröst (hjälpa andra).
4. Stå som vittne om Gud i alla tider och i allt och överallt (vittna om Kristus och alltid vara ett föredöme).
5. Tjåna Gud och hålla hans bud.

Når jag håller mina dopförbund, lovar Herren att:

1. Förlåta mina synder.
2. Utgjuta sin Ande mer rikligt över mig (ge mig den Helige Andens sällskap).
3. Återlösa mig, så att jag får räknas bland dem som uppstår i den första uppståndelsen och får evigt liv (låter mig komma till det celestiaa riket och bo hos min himmelske Fader och Jesus Kristus).

Ändamål Att lära barnen att ödmjukhet och tro på Jesus Kristus kan ge oss styrka att klara av motgångar.

- Förberedelse**
1. Studera under bön Mosiah 21:1–16; 22; 23:1–6, 29–39 samt 24 och repetera Mosiah 12:2, 4–5. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: Mosiah 20–25 (för att få hela berättelsen).
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Om du planerar att använda tilläggsaktivitet 1, behöver du dela ut uppgifterna minst en vecka i förväg.
 5. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-24, Lamaniterna vaktar nephiterna och 4-25, Kung Limhis folk undkommer.

**Undervisnings-
förslag**

Uppmärksamhets-
aktivitet

Be ett barn hålla inledningsbön.

Skriv följande ord och definitioner på skrivtavlan eller på en plansch. Förklara att barnen ska få lära sig några viktiga ord som har samband med berättelsen ur skrifterna. Låt barnen frivilligt säga ett ord och välja definition.

Motgång	a. Tyngd eller sorg som är svår att bära
Träldom	b. Villighet att lära, motsatsen till högmod
Ödmjukhet	c. Olycka, lidande eller svårighet
Förföljelse	d. Brist på frihet, slaveri
Tro	e. Plåga, lidande eller anfall
Börda	f. Tro utan synbara bevis

Svar: motgång: c; träldom: d; ödmjukhet: b; förföljelse: e; tro: f; börda: a

Berättelse ur
skrifterna

Gå igenom Abinadis profetior om nephiterna ur Mosiah 12:2, 4–5. Dessa profetior uppfylldes bokstavligen, även om nephiterna delades i två olika grupper. Berätta om kung Limhis folk och Almas folk ur Mosiah 21:1–16; 22; 23:1–6, 29–39 samt 24. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

Kung Limhis folk

- På vilka sätt förföljde lamaniterna Limhis folk? (Mosiah 21:3.) Varför hände detta? (Mosiah 21:4; 12:2, 4–5.)
- Hur påverkades kung Limhis folk av att de tre gånger förlorade i strid mot lamaniterna? (Mosiah 21:13–14.) Vad innebär det att vara ödmjuk? Varför tror ni att nephiterna till slut ödmjukade sig?
- Varför dröjde vår himmelske Fader med att höra Limhis folks rop? (Mosiah 21:15.) Hur besvarade han till slut deras böner om hjälp? (Mosiah 21:15–16.) Vad kunde Limhis folk lära sig av att leva i trældom? Hur kan lidanden i livet hjälpa oss att bli mer ödmjuka, lydiga och bedjande?
- Vad ville kung Limhi och hans folk göra sedan de hade ingått ett förbund med Gud, för att visa att de ärade sitt förbund med honom? (Mosiah 21:35.) Hur kan vi visa vår himmelske Fader att vi ärar våra dopförbund?

Almas folk

- Vilka orsaker kan det ha funnits till att Almas folks tro och tålamod prövades? (Mosiah 23:21.) Vad lovade Herren dem, och oss, om vi förtröstar på honom, då vårt tålamod och vår tro prövas? (Mosiah 23:22.) Hur har ni blivit välsignade genom att lita på Herren?
- Varför sade Alma att hans folk inte skulle vara förskräckt? (Mosiah 23:27.) Hur reagerade folket på hans råd? (Mosiah 23:28.) Hur hjälpte Herren dem? (Mosiah 23:29.) Hur har Herren hjälpt er att vara modiga?
- Vad kan ni göra för att bli starkare genom motgångar? Hur har vår himmelske Fader välsignat er och era familjer i motgångens stund?
- Hur talade Alma och hans folk om för vår himmelske Fader vad de behövde, då den ogudaktige härskaren Amulon inte ville låta dem be högt? (Mosiah 24:12.) Hur besvarade vår himmelske Fader deras böner och höll sitt löfte till dem? (Mosiah 24:13–16.) Hur har vår himmelske Fader hållit sina löften till er?
- Vad kom Alma och hans folk ihåg att göra, när de hade blivit befriade från lamaniterna? (Mosiah 24:21–22.) Varför är det viktigt att visa tacksamhet, också i motgångens stund? Hur kan vi visa tacksamhet till vår himmelske Fader för våra välsignelser?
- Hur blev folket välsignat andligen genom sina motgångar?
- Hur kan tro på Jesus Kristus och ödmjukhet stärka er i motgångens stund?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Be två vuxna att klä sig som kung Limhi och Alma. Kung Limhi kan berätta om sitt folk från Mosiah 21 och 22. Alma kan berätta om sitt folk från Mosiah 23 och 24. Låt barnen ställa frågor om de olika händelserna i berättelserna. Diskussions- och tillämpningsfrågorna kan användas under eller efter berättelserna.

2. Dela in klassen i två till fyra lag, beroende på klassens storlek. Låt varje lag turas om med att göra en pantomim på den del av berättelserna som de tycker mest om, medan de andra lagen gissar vad pantomimen föreställer.
 3. Lär er fjärde trosartikeln utantill.
 4. Sjung eller läs orden till "Tro" (*Barnens sångbok*, s 50).
 5. Be barnen läsa några av följande skriftställen tyst och markera dem som har en speciell betydelse för dem själva:
 - Mosiah 23:7, 15, 21–22
 - Mosiah 24:12–16, 21–22
 - Mosiah 25:10, 15–16, 22–24
-

Avslutning

Vittnesbörd	Uttryck din tacksamhet för och ditt vittnesbörd om Herrens välsignelser till dig i motgångens stund.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Mosiah 21:6–16 och 24:10–15 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Alma den yngre och Mosiahs söner omvänder sig

Lektion
14

Ändamål

Att lära barnen att omvändelse krävs för att få lycka här på jorden och evigt liv.

Förberedelse

1. Studera under bön Mosiah 27; 28:1–9 och Alma 36:11–24. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Ryggsäck eller väska och fyra eller fem tunga föremål såsom böcker, stenar eller tegelstenar. Sätt upp en lapp med en synd på varje föremål, såsom ljuga, håna andra, röka och så vidare.
 - c. Bild 4-26, En ängel visar sig för Alma och Mosiahs söner.
-

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Ta med dig en ryggsäck eller väska fylld med flera tunga föremål till klassen. (Du kanske vet vad barn i denna ålder speciellt frestas av. Skriv då detta på etiketterna.) Låt barnen turas om att hålla den tunga väskan. Låt sedan ett barn i taget ta fram föremålen.

Då alla "synderna" är borta, blir barnens tunga "börda" lätt. (Du kanske vill låta föremålen ligga framme under lektionen, så att du kan hänvisa till dem.) Jämför den tunga väskans och den lätta väskans vikt. Jesus sade till oss, att om vi kommer till honom genom tro, omvändelse och dop, ska våra bördor lättas. Omvändelse betyder att vi är ledsna för att vi begått en synd, vi gör det inte igen utan försöker sedan leva mer likt Frälsaren. I denna lektion får barnen lära sig hur Alma den yngre och Mosiahs söner upptäckte syndens börda och den glädje som kommer då den bördan lyfts av genom tro på Jesus Kristus och omvändelse.

Berättelse ur skrifterna

Använd bilden vid lämpligt tillfälle. Berätta om den mäktiga förändring som ägde rum inom Alma den yngre och Mosiahs söner enligt uppteckningen i Mosiah 27 och 28:1–9 (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Hjälプ barnen förstå att denna lektion handlar om Alma den yngre (hans far, Alma den äldre, var den Alma som blev omvänd genom Abinadis predikan). Diskutera omvändelseprocessen som Alma den yngre gick igenom, och som är samma process som vi måste gå igenom då vi omvänder oss (se Alma 36:16–21):

1. Erkänna synden.
2. Bekänna synden och be om förlåtelse.
3. Göra vårt bästa att gottgöra det felaktiga.
4. Överge synden.
5. Lyda buden och leva mer likt Frälsaren.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad gjorde de icke troende med kyrkans medlemmar? Vad innebär det att bli förföljd? Varför tror ni att dessa människor förföljde kyrkans medlemmar? (Mosiah 27:1, 8–10.) På vilka sätt kan kyrkans medlemmar bli förföljda idag?
- Vilka bad för Alma den yngre och Mosiahs söner? Vad bad de om? (Mosiah 27:14.) Vad tror ni att era föräldrar ber om, när de ber för er?
- Hur måste vi be för att få svar? (Mosiah 27:14.) Be klassdeltagare att berätta om när de fått svar på sina böner. Du kan också själv berätta en sådan erfarenhet.
- Hur upplevde Alma och hans fyra vänner vår himmelske Faders makt? (Mosiah 27:11, 15, 18.)
- Vad hände med Alma tack vare denna andliga upplevelse? (Mosiah 27:19.) På vilket sätt var detta en stor välsignelse i Almas liv?
- Vad gjorde Alma den äldre, när han hörde vad som hände med hans son? (Mosiah 27:20–23.) Varför vill våra föräldrar att vi ska lyda vår himmelske Faders bud?
- Hur kände sig Alma, när ängeln hade talat till honom? (Alma 36:11–17.) Varför är det viktigt att vi känner oss ledsna över våra synder?
- Hur fick Alma hjälp att omvända sig genom sin kunskap om Jesu Kristi försoning? (Alma 36:17–18.) Vad gjorde Alma när han kom ihåg Frälsaren? (Alma 36:18.) Varför är det viktigt att vi bekänner våra synder och ber om förlåtelse, när vi omvänder oss?
- Hur försökte Alma gottgöra det felaktiga som han hade gjort? (Alma 36:24.) Varför är det viktigt att vi som en del av omvändelsen ändrar oss och försöker gottgöra det vi gjort fel?
- När Alma den yngre och Mosiahs söner hade omvänt sig och lämnat sina onda vägar, vad ville de då göra för att hjälpa andra? (Mosiah 27:32, 35; 28:1.) Hur kan vi vara goda exempel bland våra släktingar och vänner?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Använd en bild på en baby eller be någon med ett litet barn att ta med sig sitt barn till klassen. Jämför ett litet barns renhet med en omvänd persons renhet.
2. Inbjud en nyomvänd att berätta om hur omvändelsen och dopet påverkat hans eller hennes liv och lycka.

3. Använd en flaska med rent vatten som en symbol för en person som är fri från synd. Droppa lite livsmedelsfärg i vattnet och framhåll hur färgen sprider sig i vattnet. Jämför detta med synden. Tillsätt sedan några droppar flytande blekmedel, som tar bort färgen. Jämför detta med hur omvändelsen renar oss från synden. (Du kanske vill pröva detta experiment i förväg för att veta hur mycket livsmedelsfärg och blekmedel som behövs.)
4. Sjung eller läs orden till "Lär oss, o Fader" (*Barnens sångbok*, s 52).

Avslutning

Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om att våra bördor av synd kan lättas, och vi kan få förlåtelse och glädjens fullhet, bara genom omvändelse och Jesu Kristi försoning.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Mosiah 27:10–24 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Almas och Amuleks mission till Ammonihah

Ändamål

Att lära barnen vikten av att trofast lyda vår himmelske Faders bud.

Förberedelse

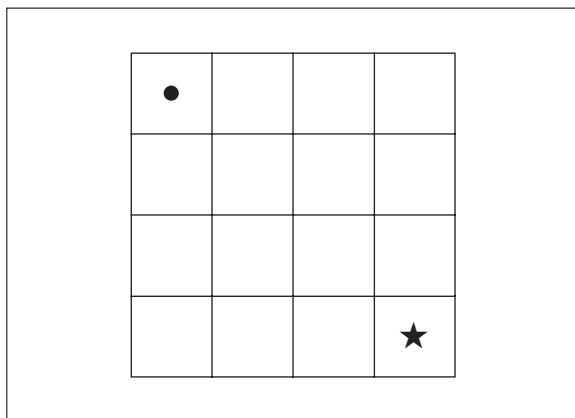
1. Studera under bön Alma 8:8–9:34 samt 11:21–12:19. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Alma 10.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-27, Alma undervisar Ammonihahs folk.

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Rita följande på skrivtavlan:



Låt ett barn sätta kritan eller tavelpennan på punkten och rita en linje enligt följande instruktioner:

1. Gå tre rutor åt höger.
2. Gå två rutor neråt.
3. Gå en ruta åt vänster.
4. Gå en ruta uppåt.
5. Gå två rutor åt vänster.
6. Gå en ruta neråt.
7. Gå en ruta åt höger.
8. Gå en ruta neråt.
9. Gå två rutor åt höger.

- Om (barnets namn) inte hade följt mina instruktioner, hade han då hamnat på stjärnan?

Tacka barnet för att han eller hon lydigt följde alla instruktionerna. Tala om för barnen att i denna lektion ska de få lära sig mer om två missionärer som var lydiga i allt de blev ombedda att göra.

Berättelse ur skrifterna

Berätta om Alma och Amulek och deras mission till Ammonihah ur Alma 8:8–9:34 och 11:21–12:19. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilden vid lämpligt tillfälle.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför ville inte folket i Ammonihah lyssna till Alma? (Alma 8:9.) Vad försökte Alma göra för att mjuka upp folkets hjärtan? (Alma 8:10.)
- Vad tror ni att ni skulle ha gjort, om ni fick uppleva samma sak som Alma, då han först gick till Ammonihah? (Alma 8:13–14.) Varför sade ängeln till Alma att han skulle glädjas? (Alma 8:15.) Hur känner ni er när ni har lytt vår himmelske Faders bud?
- När hade denna ängel första gången sänts med ett budskap till Alma? (Peka på fotnoten sist i Alma 8:15 och låt sedan någon läsa Mosiah 27:11–16.) Gå kortfattat igenom hur Alma hade omvänt sig och blivit en lydig tjänare till vår himmelske Fader (se lektion 14).
- Vad kan vi lära oss av Almas reaktion inför ängelns befallning? (Alma 8:18.)
- Varför var Amulek så villig att hjälpa Alma? (Alma 8:20.) Vad fick Alma och Amulek befallning att göra? (Alma 8:29.)
- Hur hjälpte vår himmelske Fader Alma och Amulek att bemöta de ogudaktiga människorna i Ammonihah? (Alma 8:30–32.) Vad kan vi göra för att förtjäna vår himmelske Faders hjälp i svåra situationer?
- Vad profeterade Alma skulle hända med folket i Ammonihah, om de inte omvände sig och lydde Herrens bud? (Alma 9:18.)
- Vad profeterade Alma och Amulek om Jesus Kristus? (Alma 9:26–28.)
- Vad betyder att fasta? Varför fastade Alma för folket i Ammonihah? (Alma 10:7.) Hur kan fastan vara till välsignelse för er?
- Hur försökte Zeezrom fresta Amulek? (Alma 11:22.) Hur reagerade Amulek på denna frestelse? (Alma 11:23–25.) Har någon försökt lura eller fresta er att göra något fel? Hur kan ni stå emot sådana frestelser?
- Hur blev Zeezrom välsignad tack vare Almas och Amuleks lydnad? Vad fick Zeezrom att omvända sig? (Alma 12:7–8.) Hur kan du hjälpa andra att få ett vittnesbörd genom att själv bära ditt vittnesbörd? Vad lärde Alma Zeezrom om hur Gud kommer att döma oss? (Alma 12:12–15.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Inbjud en återvänd missionär att besöka klassen och berätta om hur viktigt det var för honom eller henne att lyda missionsreglerna och Jesu Kristi lärdomar. Förklara att missionärerna varje morgon stärker sig genom studier i skrifterna och bön, innan de går ut och förkunnar Jesu Kristi evangelium. Lär barnen att lydnad mot buden hjälper dem att få tro, mod och beskydd från Satan.
2. Ta med dig lite rekvisita, så att ett barn kan klä sig som Alma. Låt några barn göra ett rollspel av Almas mission i Ammonihah. Ge barnet som spelar Alma ett kort med följande budskap på: "Jag är Alma. Jag har kommit för att undervisa er om vår Frälsare, Jesus Kristus, och hur man lyder hans bud. Får jag komma in?" Ge andra barn kort med följande text:

Vi är inte längre medlemmar i kyrkan, Alma. Vi tror inte på någonting du säger. Du får inte komma in, Alma. Lämna vårt hus och vår stad.
Kom in. Jag vill lyssna till ditt budskap.
Nej! Vi kommer ihåg hur upprorisk du var, Alma. Vi lyssnar inte till en hycklare.

Tala om det mod som missionärerna måste ha och hur tron på Jesus Kristus och lydnaden till hans bud ger oss mod.
3. Be ett barn spela Amulek. Be att annat barn spela Zeezrom och låtsas att han har sex onti silver i handen. Ge detta barn ett kort med följande text på: "Se, här är sex onti silver, och alla dessa vill jag giva dig om du vill förneka ett Högsta Väsens tillvaro."

Stoppa rollspelet och fråga barnen hur de tycker att Amulek borde reagera på denna muta. Poängtera Amuleks mod, då han gjorde det som var rätt. Tala om det slags mod som vår himmelske Fader och Jesus Kristus vill att vi ska ha för att vara lydiga.
4. Fråga barnen vilka av Guds bud de har lytt eller kommer att lyda idag, till exempel hålla bön, komma till kyrkan, sjunga, bära vittnesbörd, ta sakramentet, tänka på Jesus Kristus under sakramentet, kärleksfullt tjäna andra och betala tionde. Uppmuntra barnen att vara medvetna om sina handlingar, sina ord och tankar under den kommande veckan och att modigt lyda vår himmelske Faders bud.
5. Sjung eller läs orden till "Gör alltid rätt" (*Barnens sångbok*, s 80), "Var sann, som Guds profet har sagt" (*Barnens sångbok*, s 81) eller "Välj det rätta" (*Barnens sångbok*, s 82).

Avslutning

Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om att vår himmelske Fader vill att vi ska lyda hans bud, så att vi kan vara värdiga att ha hans Ande, som ska vara med oss och hjälpa oss att återvända till honom.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 8:14–20 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Alma och Amulek i fängelse

Lektion 16

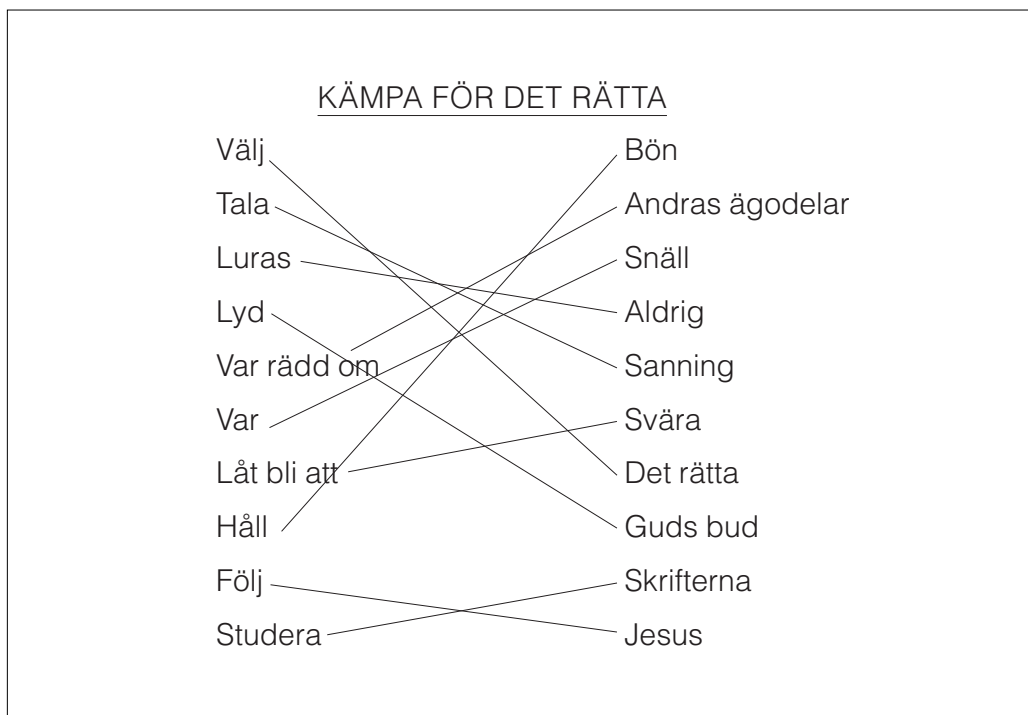
Ändamål	Att hjälpa barnen utveckla tro på Jesus Kristus, så att de kämpar för det rätta.
Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön Alma 14:1–16:10. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Tilläggläsning: Alma 60:13.3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.4. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. Paraply.c. Bild 4-28, Alma och Amulek i Ammonihah, och 4-29, Alma och Amulek går ut ur det raserade fängelset.
Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	Visa barnen ett paraply (eller låtsas att du har ett paraply) och en Mormons bok. Fråga på vilket sätt de två föremålen är lika. Hjälプ barnen att förstå att ett paraply inte skyddar oss från regn, om vi inte öppnar det och står under det. På samma sätt kan Mormons bok inte öka vår tro på Jesus Kristus, om vi inte öppnar den, studerar den under bön och efterlever lärdomarna i den. Be att barnen öppnar sin egen Mormons bok för att få veta hur två missionärer hade tillräckligt stor tro för att väggarna i ett fängelse skulle falla till marken.
Berättelse ur skrifterna	Berätta om Alma och Amulek i fängelse från Alma 14:1–16:10. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna. <ul style="list-style-type: none">• Repetera kortfattat berättelsen om Zeezrom från senaste lektionen. Hur kände sig Zeezrom då han insåg, att han hade förblindat människornas sinnen? (Alma 14:6.)• Hur visade Zeezrom att han var ledsen över sina synder? (Alma 14:7.) Hur behandlade folket honom? Varför förföljer ibland människor dem som tror på vår himmelske Fader?• Vad gjorde Ammonihahs folk med Zeezrom och med dem som trodde på Alma och Amulek? (Alma 14:7, 9.) Hur skulle ni känna er om detta hände er?

- Vad sade den Helige Anden till Alma, då han och Amulek sörjande såg hur skrifterna och de oskyldiga hustrurna och barnen brann? (Alma 14:11.) Varför lät inte vår himmelske Fader Alma rädda människorna undan elden?
- Vad händer med rättfärdiga människor som dör, då de försvarar sanningen? (Alma 60:13.) Hjälp barnen att förstå att rättfärdiga människor ibland har dött för att de försvarat sanningen.
- Varför tror ni att Alma och Amulek kunde uthärda de hemska förföljelserna? Vad kan ni göra för att försöka få samma tro på Jesus Kristus som Alma och Amulek hade? På vilket sätt krävs det mod för att kämpa för det rätta?
- Vad fick Alma och Amulek kraft att göra medan de satt i fängelse? (Alma 14:25–28.) Vem gav dem denna kraft? Varför tror ni att människorna i staden sprang sin väg från Alma och Amulek? (Alma 14:29.)
- Varför låg Zeezrom sjuk med brännande feber? (Alma 15:3.) Vad gjorde det möjligt för Zeezrom att bli botad, både fysiskt och andligt? (Alma 15:6–8.) Hur har ni känt er när ni gjort något som var fel? Hur har ni känt er när ni omvänt er? (Var noga med att inte ta upp sådant som kan genera barnen.)
- Vad gjorde Zeezrom sedan han blivit botad och döpt? (Alma 15:12.) Vad gör ni just nu för att berätta för andra om evangeliet? Hur kan ni förbereda er för att gå på mission? Vad hände med Amulek på grund av att han var missionär? (Alma 15:16.) Vilka uppoffringar gör missionärerna idag för att gå på mission?
- Vad profeterade Alma skulle hända med folket i Ammonihah, om de inte ville omvända sig? (Alma 9:18.) Hur uppfylldes denna profetia? (Alma 15:15; 16:2–3, 9–10.)
- Vad har ni lärt er av berättelsen om Alma och Amulek, som kan hjälpa er att tro på Jesus Kristus och försvara det rätta?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör en kopia till varje barn av kortet "Kämpa för det rätta" i slutet av lektionen. Låt barnen dra linjer som binder ihop orden till vänster med ett ord till höger, så att det blir ett uttalande som det krävs mod att göra. Be barnen ställa sig upp när de är färdiga. När alla står upp, ber du dem sätta sig och välja ett uttalande som de är villiga att hålla fast vid. Ge varje barn tillfälle att gå längst fram i klassrummet och säga sitt mål högt, medan de öppnar paraplyet och står under det. Till exempel: "Jag lovar att aldrig luras!" (Flera barn får gärna välja samma mål.) Förklara att paraplyet föreställer Jesu Kristi lärdomar, som skyddar oss från Satan om vi följer dem.



2. Gör tillsammans med barnen en förteckning på skrivtavlan över sådant som barn kan göra för att få starkare tro på Jesus Kristus. Be varje barn att välja ut en handling från förteckningen som han eller hon ska göra under den kommande veckan. Låt barnen blunda och föreställa sig att de når sina mål. Uppmana barnen att nästa vecka berätta om hur det gick.
3. Läs fjärde trosartikeln och be barnen beskriva hur Zeezrom gick igenom alla de angivna stegen.
4. Sjung eller läs orden till "Var sann, som Guds profet har sagt" (*Barnens sångbok*, s 81). Låt barnen stå upp när de sjunger de sista takterna, "gör rätt, var sann, och lev utan svek."

Avslutning

Vittnesbörd

Vittna om att vår tro på Jesus Kristus växer, och vi får mod att försvara det rätta, då vi lyder Guds bud liksom Alma och Amulek gjorde.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Alma 14:23–29 och 15:1–13 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

KÄMPA FÖR DET RÄTTA

KÄMPA FÖR DET RÄTTA

Välj	Bön	Välj	Bön
Tala	Andras ägodelar	Tala	Andras ägodelar
Luras	Snäll	Luras	Snäll
Lyd	Aldrig	Lyd	Aldrig
Var rädd om	Sanning	Var rädd om	Sanning
Var	Svåra	Var	Svåra
Låt bli att	Det rätta	Låt bli att	Det rätta
Håll	Guds bud	Håll	Guds bud
Följ	Skrifterna	Följ	Skrifterna
Studera	Jesus	Studera	Jesus

Ändamål Att uppmuntra varje barn att dela med sig av evangeliet genom att vara ett gott exempel och vittna om Jesus Kristus.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 17–19. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-30, Ammon försvarar kung Lamoni's hjordar (Evangeliet i bild 310; 62535).

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

Låt ett barn låtsas att han eller hon inte är medlem i kyrkan. Låt två barn åt gången vara missionärer. (Du kan göra namnbrickor om du vill.) Låt varje missionär svara på en eller två av undersökarens frågor, som kan lyda ungefär så här:

Hur vet ni att vår himmelske Fader lever?
Hurdan är vår himmelske Fader?
Vem är Jesus Kristus?
Vad gjorde Jesus Kristus för oss?
Vem är den Helige Anden?
Hur hjälper den Helige Anden oss?

Fråga barnen hur det känns när de berättar för någon om vår himmelske Fader, Jesus Kristus och den Helige Anden. Hjälプ barnen inse att de delade med sig av sitt vittnesbörd när de förklarade vad de kände till om vår himmelske Fader, Jesus Kristus och den Helige Anden.

Tilläggsaktivitet 1 kan användas som alternativ uppmärksamhetsaktivitet.

Förklara att denna lektion handlar om en stor missionär, som hade ett starkt vittnesbörd.

Berättelse ur
skrifterna

Med hjälp av bilderna vid lämpliga tillfällen berättar du för barnen om Ammon och kung Lamoni ur Alma 17–19. Förklara att Ammon bar vittnesbörd för kung Lamoni om sin kunskap om vår himmelske Fader. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad innebär det att vara ett "medel i Guds händer"? (Alma 17:9.) Förklara att medel här betyder detsamma som redskap eller verktyg. Hur förberedde sig Mosiahs söner för sin mission, när de hade omvänt sig? (Alma 17:2–3.) Vad gör ni just nu för att berätta om evangeliet för andra? Vad kan ni göra för att förbereda er för att bli trofasta missionärer?
- Varför ville Mosiahs söner gå på mission till lamaniterna? (Alma 17:16.) Varför är det viktigt att alla vår himmelske Faders barn får höra och förstå Jesu Kristi evangelium?
- Vad hoppades Ammon på, när han stred mot de onda lamaniterna? (Alma 17:29.)
- Vad lovade Herren Mosiah beträffande hans söner? (Alma 17:35.) Hur uppfyllde Herren sitt löfte vid denna tidpunkt? (Alma 19:22–23.)
- Hur påverkades kung Lamoni av Ammons exempel? (Alma 18:9–11.) Vem har varit ett gott exempel för er? Vilka kan ni vara goda exempel för?
- Hur påverkades kung Lamoni av Ammons vittnesbörd och Herrens ande? (Alma 18:40–43.) Hur har andras vittnesbörd hjälpt er? På vilka sätt kan ni bära vittnesbörd för andra?
- Hur visade drottningen och hennes tjänare Abish sin stora tro? (Alma 19:8–12, 17.)
- Vad vittnade både kung Lamoni och drottningen om? (Alma 19:12–13, 29–30.) Hur tror ni kung Lamoni kände sig, när han hade sett Jesus Kristus? (Alma 19:12–13.)
- Varför är det viktigt att vi hjälper andra att få kunskap om Jesus Kristus, liksom Ammon och kung Lamoni gjorde?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Visa barnen några redskap eller verktyg som används av byggnadsarbetare, läkare, trädgårdsmästare, målare och så vidare. Be att barnen berättar vad de vet om dessa verktyg, vem som använder dem och hur de används.

Samtala om hur viktigt det är med verktyg. Förklara hur vart och ett av barnen kan bli ett redskap i Guds händer.
2. Ge alla barnen papper och penna och låt dem skriva ner sitt vittnesbörd eller sina känslor för kyrkan och Jesu Kristi evangelium. De kan skriva ner de tankar och känslor som gör att de känner sig nära vår himmelske Fader. Låt dem tänka efter vem de kan bära vittnesbörd för.
3. Låt barnen göra följande kort, som de kan ta med sig hem:

Jag kan vara missionär nu genom att _____. (Be dem fylla i tomrummet.)

4. Sjung eller läs orden till "Vår Herre vill ha kämpar" (*Barnens sångbok*, s 85), "Jag skulle vilja vara missionär" (*Barnens sångbok*, s 90) eller "Mormons boks berättelser" (*Barnens sångbok*, s 62).
-

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att Herren välsignar oss då vi vittnar om honom och hans evangelium. Vi kan dela med oss av evangeliet till andra genom vårt exempel, då vi efterlever Jesu Kristi evangelium.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 17:19–25, 18:8–40 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att hjälpa varje barn förstå att vi kan få förlåtelse för våra synder genom återlösningensplanen.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 20:1–22:26 och 23:1, 4–5. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Gör i ordning följande åtta ordremsor (eller också kan du skriva orden på skrivtavlan):
 - Skapelsen
 - Adam och Eva – Fallet
 - Synden
 - Den fysiska döden
 - Jesus Kristus – Försoningen
 - Uppståndelsen
 - Omvändelse
 - Återlösningensplanen
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572); 4-31, Ammon och Lamoni träffar Lamonis far, samt 4-32, Aron läser skrifterna för Lamonis far.
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Be barnen tänka efter hur de kände sig då de drömde en mardröm. Be något eller några barn berätta hur de kände sig. Be dem sedan tänka efter vilken lättnad det var att vakna och inse att det bara var en dröm och inte verklighet.

Förklara att olydnad mot vår himmelske Faders bud skapar olycka, smärta och sorg. De som känner sig skyldiga på grund av sin olydnad kanske önskar att de kunde "vakna" och finna att deras synder var borta. Förlåtelse för synden är inte så enkelt, men vår himmelske Fader har berett en utväg för oss att få förlåtelse för våra synder.

Visa följande fyra ordremsor: "Skapelsen", "Adam och Eva – Fallet", "Synden" och "Den fysiska döden". Förklara kortfattat (omkring två minuter) att innan jorden skapades levde vi alla som vår himmelske Faders andebarn. Jesus Kristus skapade denna värld och allt som finns i den under vår himmelske Faders ledning. Adam och Eva sattes i Edens lustgård, där de valde att äta av den frukt som vår himmelske Fader hade förbjudit dem att äta av. Adams och Evas olydnad, då de åt av frukten,

kallas "fallet". Förklara att vi är tacksamma till Adam och Eva för att de gjorde det möjligt för oss att födas till jorden. Fallet var nödvändigt, men det hade två allvarliga följder för oss alla:

Vi skulle alla synda och göra dåliga val mellan gott och ont.
Vi skulle alla dö den fysiska döden.

Förklara att vår himmelske Fader redan innan jorden skapades hade en plan, som kunde återlösa, eller frälsa, oss om vi omvände oss. (Alma 12:22–25.) Förklara att barnen under denna lektion ska få veta mer om en lamanitkung som insåg att han hade begått allvarliga synder, och hur han fick förlåtelse för sina synder.

Berättelse ur
skrifterna

Berätta om när kung Lamoni far omvände sig enligt Alma 20:1–22:26. Berätta också om vad kung Lamoni far fick veta om återlösningensplanen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och
tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför gick kung Lamoni med Ammon till Middonis land? (Alma 20:1–5.) Förklara att Aron var en av Ammons missionärsbröder som satt i fångelse.
- Hur vet vi att Lamoni far inte var beredd att ta emot evangeliet, när han första gången träffade Ammon? (Alma 20:10, 13–14.)
- Vad var det som hjälpte till att mjuka upp Lamoni fars hjärta, så att han senare skulle ta emot evangeliets budskap? (Alma 20:26–27.) Vad tycker ni om människor som visar er kärlek? Hur kan ni visa kärlek till andra?
- Hur visste Aron att han skulle besöka Lamoni far? (Alma 22:1.)
- Vad var Lamoni far orolig för? (Alma 22:4–6.)
- Varför tror ni att Lamoni far blev intresserad av evangeliet då Ammon sade: "Om I viljen omvända eder, skolen I bliva frälsta, men om I icke viljen omvända eder, skolen I bliva förkastade på den yttersta dagen"? (Alma 22:6.)
- Vad använde Aron sig av då han undervisade kung Lamoni far? (Alma 22:12.) Hur kan vi få hjälp genom att läsa skrifterna?
- Vad var det första som Aron diskuterade med Lamoni far? (Alma 22:7–8.) Varför är det så viktigt att tro på vår himmelske Fader?
- Vad lärde Aron Lamoni far om skapelsen? (Alma 22:10.)
- I vems avbild skapades vi? (Alma 22:12.) Varför är det viktigt att ni känner till att ni skapades till vår himmelske Faders avbild?
- Vad lärde Aron Lamoni far om fallet och försoningen? (Alma 22:12–14.)

Hjälp barnen förstå att genom att lida för våra synder, ge sitt liv för oss och uppstå, övervann Jesus Kristus fallets följder. Sätt upp ordremsan "Jesus Kristus – Försoningen" över ordremsan "Adam och Eva – Fallet".

Tack vare Jesu uppståndelse kommer vi alla att uppstå. Sätt upp ordremsan "Uppståndelse" över ordremsan "Den fysiska döden".

Jesus led för våra synder och gjorde det möjligt för oss att omvända oss och få förlåtelse. Sätt upp ordremsan "Omvändelse" över ordremsan "Synden".

Sätt upp ordremsan "Återlösningsplanen" ovanför de andra ordremsorna, och förklara att detta är vår himmelske Faders plan för att hjälpa oss bli lika honom.

- Vad ville Lamonis far veta, sedan Aron hade förklarat återlösningsplanen? (Alma 22:15.)
- Vad sade Aron till Lamonis far att han skulle göra? (Alma 22:16.) Vad måste vi göra för att få förlåtelse för våra synder och bli värdiga att få evigt liv?
- Vad gjorde Lamonis far som visade att han ville omvända sig? (Alma 22:17–18.) Vad hände till följd av kungens omvändelse? (Alma 22:22–23, 25–26; 23:1, 4–5.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Uppmana barnen att i sina egna skrifter markera verser som de har läst och som de tycker är särskilt viktiga, till exempel följande verser:

"Om I viljen omvända eder, skolen I bliva frälsta, men om I icke viljen omvända eder, skolen I bliva förkastade på den yttersta dagen" (Alma 22:6).

"Jag vill avstå från alla mina synder, på det jag må känna dig" (Alma 22:18).

2. Gå igenom andra och tredje trosartikeln och hjälp barnen att förstå dem och lära sig dem utantill.
3. Rita en stor fyrkant på skrivtavlan eller på ett papper och dela in den i nio lika stora rutor. Numrera rutorna från ett till nio enligt nedanstående:

1	2	3
4	5	6
7	8	9

Dela in klassen i två lag. Ge varje lag en bokstavsmarkering, till exempel X och O. Be någon i det första laget att välja ett nummer från ett till nio. Läs sedan motsvarande fråga nedan. Vem som helst i laget kan besvara frågan. Om lagdeltagaren svarar rätt på frågan, kan de skriva sitt bokstavsmärke i rutan med samma nummer som den besvarade frågan. Om de inte svarar rätt på frågan, lämnas rutan tom. Låt de två lagen turas om. Spelet är slut då något av lagen får tre markeringar i rad, horisontellt, vertikalt eller diagonalt.

- 1) Vad kallas vår himmelske Faders stora plan för oss? (Frälsningsplanen, återlösningsplanen eller lycksalighetsplanen.)
- 2) Vad betyder ordet *återlösa*? (Frälsa oss från syndens trälldom.)

- 3) Vem skapade jorden? (Jesus Kristus under vår himmelske Faders ledning.)
- 4) Vilka var de första människorna på jorden? (Adam och Eva.)
- 5) Vad hände på grund av att Adam och Eva åt av den förbjudna frukten? (De fördrevs ur Edens lustgård, de kunde få barn, de blev dödliga och kunde välja mellan rätt och fel [se Moses 5:11].)
- 6) Aron undervisade kungen från skrifterna eller mässingsplåtarna. Ur vilka fyra skrifter undervisar vi om evangeliet, eller återlösningsplanen? (Bibeln, Mormons bok, Läran och förbunden och Den kostbara pärlan.)
- 7) Vad var det första som Aron lärde kung Lamonis far? (Det finns en Gud.)
- 8) Hur gjorde Jesus det möjligt för oss att få återvända och bo hos honom igen? (Han led och dog för våra synder.)
- 9) Vad måste vi göra för att kunna återvända till vår himmelske Fader? (Omvända oss från våra synder, hålla våra förbund, göra goda gärningar.)

Ställ frågor ur lektionen, om ni vill spela spelet igen.

4. Sjung eller läs orden till "Familjer kan vara tillsammans för evigt" (*Barnens sångbok*, s 98), "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20) eller "Jag är Guds lilla barn" (*Barnens sångbok*, s 2).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om att vår himmelske Fader älskar oss och har gett oss återlösningsplanen, så att vi kan omvända oss från våra synder och bli lika honom.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Alma 22:1–16 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Observera: Om du väljer att använda tilläggsaktivitet 1 i nästa veckas lektion, måste du dela ut uppgiften en eller två veckor i förväg.

Ändamål

Att stärka varje barns önskan att hålla heliga förbund.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 23–24; 26:23–33 samt 27. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: Alma 25:1–26:22.
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Till den alternativa uppmärksamhetsaktiviteten: en låda eller bunke med låga kanter, tillräckligt med salt eller sand till ett tunt lager på lådans botten, märkpenna eller krita och en sten.
 - c. Bild 4-33, "Anti-Nephi-Lehiterna gräver ner sina svärd" (Evangeliet i bild 311; 62565).
-

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Visa bilden på Anti-Nephi-Lehiterna som gräver ner sina svärd. Fråga barnen om de skulle vilja gräva ner sina vapen, om de visste att de riskerade att anfallas. Anti-Nephi-Lehis folk visste att deras fiender planerade att döda dem, men de hade ingått ett högtidligt förbund med vår himmelske Fader att de inte skulle strida. Förklara att ett förbund i evangeliet är en bindande överenskommelse eller ett löfte mellan vår himmelske Fader och hans barn. Be att barnen lyssnar medan du berättar om Anti-Nephi-Lehiterna, och att de försöker komma på varför de gjorde detta förbund och hur de höll sitt löfte.

Alternativ uppmärksamhets- aktivitet

Häll saltet eller sanden på lådans botten. Skriv med fingret ordet *Löfte* i saltet eller sanden. Ställ följande frågor till barnen:

- Har ni någonsin kommit överens med någon som bröt sin del av överenskommelsen? (Låt barnen berätta hur de kände sig, då den andra personen bröt sitt löfte, medan du försiktigt blåser på saltet eller sanden, så att ordet försvinner.)
- Vad kallar vi ett löfte som vi ger vår himmelske Fader? (Ett förbund.)
- När lovade vi vår himmelske Fader något? (När vi döptes.)

Påminn barnen om att vi inte bör ta lättvindigt på ett löfte. Betona vikten av att man håller sitt ord. Skriv ordet *Förbund* på stenen med en märkpenna eller krita. Förklara att ett förbund inom evangeliet är ett ömsesidigt löfte mellan vår himmelske Fader och hans barn. Blås på stenen för att visa att ordet inte går att ta bort så lätt. När vi ingår förbund bör vi komma ihåg att de är heliga, och vi bör vara fast beslutna att hålla dem.

Berättelse ur skrifterna	Berätta om hur Anti-Nephi-Lehiterna ärade sina förbund från Alma 23–24; 26:23–33 samt 27. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilden vid lämpligt tillfälle.
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vad hette Mosiahs fyra söner? (Alma 23:1.) • Varför ville Mosiahs söner predika evangeliet bland lamaniterna? (Mosiah 28:3.) Varför skrattade nephiterna i Zarahemla, när Mosiahs söner berättade för dem om sina planer? (Alma 26:23–25.) • Hur omvändes lamaniterna till Jesus Kristus? (Alma 23:5–6.) Hur många av dessa nyomvända förblev starka i sin tro på Jesus Kristus? Vad kan vi göra för att bevara vår tro på Jesus Kristus? • Varför bytte de omvända lamaniterna namn? (Alma 23:16–17.) När dessa omvända senare flyttade till Jershons land, vad blev de då kallade för? (Alma 27:26.) Vilket namn har ni ingått förbund att ta på er? (Mosiah 5:7–8.) • Varför var Anti-Nephi-Lehiterna så beslutsamma att aldrig mer strida mot sina fiender? (Alma 24:10–13, 16.) • Vilket förbund slöt Anti-Nephi-Lehiterna med Herren, när de grävde ner sina vapen? (Alma 24:17–18.) Hur beslutsamma var Anti-Nephi-Lehiterna att hålla dessa förbund? (Alma 24:19–22.) Vilka befallningar har vi ingått förbund att lyda? (Hålla visdomsordet, betala tionde, helga sabbatsdagen och ha rena tankar och handlingar.) • Vad hände med många av de lamanitiska krigarna, när de såg att Guds folk inte ville strida, utan lade sig ner för att dödas? (Alma 24:24–27.) Hur kan vårt föredöme hjälpa andra att vilja bli medlemmar i kyrkan? Hur kan vårt föredöme i att hålla våra förbund hjälpa andra att också vilja hålla sina förbund? • Vilken inställning mot sina fiender visade Anti-Nephi-Lehiterna genom att gräva ner sina vapen? (Alma 26:32–33.) Varför tror ni att människor som verkligen omvänt sig till Jesu Kristi evangelium hyser kärlek och omsorg om alla, också sina fiender? • Varför var Anti-Nephi-Lehiterna inte rädda för att dö? (Alma 27:28.) • Varför sade Anti-Nephi-Lehiternas kung att han och hans folk skulle vara slavar under nephiterna? (Alma 27:4–8.) • Vad kan vi göra för att ära våra förbund bättre, precis som Anti-Nephi-Lehiterna?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt en vuxen spela lamaniternas kung och berätta om varför hans folk inte vill ta till svärd och strida mot sina bröder. Gå igenom förbundet han ingick, då han grävde ner sitt svärd. (Se Alma 24:6–13, 16–18.)

2. Gå igenom trettonde trosartikeln. Fråga barnen om Ammons folk levde efter dessa principer. Fråga dem hur lydnad mot dessa principer hjälper oss att hålla våra förbund.
3. Sjung eller läs orden till "Jag vet han älskar mig" (*Barnens sångbok*, s 42) eller "Älska varandra" (*Barnens sångbok*, s 74).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att vi som medlemmar i Kristi kyrka har ingått heliga förbund. Vi måste ära våra förbund, om vi vill få de utlovade välsignelserna.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 24:6–27 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål Att hjälpa barnen förstå att de genom att följa Jesus Kristus kan undgå att bli lurade av Satan.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 30 och Moroni 7:15–17. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Papperslappar med positiva ord på samt tejp.
 - c. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572); 4-34, Alma vittnar inför Korihor att det finns en Gud; samt 4-35, Korihor skriver att han vet att det finns en Gud.

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Före lektionen skriver du positiva ord (till exempel det första ordet i varje ordpar nedan) på papperslappar och tejpar fast ett ord under varje barns stol. (Du kan istället ge barnen lapparna då de kommer in i klassrummet.) Uppmana barnen att leta rätt på orden under sina stolar. Be varje barn försöka komma på ett ord som betyder motsatsen till ordet på sitt papper. Låt varje barn säga motsatsen, medan resten av klassen försöker gissa vilket positivt ord som står på barnets papper.

Exempel på ord:

ljus/mörk	rätt/fel	glad/ledsen
liv/död	sant/osant	frisk/sjuk
god/ond	fred/krig	snäll/elak
kärlek/hat	sanning/lögn	glädje/sorg
framgång/misslyckande	ren/smutsig	soligt/mulet

När du har gått laget runt förklarar du att precis som varje ord i aktiviteten har en motsats, har Satan en förfalskning eller en motsatt lärdom till alla Jesu Kristi lärdomar. Att följa vår himmelske Fader ger oss lycka. Att följa Satan gör oss olyckliga. Be att barnen förklarar skillnaden mellan hur man känner sig när man ljuger respektive när man talar sanning.

Tala om för barnen att ju mer vi lär oss om någonting, desto bättre kan vi skilja mellan detta och dess motsats. Ju mer vi lär oss om och följer Jesus Kristus, desto bättre kan vi stå emot Satans frestelser och bedrägerier.

Förklara att barnen ska få lära sig om en motsats till Jesus Kristus – en antikrist. Alla eller allt som aktivt motsätter sig Jesus Kristus (öppet eller i hemlighet) är en antikrist.

Berättelse ur skrifterna

Berätta om Korihor ur Alma 30. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Du kan låta ett barn spela Alma och ett annat barn Korihor medan de läser frågorna och svaren i Alma 30:37–45. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför sade Korihor att folket var dåraktigt? (Alma 30:12–16.) Hur kan vi själva veta att Jesus Kristus lever? (Genom att få ett vittnesbörd om Jesus Kristus.) Hur kan vi få ett vittnesbörd? (Genom att studera skrifterna, be, lyssna till profeterna och så vidare.)
- Vad sade Korihor om nödvändigheten av Jesu Kristi försoning? (Alma 30:17.) Varför kan vi inte själva övervinna synden? Hur har Jesus Kristus gjort det möjligt för oss att övervinna våra synder?
- Vad gör intryck på er i Almas vittnesbörd om Kristus? (Alma 30:39–41.) Om ni hade varit Alma, vad skulle ni då ha sagt till Korihor om Jesus Kristus?
- När Korihor bad Alma om ett tecken, som skulle övertyga honom om att det fanns en Gud, vilka exempel gav Alma då honom? (Alma 30:44.) Vad ser ni runt omkring er varje dag som hjälper er att veta att vår himmelske Fader finns? Vilka upplevelser har ni haft som hjälper er att veta att vår himmelske Fader lever?
- Vilket tecken fick Korihor? (Alma 30:48–50.) Vad skrev Korihor om Gud och Satan, sedan han hade blivit stum? (Alma 30:52–53.)
- Hur stöder Satan dem som tjänar honom? (Alma 30:60.) Hur belönar vår himmelske Fader dem som tjänar honom? (Mosiah 2:41.) Be klassdeltagarna att berätta om när de har blivit välsignade på grund av att de höll Guds bud.
- Känner ni till något som påverkar människorna att vända sig mot Jesu Kristi lärdomar? Vad undviker ni för något på grund av att ni vet att det inte är kristuslikt? Vad är det som uppmuntrar eller övertalar er att tro på Kristus? (Moroni 7:15–17.)
- Hur kan ni bli beskyddade från att bli bedragna av Satan? (Genom att hålla Guds bud, lyssna till den Helige Anden, studera skrifterna och följa den levande profeten.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Ge barnen var sitt utdelningsblad, "Övertygar detta mig att tro på Jesus Kristus?", i slutet av lektionen. Förklara att *övertyga* betyder att få en person att tro eller göra något. Tala om för dem att detta är ett råd vi fått från profeten Moroni om hur vi ska kunna skilja mellan gott och ont (se Moroni 7:15–17). Se till att barnen förstår att om något övertygar dem att göra gott och tro på Kristus, så är det gott; om det inte gör det är det ont. Barnen kanske vill ta med sig papperet hem som en påminnelse.

2. Hjälp barnen att lära sig trettonde trosartikeln utantill och diskutera hur denna också är en vägledning för hur man väljer det rätta.
3. Sätt upp bilder på naturen som vittnar om att vår himmelske Fader lever. Du kan finna sådana bilder i möteshusets bibliotek: Skapelsen – levande varelser (62483), Världen (62196), Barn tittar på vårblommor (62270), Familj med litet barn (62307) och så vidare. Be barnen berätta vad de känner då de ser på dessa bilder och hur bilderna vittnar om Gud.
4. Läs och diskutera följande ord av president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president. Betona hur Mormons bok är ett mäktigt redskap till att undvika att bli bedragen:

”Det finns en kraft i [Mormons bok] 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” (*Nordstjärnan*, jan 1987, s 4).
5. Sjung eller läs orden till ”Min himmelske Fader älskar mig” (*Barnens sångbok*, s 16).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att vi inte blir bedragna om vi håller Guds bud, följer den Helige Andens maningar, studerar skrifterna och följer den levande profeten.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 30:12–18, 37–56, 60 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

**Övertygar detta mig att
tro på Jesus Kristus?**

se Moroni 7:15–17

**Övertygar detta mig att
tro på Jesus Kristus?**

se Moroni 7:15–17

**Övertygar detta mig att
tro på Jesus Kristus?**

se Moroni 7:15–17

**Övertygar detta mig att
tro på Jesus Kristus?**

se Moroni 7:15–17

**Övertygar detta mig att
tro på Jesus Kristus?**

se Moroni 7:15–17

Zoramiterna och Rameumptom

Lektion 21

Ändamål Att lära barnen dyrka vår himmelske Fader med ödmjukhet och uppriktighet.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 31; 34:1–30, 38–41 samt 35:1–9. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Två uppsättningar tallrikar, glas och bestick.
 - c. Bild 4-36, Zoramiterna och Rameumptom.

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Förbered en låtsasmiddag. Duka fram två tallrikar, två glas och två uppsättningar bestick, men ingen mat. Låtsas att du äter och kommentera entusiastiskt den goda maten. Be ett barn komma fram och äta med dig. Att äta från de tomma tallrikarna kan jämföras med tomheten i zoramiternas falska, oärliga gudsdyrkan, som beskrivs i denna lektion. Sådan tom gudsdyrkan ger oss inte mer till andlig näring än att inte äta ger oss fysisk styrka. I denna lektion får barnen lära sig lämpliga och uppriktiga sätt att tillbe Gud.

Berättelse ur skrifterna

Berätta om zoramiterna och deras felaktiga uppfattningar enligt Alma 31. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Använd bilden vid lämpligt tillfälle.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilka var zoramiterna? (Alma 31:1–3, 8.) På vilket sätt hade de avfallit från kyrkans lärdomar? (Alma 31:8–11.)
- Hur, när och var tillbad zoramiterna Gud? (Alma 31:13–18, 21–23.) Hur bör vi dyrka vår himmelske Fader och Jesus Kristus?
- Nämn något av det som zoramiterna trodde på, som var fel. (Alma 31:15–17, 20.) Varför är det viktigt att veta vilka vår himmelske Fader och Jesus Kristus verkligen är och hurdana de är?
- Hur vet vi att zoramiternas böner inte var uppriktiga? (Alma 31:23, 27.) Hur kan våra böner bli mer uppriktiga?

- Varför tyckte zoramiterna att de var bättre än andra? (Alma 31:24–25, 27–28.) På vilka sätt kan vi ibland känna oss bättre än andra? Varför är högmod en allvarlig synd? (Det för oss bort från Gud.)
- Hur kände sig Alma och de andra ledarna, när de såg människorna som hade avfallit från sanningen? (Alma 31:19, 24, 30–31.) Hur kan vi hjälpa dem som inte känner till sanningen? Hur kan vi hjälpa mindre aktiva medlemmar?
- Vad älskade zoramiterna i sitt hjärta? (Alma 31:28.) Vilka världsliga ting älskar vissa barn i er ålder i vår tid? Varför är det fel att fästa sig vid det som är världsligt?
- Vad bad Alma om för sig och för sina kamrater? (Alma 31:31–35.) Hur kan våra böner bli mer uppriktiga, då vi ber för konkreta saker? Hur har ni fått hjälp med ett problem genom att be?
- Vad vittnade Amulek om Jesus Kristus? (Alma 34:8.) Hur kunde zoramiterna få ett vittnesbörd om Jesus Kristus? (Alma 34:17.)
- Hur och när bör vi be? Vad bör vi be om? (Alma 34:18–27.) Hur kan vi dyrka vår himmelske Fader varje dag under veckan?
- Vad måste vi göra när vi har bett för att våra böner ska bli till hjälp för oss? (Alma 34:28.)
- Hur behandlade Ammons folk (Anti-Nephi-Lehiterna) de zoramiter som förenade sig med dem? (Alma 35:9.) Hur bör vi behandla en främling eller människor som är fattiga ibland oss? På vilket sätt visar vi kärlek till vår himmelske Fader genom att göra så? (Matteus 25:40; Mosiah 2:17.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv upp följande skriftställen på skrivtavlan. Be barnen passa ihop de verser som beskriver zoramiternas felaktiga trosuppfattningar med de verser som innehåller Almas och Amuleks rätta lärdomar:
 - Alma 31:16 (Zoramiterna trodde inte att någon Kristus skulle komma.)
 - Alma 31:20–23 (Alla zoramiterna bad på samma sätt och bad sedan inte till Herren mer under veckan.)
 - Alma 31:24 (Zoramiterna älskade rikedomar.)
 - Alma 34:8 (Amulek vittnar om Kristus.)
 - Alma 34:19–27 (Amulek förklarade att vi alltid bör be och för allting.)
 - Alma 34:28–29 (Amulek förklarade att vi bör ge till de fattiga av våra rikedomar.)
2. Fråga barnen hur de skulle känna sig, om man hånade dem. Diskutera på vilka olika sätt människor är stolta och högmodiga. Påminn barnen om att den stora och rymliga byggnaden i Lehis dröm föreställde världens stolthet. Förklara att ödmjukhet är motsatsen till stolthet. Låt varje barn skriva ner på ett papper ett sätt varpå de vill försöka bli mer ödmjuka.
3. Be att barnen läser och markerar följande verser, eller andra viktiga verser från lektionen (barnen kanske vill lära sig utantill en hel vers, eller en del av en vers, som är viktig för dem):

Alma 31:34–35

Alma 34:8

Alma 34:26–28

Alma 34:38

4. Sjung eller läs orden till "Barnets bön" (*Barnens sångbok*, s 6) eller "Han lever, Fader vår" (*Barnens sångbok*, s 8).

Avslutning

Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om att om vi ödmjukt och uppriktigt tillber vår himmelske Fader, så välsignar han oss, och vi får svar på våra böner.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 31:8–25 och 34:17–29 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att lära barnen att Guds ord växer i vårt hjärta till ett vittnesbörd om Jesus Kristus, då vi vårdar det med tro.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 32–33. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Studera de visuella hjälpmedlen i slutet av lektionen och bestäm hur du vill använda dem under lektionen. Du kan göra en kopia av varje illustration, föra över teckningarna på styvare papper eller vara beredd att göra illustrationerna på skrivtavlan.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Ett frö till varje barn, om möjligt.
 - c. Ett papper med kopia av de visuella hjälpmedlen i slutet av lektionen (frö, groende frö, ungt träd, träd, regn, sol, jord och gödsel).
-

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Ge alla barnen var sitt frö, visa en teckning av ett frö eller rita ett frö på skrivtavlan.

- Vad kan ett frö bli? (En växt eller ett träd, beroende på vilket slags frö det är.)
- Vad måste hända innan ett frö kan börja växa? (Visa bilden av det groende fröet eller rita ett på skrivtavlan.)
- Hur ser ett träd ut då det är ungt? (Visa bilden eller rita ett ungt träd på skrivtavlan.) Hur ser det ut när det har växt färdigt? (Visa bilden på ett träd eller rita ett på skrivtavlan.)
- Vad behöver ett frö för näring för att växa upp till en växt eller ett träd? (Förklara att *näring* är något som hjälper växter att växa eller håller dem levande och friska, till exempel vatten, gödsel, solsken och jord. Sätt upp bilderna på solen, regn, jord och gödsel nära bilden på fröet.)

Förklara för barnen att de under lektionen ska få veta hur de kan få ett starkare vittnesbörd. Du kan använda ordremsorna från tilläggsaktivitet 1 då du diskuterar varje princip i lektionen.

Berättelse ur skrifterna

Berätta ur Alma 32–33 om hur Alma undervisade zoramiterna. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Framhåll att precis som ett gott frö så småningom blir ett fruktbarande träd med riktig vård och med rätt näring, så utvecklas Guds ord till ett starkt vittnesbörd, då det planteras i vårt hjärta och får rätt näring.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

Förklara att barnen under förra lektionen fick lära sig mer om de rika och stolta zoramiterna.

- Varför var de fattiga zoramiterna ödmjuka? (Alma 32:2–3.) Vilka sorger kan göra människor ödmjuka nog att lyssna till evangeliet?
- Vad innebär det att vara "fattig i hjärtat"? (Ödmjuk, läraktig, ångerfull och fri från stolthet.)
- På vilket sätt var fattigdomen en välsignelse för dessa människor? (Alma 32:12–13.) Förklara att människor kan vara ödmjuka även om de inte upplever sorger eller fattigdom, men ibland blir rika människor stolta. Varför måste vi vara ödmjuka, när vi får undervisning om evangeliet?
- Vad är tro? (Alma 32:21.) Varför måste vi ha tro för att utveckla ett vittnesbörd om evangeliet? (Alma 32:26.) Förklara att det tar tid att få ett vittnesbörd. Att hålla Guds bud kan hjälpa oss få ett vittnesbörd om att de är sanna.
- Vad sade Alma att vi skulle göra för att utveckla tro? (Alma 32:27.) Vad kan vi göra för att få en starkare önskan att tro?
- Hur "undersöker" vi Guds ord genom att lyda hans bud? (Då vi undersöker, prövar vi något vi inte är säkra på. Då vi "undersöker", eller håller Guds bud, till exempel visdomsordet, får vi välsignelser för vår lydnad, och vårt vittnesbörd blir starkare.) Hur har er tro växt genom er lydnad mot buden?
- Hur kan vi plantera Guds ord i vårt hjärta, så att vårt vittnesbörd växer? (Genom att regelbundet studera skrifterna, lyssna under Primär, sakramentsmötet och hemaftnarna, be och alltid tillämpa evangeliets principer i vårt liv.)
- Hur vet vi när det goda fröet, eller ett vittnesbörd om evangeliet, börjar växa inom oss? (Alma 32:28, 34.) Be klassdeltagare bära sina vittnesbörd och berätta om hur de fick dem. Uppmuntra barnen att skaffa sig vittnesbörd och stärka dem. Försäkra dem om att om de har tro, kan de få starka vittnesbörd om evangeliet.
- Vad innebär det att vårda ett frö? (Förklara att *vårda* betyder att sköta om.) Vilka egenskaper sade Alma att vi måste ha för att vårda våra vittnesbörd om evangeliet? (Alma 32:41–42.) Varför tror ni att vi måste ha tålamod och flit för att utveckla tro och ett vittnesbörd?
- Hur kan studier i skrifterna stärka vår tro och vårt vittnesbörd? (Alma 33:14.)
- Vilken viktig lärdom bör vara en del av vårt vittnesbörd? (Alma 33:22.)
- Hur kan ett starkt vittnesbörd liknas vid ett träd? (Alma 33:23.) Hur kan ett vittnesbörd hjälpa er att få evigt liv? Du kanske vill berätta om hur ditt vittnesbörd har gjort dina problem lättare att hantera och skänkt dig glädje.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör följande ordremsor:

- Guds ord
- Vittnesbörd om Jesus Kristus
- Bön
- Studier i skrifterna
- Lydnad mot buden
- Tjänande

Då du lär barnen berättelsen ur skrifterna, förklarar du att i Alma 32 jämförs Guds ord med ett frö. Sätt upp ordremsan "Guds ord" på teckningen av fröet. (Förklara att i detta skriftställe betyder Guds ord evangeliet, eller Jesu Kristi lärdomar.) Precis som ett frö växer upp och blir ett träd, får vi ett starkt vittnesbörd om evangeliet, om vi lär oss och lyder Guds ord.

Sätt upp ordremsan "Vittnesbörd om Jesus Kristus" på bilden av trädet. Liksom ett frö kräver omvårdnad och näring för att växa upp till ett träd, kräver vårt vittnesbörd om evangeliet tro och omvårdnad för att bli starkt. Fråga barnen vad de kan göra för att stärka sitt vittnesbörd. Då de svarar sätter du upp ordremsorna "Bön", "Studier i skrifterna", "Lydnad mot buden" och "Tjänande" vid teckningen av sådant som ger ett träd näring.

2. Gör pussel av en del av orden från lektionen. Skriv orden på pappersslappar och klipp sönder papperslapparna. Använd till exempel orden *ödmjukhet*, *önskan*, *vårda*, *lydnad* och så vidare. Dela in klassen i lika många grupper som du har ord. När en grupp har satt ihop ordet, låter du ett barn från gruppen sammanfatta vad han eller hon lärt sig om detta ord under lektionen.
3. Skriv pappersslappar med en evangelieprincip på, såsom fasta, tionde eller visdomsordet. Nåla eller tejpa fast en pappersbit på ryggen på varje barn utan att barnet kan läsa på lappen. Låt barnen ställa frågor till de andra barnen för att försöka gissa vilken princip det är, eller låt den övriga klassen ge ledtrådar. När barnet gissat rätt, frågar du honom eller henne hur någon kan få ett vittnesbörd om denna princip. Svaret bör alltid innefatta bön och efterlevnad till principen.
4. Sjung eller läs orden till "Tro" (*Barnens sångbok*, s 50).

Avslutning

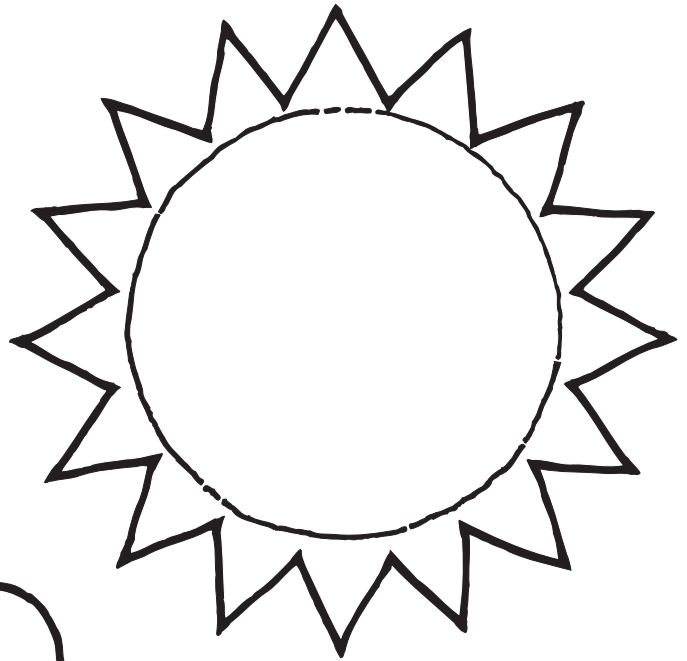
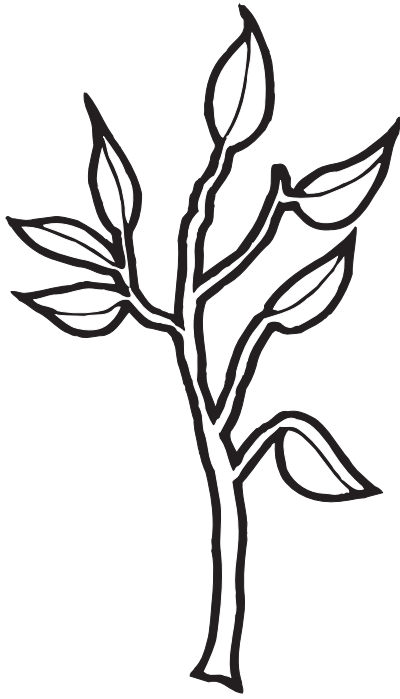
Vittnesbörd

Vittna om att om barnen lär sig Guds ord och lyder hans bud, medan de är unga, får de starka vittnesbörd om sanningen i Jesu Kristi evangelium. Berätta om din egen tro på Frälsaren och hans evangelium.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Alma 32:21–22, 26–28, 40–43 samt 33:14–23 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.



Alma ger sina söner Helaman och Shiblon råd

Ändamål

Att lära barnen att vi fick skrifterna som en källa till glädje i detta liv och som vägledning för oss, så att vi kan återvända till vår himmelske Fader och få evigt liv.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 37–38. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Gör en kopia av utdelningsbladet "Skrifterna" (i slutet av lektionen) till varje barn. (Valfritt)
 4. Skriv ordremsan "Evigt liv".
 5. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En liten bild på Jesus Kristus eller ordremsan "Jesus Kristus".
 - c. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572) och 4-15, Liahona (Evangeliet i bild 302; 62041).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Innan lektionen börjar gömmer du en liten bild på Jesus Kristus eller ordremsan "Jesus Kristus" någonstans i klassrummet. Visa ordremsan "Evigt liv". Förklara att vi som medlemmar i kyrkan vill finna glädje i detta liv, återvända till vår himmelske Fader och få evigt liv, vilket betyder att för evigt få leva tillsammans som familjer i Guds närhet. Hjälp barnen förstå att evigt liv är Guds största gåva till sina barn. Vår himmelske Fader vill att vi alla ska vara värdiga att få leva hos honom för evigt. Tala om för barnen att någonstans i rummet finns en liten bild gömd (eller ordremsa) på någon som vill hjälpa dem att få evigt liv. Ge barnen omkring en halv minut att leta efter bilden (eller ordremsan). Påminn dem om att vår himmelske Fader har gett oss något som vägledning till det eviga livet. Ge ledtrådar om det behövs.

När barnen letat rätt på den gömda bilden på Jesus (eller ordremsan) visar du dem den stora bilden på Kristus och dina skrifter. Förklara att vi har fått skrifterna som vägledning och hjälp att få kunskap om Jesus Kristus och bli lika honom, så att vi kan återvända till vår Fader i himmelen.

**Berättelse ur
skrifterna**

Använd de föreslagna bilderna och undervisa om Almas råd till sina söner Helaman och Shiblon i Alma 37–38. Framhåll Almas undervisning om skrifterna och hur de kan bli till vägledning i vårt liv. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Varför var det viktigt att profeterna i Mormons bok förde och bevarade mässingsplåtarna? (Alma 37:4, 8; se lektion 3.)
- Varför fick Lehi Liahona? Hur fungerade den? (1 Nephi 16:10, 28.)
- På vilket sätt liknar skrifterna Liahona? (Alma 37:44–45.) Hur kan skrifterna hjälpa oss att återvända till och få bo hos vår himmelske Fader?
- Vad lärde sig lamaniterna av skrifterna som fick dem att omvända sig? (Alma 37:9.)
- Vad bad Alma sin son Helaman att lära folket? (Alma 37:32–34.) Hur kan vi övervinna frestelser?
- Vad menade Alma när han gav Helaman rådet: "Lär visdom i din ungdom"? (Alma 37:35.) Varför är det så viktigt att efterleva evangeliet i vår ungdom?
- Vad lärde Alma Helaman om bönen? (Alma 37:36–37.) Hur och när bör vi be? Vad betyder orden "bliva upphöjd på den yttersta dagen"? Hjälpa barnen att förstå att detta handlar om den yttersta domen, då alla som lytt buden får komma till vår himmelske Faders närhet och leva hos honom för evigt.
- På vilka sätt hade Almas son Shiblon gett honom stor glädje? (Alma 38:2–4.) Hur har er lydnad mot Guds bud gett era föräldrar glädje?
- Vad är stolthet? (Alma 38:11. Att inte vara ödmjuk eller läraaktig. Stolta människor tror att de är mer betydelsefulla än andra. De följer sin egen vilja istället för vår himmelske Faders vilja.) Hur kommer vi närmare vår himmelske Fader genom att lära oss att medge och rätta till våra misstag? Vad menas med att "berömma sig"?
- Hur kunde Alma veta allt det som han lärde sin son? (Alma 38:6–8.) Vad måste vi göra för att den Helige Anden ska kunna undervisa och hjälpa oss, precis som han gjorde för Alma? Hur har den Helige Anden lärt eller hjälpt er att göra det rätta?
- Vad vittnade Alma om Jesus Kristus inför Shiblon? (Alma 38:9.) Hur kan vi använda skrifterna för att få hjälp att få ett liknande vittnesbörd? (Läsa och begrunda dem varje dag, söka Andens hjälp att förstå dem och tillämpa dem på våra egna erfarenheter och situationer.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Förklara att ett av skälen till att vi har fått skrifterna är att de ska hjälpa oss att övervinna och lösa våra problem. Ge var och en i klassen ett papper med fyra nedskrivna situationer. Be varje barn att samarbeta med den som sitter bredvid och försöka bedöma hur de skriftställen som finns angivna skulle kunna vara till hjälp i varje situation. De fyra situationerna nedan är bara exempel. Du kan använda andra som är mer aktuella för barnen i din klass. (Fler än ett skriftställe kan vara tillämpligt i varje situation.)

När Jan döptes, blev alla i hans familj arga på honom. När biskopen bad Jan att ta emot en kallelse som heltidsmissionär, hade Jan inte tillräckligt med pengar.

Stina har ett viktigt beslut att fatta, men trots att hon talar med många människor kan hon fortfarande inte bestämma sig för vad hon ska göra.

Helens vänner försöker ofta få henne att följa med och snatta i en butik. När hon vägrar, retas de med henne.

David har fått en uppgift i skolan som är svår att klara av i tid.

Alma 26:12; 1 Nephi 3:7; Alma 37:37; 1 Nephi 17:3

2. Skriv av följande ord ur Alma 37 på var sitt papper.

"Lär visdom i din ungdom, ja, lär i din ungdom att hålla Guds bud" (Alma 37:35).

"Rådför dig med Herren i allt vad du gör, så skall han leda dig till det som är gott" (Alma 37:37).

Klipp sönder skriftställena mellan varje ord. Lägg det första skriftstället i en skål och det andra i en annan och sätt dem framför klassen. Dela in klassen i två grupper. Ge varje grupp papper och penna. Låt en i taget från varje grupp gå fram till skålen, ta ett ord och ta med sig det tillbaka till gruppen. Nästa person gör samma sak och så vidare. Varje grupp sätter ihop orden i rätt ordning. Om barnen behöver hjälp, kan du ge dem hänvisningen ur Mormons bok. När gruppen har fått fram sina skriftställena, kan de skriva ner dem och lära sig dem utan till. Slutligen kan varje grupp läsa skriftstället högt tillsammans.

3. Läs Första Nephi 16:28 tillsammans med klassen: "Och det begav sig, att jag, Nephi, såg visarna som voro i kulan, och att de betjänade oss i förhållande till den tro, flit och uppmärksamhet, som vi ägnade den." Samtala om hur Liahona fungerade för Lehi och hans familj. Dela in klassen i tre grupper och ge varje grupp ett av de tre orden (*tro*, *flit* eller *uppmärksamhet*) med dess definition.

Tro: övertygelse om det som inte syns och som är sant.

Flit: hängivna ansträngningar att uträtta något.

Uppmärksamhet: vaksamhet, intresse.

Låt grupperna diskutera innebörden i sina ord och hur principen i fråga kan hjälpa dem att använda skrifterna som ledning för att komma tillbaka till vår himmelske Fader. Låt dem försöka komma på ett belysande exempel. Efter två eller tre minuter låter du varje grupp välja någon som förklarar för klassen hur principen kan hjälpa dem att använda skrifterna som en Liahona.

4. Inbjud en medlem i församlingen att komma till klassen och berätta om när skrifterna har gett honom eller henne vägledning och svar på bön.
5. Läs och diskutera åttonde trosartikeln. Betona hur skrifterna hjälper oss att återvända till vår Fader i himmelen. Du kanske vill använda planschen på åttonde trosartikeln (65008).
6. Sjung eller läs orden till "Sök, klappa och be" (*Barnens sångbok*, s 66), "Jag vill söka Herren" (*Barnens sångbok*, s 67) eller "När jag beder och studerar" (*Psalmer*, nr 161).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att dagliga skriftstudier kan hjälpa oss att lösa våra problem, övervinna frestelser och hålla oss kvar på den raka och trånga stigen tillbaka till vår himmelske Fader, där vi kan få evigt liv. Ge barnen var sitt utdelningsblad. Föreslå att de lägger bladet i skrifterna som ett bokmärke.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 37:33–47 och 38:1–12 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

SKRIFTERNA

*Min vägledning tillbaka till min Fader
i himmelen, där jag kan få evigt liv*

1. Jag ska läsa och begrunda skrifterna varje dag.
2. Jag ska söka Andens hjälp med att förstå dem.
3. Jag ska tillämpa skrifterna på mina egna erfarenheter och situationer.

SKRIFTERNA

*Min vägledning tillbaka till min Fader
i himmelen, där jag kan få evigt liv*

1. Jag ska läsa och begrunda skrifterna varje dag.
2. Jag ska söka Andens hjälp med att förstå dem.
3. Jag ska tillämpa skrifterna på mina egna erfarenheter och situationer.

SKRIFTERNA

*Min vägledning tillbaka till min Fader
i himmelen, där jag kan få evigt liv*

1. Jag ska läsa och begrunda skrifterna varje dag.
2. Jag ska söka Andens hjälp med att förstå dem.
3. Jag ska tillämpa skrifterna på mina egna erfarenheter och situationer.

SKRIFTERNA

*Min vägledning tillbaka till min Fader
i himmelen, där jag kan få evigt liv*

1. Jag ska läsa och begrunda skrifterna varje dag.
2. Jag ska söka Andens hjälp med att förstå dem.
3. Jag ska tillämpa skrifterna på mina egna erfarenheter och situationer.

Alma ger sin son Korianton råd

Lektion
24

Ändamål Att hjälpa barnen förstå att goda och dåliga konsekvenser följer på de val vi gör.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 39. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Skriv på en plansch alla de föremål som nämns i uppmärksamhetsaktiviteten, eller skriv upp dem på skrivtavlan.
4. Material som behövs: Mormons bok till varje barn.

Undervisningsförslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhetsaktivitet

Be barnen föreställa sig att de är ensamma på en flotte mitt ute på havet. De upptäcker att de måste göra sig av med en del av lasten, eftersom flotten ligger så djupt i vattnet. De måste kasta allt över bord utom två saker. Be dem välja vilka två saker de vill behålla av följande:

- Flytväst
- Första hjälpen-utrustning
- Kista med guld
- Metspö och bete
- Låda med ett dussin färskvattenflaskor
- Kommunikationsradio
- Låda med nödraketer
- Stor burk med hajgift

Skriv upp barnens svar på tavlan och be dem förklara varför de valde som de gjorde. Aktiviteten går ut på att skapa ett dilemma. Förklara att valet är svårt, eftersom de inte vet vad som kommer att hända under den närmaste framtiden: De kanske sjunker och behöver flytvästen, blir törstiga och behöver vattnet att dricka, blir hungriga och behöver metspöt, stöter på hajar och behöver hajgiftet, behöver radion för att ropa på hjälp, blir skadade och behöver första hjälpen-utrustningen, behöver nödraketerna för att bli räddade under natten, eller de kanske blir räddade under de närmaste timmarna och önskar att de hade behållit skatten.

Förklara att vi i livet får många svåra val att göra, men vår himmelske Fader har gett oss bud till vår hjälp. Denna lektion handlar om att välja.

Berättelse ur skrifterna

Berätta för barnen om hur Alma gav sin son Korianton råd från Alma 39. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Observera: Berätta inte konkret om innehållet i Alma 39:3–6. Sammanfatta det på ett enkelt sätt genom att förklara att Korianton begick en mycket svår synd medan han

var på mission bland zoramiterna. Om barnen vill veta vilken synd det var, föreslår du att de diskuterar det med sina föräldrar.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilket slags exempel för Korianton hade hans bror varit? (Alma 39:1.) Vem ser ni upp till som ett rättfärdigt exempel? Vilka rättfärdiga val har de gjort?
- Varför sade Alma att han var olycklig över Korianton? (Alma 39:2.) Vad betyder det att Korianton inte skänkte sin fars ord mycken uppmärksamhet? (Korianton lydde inte Alma.) Varför behöver vi lyda våra föräldrar? Vad betyder det att "berömma sig"? (Att skryta eller anse oss själva bättre än andra.) Varför är det fel att berömma sig?
- Varför sade Alma att han påminde Korianton om hans synder? (Alma 39:7–9. Förklara att orden "avstår från allt sådant" [vers 9] betyder att omvända sig från allt detta onda.) Vem känner till alla våra synder? (Alma 39:8.) Hur kan skuld-känslor få en människa att omvända sig?
- Vem sade Alma kunde ge Korianton goda råd, då han fattade beslut? (Alma 39:10.) Hur har era föräldrar och er familj hjälpt er att fatta rätta beslut? Från vilka andra källor kan ni få rättfärdiga råd?
- Hur påverkades zoramiterna av Koriantons orättfärdiga handlingar? (Alma 39:11.) På vilka sätt kan våra val påverka andra?
- Vilka val måste ni göra? Hur kan den Helige Anden hjälpa er att veta när ni gör något som är fel? Hur kan den Helige Anden hjälpa er att veta att ni har fattat ett gott beslut? Be klassdeltagarna berätta om när den Helige Anden har hjälpt dem att fatta beslut.
- Vad lärde Alma Korianton om omvändelse? (Alma 39:13.) Vad tror ni att följande ord innebär: "Vänd dig till Herren av hela din själ, makt och förmåga"? Varför bör vi be dem om ursäkt som vi har sårat genom våra felaktiga val?
- Vad var Almas råd beträffande att söka efter rikedomar? (Alma 39:14.) Vad händer med människor då rikedomar blir det viktigaste i deras liv?
- Vad lärde Alma Korianton om Jesu Kristi uppgift? (Alma 39:15.) Vad skulle Korianton undervisa om? (Alma 39:16.) Vad kan vi göra för att dela med oss av evangeliet till människorna omkring oss?

Du kan använda tilläggsaktivitet 2 och 3 för att hjälpa barnen att förstå följderna av de val de gör i livet.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gå igenom och diskutera andra trosartikeln och låt barnen lära sig den utantill. Påpeka att varje människa är ansvarig för vad hon gör.

2. Diskutera med barnen vad de kan välja inom följande, eller liknande, områden. Ta fram sådant som kan vara problem för barnen i din klass. Fråga dem hur Jesus skulle vilja att de valde. Hjälプ dem fundera på följderna av de olika val de kan göra.
- Orden de använder
 - Helga sabbatsdagen
 - Kläderna de använder
 - Lydnad mot föräldrarna
 - Musiken de lyssnar till
 - Stöld
 - De filmer, videoband och TV-program de ser på
 - Tala sanning
 - De böcker och tidningar de läser
3. Låt barnen göra rollspel av följande situationer, där de får välja och ta följderna. Förslag:
- En vän ljuger om någon.
 - En vän vill att du ska titta på en olämplig film eller videofilm.
 - En vän berättar en olämplig historia för dig.
 - En vän vill att du ska fuska i skolan.
 - En vän vill att du ska bryta mot visdomsordet.
 - Någon erbjuder dig narkotika.
4. Diskutera med barnen följderna av följande beslut, som president Spencer W Kimball fattade:
- ”Redan när jag var liten pojke bestämde jag mig för att jag aldrig skulle bryta mot visdomsordet . . . Jag visste att när Herren sade så, var det välbehagligt inför honom att människan avstår från alla dessa nedbrytande saker, och att jag ville glädja min himmelske Fader. Därför bestämde jag mig allvarligt och högtidligt för att jag aldrig skulle röra dessa skadliga ting. När jag väl hade bestämt mig helhjärtat, fann jag att det inte var så svårt att hålla löftet till mig själv och min himmelske Fader” (Conference Report, apr 1974, s 127; eller *Ensign*, maj 1974, s 88).
5. Gör ett papper till varje barn i klassen med orden *Jag ska göra rättfärdiga val*. Lägg lapparna upp och ner på ett bord och låt barnen komma fram en i taget och välja en lapp. Be varje barn besvara följande frågor:
- Vad vill du använda som vägledning, då du ska fatta rättfärdiga beslut nu i veckan?
 - Vad kan bli följderna av att du väljer fel?
 - Vad kan bli följderna av att du väljer rättfärdigt?
- I slutet av aktiviteten framhåller du betydelsen av att vi i förväg tänker efter vilka följder vårt val får.
6. Diskutera elfte trosartikeln och hur var och en är ansvarig för sina val.
- Varför bör vi aldrig försöka tvinga någon att tro på evangeliet?
 - Varför bör vi förvänta oss av andra att de ska låta oss dyrka Gud så som vi själva vill?
- Hjälп barnen att lära sig elfte trosartikeln utantill.
7. Sjung eller läs orden till ”Välj det rätta” (*Barnens sångbok*, s 82) eller ”Gör alltid rätt” (*Barnens sångbok*, s 80).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att beslutet att följa Jesus Kristus leder fram till rättfärdiga val och att detta är enda sättet att finna verklig lycka.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 39:12–19 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Överbefälhavare Moroni besegrar Zerahemnah

Lektion
25

Ändamål Att uppmuntra varje barn att ta på sig Guds rustning som skydd mot ondskan.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 43–44 och Efesierbrevet 6:11, 13–18. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Läran och förbunden 27:15–18.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Bibel.
 - c. Beroende på hur du vill undervisa barnen om Guds rustning, kan du göra ordrensor, en manlig klippdocka med en rustnings olika delar till varje barn, större rustningsdelar att sätta på en figur som du ritat på skrivtavlan eller en rustning i kartong att sätta på ett barn. (Se illustrationen i slutet av lektionen.)
 - d. Bild 4-37, Överbefälhavare Moronis krigare slåss mot lamaniterna, och 4-38, Zerahemnas här kastar sina vapen.

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

- När människor i forna tider gick ut för att strida med svärd och spjut, hur skyddade de då huvudet, hjärtat, magen, armarna, benen och fötterna? (Med en rustning.)

Förklara att vi alla är i strid mot ondskan. Satans frestelser och makt är något mycket verkligt. Vår himmelske Fader vill inte att vi oskyddade ska utkämpa den striden. Låt ett barn läsa Efesierbrevet 6:11, 13–18. Diskutera varje del av rustningen med hjälp av ordrensorna eller urklippsbilderna. Anknyt varje del av rustningen till hur vi behöver leva för att vara beskyddade från ondskan omkring oss.

Berättelse ur
skrifterna

Berätta för barnen om när överbefälhavare Moroni besegrade Zerahemnah i Alma 43–44. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona att Moronis här inte bara satte på sig människogjorda rustningar utan också hade Guds rustnings kraftigare beskydd. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och
tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

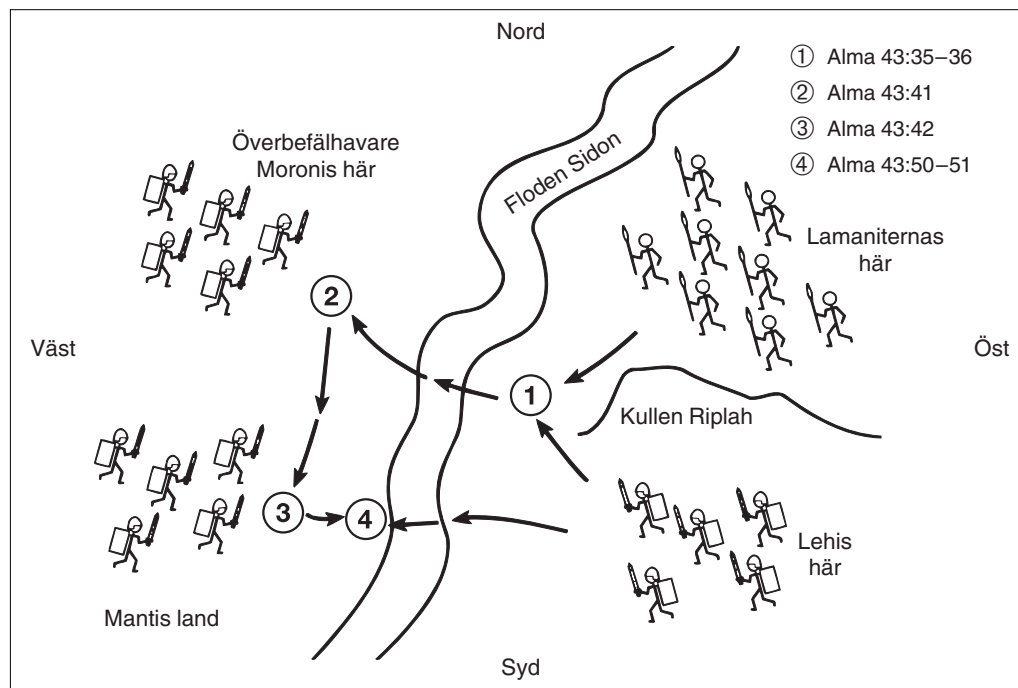
- Varför valde Zerahemnah, lamaniternas överbefälhavare, amalekiter och zoramiter till befälhavare över lamaniterna? (Alma 43:6–7.) Varför ville lamaniterna strida mot nephiterna? (Alma 43:8, 29.)
- Varför ville nephiterna strida? (Alma 43:45, 47.) Varför är våra hem, familjer, vår frihet och vår kyrka värda att strida för? Vad värderar ni tillräckligt högt för att kämpa för?
- Hur förberedde överbefälhavare Moroni sin här för att möta lamaniterna i Jershon? (Alma 43:18–19.) Varför blev lamaniterna rädda inför denna förberedelse? (Alma 43:20–21.) På vilka sätt kan ni sätta på er Guds andliga rustning och vara beredda att stå för det rätta?
- Hur fick överbefälhavare Moroni veta vart han skulle skicka sina härar? (Alma 43:23–24.) Hur hjälper profeterna oss idag?
- Varför blev den nephitiska hären rädd och ville fly från lamaniterna, trots att de bar rustningar? (Alma 43:48.) Hur inspirerade Moroni dem?
- Vad gjorde överbefälhavare Moronis här för att få styrka och mod nog att slåss? (Alma 43:49–50.) Hur kan bönen hjälpa er att sätta på er Guds rustning? (Efesierbrevet 6:18.)
- Vad gjorde Moroni, när han hade omringat lamaniterna, som avslöjade att han inte var en man som tyckte om att utgjuta blod? (Alma 43:54; 44:1–2, 6.)
- Varför överlämnade Herren lamaniterna i Moronis härs händer? (Alma 44:3.) Vilket löfte gav Herren nephiterna, och oss, om vi är trofasta? (Alma 44:4.) Vad trodde Zerahemnah att det var som beskyddade nephiterna? (Alma 44:9.)
- Vad hände då den arge Zerahemnah inte ville svära fredsedan? (Alma 44:12.) Vad hände med de lamaniter som ingick förbund att inte strida? (Alma 44:15.) Varför är det viktigt att vi håller våra löften och förbund?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör ett memoryspel (se "Undervisa ur skrifterna", s VII). Skriv upp följande delar av en rustning på sex kort och vad de symboliserar på sex andra kort. Låt barnen para ihop rustningsdelen med vad den symboliserar på Guds rustning.
 - Bälte – Sanningen (Efesierbrevet 6:14)
 - Pansar – Rättfärdighet (Efesierbrevet 6:14)
 - Skor – Villigheten att gå ut med evangeliets fridsbudskap (Efesierbrevet 6:15)
 - Sköld – Tro (Efesierbrevet 6:16)
 - Hjälm – Frälsning (Efesierbrevet 6:17)
 - Svärd – Guds ande eller Guds ord (Efesierbrevet 6:17; L&F 6:2)
2. Med hjälp av Efesierbrevet 6:13–18 hjälper du barnen att lära sig vad varje del av Guds rustning symboliserar. Nämn en del av rustningen medan du kastar en liten ärtpåse eller en liten boll till ett barn. Låt barnet svara med innebörden i rustningsdelen och sedan säga en annan rustningsdel, medan han eller hon kastar bollen till ett annat barn, som svarar med innebörden och väljer en ny rustningsdel, och så vidare.

3. Fråga barnen vad Satan använder idag för att försöka sår eller döda oss andligen. De kanske nämner vissa filmer, TV-program, videofilmer, böcker eller tidningar; frestelser att bryta mot visdomsordet; frestelser att inte gå till kyrkan; och så vidare. Diskutera vad barnen gör för att stärka sin andliga rustning, till exempel hålla personliga böner och familjböner, studera skrifterna enskilt och i familjen, hålla hemafton, besöka kyrkan och så vidare.
4. Diskutera hur överbefälhavare Moroni lurade lamaniternas här enligt Alma 43:31–42. Använd skrivtavlan till att visa var nephiternas och lamaniternas här befann sig.



5. Sjung eller läs orden till "Gör alltid rätt" (*Barnens sångbok*, s 80) eller "Välj det rätta" (*Barnens sångbok*, s 82).

Avslutning

Vittnesbörd

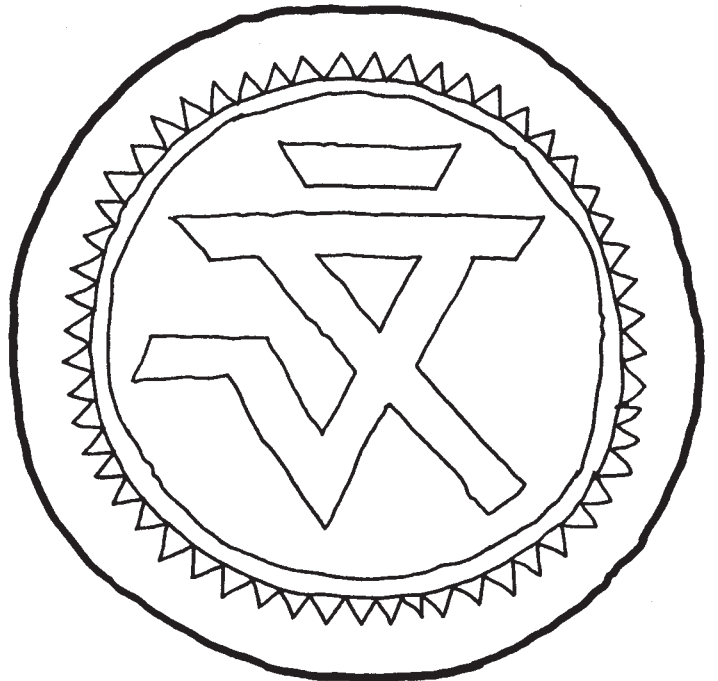
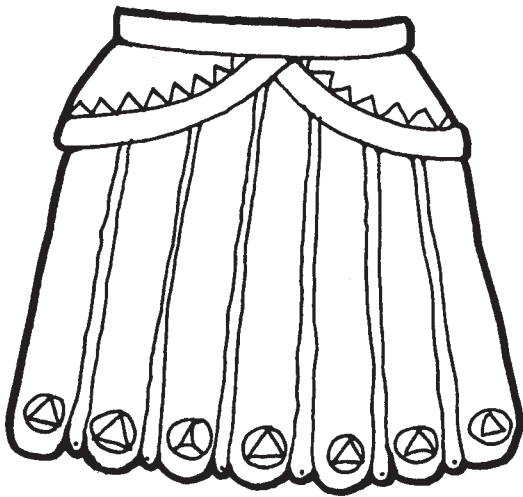
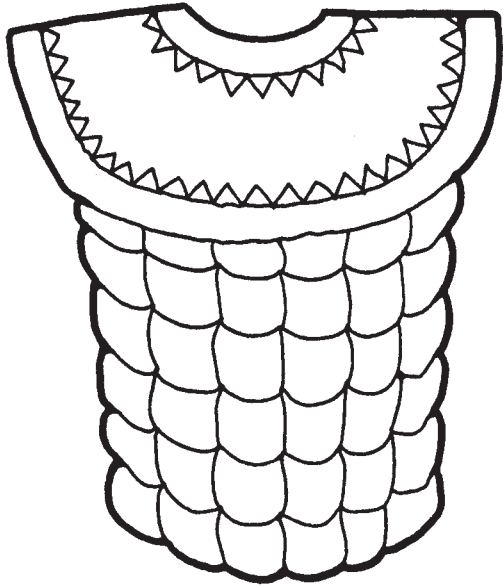
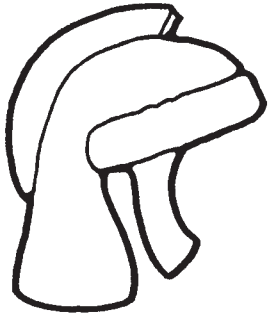
Vitna om att vi sätter på oss Guds rustning som beskydd mot ondskan.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Alma 43:41–54 och 44:1–4 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.





Överbefälhavare Moroni och frihetssymbolen

Ändamål

Att lära barnen att verklig frihet kommer genom att motstå ondskan och hålla vår himmelske Faders bud.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 46, 48 och 49:21–30. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Alma 47, 49:1–20.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En stor bit vitt tyg (eller ett stort papper eller skrivtavlan), en stång eller käpp samt tejp.
 - c. Bild 4-39, Överbefälhavare Moroni höjer frihetssymbolen (Evangeliet i bild 312; 62051).

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Visa bilden på överbefälhavare Moroni. Be att barnen öppnar sina skrifter och slår upp Alma 46. Förklara att barnen ska få höra berättas om två män som var militära ledare – överbefälhavare Moroni och Amalickiah. Amalickiah föddes som nephit men hade helt glömt bort Herren. Genom att ljuga, bedra och mörda blev han lamaniternas kung. Amalickiah ville besegra nephiterna i strid, så att han kunde bli kung över både nephiterna och lamaniterna.

Överbefälhavare Moroni var högste ledare för nephiternas härar. Han var en stark, mäktig man som älskade Herren och älskade sitt folk. Han hade svurit en ed att beskydda sitt folk från Amalickiah och hans lamanitiska armé.

Medan Amalickiah och hans här förberedde sig för att döda nephiterna, förberedde överbefälhavare Moroni sitt folk för att försvara sig.

Håll upp tygstycket (eller papperet), ryck loss en stor bit av det eller rita en bild på ett avslitet tygstycke på skrivtavlan. Berätta för barnen att överbefälhavare Moroni rev av ett tygstycke från sin livklädnad och gjorde det till en flagga, eller ett baner, som han kallade för Frihetssymbolen. Be barnen läsa högt tillsammans Alma 46:12. Skriv följande ord på det avrivna tygstycket eller papperet: "Till minne av vår Gud, vår religion, frihet och vår fred, våra hustrur och våra barn." Om du har använt tyg eller papper låter du barnen sätta fast flaggan på stängen. Be ett barn ställa flaggan längst fram i klassrummet.

Berättelse ur skrifterna	Lär barnen berättelsen i Alma 46–49 om överbefälhavare Moroni, en mäktig gudsman som förberedde sitt folk för att försvara sin frihet. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vad var det som hotade freden bland nephiterna? (Alma 45:24; 46:1–2.) Varför följde så många människor Amalickiah? (Alma 46:5.) • Vad gjorde överbefälhavare Moroni när han fick höra talas om dessa stridigheter? (Alma 46:11–12.) Vad gjorde överbefälhavare Moroni, sedan han hade gjort Frihetssymbolen? (Alma 46:13, 16.) • Vad bad överbefälhavare Moroni det nephitiska folket att göra? (Alma 46:19–20.) Varför tror ni att orden som stod skrivna på Frihetssymbolen inspirerade nephiterna? • Vilket förbund ingick de människor som följde Moroni? (Alma 46:21–22.) Hur tror ni att detta förbund hjälpte människorna att försvara sin frihet och sin religion? Vilka förbund har vi ingått? • Vad ville överbefälhavare Moroni att hans folk skulle komma ihåg? (Alma 46:23–24. Påpeka att dessa verser handlar om Josef i Gamla testamentet och hans färggranna livklädnad.) • Hur skilde sig nephiternas förberedelser från lamaniternas? (Alma 48:7.) Hur försökte nephiterna beskydda sina städer? (Alma 49:2, 4.) Hur kan vi förbereda oss för att övervinna Satans inflytande? • Vad hade nephiterna fått lära sig om krig? (Alma 48:14.) Vad trodde de att vår himmelske Fader skulle göra för dem? (Alma 48:15–16.) • Vad tyckte profeten Mormon, som skrev ner denna berättelse, om överbefälhavare Moroni? (Alma 48:11–13, 17–18.) På vilka sätt skulle ni vilja likna överbefälhavare Moroni? • Varför stred nephiterna mot lamaniterna, trots att de inte ville gå ut i krig? (Alma 48:23–24.) • Hur gick det för lamaniterna i den sista striden mot staden Noah? (Alma 49:21–25.) Varifrån tror ni att nephiterna fick mod att utkämpa denna strid? Vad är det som ger er mod att försvara rättfärdighet och frihet? • Vad gjorde nephiterna när lamaniterna hade flytt och nephiterna befriades från sina fiender? (Alma 49:28.) Hur kan vi visa tacksamhet för vår frihet?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt barnen titta på bilden av överbefälhavare Moroni. Påminn dem om vikten av att vi sätter på oss Guds rustning för att vara skyddade från ondskan. Låt barnen förstå att de alla har sänts till jorden av vår himmelske Fader i denna tid för att försvara rättfärdighet och sanning. Be att barnen berättar om varje del av Moronis stridsrustning (Alma 46:13) och förklarar vad den symboliserar i den andliga rustningen (se lektion 25 och Efesierbrevet 6:11, 13–18).

Bälte: Sanningen. Detta innebär att kunna skilja på rätt och fel, att älska sanningen, att skydda sin dygd och att vara moraliskt ren.

Pansar: Rättfärdighet. Detta innebär att välja det rätta och följa Jesus Kristus.

Sköld: Tro. Detta innebär att tro på Herren Jesus Kristus.

Hjälm: Frälsning. Detta innebär att bli värdig att leva med vår himmelske Fader för alltid.

Svärd: Anden, eller den Helige Anden. Detta innebär att vägledas av den Helige Anden och Jesu Kristi uppenbarade ord.

Skor: Villigheten att gå ut med evangeliets fridsbudskap. Detta innebär att förstå evangeliet, så att vi går på den smala och trånga stigen.

Ge varje barn ett exemplar av utdelningsbladet som finns i denna lektion. Hjälpen barnen att fylla i tomrummen på papperen. Låt varje barn skriva sitt eget namn längst ner. Be två barn att ställa sig framför klassen och lyfta upp Frihetssymbolen som användes under uppmärksamhetsaktiviteten. Låt alla läsa högt sista meningen på sitt papper: "Jag är beredd att stå emot den ondes brinnande pilar." Samtala om vad denna mening betyder. Låt barnen ta med sig papperet "Guds rustning" hem och visa för familjen.

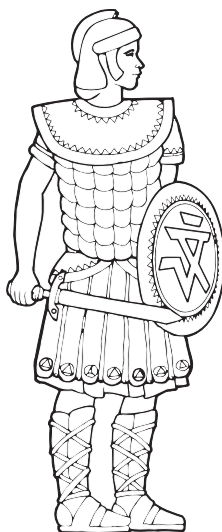
2. Visa Sveriges flagga. Förklara att en flagga är en bra påminnelse. Varje land har en flagga som är en symbol för folket om vilka de är och vad landet står för. Ge barnen ett papper eller en bit tyg och krita eller pennor och be dem rita en egen flagga, som visar något som är viktigt för dem, såsom vilka de är, vad de tycker om, vad de hoppas bli och vad de står för. Du kanske vill visa några symboler som representerar dessa saker.
3. Diskutera tolfte trosartikeln med barnen och hjälp dem att lära sig den utantill.
4. Sjung eller läs orden till "Håll alla buden" (*Barnens sångbok*, s 68 eller *Psalmer*, nr 195).

Avslutning

Vittnesbörd Bär vittnesbörd om att friheten är en stor välsignelse. Vittna om att vi kan få verklig frihet då vi motstår ondskan och lyder vår himmelske Faders bud.

Förslag till läsning hemma Föreslå att barnen studerar Alma 48:11–13, 17–18 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.



JAG SKA SÄTTA PÅ MIG HELA GUDS RUSTNING

Jag ska ha på mig _____ bälte.

Som skydd för hjärtat ska jag ha _____ pansar.

På fötterna ska jag ha _____ skor.

I handen ska jag hålla _____ sköld.

Jag ska skydda huvudet med _____ hjälm.

I handen ska jag hålla _____ svärd.

Jag är beredd att stå emot den ondes brinnande pilar

(Se Efesierbrevet 6:11–17; L&F 27:15–18.)

Helaman och de två tusen krigarna

Ändamål Att lära barnen att vi får kraft att försvara sanning och rätt genom att följa rättfärdiga föräldrars föredöme och lärdomar.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 53:10–23 och 56:1–58:27. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggläsning: Alma 24.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-33, Anti-Nephi-Lehiterna gräver ner sina svärd (Evangeliet i bild 311; 62565) och 4-40, De två tusen unga krigarna (Evangeliet i bild 313; 62050).

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Visa bilden på Anti-Nephi-Lehiterna som gräver ner sina svärd. Påminn barnen om att ni talade om dessa rättfärdiga människor för några veckor sedan (se lektion 19). Ställ följande frågor till barnen:

- Vilka var Anti-Nephi-Lehiterna? Varför grävde de ner sina svärd?

Låt ett barn läsa Alma 24:19. Förklara att Anti-Nephi-Lehiterna var ett underbart exempel för sina barn.

Be att barnen nämner exempel på viktiga principer, såsom ärlighet, vänlighet, tionde, helgandet av sabbaten och så vidare, som de lärt sig av sina föräldrar, och hur lydnad mot dessa principer har varit till välsignelse för dem.

Förklara att vår himmelske Fader gav oss föräldrar för att älska, undervisa och vägleda oss i livet. Förklara att barnen under denna lektion ska få veta hur de två tusen unga krigarna, som var Anti-Nephi-Lehiternas söner, använde sig av sina rättfärdiga föräldrars undervisning och exempel för att hålla sitt förbund att försvara sin frihet.

(Observera: Om något av barnen växer upp hos far- eller morföräldrar, andra släktingar eller andra personer, anpassar du lektionen så att du nämner dessa människors betydelsefulla påverkan.)

**Berättelse ur
skrifterna**

Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. Berätta för barnen om Helaman och de två tusen unga krigarna ur Alma 53, 56–58. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona hur dessa unga män följde sina föräldrars lärdomar och bevarades i striden.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilket förbund hade föräldrarna till de två tusen unga krigarna ingått? (Alma 53:10–12.) Varför funderade de på att bryta sitt förbund? (Alma 53:13.) Varför ville inte Helaman att Anti-Nephi-Lehiterna skulle hjälpa till att strida mot lamaniterna? (Alma 53:14–15.) Varför är det så viktigt att vi håller våra förbund?
- Varför bestämde sig de två tusen unga männen för att strida? (Alma 53:16.) Vad ingick dessa unga krigare förbund att strida för? (Alma 53:17.)
- Hurdana var dessa unga män? (Alma 53:20–21.) Vad menades med att de "alltid troget utförde vad som än blev dem anförtrott"? På vilka sätt kan ni vara trogna och vandra uppriktigt inför Herren?
- Hur hjälpte fäderna sina söner utan att bryta mot förbundet att inte strida? (Alma 56:27.) På vilka sätt stöder era föräldrar er?
- Vad sade Helaman till Moroni om dessa unga krigares styrka och mod? (Alma 56:45.) Vad hade deras mödrar lärt dem? (Alma 56:46–48.) Varför var de inte rädda för döden? Hur försöker era föräldrar förbereda er för att ha mod och tro att möta svårigheter?
- Vad var det som gav de två tusen unga krigarna styrka och mod i striden? (Alma 57:26–27; 58:39–40.)
- Hur följde dessa krigare Helaman? (Alma 57:21.) Vad innebär det att följa någon "med noggrannhet"? Varför är det viktigt att vi noggrant följer våra ledares och föräldrars råd?
- Vad gjorde de två tusen unga krigarna när de behövde styrka? (Alma 58:10.) Hur blev deras bön besvarad? (Alma 58:11.) Be klassdeltagarna berätta om när de eller deras släktingar har blivit manade av den Helige Anden.
- Hur belönades dessa unga mäns stora tro och mod? (Alma 56:56; 57:25; 58:39.) Vilken makt räddade dem undan döden? (Alma 57:26–27; 58:40.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör ett exemplar av utdelningsbladet i slutet av lektionen som varje barn kan ta med sig hem.
2. Låt barnen erbjuda sig att fylla i följande meningar:

Jag kan likna de unga krigarna genom att _____.

Jag kan likna de unga krigarna genom att komma ihåg att mina föräldrar lärde mig att _____.

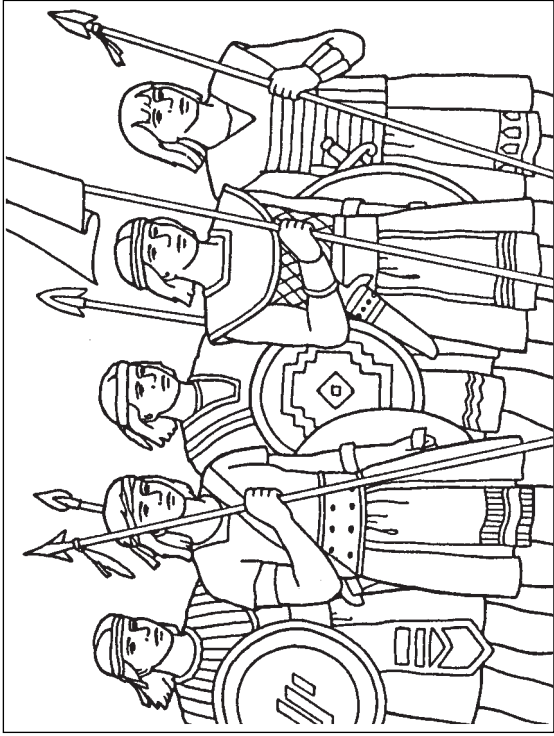
Det jag beundrar mest hos de unga krigarna är _____.

I berättelsen om de två tusen unga krigarna tycker jag allra mest om _____.

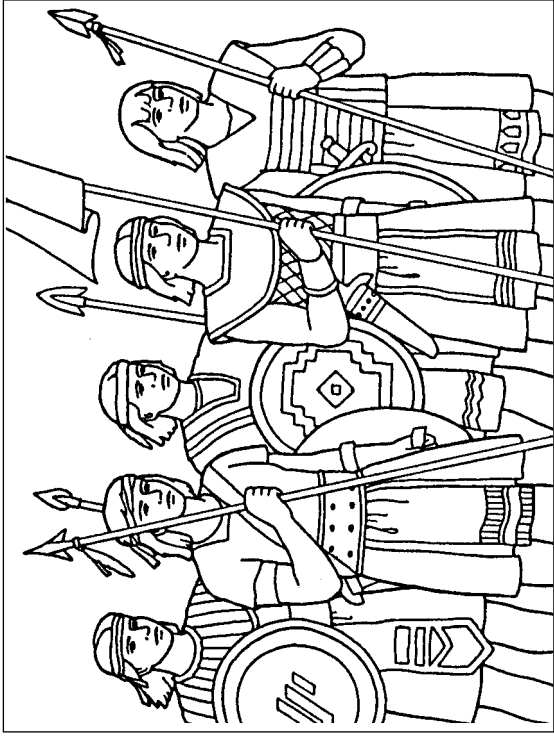
3. Uppmuntra barnen att i sina skrifter markera några av sina favoritverser om de två tusen unga krigarna. De kan till exempel välja bland följande:
 - Alma 53:20–21
 - Alma 56:45–48
 - Alma 57:21, 25–27
 - Alma 58:10–11
 - Alma 58:39–40
 4. Hjälp barnen att lära sig femte budet utantill (se Mosiah 13:20).
 5. Sjung eller läs orden till "Vi vill ge världen hans ord" (*Barnens sångbok*, s 92), "Gör alltid rätt" (*Barnens sångbok*, s 80) eller "Mormons boks berättelser", vers 6 (*Barnens sångbok*, s 62).
-

Avslutning

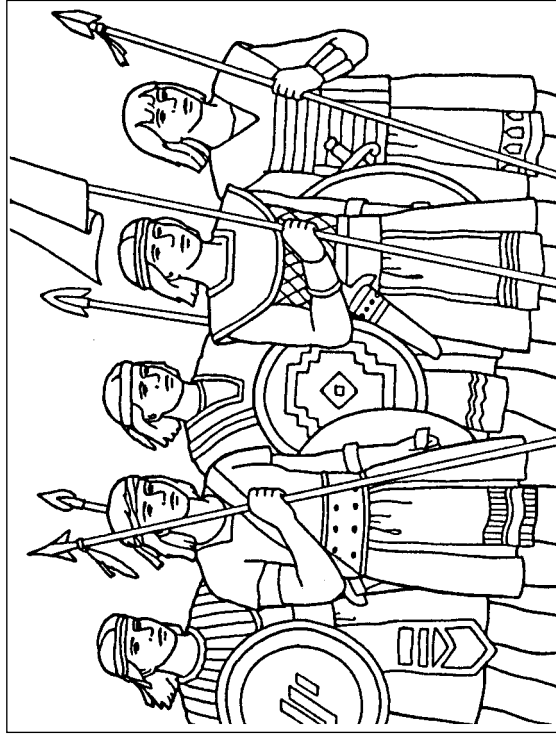
Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om de välsignelser som kommer av att vi följer våra föräldrars rättfärdiga undervisning och exempel.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Alma 53:16–21, 56:45–48 och 57:25–27 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.



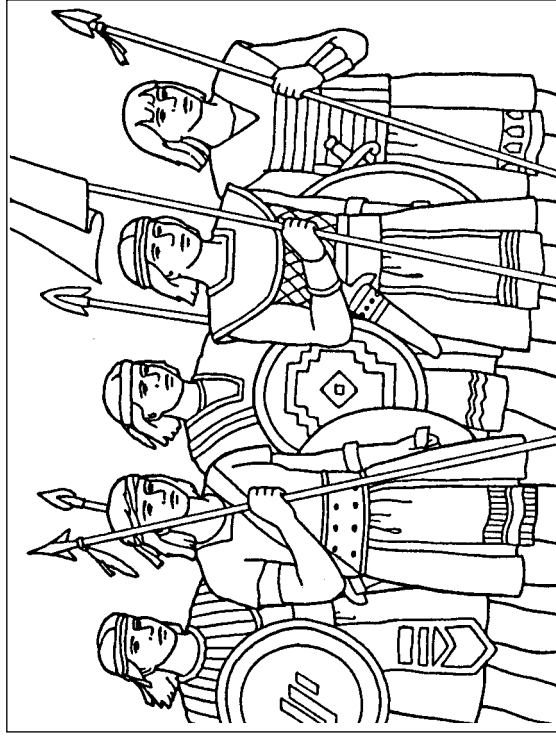
"De äro unga, men deras sinnen äro ståndaktiga,
och de förtrösta alltid på Gud."
Alma 57:27



"De äro unga, men deras sinnen äro ståndaktiga,
och de förtrösta alltid på Gud."
Alma 57:27



"De äro unga, men deras sinnen äro ståndaktiga,
och de förtrösta alltid på Gud."
Alma 57:27



"De äro unga, men deras sinnen äro ståndaktiga,
och de förtrösta alltid på Gud."
Alma 57:27

Ändamål

Att uppmuntra barnen att göra Frälsaren till deras livs grundval genom att välja att efterleva hans lärdomar.

Förberedelse

1. Studera under bön Helaman 5. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En sten, sand eller salt och locket till en låda, till exempel en skokartong, eller en låg skål.
 - c. Bild 4-41, Nephi och Lehi i fångelse.
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Förklara att innan man bygger ett hus, gör byggnadsarbetarna en stark grund som huset kan ha som stöd. Låt barnen jämföra stabiliteten hos en sten och hos sand som grunder att bygga på. Lägg en sten och ett lock till en låda, eller en låg skål, med sand eller salt i på bordet. Blås på stenen och blås sedan på sanden eller saltet.

Fråga barnen varför de skulle välja sten istället för sand som grund, om de byggde ett hus. Förklara att skrifterna jämför Jesus Kristus med stenen som den starka grund vi bör bygga vårt liv på. Vi bygger vårt liv på Kristi klippa då vi väljer att leva enligt hans lärdomar.

Sjung "Den vise och den dumme mannen" (*Barnens sångbok*, s 132). Du kanske vill be Primärs sångledare komma till klassen och hjälpa barnen att sjunga sången. Du kan också spela sången på bandspelare eller låta klassdeltagarna läsa orden tillsammans i talkör.

I denna berättelse hade Nephi och Lehi byggt sitt liv på Frälsarens säkra grund, vilket innebär att de hade starka vittnesbörd om Jesus Kristus. De hjälpte många lamaniter att också få vittnesbörd om honom. Vi kan också bygga vårt liv på den enda säkra grunden, Jesus Kristus.

**Berättelse ur
skrifterna**

Berätta för barnen om Nephi och Lehi i Helaman 5. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona hur dessa två trofasta män gjorde Jesus Kristus till grundval i sitt liv.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vem var Helaman? (Helaman 2:2.) Varför uppkallade Helaman sina söner efter Nephi och Lehi? (Helaman 5:6.)
- Vems namn tar vi på oss då vi döps? (2 Nephi 31:13.) Hur kan vi bli mer lika Jesus Kristus?
- Varför slutade Nephi att vara överdomare? (Helaman 5:2–4.)
- Hur gjorde Jesus Kristus det möjligt för oss att bli frälsta från våra synder? (Helaman 5:9–10.) Vad måste vi göra för att Jesus Kristus ska kunna återlösa oss från våra synder? (Helaman 5:11.)
- Vad betyder orden ”det är på vår Återlösares klippa, hans, som är Kristus, Guds Son, som I måsten lägga eder grundval”? (Helaman 5:12.) Varför är Jesus Kristus vår enda säkra grundval? Hur kan ni göra Jesus till grundval i ert liv?
- Hur gör Satan när han ”utsänder sina mäktiga vindar ... sina pilar [och] ... hagel” på människor och familjer idag? Hur stor makt har djävulen över dem som bygger sitt liv på Kristi grund? (Helaman 5:12.)
- Hur påverkades Nephi och Lehi av Helamans undervisning? (Helaman 5:13–14.) Vad har era föräldrar lärt er som hjälpt er i livet?
- Visa bilden på Nephi och Lehi i fångelse. Hur beskyddades Nephi och Lehi i fångelset? (Helaman 5:22–23.) Hur kan vi få hjälp om vi är värdiga?
- Hur meddelade sig Jesus Kristus med lamaniterna i fångelset? (Helaman 5:29–30.) Hurdan röst hade han? Vad sade Herren till lamaniterna? (Helaman 5:29, 32.)
- Vad sade Aminadab till lamaniterna att de skulle göra för att få bort den mörka skyn? (Helaman 5:41.) Vad hände med lamaniterna när mörkret försvann? (Helaman 5:43–47.) Hur tror ni att ni skulle ha känt er om ni hade varit där? Hur känns det att ha Anden i sitt liv? Låt barnen berätta om när de har känt Anden i sitt liv.
- Vilka visade sig för lamaniterna? (Helaman 5:48.) Vad gjorde lamaniterna sedan de sett änglarna? (Helaman 5:50.)
- På vilket sätt ändrade de nyomvända sina handlingar? (Helaman 5:51–52.) På vilka sätt kan vi leva för att visa att Jesus Kristus utgör grunden till vårt vittnesbörd?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Hjälp barnen att lära sig utantill följande ord ur Helaman 5:12: ”Kommen ihåg, att det är på vår Återlösares klippa, hans, som är Kristus, Guds Son, som I måsten lägga eder grundval.” Uppmuntra barnen att lära sig hela versen utantill under veckan.

2. Gå igenom fjärde trosartikeln och hjälp barnen att lära sig den utantill. Hjälpt dem att förstå hur evangeliets principer och förordningar hjälper oss att bygga vårt liv på Jesu Kristi grundval.
3. Sjung eller läs orden till "Lyss till profeten" (*Barnens sångbok*, s 58), "Håll alla buden" (*Barnens sångbok*, s 68) eller "Jag vill söka Herren" (*Barnens sångbok*, s 67).

Avslutning

Vittnesbörd	Bär vittnesbörd om Frälsaren och hans inflytande i ditt liv. Berätta om hur ditt vittnesbörd ger dig styrka och kraft att stå emot Satans frestelser. Uppmana barnen att göra Jesus Kristus till grundvalen i sitt liv genom att välja att följa hans lärdomar och ständigt sträva efter att bli mer lika honom.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen lär sig Helaman 5:12 utantill hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att lära barnen att vår himmelske Fader sänder profeter för att undervisa oss om Frälsaren, hjälpa oss att omvända oss och varna oss för det som ska komma.

Förberedelse

1. Studera under bön Helaman 6:18–23 och 7–9. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Sex fotspår (se slutet av lektionen). Skriv följande ord – ett ord på varje fotsteg: *Lyss, till, profeten, han, känner, Gud.*
 - c. En kopia av ett tal som hölls av den levande profeten (från ett konferensnummer av *Liahona*).
 - d. Bild på den levande profeten.
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Före lektionen tejpar du fast pappersstegen på klassrumsgolvet med den tomma sidan uppåt i vilken ordning som helst. Låt fotstegen leda fram till bilden på den levande profeten. Be barnen följa fotstegen och samla sedan ihop fotstegen och lägg dem i rätt ordning. Låt klassen läsa högt orden som står skrivna på dem. Förklara att om vi följer dessa ord, kan vi få veta sanningen och inte bli bedragna. Förklara att denna lektion handlar om profeten Nephi, Helamans son. Nephi visste att ett mord hade utförts, och han visste vem mördaren var utan att ha varit på brottsplatsen. Berätta för barnen att när de lär sig mer om profeten Nephi, kan de stärka sin tillit till den levande profetens ord.

**Berättelse ur
skrifterna**

Berätta för barnen om Nephis varning och hans upplevelser ur Helaman 7–9. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Framhåll att vår himmelske Fader sänder profeter för att undervisa oss om Frälsaren, hjälpa oss att finna glädje, hjälpa oss att omvända oss och varna oss för sådant som ska komma.

**Diskussions- och
tillämpningsfrågor**

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilka var Gadiantons rövarband? (Helaman 6:18.) Vilka eder hade detta band svurit? (Helaman 6:21–22.) Vad hade Gadiantons rövarband gjort för onda saker? (Helaman 6:23.)
- Vad gjorde Nephi på grund av folkets ondska? (Helaman 7:6–7, 10.) Vad gjorde folket när de såg honom på tornet? (Helaman 7:11–12.)
- Vad sade Nephi till folket? (Helaman 7:13–18.) Varför tror ni att han talade om omvändelse? Vad måste vi göra för att omvända oss?
- Vad sade Nephi skulle hända med folket, om de inte omvände sig? (Helaman 7:19, 22.) Hur visste Nephi att detta skulle hända? (Helaman 7:29.) Vad har andra profeter sagt ska hända med oss, om vi inte omvänder oss? Hur kan vi få hjälp i livet genom att lyssna till den levande profeten? (L&F 21:4–6.)
- Hur reagerade domarna på Nephis undervisning? (Helaman 8:1.) Hur försvarade en del av folket Nephi? (Helaman 8:7–9.) Varför krävs det ibland mod för att försvara sanningen? Vad kan vi göra för att stödja den nuvarande profeten?
- Vad har alla de heliga profeterna vittnat om? (Helaman 8:14–16.) Vad har den levande profeten lärt oss om Jesus Kristus? (Du kanske vill återge ett kort tal som den nuvarande profeten hållit om Jesus.)
- Vad berättade Nephi för folket om deras överdomare? (Helaman 8:27–28.) Hur visste Nephi vad som hade hänt?
- Vad tänkte de fem männen på då de sprang till domarsätet? (Helaman 9:2.) Hur vet vi att de fem männen slutligen trodde på alla Nephis ord? (Helaman 9:4–5, 39.) Vad kan vi göra för att få starkare vittnesbörd om den levande profeten?
- Hur försökte de andra domarna övertyga folket om att Nephi var en falsk profet? (Helaman 9:16.) Vad svarade Nephi på deras anklagelser? (Helaman 9:25–35.)
- Hur påverkade Nephis uppenbarelse en del av folket? (Helaman 9:39–41.) Hur har ni blivit välsignade genom att följa profeterna? Du kan använda tilläggsaktivitet 3 till att hjälpa barnen att förstå en profets uppgift.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

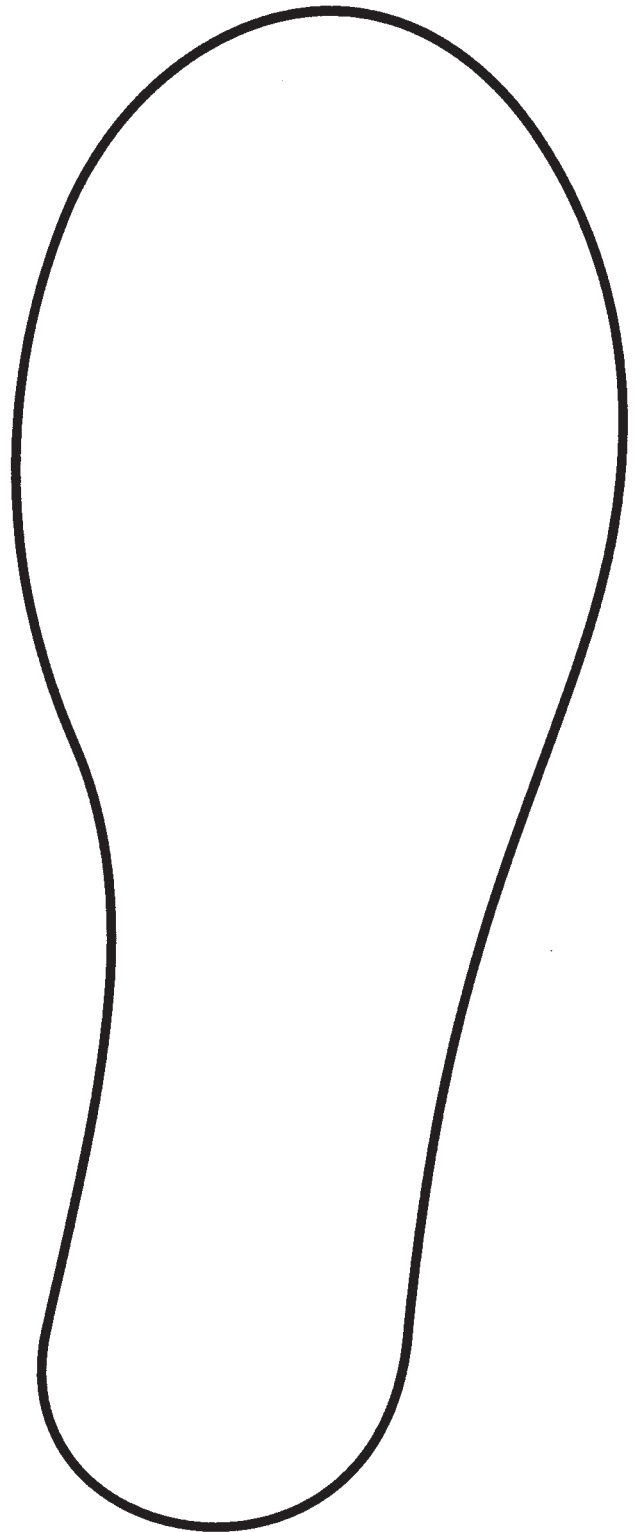
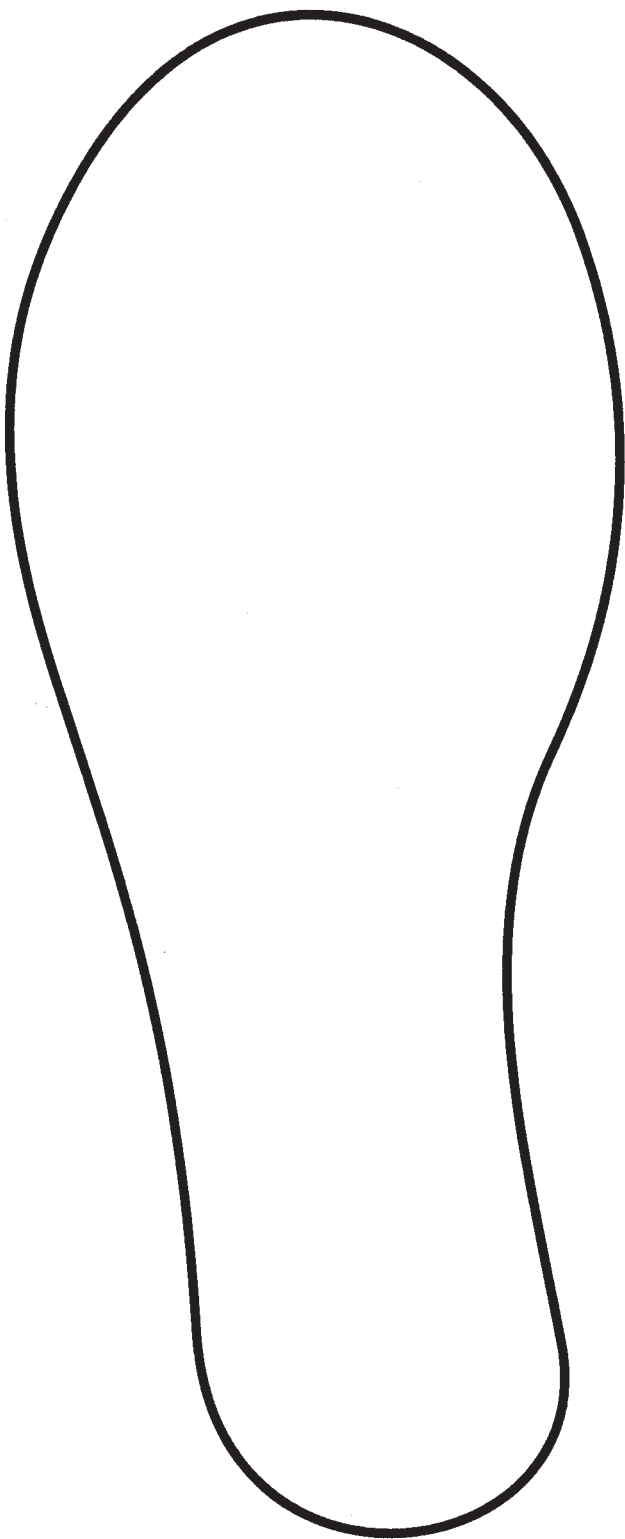
1. Låt barnen rollspela berättelsen i Helaman 8–9.
2. Läs och diskutera äldste James E Fausts ord:

”Vi har fått löftet att kyrkans president som uppenbarare för kyrkan kommer att få vägledning för oss alla. Vår säkerhet ligger i att ge akt på vad han säger och följa hans råd” (*Nordstjärnan*, jan 1990, s 9).
3. Diskutera hur profeterna i den sista tiden fortsätter att uppenbara kunskap från vår himmelske Fader. Ge några exempel på uppenbarelser i den sista tiden, såsom visdomsordet (se L&F 89) och hur dessa har blivit till välsignelse för dem som följt dem. Ge några utdrag ur ett aktuellt konferenstal som hölls av den levande profeten (se *Liahonas* konferensnummer). Fråga barnen hur de kan bli välsignade genom att följa profetens råd.

4. Gå igenom den nionde trosartikeln och hjälp barnen att lära sig den utantill.
 5. Sjung eller läs orden till "Lyss till profeten" (*Barnens sångbok*, s 58).
-

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om den levande profeten och sanningen i det som han har förkunnat. Tala om för barnen hur du har blivit välsignad genom att följa profetens råd.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Helaman 8:25–28 och Helaman 9 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.



Ändamål Att lära barnen att Jesus Kristus genom prästadömets makt och myndighet vägleder och välsignar sina efterföljare och sin kyrka.

Förberedelse

1. Studera under bön Helaman 10. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Tilläggs läsning: Helaman 11:1–18.
3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
4. Material som behövs: Mormons bok till varje barn.

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

Börja lektionen med ljuset släckt i klassrummet. Fråga barnen om de lagt märke till något ovanligt. Be någon tända ljuset. Tala om elektricitets kraft, som ger ljus. Diskutera vad som går på elektricitet i barnens hem (spis, kylskåp, fläktar, redskap och så vidare). Förklara att denna lektion ska handla om en annan slags kraft, en kraft som är starkare än elektricitet: kraften i Guds prästadöme.

Alternativ aktivitet

I klassrum utan elektrisk belysning kan ni göra tilläggsaktivitet 1.

Berättelse ur
skrifterna

Berätta för barnen från Helaman 10 om Nephi som fick beseglingsmakten och prästadömets skydd för att utföra vår himmelske Faders verk. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och
tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad gjorde Nephi då han var på väg till sitt hus? (Helaman 10:2–3.) Vad borde vi tänka på?
- Varför hade Nephi blivit missmodig, då han arbetade med att förkunna evangeliet för nephiterna? (Helaman 10:3.)
- Vad gjorde Nephi som glädde vår himmelske Fader och Jesus Kristus? (Helaman 10:4.) Hur kan vi glädja dem?

- Vilka välsignelser lovade Jesus att ge Nephi? (Helaman 10:5.) Vad innebär det att Nephi inte ville be om någonting som stod "i strid med [Kristi] vilja"? Hur kan vi lära oss att göra som Jesus vill att vi ska göra?
- Vad fick Nephi makt att göra? (Helaman 10:6–10.)
- Vad är beseglingsmakten, som Nephi fick? (Helaman 10:7; se också L&F 132:7.) Hur kan denna prästadörets beseglingsmakt välsigna oss idag? (I templet kan våra familjer beseglas för evigt.) Hur känner ni er när ni tänker på att er familj kan få leva tillsammans för evigt? (Om några av barnen besökt templet och blivit besegrad där, kan du be dem berätta om hur de kände sig då de beseglades till sin familj.)
- Vad befallde Herren Nephi att säga till folket? (Helaman 10:11.) Hur visade Nephi sin lydnad när Herren hade slutat tala till honom? (Helaman 10:12.) På vilka sätt talar Herren till oss? Hur kan vi visa lydnad?
- Varför förändrades inte nephiternas sätt att leva trots Nephis uppenbarelse om mordet på överdomaren? (Helaman 10:13.)
- Hur blev Nephi beskyddad då han talade Guds ord till folket? (Helaman 10:15–17.) Vad tror ni det betyder att "Guds kraft var med" Nephi? Hur kan prästadöret välsigna och beskydda oss idag?
- Hur påverkades dessa människor av Nephis undervisning? (Helaman 10:18.)
- Hur har ni och er familj blivit välsignade genom prästadörets kraft?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Tala om för barnen att du tänker på ett ord. Be dem lyssna på följande beskrivningar och räkna upp handen när de vet vilket ord det är.

Det är Guds kraft.

Genom denna kraft välsignar Herren sina barn och sin kyrka.

De som har denna kraft representerar Herren Jesus Kristus.

De som har denna kraft är utvalda att göra det som Frälsaren vill ska göras.

- Vad kallas denna kraft? (Prästadöret.)

2. Sätt upp följande ordrensor: Diakon, Lärare, Präst, Äldste, Tolv, Fjorton, Sexton, Arton.

Läs följande beskrivningar för barnen, en i taget, och be dem välja ut de två ordrensor som passar in på beskrivningen och sätta dem på skrivtavlan. Det blir svårare för äldre barn om du läser beskrivningarna i ordning. (Beskrivningarna för aronska prästadörets plikter är tagna ur Läran och förbunden 20:46–59. Beskrivningen för äldstens ämbete inom melkisedekska prästadöret är hämtad ur Läran och förbunden 20:38–45; 107:11–12.)

- a. Jag har fått aronska prästadöret. Jag delar ut sakramentet. Jag kan verka som budbärare för prästadömsledarna. Jag samlar in fasteoffer och hjälper till att vårda kyrkans byggnader och mark. Vad är jag? Hur gammal är jag när jag kan bli ordinerad? (Ordrensor: Diakon, Tolv.)

- b. Jag har aronska prästadömet. Jag har alla en diakons plikter och krafter, och jag ställer i ordning brödet och vattnet till sakramentet. Jag kan få i uppgift att bli hemlärare. Vad är jag? Hur gammal är jag när jag kan bli ordinerad? (Ordremsor: Lärare, Fjorton.)
- c. Jag har aronska prästadömet. Jag har alla diakonens och lärarens plikter och krafter, och jag kan välsigna sakramentet. Jag har myndighet att döpa, hjälpa till med att ordinaera andra som bär aronska prästadömet samt ansvara för möten, då inga finns närvarande som har melkisedekska prästadömet. Jag hjälper kyrkans medlemmar att efterleva Guds bud. Vad är jag? Hur gammal är jag när jag kan bli ordinerad? (Ordremsor: Präst, Sexton.)
- d. Jag har melkisedekska prästadömet. Jag kan gå på heltidsmission. Jag är kallad att undervisa, förklara, förmana, döpa och vaka över kyrkan. Jag kan ge den Helige Andens gåva, leda möten, välsigna små barn, smörja och välsigna de sjuka och välsigna familjemedlemmar. Vad är jag? Hur gammal är jag när jag kan bli ordinerad? (Ordremsor: Äldste, Arton.)

Be barnen säga något som de lärt sig om dessa fyra prästadömsämbetens plikter.

3. Återge följande berättelse om prästadömet:

Äldste Hugh B Brown var medlem i de tolv apostlarnas kворum. När äldste Brown var yngre, var han officer i Kanadas armé och sändes till England för att slåss i Första världskriget för Englands kung.

Äldste Brown tyckte om att vara kungens officer, för han hade makt att göra mycket för kungen.

En morgon fick äldste Brown ett telefonsamtal. En soldat som låg på sjukhuset ville att äldste Brown skulle komma och hälsa på honom. Många soldater på sjukhuset hade bett äldste Brown att besöka dem. De visste att han som officer hade kungens makt att skicka hem dem. När äldste Brown var på väg till sjukhuset, tänkte han på den makt han hade som officer. Han kände sig glad över att han kunde tala för kungen och bedöma om soldaterna borde stanna kvar eller resa hem.

När äldste Brown gick in i soldatens rum, bad soldaten inte om att bli hemskickad. Istället sade han: "Broder Brown, vill du ge mig en välsignelse? Jag är rädd för att jag håller på att dö, och jag vill att du ska be Gud låta mig leva."

Äldste Brown blev förvånad. Soldaten hade inte skickat efter honom på grund av att han var officer och kunde utföra kungens gärningar. Soldaten hade skickat efter honom på grund av att han hade prästadömet och kunde utföra vår himmelske Faders gärningar. Äldste Brown visste att kungens kraft inte kunde rädda soldatens liv. Det krävdes vår himmelske Faders kraft för att rädda soldaten. När han lade händerna på soldatens huvud och gav honom en välsignelse, kände han sig mycket ödmjuk.

När äldste Brown lämnade sjukhuset, tänkte han inte på sin makt som officer. Han tänkte på prästadömet. Han visste att människorna måste ha prästadömet för att kunna utföra vår himmelske Faders verk på jorden. Han var glad över att han hade prästadömet och kunde utföra Guds verk. (Från Hugh B Brown, *Continuing the Quest*, s 26–27.)

4. Ge barnen nedanstående, eller liknande, bilder på prästadömsbärare som använder prästadömet. (Du kan få bilderna från möteshusets bibliotek.) Be att barnen visar sin bild och beskriver vilken förordning som utförs på varje bild och vilket prästadömsämbete som pojken eller mannen har.
 - Pojke döps (62018)
 - Flicka konfirmeras (62020)
 - Sakramentet delas ut (62021)
 - Ordination till prästadömet (62341)
 - En sjuk blir smord och välsignad (62342)
 - Sakramentet välsignas (62343)
 5. Läs och diskutera Moroni 3, som förklarar hur präster och lärare ska ordineras av äldster.
 6. Läs och diskutera femte och sjätte trosartikeln. Hjälプ barnen att lära sig dessa trosartiklar utantill.
 7. Sjung eller läs orden till "Guds prästadömes kraft" (*Barnens sångbok*, s 60).
-

Avslutning

- | | |
|----------------------------|---|
| Vittnesbörd | Bär vittnesbörd om hur prästadömet kraft varit till välsignelse i ditt liv. Be barnen att berätta om när prästadömet har varit till välsignelse för dem. |
| Förslag till läsning hemma | Föreslå att barnen studerar Helaman 10:1–12 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Observera: Om du bestämmer dig för att använda uppmärksamhetsaktiviteten under nästa veckas lektion, ber du tre klassdeltagare i förväg att utföra rollspelet. |

Ändamål

Att lära barnen att profeterna förutsade Jesu Kristi liv och mission.

Förberedelse

1. Studera under bön Helaman 13–14, 16 och 3 Nephi 23:9–13. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: Helaman 15.
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Tre små kort med utdrag ur profetior från Nephi, Abinadi och Alma (se uppmärksamhetsaktiviteten).
 - c. Enkel rekvisita såsom sjalar, dräkter eller namnskyltar som barnen kan använda då de rollspelar Nephi, Abinadi och Alma.
 - d. Bild 4-42, Lamaniten Samuel på muren (Evangeliet i bild 314; 62370).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Låt tre barn i klassen som kan läsa bra spela Nephi, Abinadi och Alma. De kan ha namnskyltar eller enkla klädesplagg. De kan låtsas komma från en tidsmaskin och besöka klassen och återge sina profetior om Jesu Kristi liv och mission:

"Jag kom till det utlovade landet nästan 600 år innan Kristus föddes. Jag berättade för mitt folk om en syn jag fick som visade mig Kristi födelse och död: 'Jag blickade upp och såg åter jungfrun, och hon bar ett barn i sina armar. Och ängeln sade till mig: Se Guds Lamm.' Sedan såg jag 'att han blev upphängd på korset och dödad för världens synders skull' (1 Nephi 11:20–21, 33). Vem är jag?" (Nephi.)

"Jag levde omkring 150 år före Jesus Kristus. Människorna tyckte inte om mig och trodde inte på det som jag sade till dem. Jag profeterade om att Jesus Kristus skulle 'komma ned bland människobarnen och återlösa sitt folk' genom att bli 'korsfäst, dödad' och ta på sig 'deras orättfärdighet' (Mosiah 15:1, 7, 9). Jag brändes på bål för mitt vittnesbörd. Vem är jag?" (Abinadi.)

"Efter en särskild syn som jag fick omkring 100 år innan Jesus Kristus föddes, visste jag att jag bara kunde bli frälst genom vår Återlösare, som skulle komma. Jag färdades överallt för att berätta för folket vad jag hade fått veta, att 'Guds Son ... skall gå ut och lida plågor, bedrövelse och frestelser av alla slag ... Han skall påtaga sig döden, på det han må lossa dödens bojar [och] bistå [eller hjälpa] sitt folk i deras skröpligheter' (Alma 7:10–12). Vem är jag?" (Alma.)

Förklara att inte bara dessa tre profeter profeterade om Jesus Kristus, utan det har också alla andra profeter gjort. Hänvisa till Mosiah 13:33: "Ty se, profeterade icke Moses för dem om Messias ankomst och att Gud skulle återlösa sitt folk? Jo, och hava icke alla profeterna som profeterat ända från världens begynnelse talat mer eller mindre om allt detta?" Förklara att barnen under denna lektion ska få höra om en annan viktig profet, lamaniten Samuel, som med stort mod och med kraft förkunnade om Kristi födelse och död och hans uppgift.

Berättelse ur skrifterna

Berätta för barnen om lamaniten Samuel ur Helaman 13–14, 16. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona att Samuel modigt undervisade folket om Jesus och försoningen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilket budskap sändes lamaniten Samuel att uppenbara för nephiterna? (Helaman 13:6–7.) Vilket glatt budskap sändes Samuel att förkunna? (Helaman 14:9, 11–13. Förklara att det glada budskapet är evangeliet.) Varför är Jesu Kristi evangelium ett glatt budskap för oss? (Vi kan omvända oss och få förlåtelse för våra synder.)
- Vad sade Samuel skulle hända med nephiterna om de inte omvände sig? (Helaman 13:6, 8–10.) Varför är det viktigt att vi har Anden med oss? Varför är det viktigt att inte skjuta upp sin omvändelse? (Helaman 13:38.)
- Vilka följde nephiterna istället för profeterna? (Helaman 13:27–29.) Vilka "dåraktiga och blinda vägvisare" leder folket idag? På vilka sätt försöker andra ibland få oss att göra det som är fel?
- Varför förkastade folket Samuels undervisning? (Helaman 14:10.)
- Visa bilden på lamaniten Samuel på muren. Varför klättrade Samuel upp på stads-muren? (Helaman 14:11–12.) Vad profeterade Samuel skulle hända om fem år, och vilka tecken skulle synas? (Helaman 14:2–6.) Vilka tecken skulle synas vid Kristi död? (Helaman 14:20–28.) Varför uppenbarade Herren dessa tecken för nephiterna? (Helaman 14:12–13, 28.)
- Vad lärde Samuel folket om försoningen? (Helaman 14:15–18.) Vilket ansvar har vi, då vi förstår försoningen? (Helaman 14:19.) Vilket ansvar har vi för våra handlingar? (Helaman 14:30–31.)
- Vad gjorde de nephiter som trodde på Samuel, när han hade slutat predika? (Helaman 16:1.) Vad gjorde de som inte trodde på honom? (Helaman 16:6.) Varför tror ni att människor väljer att inte tro på profeterna? Vad kan vi göra för att stärka vårt vittnesbörd om profeterna?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Ta fram några tal som nyligen hållits av den levande profeten (se *Liahonas konferensnummer*). Läs några utdrag ur talen och låt barnen tänka efter vad profeten lär dem att de ska göra idag. Skriv barnens svar på skrivtavlan. Låt alla barnen välja en egen princip som de vill följa, och låt dem skriva ner den på ett papper.

2. Skriv två rubriker på skrivtavlan: "Tecken på Kristi födelse" och "Tecken på Kristi död". Skriv ner alla tecknen på Kristi födelse och död som nämndes i lektionen på olika papperslappar, och blanda ihop dem i en liten ask. Låt barnen turas om att ta en lapp, läsa den och sätta den under en av de två rubrikerna.

Tecken på Kristi födelse (Helaman 14:2–6)

Stora ljus ska visa sig på himmelen
 En dag och en natt och en dag, som om ingen natt fanns
 En ny stjärna
 Många tecken och under på himmelen

Tecken på Kristi död (Helaman 14:20–28)

Solen, månen och stjärnorna ska förmörkas
 Inget ljus under tre dagar
 Åska och blixtar i många timmar
 Jorden ska skaka och darra
 Stora berg och klippor ska sönderbrytas
 Stora stormar
 Berg ska jämnas med marken
 Dalar ska bli berg
 Vägar ska brytas upp
 Städer ska läggas öde
 Gravar ska öppnas och lämna ifrån sig sina döda

3. Lär er utantill sjätte, sjunde eller nionde trosartikeln.
 4. Sjung eller läs orden till "Mormons boks berättelser", vers 7 (*Barnens sångbok*, s 62) eller "Lyss till profeten" (*Barnens sångbok*, s 58).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om sanningen i det som profeterna, både i forna tider och nu, säger till oss.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Helaman 14:1–14, 20–31 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Tecken i Amerika på Jesu Kristi födelse

Ändamål	Att lära barnen att då vi har tro, kan tecken stärka vårt vittnesbörd om Jesus Kristus.
Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön 3 Nephi 1–2. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.3. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. De visuella hjälpmedel som finns i slutet av denna lektion. Du kan i stället göra enkla teckningar på skrivtavlan.
Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	Tala om för barnen att du tänker ge dem några ledtrådar om en händelse som inträffade för många år sedan. Be dem räcka upp handen när de vet vilken händelse som ledtrådarna pekar på. Be barnen komma fram och hålla bilderna (se visuella hjälpmedlen i slutet av lektionen) på följande föremål, som du delar ut: <ul style="list-style-type: none">ÄngelHerdarÅsnaStjärnaKrubbaNyfött barn När barnen har gissat att händelsen i fråga är Jesu Kristi födelse, låter du bilden på stjärnan sitta kvar uppe. Förklara att lektionen handlar om en plats långt från Jerusalem, där människorna sökte efter tecknen på Frälsarens födelse och såg en stjärna.
Berättelse ur skrifterna	Lär barnen berättelsen ur 3 Nephi 1–2 om folket i Zarahemla vid tiden för Kristi födelse. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Förklara att Nephi i denna berättelse var son till Nephi, som var Helamans son.
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad sade en del av människorna om lamaniten Samuels profetior? (3 Nephi 1:5–6.) Hur reagerade de troende inför de otroende? (3 Nephi 1:7.)
- Vilka tecken sökte de efter? (3 Nephi 1:8.) Vad visar deras ståndaktighet om deras tro?
- Hur hotade de otroende de som trodde? (3 Nephi 1:9.) Varför tror ni att en del människor blir arga på dem som tror på Gud?
- Vad gjorde Nephi när han såg folkets ogudaktighet? (3 Nephi 1:12.) Vad blev svaret på Nephis bön? (3 Nephi 1:13–14.) Varför sade Jesus Kristus att han skulle komma till världen?
- Hur uppfylldes profetian? (3 Nephi 1:15, 19.) Varför blev de otroende så rädda när de såg tecknen på att profetian uppfylldes? (3 Nephi 1:18.) Hur skulle ni ha känt er om ni var där?
- Vilket tecken såg nephiterna, som också syntes i Betlehem? (3 Nephi 1:21.)
- Vad gjorde Satan för att försöka hindra människorna från att tro på tecknen? (3 Nephi 1:22.) Hur visade dessa människor sin tro på Herren? (3 Nephi 1:22–23.)
- Vad hände som fick människornas tro och rättfärdighet att minska? (3 Nephi 1:29–30.) Varför är det viktigt att vi följer våra föräldrars rättfärdiga exempel och lärdomar? Hur har ni blivit välsignade genom att lyda era föräldrar?
- Vad var folkets inställning till de många tecken de såg? (3 Nephi 2:1–2.) Vad kan vi lära oss om styrkan i vittnesbörd som bygger på tecken? Vad kan vi göra för att stärka vårt vittnesbörd?
- Vad blev följderna av nephiternas otro? (3 Nephi 2:3, 11.) Vad gjorde de rättfärdiga nephiterna och lamaniterna för att skydda sig? (3 Nephi 2:12.) Hur får vi hjälp att bli starkare genom att vara tillsammans med andra medlemmar i kyrkan och be till vår himmelske Fader?
- Vad hände till slut med folket på grund av deras ogudaktighet? (3 Nephi 2:17–19.)
- Hur vet ni att profetiorna om Jesu Kristi andra ankomst kommer att uppfyllas? (3 Nephi 1:20.)
- Hur tror ni att världen kommer att vara, när Jesus Kristus kommer tillbaka? Vilka slags människor vill ni vara när han kommer? Vad kan vi göra nu för att förbereda oss för Kristi andra ankomst?

Tilläggsaktiviteter

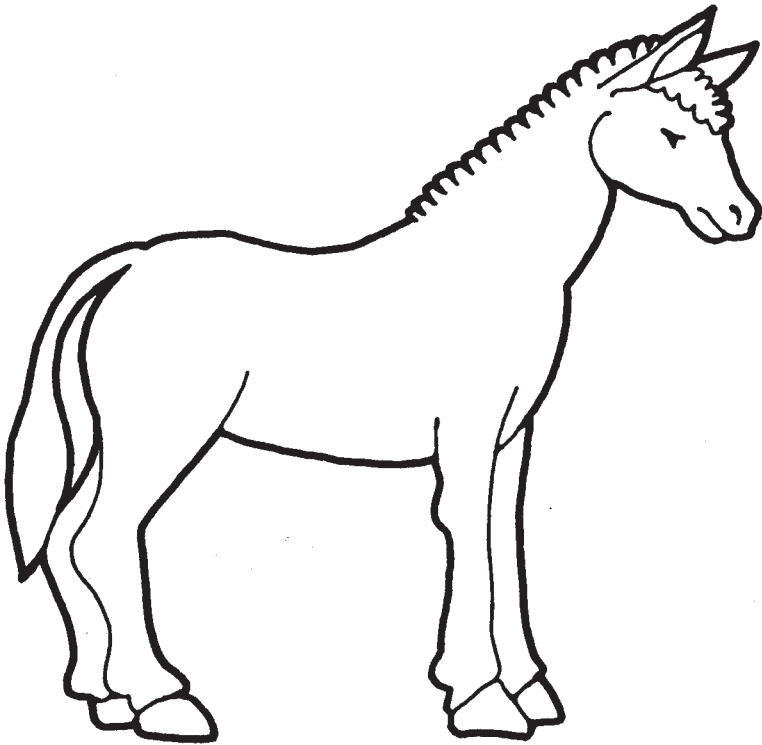
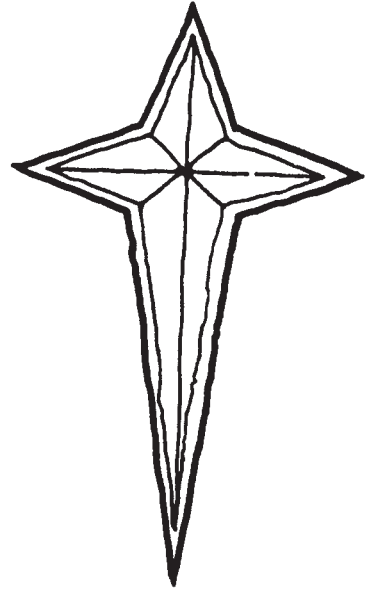
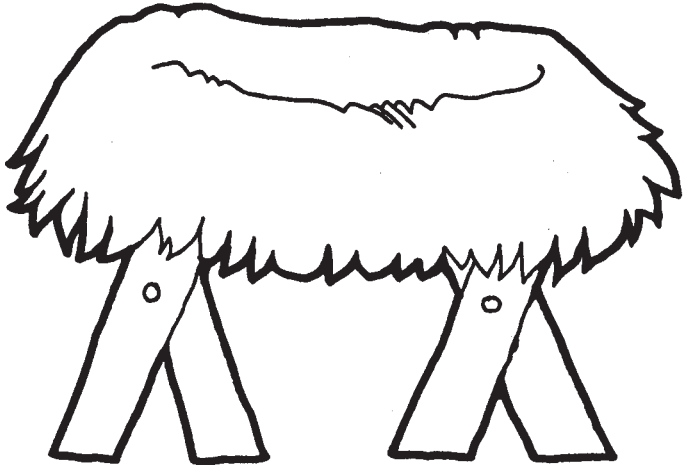
Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Be barnen nämna några icke troende människor som ni talat om under tidigare lektioner och som bad om eller fick se tecken. Diskutera hur tecknen påverkade deras vittnesbörd. Använd följande exempel om barnen behöver hjälp:
Laman och Lemuel (1 Nephi 3:28–31; 17:45)
Sherem (Jakob 7:13–20)
Korihor (Alma 30:43–56)
2. Be barnen låtsas att de är hemlärare eller besökslärarinnor. Låt dem som vill förklara vad de skulle lära människorna för att hjälpa dem att behålla starka vittnesbörd om Jesus Kristus.

3. Hjälp barnen att lära sig 3 Nephi 1:20 utantill. Tala om hur denna vers kan tillämpas i vårt liv.
4. Hjälp barnen att lära sig tionde trosartikeln utantill.
5. Sjung eller läs orden till "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20) eller "När Jesus kommer hit" (*Barnens sångbok*, s 46).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att vår himmelske Fader kommer att uppfylla alla profetior som har uttalats. Betona hur nödvändigt det är att leva rättfärdigt och att vara förberedd för att möta Frälsaren, när han kommer tillbaka.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 1:4–15, 19–22 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.



Ändamål

Att stärka varje barns vittnesbörd om att Jesus Kristus är Guds Son, att han är vår Frälsare och att han lever idag.

Förberedelse

1. Studera under bön 3 Nephi 8–11. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: 3 Nephi 7.
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-43, Kristus visar sig för nephiterna (Evangeliet i bild 315; 62047); 4-44, Världskarta, samt 4-45, Jesus undervisar på västra halvklotet (Evangeliet i bild 316; 62380).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Fråga barnen om någon av dem har upplevt en hemsk, våldsam storm. Be något eller några av barnen att berätta om en sådan upplevelse, eller också kan du själv berätta. Förklara att när Jesus Kristus korsfästes i Jerusalem, kom en hemsk storm och stor förstörelse i Amerika. Med hjälp av kartan visar du var han levde och dog i det som nu kallas Israel. Förklara att denna lektion handlar om vad som hände i Amerika då Jesus Kristus dog.

**Berättelse ur
skrifterna**

Använd bilderna vid lämpliga tillfällen och berätta för barnen om tecknen på Frälsarens död och hans besök hos nephiterna ur 3 Nephi 8:5–11:41. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

**Diskussions- och
tillämpningsfrågor**

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad hade lamaniten Samuel profeterat för nephiterna om Frälsarens död? (Helaman 14:20–27.) Varför försökte han förbereda dem? (Helaman 14:28–29.) Hur uppfylldes dessa profetior? (3 Nephi 8:5–25.)
- Vad sade Frälsaren var orsaken till att människorna hade dödats? (3 Nephi 9:2, 12.) Vad sade han till människorna som inte hade blivit dödade? (3 Nephi 9:13–14.) Vad innebär det att komma till Kristus? Vilka välsignelser får vi då vi blir mer lika Frälsaren?

- Vad lärde Jesus folket om sin mission? (3 Nephi 9:15–17.) Varför är det viktigt att vi vet att Jesus Kristus är Guds Son?
- Vad sade Jesus var orsaken till att han kom till världen? (3 Nephi 9:21.) Vad måste vi göra för att bli frälsta från våra synder? (3 Nephi 9:22.) Hur kände sig människorna då de förstod försoningen? (3 Nephi 10:10.)
- Hur många gånger hörde människorna vid templet i landet Ymnighet rösten från himmelen utan att förstå den? (3 Nephi 11:3–4.) Vad gjorde människorna för att de skulle kunna förstå rösten? (3 Nephi 11:5–6.) Vad innebär det att de "öppnade sina öron att höra"? (Vi måste lyssna och vara beredda att ta emot det som vår himmelske Fader vill att vi ska höra.)
- Vad hörde folket att vår himmelske Fader sade till dem den tredje gången? (3 Nephi 11:6–7.) Vilka viktiga lärdomar får vi här? (Vi får veta att Jesus Kristus är Guds Son, de är två olika varelser, Fadern älskar Sonen och vi borde lyssna till Sonen.) Vad kan vi göra för att bättre lyssna på och förstå Jesu Kristi ord?
- Vad såg människorna då de tittade upp mot himmelen? (3 Nephi 11:8.) Varför tror ni att människorna föll till jorden, när Frälsaren talade om för dem vem han var? (3 Nephi 11:10–12.) Hur skulle ni ha känt er om ni hade varit där? Varför lät Kristus människorna känna på såren i hans kropp? (3 Nephi 11:14–15.)
- Hur kände och visade nephiterna tacksamhet och kärlek till Frälsaren? (3 Nephi 11:16–17.) Hur kan vi visa kärlek och tacksamhet för honom och det han gjort för oss?
- Vilken viktig förordning gav Jesus Kristus Nephi makt att utföra? (3 Nephi 11:19–21.) Hur bör ett dop utföras? (3 Nephi 11:22–27.)
- Vad sade Frälsaren om ordstrider och oenighet? (3 Nephi 11:28–30.)
- Vad sade han att vi alla måste göra för att få evigt liv? (3 Nephi 11:33–38.)
- Förklara att den viktigaste nyheten i världen idag är att Jesus Kristus lever. Många människor tänker på honom som en som levte för länge sedan och dött på korset. Vilken kunskap har vi som medlemmar i hans kyrka som gör att vi känner oss särskilt nära Frälsaren? (Vi vet att han led för våra synder och gav sitt liv för oss och att han lever och leder sin kyrka idag.)

Be barnen att berätta om sina känslor och tankar om Jesus Kristus.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Läs och diskutera första, andra eller fjärde trosartikeln. Hjälプ barnen att lära sig en av dem utantill.
2. Diskutera innebörden i att ha ett vittnesbörd. Något av det viktigaste en människa kan ha i detta liv är ett vittnesbörd om att Jesus Kristus är en verklig person och Guds Son, vilket gör honom gudomlig. Ett vittnesbörd är en andlig känsla och en stark övertygelse som blir till kunskap. När man börjar få ett vittnesbörd, känner man inom sig att evangeliet är sant. Den känslan växer och blir starkare, då vi vårdar den genom studier, bön och lydnad. Man börjar välja rätt tack vare sin tro och kärleken till vår himmelske Fader och hans Son Jesus Kristus. Då vi bär vårt vittnesbörd, berättar vi för andra om våra känslor och vår hängivenhet mot vår

himmelske Fader och Jesus Kristus. Vi vittnar också genom vårt sätt att leva, klä oss och handla. När vi väljer det rätta, visar vi för andra att vi har ett vittnesbörd om Jesus Kristus och hans evangelium.

3. Diskutera varför det är viktigt att vi ständigt lär oss mer om Jesus Kristus. Förklara att vi har en benägenhet att bli lika dem som vi känner, beundrar och respekterar. Vi kommer närmare Jesus Kristus och blir mer lika honom, då vi får kunskap om honom och försöker följa hans exempel.
4. Sjung eller läs orden till "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att Jesus Kristus verkligen lever och att han är gudomlig.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 11 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Jesus Kristus lär nephiterna saligprisningarna

Lektion
34

Ändamål Att lära barnen att saligprisningarna och de övriga sanningar som Jesus Kristus lärde nephiterna kan hjälpa oss att bli mer lika vår himmelske Fader och hans Son.

Förberedelse

1. Studera under bön 3 Nephi 12 och 13. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-45, Jesus undervisar på västra halvklotet (Evangeliet i bild 316; 62380).

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Dela in barnen i grupper om två. Om det är ett ojämnt antal barn, sätter du dig bredvid ett av barnen. Be barnen att först lyssna till alla anvisningar och sedan försöka komma ihåg dem och göra dem i samma följd som de fick anvisningarna.

1. Skaka hand med din kamrat och säg ditt fullständiga namn.
2. Ställ dig upp och säg något till din kamrat som du beundrar hos honom eller henne.
3. Snurra runt en gång och berätta för din kamrat om något du tycker om hos dig själv.
4. Ta reda på vilken profet i Mormons bok som din kamrat tycker bäst om.
5. Sitt ner och knäpp händerna.

Be barnen börja. Om barnen har svårt att komma ihåg allt, repeterar du instruktionerna och låter dem försöka igen. Förklara att om aktiviteten upprepades många gånger, skulle alla komma ihåg och göra det de blev ombedda att göra. Då vi väljer att följa Jesu Kristi lärdomar hela livet, lär vi oss så småningom att bli lika vår himmelske Fader och hans Son.

Förklara att Jesus Kristus besökte Amerika när han hade uppstått. Han valde tolv lärjungar och lärde nephiterna samma principer som i bergspredikan i Jerusalem (se Matteus 5–7). Dessa lärdomar, som kallas saligprisningarna, är viktiga för oss att efterleva. *Saligprisning*, att prisa någon salig, är att kalla någon lycklig.

Berättelse ur skrifterna

Visa bilden på Jesus som undervisar på västra halvklotet, och lär barnen berättelsen ur 3 Nephi 12 och 13 om hur Jesus Kristus lärde ut saligprisningarna. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona att Frälsaren lärde oss hur vi ska bli lika honom och hans Fader.

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vem sade Jesus Kristus att nephiterna skulle lyssna till och lyda? (3 Nephi 12:1.) Varför är det viktigt att vi lyssnar till och lyder våra ledare i kyrkan idag?
- Vilka välsignelser får vi när vi döps? (3 Nephi 12:2.) Vad måste vi göra om vi vill att den Helige Anden ska hjälpa oss?
- Vad betyder det att vara "i anden fattig"? (3 Nephi 12:3. Läraktig, inte egenkär eller skrytsam.) Hur kan vi visa vår himmelske Fader att vi är läraktiga? Framhåll att orden "som komma till mig" i vers 3 inte finns med i Bibelns text, men hjälper oss att bättre förstå saligprisningarna. Det räcker inte med att vara "fattig i anden", om vi inte kommer till Frälsaren. Detta gäller också alla de andra saligprisningarna.

Frälsaren lärde att vi bör omvända oss och komma till honom "som ett litet barn" (3 Nephi 9:22). Påpeka några goda egenskaper som du lagt märke till hos varje barn. Framhåll betydelsen av att vara vörnadsfull på lektionen, att försöka lära sig mer och att hjälpa andra att lära.

Läs 3 Nephi 12:4. Berätta om ett tillfälle då du känt dig tröstad av Anden. Be att barnen berättar om tillfällena då de blivit tröstade.

- Vad betyder det att vara saktmodig? (3 Nephi 12:5. Att vara snäll och vänlig och visa självbehärskning.) På vilka sätt blir vi själva och andra välsignade då vi är saktmodiga?
- Vad innebär det att hungra och törsta efter rättfärdighet? (Vi bör vilja vara goda i lika hög grad som vi vill få mat och dryck.) Vad blir vi lovade om vi hungrar och törstar efter rättfärdighet? (3 Nephi 12:6.)
- Vad innebär det att visa barmhärtighet? (3 Nephi 12:7. Att vara villig att förlåta, att vara vänlig och kärleksfull.) Vad blir vi lovade då vi visar barmhärtighet? Du kanske vill berätta om något tillfälle då du valde att förlåta någon och hur det kändes när du gjorde det.
- Vad innebär det att vara renhjärtad? (3 Nephi 12:8. Att vara uppriktig, att ha ett rent sinne och ett rent hjärta, att njuta av det goda och att vända ryggen åt ondska eller ogudaktighet i tanke och handling.) Kan ni komma på några exempel på när man väljer att göra det som är gott istället för det som är dåligt? Hur hjälper oss lydning mot evangeliets lärdomar att vara renhjärtade?
- Vad innebär det att vara fridsam? (3 Nephi 12:9.) Vilka situationer kan vi förändra genom att vara fridsamma? Hur känner ni er då ni är fridsamma?
- Vad lovade Frälsaren dem som blir förföljda (retade, hånade, plågade) på grund av sitt vittnesbörd om honom? (3 Nephi 12:10–12.) Vet ni någon som har utstått förföljelse för Frälsarens skull? Du kanske vill berätta om när du eller någon du känner stod för det rätta, trots andras kritik.
- Vad betyder det att vara jordens salt? (3 Nephi 12:13. Se tilläggsaktivitet 4.) Hur kan ert rättfärdiga föredöme för andra jämföras med salt?
- Hur mycket ljus skulle ljuset på en ljusstake sprida om det stod under en spann eller en tunna? (3 Nephi 12:14–16.) På vilka sätt kan ni låta ert ljus (eller exempel) lysa? Hur har någon annans exempel varit som ett ljus för er i livet?

- Hur kan lydnad mot buden hjälpa oss att bli mer lika vår himmelske Fader och Jesus Kristus? (3 Nephi 12:48.)
- Hur viktigt är det att vi förlåter andra? (3 Nephi 13:14–15.)
- Vad kan vi lära oss om fasta av 3 Nephi 13:16–18?
- Vad tror ni att följande ord betyder: "samlan eder icke skatter på jorden ... utan samlan eder skatter i himmelen"? (3 Nephi 13:19–20.) Vilka skatter kan vi ta med oss från detta liv till nästa? Vilka skatter som tycks viktiga för oss nu kan vi inte ta med oss?
- Varför ger Jesus Kristus oss befallningar? (3 Nephi 12:20.) Vad har ni lärt er av saligprisningarna och andra sanningar, som hjälper er under veckan att bli mer lika Frälsaren?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv rubrikerna *saliga är* och *löfte* på skrivtavlan. Skriv *3 Nephi 12:3*, *3 Nephi 12:4* och så vidare till och med vers 10 på olika papperslappar och dela ut dem till klassdeltagarna. Låt barnen läsa versen på sitt papper och tala om för dig vilket löfte som hör ihop med varje saligprisning. Skriv svaren under rätt rubrik. (Poängtera betydelsen av att "komma till Kristus" när ni talar om varje saligprisning.) När ni är färdiga ska följande uppställningar finnas på skrivtavlan:

<u>SALIGA ÄR</u>	<u>LÖFTE</u>
de fattiga i anden som kommer till Jesus Kristus	hör himmelriket till
de som sörjer	ska bli tröstade
de saktmodiga	ska besitta jorden
de som hungrar och törstar efter rättfärdighet	ska bli fyllda med den Helige Anden
de barmhärtiga	ska få barmhärtighet
de renhjärtade	ska se Gud
de fridsamma	ska kallas Guds barn
de som lider förföljelse för Frälsarens skull	hör himmelriket till

2. Samtala om trettonde trosartikeln och hjälp barnen att lära sig den utantill.
3. Fråga barnen hur de bättre skulle kunna efterleva en av saligprisningarna, och skriv upp deras förslag på skrivtavlan. Uppmuntra varje barn att välja en av saligprisningarna att arbeta på under veckan. Du kanske vill ge varje barn ett papper med meningen: "Den här veckan ska jag vara mer _____." Låt dem fylla i tomrummet och ta med sig papperet hem.

4. Visa barnen lite salt. Förklara att salt har använts i hundratals år till att krydda föda och hindra maten från att förstöras. Precis som salt bevarar mat, bevaras vårt förhållande till vår himmelske Fader och Frälsaren, då vi lyder deras lärdomar och håller våra förbund. Precis som saltet ger maten krydda, kan vi tillsätta godhet i världen genom att leva rättfärdigt. Ställ följande frågor till barnen:

- Vilka orena krafter i världen kan påverka vårt förhållande till Frälsaren?
- Precis som saltet mister sin sälta (smak) när det blandas upp med orenhet, vad händer med oss då vi släpper in orenhet (orena tankar, krafter och handlingar) i vårt liv?

5. Om du inte håller denna lektion på en fastesöndag, kan du ta med dig till exempel popcorn med och utan salt (hör efter med föräldrarna om något av barnen är allergiskt). Låt barnen smaka på skillnaden. Förklara hur viktigt salt är för vissa födoämnen. Hjälプ barnen att förstå att för att betraktas som jordens salt måste vi utveckla kristuslika egenskaper och tjäna andra.

6. Läs följande skriftställe. Låt barnen räcka upp handen varje gång de hör ordet *göra*.

"Detta är mitt evangelium, och I veten vad I måsten *göra* i min kyrka, ty det verk, som I haven sett mig *göra*, skolen även I *göra*, ja, det som I haven sett mig *göra*, det skolen I *göra*.

Därför, om I *gören* detta, ären I välsignade, ty I skolen bliva upphöjda på den yttersta dagen" (3 Nephi 27:21–22; kursivering tillagd).

Förklara att om vi gör det som Frälsaren befallt oss att göra, välsignar han oss. Det är en evig lag att lydnad medför välsignelser. Du kanske vill läsa och tala om L&F 130:20–21.

7. Visa en bild på Spencer W Kimball, kyrkans tolfte president. Citera för barnen ett motto som han tyckte mycket om: "Gör det." President Kimball visste att det var viktigt att inte bara känna till Jesu lärdomar, utan att verkligen följa dem. Berätta nedanstående om president Kimball och sången "Jag är Guds lilla barn".

"År 1957 bad Primärs generalkommitté ... Naomi W Randall och Mildred T Pettit ... att skriva en sång om hur viktigt det är att barn blir undervisade om evangeliet. Naomi Randall berättade: 'Samma kväll böjde jag knä och bad högt. Jag vädjade om att vår himmelske Fader skulle låta mig få veta de rätta orden. Omkring klockan två på natten vaknade jag och började på nytt fundera på sången. Det kom ord till mig ... Jag steg genast upp och började skriva ner orden så som jag hade fått dem i tankarna. Snart hade jag tre verser och en kör. Jag överblickade arbetet med tacksamhet, njöt av ordens budskap och återvände till sovrummet, där jag böjde knä inför min Fader i himmelen och sade: "Tack så mycket!"'

De ursprungliga orden i texten var: 'Så att jag en dag återvända kan till Gud, om jag *känt till* hans lag.' (Kursivering tillagd.) Några år efter det att sången hade utgivits, var Spencer W Kimball, som då var medlem i de tolv apostlarnas kворum, närvarande vid en konferens där en kör av primärbarn sjöng sången. Naomi Randall sade: 'På resan hem talade han med en medlem i Primärs generalkommitté och uttryckte sin kärlek till sången. Sedan sade han att det var ett ord i texten som bekymrade honom. Han undrade om syster Randall kunde tänka sig att ändra raden där det står "om jag *känt till* hans lag" till "om jag *har lytt* hans lag". Naturligtvis accepterade jag glatt hans förslag.

Jag undrade varför jag inte hade tänkt på detta när texten skrevs från början. Men under tidens lopp upplevde jag mycket starkt att Herren ville att sången skulle utvecklas på detta sätt, för det blev ett undervisningstillfälle för medlemmar i hela kyrkan. De förstod att kunskap om evangeliet inte är allt som krävs, utan det är den dagliga *lydnaden* till Herrens vilja och hans bud som hjälper oss att nå vårt eviga mål” (Karen Lynn Davidson, *Our Latter-day Hymns*, s 303–304).

Låt varje barn skriva: ”Gör det nu” på ett kort och ta med sig det hem.

8. Sjung eller läs orden till ”Jag lyda vill Guds lagar” (*Barnens sångbok*, s 72), ”Älska varandra” (*Barnens sångbok*, s 74), ”Nephis mod”, vers 3 (*Barnens sångbok*, s 64), ”Jag är Guds lilla barn” (*Barnens sångbok*, s 2), eller ”Gör vad är rätt” (*Psalmer*, nr 160).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att vi genom att efterleva saligprisningarna och andra bud blir välsignade och blir mer lika vår himmelske Fader.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 12:3–24, 39–48 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Jesus Kristus botar de sjuka och välsignar barnen

Ändamål	Att lära barnen att Jesus Kristus älskar var och en av oss och att uppmuntra dem att känna glädje genom att tro på honom.
----------------	---

Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön 3 Nephi 17. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.3. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. Salt.c. Bild 4-46, Jesus botar nephiterna (Evangeliet i bild 317; 62541); 4-47, Jesus ber med nephiterna (62542) och 4-48, Jesus välsignar nephiternas barn.
---------------------	---

Undervisnings- förslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhets- aktivitet	Låt alla barnen smaka på litet salt. Fråga dem hur de skulle förklara smaken för någon som aldrig hade smakat salt. Du kanske behöver påminna dem om att de inte får beskriva smaken som "salt", för en person som aldrig har smakat på salt vet inte vad ordet betyder. Förklara att det ibland är svårt att beskriva sådant som man har upplevt med ord som andra kan förstå. Nephiterna kände så stor glädje då Jesus Kristus visade sig för dem, att de sade: "Ingen tunga kan uttala, ej heller kan någon människa skriva, ej heller människors hjärtan fatta det stora och underbara som vi både sågo och hörde" (3 Nephi 17:17). Tala om för barnen att om de i sin fantasi ser framför sig händelserna som de ska få höra berättas om i denna lektion, kan de kanske känna och förstå med sin ande vissa sanningar som ord inte kan beskriva.
Berättelse ur skrifterna	Med hjälp av bilderna vid lämpliga tillfällen berättar du för barnen om hur Jesus Kristus botade de sjuka och välsignade barnen ur 3 Nephi 17. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona att Frälsarens kärlek till människorna var så stor, att ord inte kunde uttrycka den.
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna. <ul style="list-style-type: none">• Vad sade Jesus Kristus att människorna skulle göra för att kunna förstå det som han hade lärt dem? (3 Nephi 17:3.) Vad innebär det att överväga något? (Att tänka mycket på något.) Varför är det viktigt att överväga och be om det som vi får lära oss av våra ledare och lärare i kyrkan?

- Vart sade Frälsaren att han skulle gå efter besöket hos nephiterna? (3 Nephi 17:4.) Hur visar detta att Jesus älskar alla vår himmelske Faders barn?
- Vad gjorde människorna när Frälsaren sade att han tänkte lämna dem? (3 Nephi 17:5.) Vad gjorde han för att visa att han älskade dem? (3 Nephi 17:6–8.)
- Vad sade Jesus Kristus var skälet till att människorna kunde bli botade? (3 Nephi 17:8.) Vad är en orsak till att underverk ibland inte sker? (Ether 12:12, 18.)
- Hur visade nephiterna sin tacksamhet, då Jesus Kristus botade de sjuka? (3 Nephi 17:10.) När bör ni tacka vår himmelske Fader och Jesus? Hur kan ni visa er tacksamhet för de välsignelser ni får?
- Vad befallde Jesus Kristus människorna att göra, när han hade botat de sjuka? (3 Nephi 17:11.) Vad gjorde han när barnen hade förts fram inför honom? (3 Nephi 17:13–15.) Varför skrevs de ord han bad till vår himmelske Fader inte ner? (3 Nephi 17:16–17.)
- Varför grät Jesus? (3 Nephi 17:20–21.) På vilka sätt har evangeliet gett er glädje? Hur visade han sin kärlek till barnen? (3 Nephi 17:21.) Hur skulle ni känna er om Jesus höll er i sin famn, välsignade er och bad till vår himmelske Fader för er?
- När Frälsaren sade till föräldrarna att de skulle titta på sina små, vad såg då föräldrarna? (3 Nephi 17:23–24.) Vad betyder det att *betjäna*? (Att hjälpa eller tjäna andra.) Vad kan vi göra för att tjäna andra?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Läs och diskutera följande ord av president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president:

”Jag lovar er, kära barn, att änglarna även kommer att betjäna er. Ni kanske inte ser dem, men de kommer att finnas där för att hjälpa er, och ni kommer att känna deras närvaro ...

Kära barn, vår himmelske Fader sände er till jorden vid den här tiden eftersom ni är några av hans modigaste barn. Han visste att det skulle finnas mycket orättfärdighet i världen idag, och han visste att ni kunde vara trofasta och lydiga” (*Nordstjärnan*, jul 1989, s 77).
2. Läs tillsammans 3 Nephi 17:20–21. Be barnen välja ut ett eller flera ord från dessa verser som de tycker är viktiga och låt dem sedan berätta om de ord de valde.
3. Be att barnen tänker på de stunder i livet då de har varit lyckligast. Ställ följande frågor om dessa tillfällen:
 - Vad gjorde ni då?
 - Vad gjorde er lyckliga?
 - Varför är vi lyckligast när vi lever så som Jesus lärde oss?
 - Varför är ni lyckligast tillsammans med vissa vänner och släktingar?

Förklara att vi naturligtvis vill vara tillsammans med dem som vi älskar och som älskar oss. Om vi lyder Guds bud, kan vi få leva för evigt tillsammans med vår himmelske Fader och Jesus. Detta kommer att ge oss den största glädje vi kan få uppleva.

4. Eftersom de nephiter som samlades i landet Ymnighet inte var tillräckligt förberedda kunde Frälsaren inte säga dem allt som vår himmelske Fader ville att de skulle få veta. Vad bad Jesus folket att göra? (Låt barnen fylla i tomrummen ur 3 Nephi 17:3.)

 Gån därför till edra hem och överbägen
 det som jag har sagt och bedjen
 Fadern i mitt namn , att i mån förstå. (3 Nephi 17:3.)

Vad bör ni göra efter en konferens, ett sakramentsmöte eller Primär, för att ni bättre ska förstå det ni hört?

5. Sjung eller läs orden till "När Jesus kommer hit" (*Barnens sångbok*, s 46).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om att Jesus Kristus och vår himmelske Fader älskar alla barn, och att om vi tror på Jesus Kristus och lyder buden, får vi uppleva glädjen att få vara tillsammans med dem igen.

Förslag till
läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 17 hemma som repetition av denna lektion.
Be ett barn hålla avslutningsbön.

Jesus Kristus ger nephiterna sakramentet

Lektion
36

Ändamål	Att uppmuntra barnen att alltid minnas Jesus Kristus, så att de kan ha hans Ande hos sig.
----------------	---

Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön 3 Nephi 18:1–14. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.3. Skriv följande ord på papperslappar (eller på skrivtavlan): <i>Mörker</i> <i>Förstörelse</i> <i>Röst</i> <i>Märken efter hans sår</i> <i>Änglar</i>4. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. Bild 4-43, Kristus visar sig för nephiterna (Evangeliet i bild 315; 62047); 4-46, Jesus botar nephiterna (Evangeliet i bild 317; 62541); 4-47, Jesus ber med nephiterna (62542) och 4-49, Den uppståndne Jesus Kristus (Evangeliet i bild 239; 62187).
---------------------	--

Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	<p>Fråga barnen vilka viktiga händelser de minns i sitt liv. Fråga dem vad som hjälper dem att komma ihåg dessa händelser.</p> <p>Visa bilderna som står under rubriken "Förberedelse" och de ord du skrivit, ett i taget. Fråga barnen vad varje bild eller ord eller uttryck hjälper dem att minnas om Jesu besök. Förklara att denna lektion handlar om vad Jesus gjorde för att hjälpa oss att alltid minnas honom.</p>
Berättelse ur skrifterna	Lär barnen berättelsen ur 3 Nephi 18:1–14. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none">• Vad bad Jesus Kristus att hans lärjungar skulle hämta? (3 Nephi 18:1.) Vad gjorde Jesus med brödet? (3 Nephi 18:3–4.) Vad gjorde han med vinet? (3 Nephi 18:8–9.)

- Vad måste en ung man ha innan han kan göra ordning eller välsigna eller dela ut sakramentet till kyrkans medlemmar? (3 Nephi 18:5.) Vem gör i ordning, delar ut och välsignar sakramentet i vår församling?
- Vad hjälper sakramentsbrödet oss att minnas? (3 Nephi 18:7.) Vad hjälper sakramentsvattnet oss att minnas? (3 Nephi 18:11.)
- Vem ingår vi förbund med då vi tar sakramentet? (3 Nephi 18:7.)
- Vad lovar Jesus Kristus oss om vi alltid kommer ihåg honom? (3 Nephi 18:7.) Vad betyder det att ha hans Ande hos sig? (Vi får vägledning och hjälp av den Helige Anden.) Vad kan vi göra under veckan för att alltid komma ihåg Frälsaren, så att vi kan ha hans Ande hos oss?
- När kyrkans medlemmar tar sakramentet, vad intygar de då för vår himmelske Fader? (3 Nephi 18:10.) Vad innebär det att vara villig att hålla hans bud? Kan ni säga några bud som vår himmelske Fader vill att vi villigt ska hålla? Du kan be barnen att tyst välja ut ett bud som de skulle vilja lyda bättre.
- Vilka förbund minns vi och förnyar då vi tar sakramentet? (3 Nephi 18:11.) Hur får vi hjälp att leva bättre genom att ofta tänka på förbunden vi ingår i dopet? (Mosiah 18:10.) Uppmana barnen att noga lyssna till sakramentsbönerna och tänka på hur de kan hålla sina dopförbund under den kommande veckan.
- Hur blir vi välsignade då vi värdigt tar sakramentet? (3 Nephi 18:12–14.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt barnen läsa sakramentsbönerna ur Moroni 4:3 och 5:2. Be barnen föreslå olika sätt att förbereda sig för att ta sakramentet. Du kan använda följande förslag, om barnen behöver hjälp:
 - Sjunga orden till sakramentspsalmen.
 - Lyssna till orden i sakramentsbönerna.
 - Tänka på Frälsarens kärlek, lidande, död, uppståndelse och lärdomar.
 - Tänka på våra förbund med vår himmelske Fader.
2. Berätta om ett tillfälle då du känt Anden. Om något av barnen känt Anden vid ett tillfälle som de skulle vilja berätta om, ber du dem göra det. Hjälper barnen att förstå att Jesus Kristus vill att de ska upptäcka och alltid känna hans Ande i sitt liv. Diskutera följande ord som sades av president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president: "Oftast hör vi Herrens ord genom en känsla. Om vi är ödmjuka och lyhörda, manar Herren oss oftast genom våra känslor. Det är därför andliga maningar ibland framkallar stor glädje och ibland tårar" (*The Teachings of Ezra Taft Benson*, s 77).
3. Välj en välkänd primärsång som ni kan nynna, medan barnen ritar något som hjälper dem att komma ihåg Frälsaren under sakramentsstunden. Det kan till exempel vara Jesus Kristus i Getsemane ortagård, Jesus Kristus hos nephiterna, en välsignelse som barnen är tacksamma för och så vidare. Uppmuntra dem att inrikta sina tankar på Frälsaren under sakramentsstunden.
4. Sjung eller läs orden till "Vörndadsfullt, tillitsfullt" (*Barnens sångbok*, s 11) eller "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20).

Avslutning

Vittnesbörd	Visa bilden på den uppståndne Jesus Kristus. Vittna om att när vi kommer ihåg Jesus och håller hans bud, har vi den Helige Anden hos oss.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 18:1–14 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att uppmuntra barnen att be, så att de inte inleds i frestelse.

Förberedelse

1. Studera under bön 3 Nephi 18:15–25; 19; 20:1. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: Alma 13:28–29, Matteus 26:41 och Läran och förbunden 31:12, 61:39.
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-47, Jesus ber med nephiterna (62542) och 4-50, Familjebön (62275).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Återge äldste Rex D Pinegars berättelse om en speciell familjebön:

"En morgon för flera år sedan körde jag bil med min familj [på semester]. Våra fyra unga döttrar var begeistrade när vi närmade oss avfartsvägen till en berömd park. Skratten och det glada småpratandet stannade emellertid plötsligt när vår hyrda kombibil spottade och fräste och oväntat stannade till på avfartsvägen. Många bilar körde förbi oss i högtrafiken när jag utan framgång försökte att få bilen att starta igen. När vi slutligen insåg att vi inte kunde göra mer gick vi ur den parkerade bilen och ställde oss tätt intill varandra vid sidan av vägen för att hålla bön.

När vi tittade upp efter vår bön såg vi en leende, stilig man och hans son manövrera sin ... bil genom trafikfilerna och köra fram till oss vid sidan av vägen. Under resten av morgonen och fram till på eftermiddagen hjälpte oss dessa män och tog hand om oss på många omtänksamma sätt. De transporterade oss och våra tillhörigheter till parken ... De hjälpte mig att finna en bärgningsbil för den övergivna bilen. De körde mig till hyrfirman för att få en annan bil ... De köpte förfriskningar åt min familj och de väntade med min familj tills jag återkom åtskilliga timmar senare.

Vi kände verkligen att dessa män var ett svar på våra böner och vi sade det till dem när vi sade adjö och tackade dem. Fadern svarade: "Varje morgon säger jag till vår käre Herre att om det finns någon som behöver min hjälp idag så var snäll och vägled mig till dem" (*Nordstjärnan*, jan 1992, s 46).

Be barnen att berätta om egna erfarenheter av enskilda böner och familjeböner.

Berättelse ur skrifterna	Använd bilderna vid lämpliga tillfällen medan du berättar för barnen om hur Jesus Kristus undervisade de många nephiterna ur 3 Nephi 18:15–25; 19; 20:1. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Varför vill Jesus att vi alltid ska be? (3 Nephi 18:15, 18.) • Vem ber vi till? Vems namn ber vi i? (3 Nephi 18:19; 19:6–8.) • Vilket löfte har vi då vi ber i tro för det som är bäst för oss? (3 Nephi 18:20.) Hjälp barnen att förstå att vår himmelske Fader alltid vet vad som är bäst för oss. Ibland är detta inte detsamma som det vi vill. • Varför är det viktigt med familjebön? (3 Nephi 18:21.) Hur kan ni hjälpa er familj att hålla regelbundna familjeböner? • Vad sade Jesus Kristus att vi bör göra för dem som inte är medlemmar i kyrkan? (3 Nephi 18:22–23.) • Vad betyder orden: "Hållen fördenskull upp edert ljus, att det må lysa för världen"? (3 Nephi 18:24.) Hur kan vi hjälpa andra att förstå hur viktig bönen är? • Vad lärde Jesu Kristi tolv lärjungar de nephiter som var samlade? (3 Nephi 19:6.) När faller ni på knä och ber? På vilket sätt visar ni respekt för vår himmelske Fader genom att böja knä? På vilka andra sätt kan vi visa vördnad, medan vi ber hemma och i klassrummen? • Vad var det lärjungarna önskade allra mest, då de bad? (3 Nephi 19:9.) Hur fick de denna gåva? (3 Nephi 19:13–14.) • Vad sade Jesus när han bad till vår himmelske Fader? (3 Nephi 19:20, 28.) Varför tror ni att det är så viktigt att vi tackar i våra böner? Vad är ni tacksamma för? • Hur kan vi be utan uppehåll? (3 Nephi 20:1.) Varför bör vi alltid ha en bön i hjärtat? (3 Nephi 18:15, 18.) Hur kan bönen hjälpa oss att undgå frestelser?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv följande skrifthänvisningar på papperslappar och ge till barnen, en lapp till varje barn eller en lapp till en liten grupp barn. Låt barnen läsa skriftställena och försöka komma underfund med vad Jesus Kristus lärde om de välsignelser vi får genom bön. Låt sedan barnen berätta om vad de lärt sig för klassen.
 - 3 Nephi 18:15, 18 (Vi kan undvika frestelser.)
 - 3 Nephi 18:20 (Våra rättfärdiga önskningar kommer att uppfyllas.)
 - 3 Nephi 18:24 (Vi blir föredömen för andra.)
 - 3 Nephi 19:30 och 27:30 (Vår himmelske Fader och Jesus Kristus blir nöjda med oss.)

2. Leta reda på berättelser om bön ur *Liahona* och återge dem för barnen.
3. Läs och diskutera följande ord från president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president:

”Vi har i våra böner stor benägenhet att be Herren om fler välsignelser. Men ibland tycker jag att vi bör ägna en större del av våra böner till att uttrycka tacksamhet för de välsignelser vi redan fått” (*God, Family, Country*, s 199).

Be barnen att på en minut räkna upp så mycket som möjligt som de är tacksamma för. Sammanfatta deras svar på skrivtavlan.
4. Diskutera och hjälp barnen lära sig utantill en del av Alma 13:28: ”Ödmjuken eder för Herren och åkallen hans heliga namn och vaken och bedjen oavlåtligen, på det I icke mån bliva frestade över eder förmåga att uthärda det, att I måtten stå under den Helige Andens ledning.”
5. Samtala om bönens grundläggande delar:
 - a. Tilltala vår himmelske Fader ...
 - b. Tacka honom för ...
 - c. Be honom om ...
 - d. Avsluta i Jesu Kristi namn, amen.

Skriv på skrivtavlan: ”Jag tackar dig för ...” Be barnen tala om vad de tackar vår himmelske Fader för och sammanfatta deras svar på skrivtavlan. Gör samma sak med: ”Jag ber dig ...”
6. Sjung eller läs orden till ”Barnets bön” (*Barnens sångbok*, s 6), ”Barn i hela världen” (*Barnens sångbok*, s 4), ”Familjebön” (*Barnens sångbok*, s 101) eller ”Kärleken ber här” (*Barnens sångbok*, s 102).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om betydelsen av daglig bön och att vi blir beskyddade från Satans påverkan, om vi ber så som Jesus lärde oss.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 18:18–25 och Alma 13:28–29 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att uppmuntra varje barn att söka den frid och glädje som kommer av att vi lever enligt Jesu Kristi evangelium.

Förberedelse

1. Studera under bön 3 Nephi 28:1–16, 23–40 och 4 Nephi. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs: Mormons bok till varje barn.
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Be barnen att försöka föreställa sig hur det skulle vara, om Frälsaren bodde i deras familj under en veckas tid. Fråga dem hur de tror att det skulle vara att bo i deras hem under den veckan. Låt ett barn läsa 4 Nephi 1:15–16. Förklara att dessa verser beskriver hur folket i Amerika behandlade varandra efter Jesu Kristi besök. Hjälp barnen att samtala om hur det skulle vara att leva under dessa förhållanden.

- På vilka sätt skulle vårt liv bli annorlunda, om alla lydde Guds bud? (Vi skulle inte behöva lås, nycklar, poliser och så vidare.) Hjälp barnen att förstå att en av de viktigaste nycklarna till lycka är vårt sätt att behandla andra. Genom att efterleva Jesu Kristi lärdomar behandlar vi våra familjer och vänner med större vänlighet och mindre själviskhet, och vi finner större frid och lycka.

**Berättelse ur
skrifterna**

Lär barnen berättelsen i 3 Nephi 28:1–16, 23–40 och 4 Nephi, om de nephitiska lärjungarna och den frid och lycka som nephiterna fann genom att hålla Guds bud. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

**Diskussions- och
tillämpningsfrågor**

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad ville Jesu Kristi lärjungar ha av honom? (3 Nephi 28:2, 4–7.) Varför fick dessa tre lärjungar stanna kvar på jorden till änden? (3 Nephi 28:6, 9.) Hur förändrades deras kropp, så att det blev möjligt för dem att göra detta? (3 Nephi 28:38–39.)
- Hur beskyddades de tre lärjungarna då de undervisade folket? (3 Nephi 28:18–22.) Vad skrev Mormon om dessa tre lärjungar? (3 Nephi 28:24–26. Framhåll att Mormon levde omkring 350 år efter Jesus Kristus.)

- Vad gjorde lärjungarna när Frälsaren hade lämnat dem? (3 Nephi 28:18.) Vad gjorde folket när de hörde lärjungarnas ord? (4 Nephi 1:1–2.) Hur många bland folket omvändes? Påpeka att folket inte längre var uppdelat i nephiter och lamaiter, utan var enat.
- Vad betyder *tvister* och *ordstrider*? (4 Nephi 1:2. Gräl.) Hur har ni och era familjer blivit välsignade, då ni inte haft några ordstrider? Hur kan ni vara fridstiftare och hjälpa er familj att undvika stridighet?
- Vad innebär det att folket "hade allting gemensamt"? (4 Nephi 1:3.) Vad skulle ni tycka var positivt med detta sätt att leva? Varför tror ni att det kanske skulle bli svårt?
- Vilka underverk utförde Jesu Kristi lärjungar? (4 Nephi 1:5.)
- Hur blev folket välsignat? (Se tilläggsaktivitet 1.)
- Varför fanns det inga ordstrider i landet? (4 Nephi 1:15.) Vad innebär det att ha "Guds kärlek" i sitt hjärta? När har ni upplevt Guds kärlek i ert liv? Hur kan vi dela med oss av denna kärlek till andra?
- Vad var det som gjorde att detta lyckliga samhälle förändrades? (4 Nephi 1:23–29.) Hur behandlade människorna lärjungarna? (4 Nephi 1:30–34.) Vad är högmod? Hur kan vi få bort högmodet i vårt liv?
- Vad betyder det att göra "uppsåtliga uppror emot Kristi evangelium", som dessa människor gjorde? (4 Nephi 1:38.)
- Hurdant var folkets tillstånd 300 år efter Kristi besök? (4 Nephi 1:45–46.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör ordremsor av följande meningar ur 4 Nephi 1:2–3, 5, 15–17:

"Alla människor handlade rättvist mot varandra."
 "De hade allting gemensamt ibland sig."
 "De utförde alla slags under."
 "Det fanns ingen osämja i landet."
 "Guds kärlek bodde i människornas hjärtan."
 "Ingen avund förekom."
 "Intet kiv förekom."
 "Inga lögner förekom."
 "Det fanns inga rövare."
 "Det fanns inga mördare."
 "De voro alla ett: Kristi barn."

Lägg ordremsorna i en ask och låt varje barn dra en och visa den. Dessa meningar ur 4 Nephi förklarar varför folket levde i frid och lycka.

2. Läs och diskutera följande uttalande av president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president:

"Herren varnar oss i Läran och förbunden: 'Men tagen eder till vara för högmod, att I icke bliven såsom nephiterna fordom' (L&F 38:39)" (*Nordstjärnan*, jul 1989,

s 3). President Benson lärde oss att vi kan övervinna högmodet i vårt liv och vara ödmjuka, saktmodiga och undergivna genom att –

Älska vår himmelske Fader och sätta honom först i livet.

Inte bekymra oss över vad andra tycker om oss utan enbart om vad vår himmelske Fader tycker om oss.

Inte skvallra eller kritisera.

Inte avundas eller leva över våra tillgångar.

Inte strida och bråka i våra familjer.

Hjälpa andra att känna sig väl till mods över sig själva.

Ta emot råd från våra ledare.

Förlåta dem som sårat oss.

Vara osjälviska.

Tjäna andra.

Dessa meningar kan skrivas ut som ordremsor och läggas i en påse. Barnen kan ta fram var sin ordremsa och tala om hur denna princip kan hjälpa oss att övervinna stolthet i vår familj.

3. Läs, diskutera och hjälp barnen att lära sig utantill en del av eller hela 4 Nephi 1:15–16.
4. Låt barnen göra rollspel av vardagliga situationer där ovänskap uppstår. Låt barnen rollspela hur situationen skulle förändras om de levde bland nephiterna där "ingen osämja" fanns. (Förslag: två barn vill båda stå först i kön, två systrar vill båda leka med samma leksak och så vidare.)
5. Läs och diskutera följande ord av äldste Marvin J Ashton:

"Hur vet man om någon är omvänd till Jesus Kristus? . . . Det bästa och tydligaste beviset på att vi tillväxer andligen och kommer till Kristus är genom det sätt varpå vi behandlar våra medmänniskor" (*Nordstjärnan*, jul 1992, s 20).
6. Hjälp barnen att lära sig trettonde trosartikeln utantill. Diskutera hur den kan tillämpas på nephiternas sätt att leva när Jesus Kristus hade besökt dem och hur vi kan leva nu.
7. Läs och diskutera Läran och förbunden 19:23.
8. Sjung eller läs orden till "Jag vet han älskar mig" (*Barnens sångbok*, s 42) eller "Håll alla buden" (*Barnens sångbok*, s 68).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om att vi kan få frid och lycka, om vi ödmjukt lever så som Frälsaren har lärt oss att leva.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 4 Nephi 1:1–18 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Mormon bevittnar nephiternas undergång

Ändamål

Att stärka varje barns önskan att förbli trofast mot Jesu Kristi lärdomar trots de onda krafterna omkring oss.

Förberedelse

1. Studera under bön Mormon 1–6. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Sex nedskrivna beskrivningar av Mormon (se uppmärksamhetsaktiviteten).
 - c. Bild 4-1, Mormon gör ett sammandrag av plåtarna (Evangeliet i bild 306; 62520) och 4-51, Mormon tar farväl av ett folk som en gång var stort (Evangeliet i bild 319; 62043).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Skriv *Mormon* på skrivtavlan.

- Vad tänker ni på när ni hör detta ord?

När barnen diskuterat vad de tänker på förklarar du att de idag ska få lära sig mer om profeten Mormon. Ge sex barn följande beskrivningar på Mormon som ung man. Låt dem läsa dem för klassen:

Jag föddes omkring 321 e Kr.

När jag var tio år gammal, sade profeten Ammaron till mig att jag skulle få Nephis större plåtar när jag var 24 år gammal. (Mormon 1:2–4.)

När jag var elva år gammal flyttade jag till Zarahemla, en stor stad med många människor, tillsammans med min far. Samma år började krigen. (Mormon 1:6–8.)

När jag var femton år gammal, fick jag besök av Jesus Kristus och upplevde hans kärlek och godhet. (Mormon 1:15.)

När jag var sexton år gammal blev jag utvald att leda alla nephiternas härar. (Mormon 2:1–2.)

På grund av mitt folks ogudaktighet måste jag vara stark och hålla min himmelske Faders bud och förtrösta på honom.

Förklara för barnen att då vi studerar Mormons liv, kan vi se hur det är möjligt att leva ett rättfärdigt liv, trots onda krafter omkring oss.

Berättelse ur skrifterna	<p>Berätta om när Mormon gjorde ett sammandrag av Nephis större plåtar och om hur nephiterna gick under ur Mormon 1–6. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)</p>
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hur och varför blev Mormon utvald att bevara uppteckningarna? (Mormon 1:2–4.) Hur tror ni att ni skulle känna er om ni fick samma ansvar som Mormon så tidigt i livet? Hur skulle ni kunna förbereda er för ett så heligt ansvar? • Vad hände bland nephiterna och lamaniterna vid denna tid? (Mormon 1:13.) Vilka andliga välsignelser förlorade nephiterna på grund av sin ogudaktighet? (Mormon 1:13–14.) Varför är det viktigt att leva så att vi kan ha den Helige Anden hos oss? • Varför fick Mormon inte undervisa nephiterna om evangeliet? (Mormon 1:16–17.) På vilka sätt är det svårt att leva i en ogudaktig värld? • Vad fick nephiterna att börja omvända sig? (Mormon 2:10–11. Du kan påminna barnen om Samuels profetia i Helaman 13:18.) Varför förvandlades snart Mormons glädje över folkets omvändelse till sorg? (Mormon 2:12–15.) Hur kan vi uppriktigt omvända oss? • Vad gjorde Mormon med Nephis större plåtar under krigen? (Mormon 2:16–18.) Hjälp barnen att förstå att Mormons bok fick sitt namn efter Mormon på grund av att han var den profet som sammanfattade Nephis större plåtar. Visa bilden på Mormon som gör ett sammandrag av Nephis större plåtar. Detta sammandrag som Mormon gjorde, det som hans son Moroni lade till samt Nephis mindre plåtar är de guldplåtar som Joseph Smith fick vid kullen Cumorah. • Varför var nephiterna inte så framgångsrika i striderna som de kunde ha varit? (Mormon 2:26–27.) Vad kan vi göra för att ha "Herrens styrka med oss"? • Vad hände då Mormon undervisade nephiterna om omvändelse? (Mormon 3:2–3.) Varför lyssnar många människor inte till vår himmelske Fader och hans profeter? • Vad gjorde Mormon till slut på grund av folkets ondska? (Mormon 3:11.) Vad gjorde han för att visa hur mycket han brydde sig om dem? (Mormon 3:12.) Varför bör vi be för människor som inte håller vår himmelske Faders bud? • Vilka profeter hade profeterat om nephiternas undergång? (Mormon 1:19; 2:10.) Vilka svårigheter fick folket uthärda på grund av sin ogudaktighet, som en uppfyllelse av dessa profetior? (Mormon 2:8, 20; 4:11, 21; 5:16, 18; 6:7–9.) Om ni såg att dessa svårigheter drabbade era vänner och grannar, vad skulle ni då vilja göra för dem? Vad kan vi göra för att hjälpa andra lära sig hålla vår himmelske Faders bud? (Se tilläggsaktivitet 2.) • Hur många människor dödades i dessa strider? (Mormon 6:10–15. Se tilläggsaktivitet 3.) Hur kände sig Mormon på grund av folkets undergång? (Mormon 6:16–22.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Diskutera Mormons syfte med att bevara uppteckningarna (Mormon 3:20–22; 5:14–15). Låt varje barn läsa åtminstone en vers för att finna svaren.
2. Be varje barn säga ett bud och förklara hur det hade varit annorlunda i Zarahemla eller i deras egen stad, om alla efterlevde just det budet.
3. Tala om det stora antalet människor som dog. Jämför det med en stad på 230 000 invånare, där alla dödades utom 24.
4. Gå igenom med barnen de välsignelser vi har tack vare Mormons stora tro och mod och tack vare att han uppfyllde sitt ansvar. Ta med följande punkter:
 - Han var ett exempel genom att visa oss hur man förblir trofast, även om man är omgiven av ogudaktighet.
 - Han skrev ner sitt folks historia.
 - Han gjorde en sammanfattning av nephiternas historia.
 - Han skrev brev till sin son Moroni, som ger oss visa råd och lärdomar.
 - Hur kan vi visa tacksamhet för dessa heliga uppteckningar?
5. Sjung eller läs orden till "Jag vet han älskar mig" (*Barnens sångbok*, s 42), "Jag kan följa Guds plan" (*Barnens sångbok*, s 86) eller "Gör rätt val" (*Psalmer*, nr 162).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om Mormons bok och hur boken kan hjälpa oss att förbli trofasta mot Jesus Kristus, trots ogudaktiga krafter omkring oss.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Mormon 1:1–7, 13–19 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Jarediterna förs till det utlovade landet

Lektion 40

Ändamål

Att uppmuntra barnen att söka den Helige Andens vägledning i sitt liv.

Förberedelse

1. Studera under bön Ether 1:1–4, 33–43; 2; 3; 6:1–13 samt 1 Mosebok 11:1–9. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Skriv meningen: "Ställ dig upp, vänd dig om och sätt dig lugnt ner" på en papperslapp. Gör sedan kopior av meningen på andra språk (se nedan), så att de andra barnen också kan få varsin mening.

Tyska: Steh auf, dreh dich um und sitz still.
Italienska: Alzati, girati, siediti, e stai tranquillo.
Danska: Rejs dig op, vend dig omkring, sæt dig stille ned.
Engelska: Stand up, turn around, and sit quietly.
Franska: Lève-toi, tourne-toi, et assieds-toi tranquillement.
Portugisiska: Levante-se, vire-se, e sente-se silenciosamente.
Spanska: Ponte de pie, date una vuelta, y siéntate en silencio.
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Bibel.
 - c. Bild 4-44, Världskarta; 4-52, Jareds bror ser Herrens finger (Evangeliet i bild 318; 62478); 4-53, Jarediternas båtar samt 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572).
-

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Ge alla barnen varsin papperslapp med meningen "Ställ dig upp, vänd dig om och sätt dig lugnt ner" på ett av de olika språken. Be klassdeltagarna att följa instruktionerna på sina lappar.

- Varför kan ni inte allihop följa instruktionerna?

Berätta kortfattat om Babels torn ur 1 Mosebok 11:1–9.

- Hur skulle det vara om ni inte kunde förstå människorna omkring er? Förklara att barnen idag ska få höra talas om en familj som levde på Babels torns tid.

Berättelse ur skrifterna

Med hjälp av bilderna vid lämpliga tillfällen berättar du för barnen ur Ether 1–3 och 6:1–13 om Jarediterna som fördes till det utlovade landet. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vilka var Jarediterna? (Ether 1:33.) Varför förbistrade (förändrade eller fördärvade) inte Herren deras språk? (Ether 1:34–37.)
- Vad frågade Jareds broder vår himmelske Fader? (Ether 1:38.)
- Hur förberedde sig Jarediterna för sin resa? (Ether 1:41; 2:2–3; 6:4.)
- Vad betyder ordet *deseret*? (Ether 2:3.)
- Hur vägledde vår himmelske Fader och Jesus Kristus Jarediterna på färden till havet? (Ether 2:4–6.) Hur kan vi få gudomlig vägledning i livet? (Svar på bön, genom den Helige Anden, genom profeter och andra ledare, genom skrifterna.)
- Varför fördes Jarediterna till ett utvalt land? (Ether 1:42–43.)
- Varför var Herren olycklig över Jareds broder? (Ether 2:14.) Vad gjorde Jareds broder sedan Herren hade tillrättaviserat honom? (Ether 2:15.) Förklara att *tillrättavisa* betyder att vi får upplysning om att vi gör något fel, så att vi vet vad som är det rätta att göra.
- Vilka två problem behövde Jareds broder hjälp med när båtarna nästan var färdiga? (Ether 2:19.) Vad väntade sig Herren att Jareds broder skulle göra för att lösa problemet med ljus i båtarna, innan han gav honom vägledning? (Ether 2:23, 25; 3:1.) Vad kan vi lära oss från Jareds broders upplevelse om hur vi ska lösa våra egna problem?
- Vad gjorde Jareds broder för att få ljus i båtarna, tack vare sin stora tro på Jesus Kristus? (Ether 3:1, 4–5.) Hur hjälpte Jesus Kristus honom? (Ether 3:6.) Hur kan vi utöva tro på Jesus Kristus?
- Vad såg Jareds broder, då stenarna upplystes? (Ether 3:6–8.) Varför kunde Jareds broder se Jesus Kristus? (Ether 3:9–15.) Vad fick Jareds broder veta om Jesu Kristi kropp? (Ether 3:6, 15–17.) Hjälp barnen att förstå att Jareds broder såg Jesu Kristi andekropp, som var mycket lik den fysiska kropp som Jesus fick då han kom till jorden.
- Vilka problem hade Jarediterna när de färdades över havet? Hur hjälpte Herren dem? Vad gjorde Jarediterna? (Ether 6:5–9.)
- Vad gjorde Jarediterna så snart de hade stigit i land på det förlovade landets strand? (Ether 6:12–13.) Vilka välsignelser är ni tacksamma för? Hur kan vi visa vår himmelske Fader att vi är tacksamma för våra välsignelser?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Visa några föremål eller bilder på sådana föremål som en karta, kompass, ficklampa och så vidare. Låt barnen tala om hur olika föremål hjälper och leder oss. Visa bilden på Jesus Kristus och samtala om hur vi får andlig vägledning i livet.

2. Gå igenom och diskutera fjärde trosartikel. Visa bilden på Jesus Kristus och fråga barnen varför de tror att tron på Jesus Kristus är evangeliets första princip. Diskutera varför vi måste tro innan vi kan omvända oss, döpas och få den Helige Andens gåva. Låt barnen ge några exempel på hur tron på Jesus Kristus gör våra handlingar och vårt uppträdande bättre. Framhåll den stora kraft vi kan få då vi utvecklar tro på honom.
3. Gör ett rutbräde med tre rutor vertikalt och tre horisontellt, på skrivtavlan eller på papp. Dela in klassen i två grupper. Ena gruppen får använda X och andra gruppen O. Om den fråga du ställer får rätt svar, får gruppen välja var de vill sätta X'et eller O'et. Målet är att få tre X eller O i rad. Då laget svarar fel på en fråga, får det andra laget möjlighet att besvara samma fråga. (Se förklaringarna i lektion 18.) Nedan följer några exempel på repetitionsfrågor om Jarediterna. Du får hitta på fler:
 - Hur många stenar lades i varje båt? (Två.)
 - Hur lång tid tog det för Jared, hans bror och deras familjer och vänner att färdas över havet? (Nästan ett år.)
 - Vad kallades det höga torn som de ogudaktiga människorna byggde? (Babels torn.)
 - Varför smälte Jareds bror ut sexton små stenar ur en klippa? (Som ljuskälla på båtarna.)
 - Hur fick Jesus Kristus alla stenarna att lysa? (Genom sin kraft. Han rörde vid dem med fingret.)
4. Sjung eller läs orden till "Jag är Guds lilla barn" (*Barnens sångbok*, s 2).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om att barnen kan få den Helige Andens vägledning, om de lever så värdigt att de kan ha Anden hos sig i livet.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Ether 3:6–16 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål	Att hjälpa varje barn att övervinna det onda i sitt eget liv genom att välja att lyssna till och lyda profeterna.
----------------	---

Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön Ether 2:10–12; 11:1–5; 12:1–5; 13:13–22; 14:1–2, 21; 15:1–6, 18–34; samt Omni 1:20–21. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.3. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. Bild 4-54, Ether skrev ner Jarediternas historia.
---------------------	--

Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	<p>Ställ frågor som:</p> <ul style="list-style-type: none">• Vad skulle hända om ni valde att sticka en nål i en uppblåst ballong?• Vad skulle hända om er familj valde att sluta vattna en krukväxt hemma hos er?• Vad skulle hända om ni valde att vara uppe sent och inte få tillräckligt med sömn? <p>Förklara för barnen att alla deras val får följd. Följderna är ett resultat av de val vi gör. Skrifterna och våra profeter lär oss följderna av våra val, eftersom vår himmelske Fader vill att vi ska göra kloka val. Denna lektion handlar om Jarediterna och profeten Ether. Ether sade till Jarediterna att om de valde att inte omvända sig, skulle följden bli att hela folket gick under.</p>
Berättelse ur skrifterna	Berätta för barnen om Jarediternas undergång från skriftställena under rubriken "Förberedelse". (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Framhåll att profeterna lärde människorna att tro på Jesus Kristus och omvända sig, men eftersom människorna förkastade och dödade profeterna gick till slut hela Jarediternas civilisation under. Använd bilden vid lämpligt tillfälle.
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad är handlingsfrihet? (Möjligheten att välja.) Varför gav vår himmelske Fader oss handlingsfrihet? Hjälpa barnen att förstå att vi utvecklas och lär oss mer då vi väljer. Vår himmelske Fader visste att om han tvingade oss att göra vissa saker skulle det inte hjälpa oss att bli lika honom.
- Vad gjorde Jarediterna med profeterna som förutsade deras undergång? (Ether 11:1–5.) Vad kunde Jarediterna ha gjort för att förhindra sin undergång? Förklara att vi alltid kan välja att omvända oss och undkomma följderna av fortsatt synd.
- Vem var Coriantumr? (Ether 12:1.) Vem var Ether? (Ether 12:2.) Vad sade Ether till Jarediterna? (Ether 12:3–4.)
- Hur reagerade folket på Ethers undervisning? (Ether 13:13.) Var gömde sig Ether? (Ether 13:14.) Vad gjorde han medan han var i grottan? Varför tror ni att en del människor vägrar lyssna till profeterna?
- Vad ingav Jesus Kristus Ether att han skulle säga till Coriantumr? (Ether 13:20–21.) Hur reagerade Coriantumr och Jarediterna på Ethers ord? (Ether 13:22.)
- Vilken stor förbannelse drabbade landet på grund av folkets ogudaktighet? (Ether 14:1–2, 21; 15:2.) Hur tror ni att det skulle vara att leva med sådana problem?
- Vad får det för följder om vi använder vår handlingsfrihet till att välja rätt? Be barnen ge exempel på rätta val och följder. Vad blir följderna då vi väljer fel? Ge exempel på felaktiga val och deras följder.
- Vad skrev Coriantumr i ett brev till Shiz, motståndarnas härförare? (Ether 15:4.) Vad svarade Shiz? (Ether 15:5.) Hur reagerade Coriantumr och hans folk inför Shiz' folk? (Ether 15:6.)
- Varför fortsatte människorna att strida? (Ether 15:18–19.) Vad skulle ha hänt om Jarediterna hade lytt profeten Ether? (Ether 13:20.)
- Vilka var de sista två Jareditiska krigarna? (Ether 15:29.) Vem överlevde? (Ether 15:30–32.) Vem fann Coriantumr? (Omni 1:20–21.) Vad gjorde profeten Ether med de uppteckningar han skrev om Jarediterna? (Ether 15:33.) Vilket var Ethers sista vittnesbörd? (Ether 15:34.) Vad borde vara det viktigaste målet i vårt liv?
- Hur tror ni att ni skulle ha känt er, om ni hade varit Ether och sett folket gå under på grund av sin olydnad?
- Vad kunde Jarediterna ha gjort för att undkomma denna stora tragedi? Hur kan vi idag få hjälp genom att vi väljer att följa de levande profeterna? Vilka är några av de levande profeternas lärdomar idag? Vilka välsignelser får vi om vi följer deras råd?

Du kan använda tilläggsaktivitet 3 som repetition av denna lektion.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Framför några budskap ur konferenstal som hållits av första presidentskapet och de tolv apostlarnas kvorum (se de senaste konferensnumren av *Liahona*),

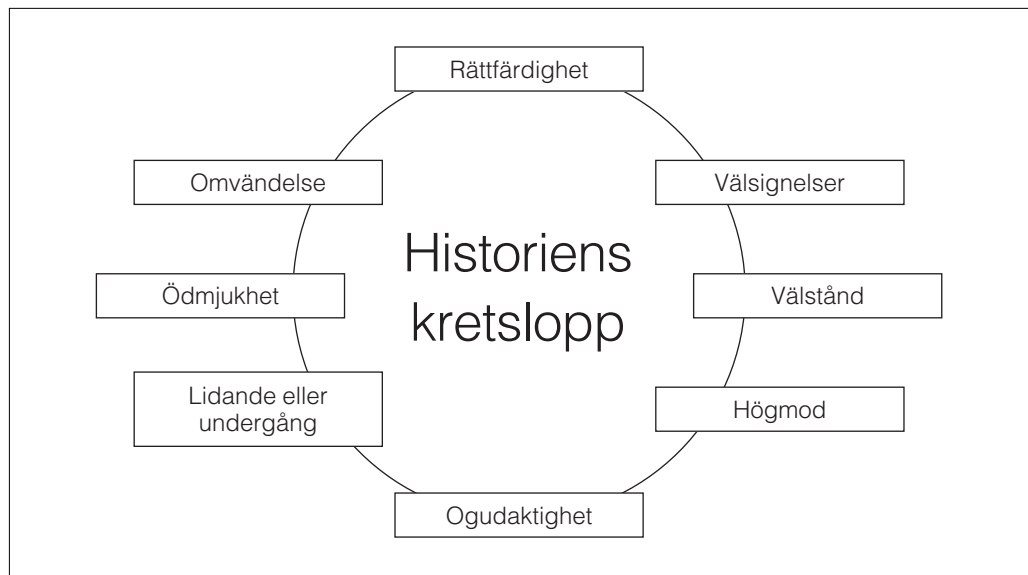
som kan tillämpas på barnen i klassen. Fråga barnen hur de kan följa de levande profeterna och skriv upp deras förslag på skrivtavlan. Låt barnen välja ett sätt varpå de kan följa profeterna under den kommande veckan.

2. Före lektionen skriver du bokstäverna i ordet *lydnad* på olika papperslappar och gömmer dem i klassrummet. Förklara för barnen att du har gömt några bokstäver. Ge dem ledtrådar för hur de ska finna alla bokstäverna. Då alla bokstäverna har hittats lägger du dem på golvet eller sätter dem på skrivtavlan, så att de bildar ordet *lydnad*. Fråga hur de kunde finna alla bokstäverna. Lär barnen att vår himmelske Fader vill att vi ska välja lydnad. En av huvudorsakerna till att vi finns här på jorden, är att vi ska lära oss att lyda. Vår himmelske Fader vill att vi ska använda vår handlingsfrihet och välja att lyda råden från kyrkans ledare. Fråga barnen vad de tror är det allra viktigaste de kan göra för att bli lyckliga. Peka igen på ordet *lydnad*. Framhåll att vår himmelske Fader i skrifterna och genom ledarna i kyrkan talar om för oss vad han vill att vi ska göra. Då vi använder vår handlingsfrihet till att vara lydiga och göra det som han säger, hjälper han oss att finna lycka.
3. Gör följande ordremsor:

Rättfärdighet
Välsignelser
Välstånd
Högmod
Ogudaktighet
Lidande eller undergång
Ödmjukhet
Omvändelse

Förklara att när människor under historiens gång har varit rättfärdiga, har vår himmelske Fader välsignat dem med välstånd. Tyvärr kan detta välstånd leda till högmod och ogudaktighet och ibland fullständig undergång.

Förklara att detta hände med Jarediterna. Först var de ett rättfärdigt folk och välsignades med välstånd. (Rita en stor cirkel på skrivtavlan och låt barnen sätta dit ordremsorna "Rättfärdighet", "Välsignelser" och "Välstånd" på rätt plats i cirkeln [se nedanstående illustration].) Sedan blev Jarediterna högmodiga och förkastade profeterna. Folket blev så ogudaktigt, att de till slut fullständigt tillintetgjordes. (Låt barnen sätta upp ordremsorna "Högmod", "Ogudaktighet" och "Lidande eller undergång" på rätt plats i cirkeln.) Förklara att om Jarediterna hade ödmjukat sig och omvänt sig innan de tillintetgjordes kunde de på nytt ha åtnjutit välsignelserna av att leva rättfärdigt. (Låt barnen sätta upp ordremsorna "Ödmjukhet" och "Omvändelse" på rätt plats i cirkeln.) Hjälpa barnen förstå att detta kretslopp ofta sker i vårt eget liv, precis som i de olika ländernas historia.



4. Låt barnen göra ett eget exemplar av historiens kretslopp, som de kan ta med sig hem och visa sin familj. Barnen kan göra sitt kretslopp mer personligt genom att ta med sådant som "Lyssna till profeterna", "Lyda mina föräldrar", "Be varje dag", "Visa tacksamhet", "Tjäna andra" och så vidare.
5. Sjung eller läs orden till "Lyss till profeten" (*Barnens sångbok*, s 58), "Håll alla buden" (*Barnens sångbok*, s 68) eller "Vi vill ge världen hans ord" (*Barnens sångbok*, s 92).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om att om vi väljer att lyssna till och följa vår himmelske Faders profeter, blir vi välsignade och kan övervinna det onda.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar Ether 13:13–22 och 15:33–34 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål	Att hjälpa barnen att vilja välja det goda istället för det onda, så att de kan bli välsignade med Kristi rena kärlek.
----------------	--

Förberedelse	<ol style="list-style-type: none">1. Studera under bön Mormon 8:2–6 och Moroni 1, 7–8. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.3. Material som behövs:<ol style="list-style-type: none">a. Mormons bok till varje barn.b. Bild 4-51, Mormon tar farväl av ett folk som en gång var stort (Evangeliet i bild 319; 62043).
---------------------	--

Undervisningsförslag	Be ett barn hålla inledningsbön.
Uppmärksamhetsaktivitet	<p>Visa bilden av Mormon som tar farväl av ett folk som en gång var stort, och fråga barnen vilka männen på bilden är.</p> <p>Förklara att Mormon gav en del av de heliga uppteckningarna till sin son Moroni för att skydda dem mot lamaniterna och för att låta Moroni skriva färdigt uppteckningen. Låt barnen läsa Moronis ord i Mormon 8:2–5.</p> <p>Hjälp barnen att bedöma ungefär hur länge Moroni var ensam genom att ta reda på året för nephiternas sista strid längst ner på sidan i Mormon 6. Låt sedan barnen dra det året från året som står längst ner på sista sidan i Moroni 10. (421–385=36 år.)</p> <p>Fråga barnen hur länge de varit ensamma som mest. Hjälp dem att föreställa sig hur det skulle vara att vara ensam i 36 år.</p> <p>Förklara att Moroni överlevde många svårigheter för att fullborda guldplåtarna, så att de skulle kunna nå fram till kommande generationer som Mormons bok och hjälpa oss att bli lika Jesus Kristus.</p> <p>Du kan också använda tilläggsaktivitet 1 som uppmärksamhetsaktivitet.</p>
Berättelse ur skrifterna	Berätta för barnen om Moronis ensamma liv i ödemarken och om hur han skrev sin fars ord på plåtarna enligt Mormon 8:2–6 och Moroni 1, 7–8. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
Diskussions- och tillämpningsfrågor	Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Förutom att Moroni avslutade nephiternas uppteckning skrev han också en kort historia om en annan civilisation. Vilka var dessa människor? (Moroni 1:1.)
- Vilka känslor för Jesus Kristus hyste Moroni? (Moroni 1:2–3. Du kanske vill bära vittnesbörd om Jesus Kristus.) Hur kan vi få hjälp att välja det rätta, då vi har ett vittnesbörd om Jesus Kristus?
- Vad skrev Moroni om att göra gott? (Moroni 7:6–8.) Varför är det viktigt att göra vänliga handlingar med rätt inställning? Vilka gåvor är vi befallda att ge som medlemmar i Jesu Kristi kyrka? (Tjänande, kärlek, lydnad, tionde, fasteoffer.)
- Vad skrev Moroni om hur vi bör be? (Moroni 7:9.) Vad kan vi göra för att våra böner ska bli mer uppriktiga?
- Vilken ande får vi alla för att bättre kunna skilja mellan gott och ont? (Moroni 7:15–18. Förklara att Kristi ljus ofta kallas för samvetet.) Vilken ytterligare hjälp ger oss vår himmelske Fader då vi blir döpta? (Den Helige Andens gåva.) Hur kan vi använda denna kunskap till att fatta beslut? (Se tilläggsaktivitet 2.)
- Vad skrev Moroni om kärlek? (Moroni 7:45, 47. Se tilläggsaktivitet 3 och 4.) Varför är det viktigt att vi har kärlek? (Moroni 10:21.)
- Vad kan vi göra för att få Kristi rena kärlek? (Moroni 7:48.) Vilka välsignelser är vi lovade, om vi har Kristi rena kärlek?
- Vad skrev Moroni om dop av små barn? (Moroni 8:8–10.) Vad betyder det att vara ansvarig? (Att kunna skilja på gott och ont och ta ansvar för sitt val.) Vid vilken ålder blir vi ansvariga för våra handlingar? (Vid åtta års ålder. Se L&F 68:25, 27.)
- Hur tror ni att nephiternas och Jarediternas historia hade kunnat vara annorlunda, om de hade tillämpat kärlekens princip i sitt liv?

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. För denna aktivitet behöver du en bit plåt och en spik. (Du kan till exempel använda ett lock från en stor konservburk. Tejpa alla vassa kanter.) Låt barnen turas om att med spiken skrapa in en bokstav eller två av följande ord: *Jag*, *Moroni* . . . på plåtbiten. Uttryck din uppskattning för dem som skrev Mormons boks uppteckning och som inristade Guds ord på metallplåtar.
2. Använd följande exempel, eller något liknande, som är aktuella för klassen. Låt barnen använda Moroni 7:16 till hjälp att välja mellan gott och ont.

Du sparkar boll tillsammans med dina vänner, då ett barn som är dåligt på att sparka boll kommer och vill vara med i laget. Dina vänner säger att om han får spela med i laget, kommer ni att förlora matchen. Du funderar på om du ska säga till barnet att han inte får spela med er. Ställ dig själv frågan: "Inbjuder detta val mig att göra gott och att tro på Jesus Kristus?"

Du ser på en film som har en omoralisk scen, som bara varar några sekunder. Du skulle känna dig generad om du gick ut från biografen. Fråga dig själv: "Inbjuder denna film mig att göra gott och att tro på Jesus Kristus?"

Du är i en affär när expediten i kassan gör fel. Hon slår inte in rätt belopp för den vara du köper. Du vet att varan kostar mer, men det var expediten som gjorde fel. Ställ frågan till dig själv: "Om jag betalar för lite, inbjuder det mig att göra gott och att tro på Jesus Kristus?"

Biskopen har bett dig läsa Mormons bok varje dag. Ibland är det svårt att förstå orden i skrifterna. Ställ frågan till dig själv: "Hjälper den dagliga skriffläsningen mig att göra gott, och övertalar mig att tro på Kristus?"

3. Förklara kärlekens egenskaper enligt Moroni 7:45 med uttryck som barnen kan förstå. Du kan låta barnen passa ihop Moronis ord med dina förklaringar.

Tålig: Har tålamod

Mild: God och kärleksfull

Avundas icke: Är inte avundsjuk

Icke uppblåst: Ödmjuk, inte stolt

Söker icke sitt eget: Är osjälvisk

Förtörnas icke lätt: Blir inte arg

Tänker intet ont: Litar på andra, söker det goda

Gläder sig över sanningen: Är ärlig

Fördrager allt: Är lydig och tålmodig

Tror allt: Är trofast

Hoppas allt: Är optimistisk

Uthärdar allt: Är tålmodig och uthållig

4. Moroni hade Kristi rena kärlek. Hjälp barnen att finna några av följande exempel på Moronis kärlek, eller använd några av följande exempel då du berättar om Moroni för barnen.

Tålig: Moroni levde ensam i över 36 år, medan han tålmodigt bevarade uppteckningarna. (Mormon 8:5.)

Mild: Moroni bad för oss, och han älskade sina bröder. (Ether 12:36, 38.)

Avundas icke: Moroni såg vår tid och rådde oss att inte vara avundsjuka eller stolta. (Mormon 8:35–37.)

Icke uppblåst: Moroni var ödmjuk på grund av sin svaghet när det gällde att skriva. (Ether 12:23–25.)

Söker icke sitt eget: Moroni arbetade osjälviskt och bad för oss, att vi skulle få kunskap om Jesus Kristus. (Mormon 9:36; Ether 12:41.)

Förtörnas icke lätt: Moroni förlät sina fiender och arbetade hårt med att skriva sådant som han hoppades skulle bli till nytta för dem. (Moroni 1:4.)

Tänker intet ont: Moroni uppmanade oss att hålla fast vid det goda och sky det onda. (Moroni 10:30.)

Gläder sig över sanningen: Moroni var ärlig. (Moroni 10:27.)

Fördrager allt: På grund av att Moroni inte ville förneka Jesus Kristus, måste han vandra omkring ensam för att överleva. (Moroni 1:2–3.)

Tror allt: Moroni uppmuntrade oss att tro på Jesus Kristus. (Mormon 9:21.)

Moronis tro var så stor, att han kunde se Kristus ansikte mot ansikte. (Ether 12:39.)

Hoppas allt: Moroni förstod hoppets betydelse. (Ether 12:32.)

Uthärdar allt: Moroni var trofast till änden. (Moroni 10:34.)

5. Moroni fick ett brev från sin far, då han först kallades att verka. I brevet uttryckte Mormon sin kärlek, uppskattning och omsorg om sin son (se Moroni 8:2–3).
Före lektionen låter du en förälder, eller annan vuxen släkting eller vän, skriva ett kärleksfullt, uppskattande brev till vart och ett av barnen i klassen. Ge barnen breven då du förklarar den kärlek Mormon hade till sin son Moroni. Framhåll att Moroni var tacksam för brevet. Han hade det med sig då han flydde från sina fiender. Föreslå att barnen sparar breven som en påminnelse om att fortsätta göra gott till glädje för deras föräldrar och Herren.
6. Gå igenom trettonde trosartikeln.
7. Sjung eller läs orden till "Jag vill gärna likna Jesus" (*Barnens sångbok*, s 40).

Avslutning

Vittnesbörd	Uttryck din tacksamhet för Moroni och vittna om sanningen i hans uppteckningar. Vittna om att vi, litet i taget, kan bli mer lika Kristus.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Moroni 1; 7:5–19, 43–48 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att uppmuntra varje barn att tro på Jesus Kristus.

Förberedelse

1. Studera under bön Ether 12:6–41 och Moroni 7:21–28, 33–34. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Gör följande nio ordremsor (från Ether 12:6) till uppmärksamhetsaktiviteten:
Tro är
något
som
man
hoppas
på
och
som icke
synes
 4. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Före lektionen sätter du upp ordremsan "Tro är" och bilden på Jesus Kristus på skrivtavlan eller på en vägg. Sätt fast de andra åtta ordremsorna som definierar tro under barnens stolar.

Låt barnen leta rätt på ordremsorna och sätta dem i rätt ordning framför klassen.

Läs och diskutera skriftstället (Ether 12:6).

- Kan ni säga något som ni inte har sett men som ni skulle vilja se? Hur vet ni att det finns?
- Även om vi inte har sett Jesus Kristus med våra egna ögon, hur vet vi att han lever?
- Vad innebär det att tro på Jesus Kristus? (Att förtrösta så starkt på att Jesus Kristus finns, att vi lyder honom och försöker bli lika honom.)
- På vilka olika sätt kan Jesus Kristus hjälpa er, om ni tror på honom? (Han kan ge er tröst, vägledning, frid, styrka, hälsa.)

Förklara att Mormons bok berättar om många människor som fick stora välsignelser och utförde underverk tack vare sin tro på Jesus Kristus.

Berättelse ur skrifterna

Berätta för barnen vad Mormon och Moroni lärde om tro från Moroni 7:21–28, 33–34 samt Ether 12:6–41. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Förklara att Mormon och Moroni skrev om många människor som hade blivit välsignade på grund av sin tro (se tilläggsaktivitet 2).

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad sade Jesus Kristus att vi skulle få, om vi tror på honom? (Moroni 7:33. Se tilläggsaktivitet 1.)
- Vad lärde oss Moroni om hur vi kan få ett vittnesbörd om evangeliet? (Ether 12:6.) Vad innebär orden: "Innan eder tro har bestått provet"? (Att vår tro måste prövas på något sätt.)
- Förklara att alla har svagheter. På vilka sätt kan tron på Jesus Kristus hjälpa oss att övervinna våra svagheter? (Ether 12:27.)
- Nämn några saker som tron på Jesus Kristus hjälper oss att göra. (Be, få svar på böner, omvända oss, bli döpta, följa den Helige Andens maningar, tjäna andra, motstå frestelser, betala tionde, klara av problem, säga "förlåt", komma till kyrkan, lyda visdomsordet och så vidare.)
- Vilket löfte angående bönen ger vår himmelske Fader de människor som tror? (Moroni 7:26.) Hur har era böner blivit besvarade?

Låt barnen få tid på sig att uttrycka sina känslor för Jesus Kristus. Förklara att dessa känslor visar att de tror på honom.

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Skriv namnen på följande personer på olika papperslappar och lägg i en burk. Låt barnen turas om att ta en papperslapp och med hjälp av rätt bild kortfattat berätta om hur personen på papperet välsignades med kraft på grund av sin tro på Jesus Kristus.

Alma och Amulek fick fångelset att skaka. (Alma 14:26–28.) Visa Bild 4-29, Alma och Amulek går ut ur det raserade fångelset.

Nephi och Lehi blev tillfångatagna och omgavs av eld. (Helaman 5:44–52.) Visa Bild 4-41, Nephi och Lehi i fångelse.

Ammon räddade kung Lamonis hjordar. (Alma 17:29–18:3; 26:12.) Visa Bild 4-30, Ammon försvarar kung Lamonis hjordar (Evangeliet i bild 310; 62535).

Jareds bror såg Jesu Kristi andekropp och flyttade ett berg. (Ether 3; 12:30.) Visa Bild 4-52, Jareds bror ser Herrens finger (Evangeliet i bild 318; 62478).

De två tusen krigarnas liv räddades i striden. (Alma 56:44–56.) Visa Bild 4-40, De två tusen unga krigarna (Evangeliet i bild 313; 62050).

Nephi hämtade mässingsplåtarna. (1 Nephi 4:1–31.) Visa Bild 4-8, Nephi återvänder till Lehi med mässingsplåtarna.

Lehi och hans familj vägledades av Liahona till det utlovade landet. (1 Nephi 16:28–29; 18:23.) Visa Bild 4-20, Lehi och hans folk kommer till det utlovade landet (Evangeliet i bild 304; 62045).

Jesus Kristus visade sig för sina lärjungar i stor makt. (Ether 12:31.) Visa Bild 4-45, Jesus undervisar på västra halvklotet (Evangeliet i bild 316; 62380).

Abinadi var villig att dö för sitt vittnesbörd om Jesus Kristus. (Mosiah 17:7–20.) Visa Bild 4-22, Abinadi inför kung Noah (Evangeliet i bild 308; 62042).

2. Lek Vem är jag? med barnen. Ge dem följande ledtrådar och låt dem gissa vem du talar om.

Jag bad hela dagen och hela natten genom min tro på Jesus Kristus. (Enos.)

Genom tro visade sig en ängel för min son och för Mosiahs fyra söner och kallade dem till omvändelse. (Alma.)

Jag använde en särskild flagga för att uppmuntra mitt folk att tro på Jesus Kristus och att strida för sin frihet och för sina familjer. (Överbefälhavare Moroni.)

Tack vare min tro valde jag att ta med mig min familj och gå ut med Lehi och hans familj i ödemarken. (Ishmael.)

Jag hade tro nog att vända om till Jerusalem och hämta mässingsplåtarna. (Nephi.)

Min tro på Jesus Kristus lät mig få se hans finger och sedan hela honom själv. (Jareds bror.)

Vår tro på Jesus Kristus, som våra mödrar lärde oss, räddade livet på oss i striden. (De två tusen unga krigarna.)

Min tro på Jesus Kristus och min önskan att predika hans evangelium hjälpte mig att strida mot ett rövarband som ville döda kung Lamonis får. (Ammon.)

Vår tro fick fångelset att rasa. (Alma och Amulek.)

Medan vi satt i fångelse omringades vi av eld på grund av vår tro. (Nephi och Lehi.)

Tack vare vår tro på Jesus Kristus kommer vi inte att smaka döden. (De tre nephiterna.)

Vi vägledades av Liahona till det utlovade landet tack vare vår tro på Jesus Kristus. (Lehi och hans familj.)

3. Samtala om hur följande handlingar kan hjälpa oss att stärka vår tro på Jesus Kristus:

Studera skrifterna: Då du lär dig mer om Jesus Kristus och vad han gjorde, får du större kärlek till och tro på honom.

Be: Vi kan be vår himmelske Fader om hjälp att stärka vår tro på Jesus Kristus.

Lyda Jesu Kristi lärdomar: Lydnad mot hans bud skänker glädje och frid.

4. Samtala om fjärde trosartikeln och lär er den utantill, och framhåll tron på Jesus Kristus som evangeliets första princip.

5. Förklara att tron kommer av att lära känna och att förtrösta. Om vi vill utveckla tro på Jesus Kristus, måste vi lära känna honom. Låt barnen berätta vad de vet om Jesus Kristus och hur dessa kunskaper hjälper dem att tro på honom. Skriv upp svaren på skrivtavlan. Tänkbara svar kan vara att han är Guds Son, han lever, han älskar oss, han dog för oss, han är vår Frälsare, han är förlåtande, han har makt över hela jorden, han vet vad som är bäst för oss, han vill hjälpa oss att återvända till hans närhet, han och vår himmelske Fader visade sig för Joseph Smith.
6. Skriv ordremsan "Vi bygger upp vår tro genom att lyda Herrens bud" och sätt upp den på skrivtavlan eller på väggen.

Be barnen berätta om tillfällen då de lytt Guds bud. Hjälプ dem att förstå att sådana val visar tro på Jesus Kristus. Sätt upp oskrivna vita blad på skrivtavlan eller på väggen över varandra, som om du byggde upp en mur (eller rita dem på skrivtavlan). Låt barnen sätta en etikett på varje papper med något som de gör som bygger upp deras tro på Jesus Kristus, såsom bön, skriftstudier, tionde, vara ett föredöme i att välja rätt, lyda föräldrarna, ta sakramentet, lyda vår himmelske Faders bud och så vidare.
7. Sjung eller läs orden till "Tro" (*Barnens sångbok*, s 50), "Jesu Kristi kyrka" (*Barnens sångbok*, s 48) eller "Han lever, min Förlossare" (*Psalmer*, nr 83).

Avslutning

Vittnesbörd	Vitna om att Jesus Kristus verkligen lever och att vi genom tro på honom kan få kraft att bli lika honom. Då vi studerar, ber och lyder hans bud, blir vår tro starkare.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Ether 12:6–22, 41 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Ändamål

Att uppmuntra barnen att få ett personligt vittnesbörd om Mormons bok och studera den och efterleva dess lärdomar hela livet.

Förberedelse

1. Studera under bön Moroni 10 och Joseph Smiths skrifter 2:30–35, 59–60. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Tilläggläsning: Mormon 8:1–4, 16 samt titelsidan i Mormons bok. Observera: Titelsidan är en översättning från den sista guldplåten (se *History of the Church*, 1:71).
 3. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 4. Gör en ordremsa med ordet *Vittnesbörd*.
 5. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. Bild 4-2, Moroni gömmer plåtarna i kullen Cumorah (Evangeliet i bild 320; 62462); 4-55, Moroni visar sig för Joseph Smith i hans sovrums (Evangeliet i bild 404; 62492); 4-3, Joseph Smith får guldplåtarna (Evangeliet i bild 406; 62012) samt 4-56, Ängeln Moroni på templet.
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

**Uppmärksamhets-
aktivitet**

Visa bilden på Moroni som gömmer plåtarna i kullen Cumorah. Förklara att bilden föreställer Moroni när hans jordeliv snart är slut. Berätta för barnen att klassens studier i Mormons bok också snart är slut.

Berätta följande om Moronis liv:

Moroni hade skrivit färdigt den heliga uppteckningen. Hans far Mormon hade dödats. Hans släktingar var döda. Han hade inga vänner. Pilarna, svärderna och sköldarna från striderna låg kvar på slagfältet. Allt var ödelagt. I många år hade Moroni levt ensam och gömt sig undan lamaniterna och beskyddat de heliga uppteckningarna. Han hade också förkortat (sammanfattat) de 24 guldplåtarna (Ethers bok) och avslutat sina egna uppteckningar på de plåtar hans far hade gett honom.

Peka på bilden och förklara att Moroni just ska lägga ner guldplåtarna i en stenista i kullen Cumorah. Moroni gav ett speciellt löfte åt alla som läser Mormons bok. Detta löfte är något av det sista som Moroni skrev på guldplåtarna. Det är ett löfte om hur man får ett vittnesbörd om Mormons bok.

Sätt upp ordremsan "Vittnesbörd". Tala om för barnen att under lektionen ska de få veta vad man ska göra för att få ett vittnesbörd om Mormons bok (se tilläggsaktivitet 1). De ska också få lära sig löftet som Moroni gav oss.

Berättelse ur skrifterna

Berätta om hur Moroni uppfyllde sin fars befallning att avsluta den heliga uppteckningen. Berätta om hans löfte till de trofasta och hans farväl i Moroni 10. Berätta om hur han gömde uppteckningen i jorden och 1400 år senare visade sig för Joseph Smith. Se Joseph Smiths skrifter 2:30–35, 59–60. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Vad ville Moroni att vi skulle komma ihåg? (Moroni 10:3.)
- Vad sade Moroni att vi skulle göra för att få veta om Mormons bok är sann? (Moroni 10:4.)
- Vem hjälper oss att få veta om Mormons bok är sann? (Moroni 10:5.)
- Vad lovar Moroni oss? (Se tilläggsaktivitet 4.)
- Hur kan vi känna igen den Helige Andens kraft, då han vittnar för oss om att Mormons bok är sann? (Förklara att Herrens maningar ofta kommer genom våra känslor. Den Helige Anden ger oss ofta en fridfull känsla om att något är rätt och gott. Det kan vara en varm känsla inom oss.)
- Vad är det viktigaste ni kan lära er av studierna i Mormons bok? (Att Jesus är Kristus. [Se titelsidan i Mormons bok.]
- Vad sade Moroni om Mormons boks framkomst? (Mormon 8:16.) Genom vilken kraft skulle Mormons bok komma fram?
- Vem fick guldplåtarna och översatte dem till Mormons bok?
- Nu då profeterna i Mormons bok och profeten Joseph Smith utfört sitt arbete, vilket ansvar har vi mot Mormons bok? (Att studera den, få ett vittnesbörd om den, efterleva lärdomarna i den och dela med oss av vårt vittnesbörd till andra.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Gör följande ordremsor: "Läsa", "Komma ihåg", "Tänka på", "Be". Låt barnen turas om att läsa ordremsorna och gå igenom de steg Moroni gav oss för hur man får ett vittnesbörd. Samtala om hur barnen kan använda sig av dessa steg för att få egna vittnesbörd:

Hur man får ett vittnesbörd om Mormons bok

Läsa (Förklara att första steget i att få ett vittnesbörd om Mormons bok är att läsa och studera den.)

Komma ihåg (Moroni sade att vi skulle komma ihåg hur god och barmhärtig Jesus Kristus är, och vi borde fylla vårt hjärta med tacksamhet för honom. Denna kärlek och tacksamhet förbereder oss för uppenbarelsens ande.)

Tänka på (Vi måste överväga eller begrunda i vårt hjärta och sinne det vi lärt oss om Jesus Kristus och hans lärdomar i Mormons bok.)

Be (Vi måste be uppriktigt och fråga Gud, den evige Fadern, i Jesu Kristi namn, om Mormons bok är sann.)

2. Läs följande ord för barnen av president Ezra Taft Benson, kyrkans trettonde president:

"Det finns tre stora anledningar till varför sista dagars heliga skall göra studiet av Mormons bok till ett livstidsmål.

Den *första* är att Mormons bok är slutstenen i vår religion ... En slutsten är den mittersta stenen i en valvbåge. Den håller alla de andra stenarna på plats, och om den tas bort faller valvbågen sönder.

Det finns tre sätt på vilka Mormons bok är slutstenen i vår religion. Den är slutstenen i vittnesbördet om Kristus. Den är slutstenen i vår lära. Den är slutstenen i vårt vittnesbörd ...

Den *andra* stora anledningen ... är att den skrevs för vår tid ...

Den *tredje* anledningen [är att] den hjälper oss att komma närmare Gud ...

Det finns en kraft i boken som kommer att börja flöda in i era liv i det ögonblick då 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" (*Nordstjärnan*, jan 1987, s 3–4).

3. Visa bilden på ängeln Moroni på templet. Förklara att vi i Uppenbarelseboken 14:6 och Läran och förbunden 133:36 får veta att en ängel (Moroni) återvände med det "eviga evangeliet" till jorden. Be barnen titta efter den gyllene statyn av Moroni uppe på en del av våra tempel och komma ihåg Moroni, som aldrig sviktade i sitt vittnesbörd om Jesus Kristus: "Jag, Moroni, vill ej förneka Kristus" (Moroni 1:3).
4. Be barnen läsa och lära sig utantill en del av eller hela löftet i Mormons bok (Moroni 10:4–5) eller åttonde trosartikeln.
5. Förklara att då vi får ett vittnesbörd om Mormons bok, får vi också ett vittnesbörd om att –
 - Jesus är Kristus.
 - Joseph Smith är en Guds profet.
 - Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är Guds sanna kyrka.
6. Uppmana barnen att framföra sina favoritberättelser ur Mormons bok. (De kanske vill rollspela dessa berättelser.) Fråga dem vilka viktiga lärdomar de fått av varje berättelse.
7. Sjung eller läs orden till "Sök, klappa och be" (*Barnens sångbok*, s 66).

Avslutning

Vittnesbörd	Vittna om sanningen i Moronis löfte i Moroni 10:3–5 och att varje barn i din klass kan få sitt eget vittnesbörd om att Mormons bok är sann. Be barnen bära vittnesbörd om Mormons bok.
Förslag till läsning hemma	Föreslå att barnen studerar Moroni 10:1–5 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Mormons bok är ett vittne om Jesu Kristi uppståndelse (påsk)

Ändamål

Att lära barnen att Mormons bok är ännu ett skrivet vittnesbörd om Jesu Kristi uppståndelse.

Förberedelse

1. Studera under bön Alma 11:40–45; 40 samt 3 Nephi 11:1–17. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
 2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
 3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Bibel.
 - c. En handske eller strumpa.
 - d. Bild 4-49, Den uppståndne Jesus Kristus (Evangeliet i bild 239; 62187) samt 4-45, Jesus undervisar på västra halvklotet (Evangeliet i bild 316; 62380).
-

**Undervisnings-
förslag**

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets-
aktivitet

(Om du inte har någon handske eller strumpa, kan du använda tilläggsaktivitet 2 som uppmärksamhetsaktivitet.)

Håll upp din hand och förklara att den föreställer anden som finns inuti vår kropp. Handen kan röra sig. Håll upp handsken (strumpan) och förklara att den föreställer vår fysiska kropp. Då vi föds, förenas tillfälligt anden och kroppen, och anden ger kroppen liv. Kroppen kan inte röra sig av sig själv. Men precis som när handsken sätts på handen, blir kroppen levande och kan röra sig när anden kommer in i den. (Sätt handsken på handen.) Vi har alla en ande och en kropp. Förklara att när vi dör, skiljs anden från kroppen. (Ta av dig handsken.) Kan en kropp röra sig eller leva utan anden? När vi har dött, lever anden då fortfarande, och kan den röra sig? (Rör på handen och fingrarna för att visa.) Vid uppståndelsen återförenas kropp och ande. (Sätt på dig handsken igen.) Alla som lever på jorden kommer att uppstå efter döden. Jesus Kristus var den ende som kunde göra uppståndelsen möjlig för oss. (Efter ett tal av Boyd K Packer i *Nordstjärnan*, feb 1974.)

Vad är ett vittnesbörd? (Ett vittnesbörd är något som bevisar eller vittnar om fakta.) Nya testamentet i Bibeln är ett skrivet vittnesbörd om att Jesus Kristus uppstod och åstadkom uppståndelse för alla människor. Vilken bok är ett andra skrivet vittnesbörd om uppståndelsen?

Berättelse ur
skrifterna

Undervisa om uppståndelsen ur Mormons bok, Alma 11:40–45; 40 samt 3 Nephi 11:1–17. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Betona att Mormons bok är ett skrivet vittnesbörd om Jesu Kristi uppståndelse. Använd bilderna vid lämpliga tillfällen.

Diskussions- och tillämpningsfrågor

Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.

- Hur dog Jesus Kristus? (Lukas 23:33; 2 Nephi 10:3.) Hjälp barnen att förstå att Jesus Kristus på grund av sin stora kärlek till oss frivilligt före jordelivet erbjöd sig att bli vår Frälsare. Han visste att han måste dö för att vår himmelske Faders plan skulle verka för oss.
- Vad hände med Jesus Kristus på den tredje dagen efter hans död? (1 Korinthierbrevet 15:4; Mosiah 3:10.) Var befann sig hans ande under dessa tre dagar? (1 Petrus 3:18–19; L&F 138:11–12, 18.) Vart tar vår ande vägen när vi dör? (Alma 40:12.)
- Vad betyder *Uppståndelse*? (Alma 11:43; 40:18.) Påminn om uppmärksamhetsaktiviteten och förklara att uppståndelsen är att anden återförenas med kroppen och aldrig mer kommer att lämna kroppen.
- Hur visste människorna i Jerusalem att Jesus Kristus hade uppstått? (1 Korinthierbrevet 15:5–7.) Hur visste nephiterna, som bodde i Amerika, att Jesus Kristus hade uppstått? (3 Nephi 11:8–10.) När nephiterna först fick syn på Jesus Kristus, vad trodde de att han var? (3 Nephi 11:8.) Varför ville Jesus att nephiterna skulle röra vid märkena efter spikarna i hans händer och fötter? (3 Nephi 11:14–15.) Hur skulle ni ha känt er om ni hade varit bland dem som såg den uppståndne Kristus?
- Hur kan ni veta att Jesus Kristus har uppstått? (Genom att söka och få ett vittnesbörd.)
- Hurdan var Frälsarens uppståndna kropp när han besökte nephiterna? (3 Nephi 11:15.)
- Vilka andra kommer att uppstå? (1 Korinthierbrevet 15:20–22; Alma 40:4.) Hurdana kroppar kommer vi att ha då vi har uppstått? (Alma 11:43–45; 40:23.) Du kan nämna att handikapp och sjukdomar som vi kanske har bara finns under detta jordeliv. Vi blir fullkomliga i uppståndelsen.
- På vilka sätt är Mormons bok ett skriftligt vittnesbörd om Jesu Kristi uppståndelse? Varför vill vår himmelske Fader att vi ska ha både Bibeln och Mormons bok? (2 Nephi 29:8.)
- Då de flesta av oss inte har sett den uppståndne Jesus Kristus, som apostlarna och nephiterna gjorde, hur kan vi få kunskap om uppståndelsen? (Från skrifterna och den Helige Anden. Se Moroni 10:4–5.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Förklara att Jesus Kristus vill att vi alla ska veta att han har uppstått och fortfarande lever idag. Fråga barnen varför de tror att Jesus vill att vi ska veta detta. Följande är tänkbara svar:

För att ge oss tryggheten att veta att vi fortsätter att leva efter döden och att vår kropp en dag kommer att återförenas med vår ande.

För att få oss att lyda Guds bud så att vi kan bli verkligt lyckliga och få bo hos vår himmelske Fader i nästa liv.

För att trösta oss med kunskapen om att när någon som vi älskar dör, kommer han eller hon att leva en dag igen.

2. Skriv ett ord på skrivtavlan som påminner om en nyhet som nyligen inträffat eller en stor rubrik i tidningen. Förklara varför du är intresserad av händelsen. Fråga barnen vilken nyhet de anser är den viktigaste som någonsin förkunnats för världen. Skriv upp barnens svar på skrivtavlan. Diskutera vad som skulle ha varit annorlunda, om dessa händelser aldrig hade inträffat. Varför är nyheten om att Jesus Kristus uppstod den största nyheten av alla? Vad skulle hända om inte uppståndelsen hade ägt rum? Läs och diskutera 2 Nephi 9:19–22.
3. Sjung eller läs orden till "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20), "Blev Jesus levande igen?" (*Barnens sångbok*, s 45) eller "Jesus har uppstått" (*Barnens sångbok*, s 44).

Avslutning

Vittnesbörd

Vitna om att Mormons bok är ett skriftligt vittnesbörd om Jesu Kristi uppståndelse. Vitna om att Frälsaren på grund av sin kärlek till oss villigt led och dog för var och en av oss. Hans uppståndelse gjorde det möjligt för alla människor att leva igen.

Förslag till läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 3 Nephi 11:8–17 hemma som repetition av denna lektion. Be ett barn hålla avslutningsbön.

Mormons bok: Ännu ett testamente om Jesus Kristus (jul)

Lektion
46

Ändamål

Att lära barnen att Mormons bok är ett andra vittnesbörd om Jesus Kristus.

Förberedelse

1. Gå under bön igenom 1 Nephi 10:4; 11:13, 15, 18; 2 Nephi 25:19; 29:8; Mosiah 3:5; Alma 7:10; Helaman 14:2–5; Jesaja 7:14; Matteus 1:21; 2:1–2, 9–10; 20:19; Lukas 1:35; 2:8, 10–12 samt Johannes 3:16. Studera sedan lektionen och bestäm dig för hur du vill lära barnen denna berättelse ur skrifterna. (Se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII.)
2. Välj ut de diskussionsfrågor och tilläggsaktiviteter som engagerar barnen och bäst hjälper dem att nå ändamålet med lektionen.
3. Material som behövs:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Bibel.
 - c. Namnlappar eller halsdukar och sjalar som barnen kan ha på sig under uppmärksamhetsaktiviteten.
 - d. Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572); 4-10, Jesu födelse (Evangeliet i bild 200; 62116); 4-21, Kung Benjamin talar till sitt folk (Evangeliet i bild 307; 62298); 4-42, Lamaniten Samuel på muren (Evangeliet i bild 314; 62370); 4-44, Världskarta samt 4-45, Jesus undervisar på västra halvklotet (Evangeliet i bild 316; 62380).

Undervisnings- förslag

Be ett barn hålla inledningsbön.

Uppmärksamhets- aktivitet

Visa bilden på Jesu födelse. Förklara att Jesu födelse i Jerusalem finns upptecknad i Nya testamentet. Mormons bok är ett andra skrivet vittnesbörd om Jesus Kristus och handlar om vad som hände i Amerika när han föddes.

Låt fyra barn spela Lehi (600 f Kr), Kung Benjamin (124 f Kr), Alma (83 f Kr) och lamaniten Samuel (6 f Kr). Låt barnen läsa profeternas profetia om Jesu Kristi födelse från följande hänvisningar: Lehi, 1 Nephi 10:4; Kung Benjamin, Mosiah 3:5; Alma, Alma 7:10 och lamaniten Samuel, Helaman 14:2.

Vartefter ni identifierar varje profet låter du ett barn hålla bilden på profeten och ett annat barn får läsa skriftstället.

- Vilka tecken på Jesu Kristi födelse gavs i Betlehem? (Lukas 2:6–14; Matteus 2:1–2.) Vilket tecken syntes i Betlehem och i Amerika? (3 Nephi 1:21.) Vilka andra tecken gavs i Amerika? (3 Nephi 1:15, 19.)

Berättelse ur skrifterna	<p>Med hjälp av bilderna vid lämpliga tillfällen berättar du om Jesu Kristi födelse och verksamhet enligt Bibeln och Mormons bok. (Förslag om hur man lär ut en berättelse ur skrifterna finns i "Undervisa ur skrifterna", s VII.) Påpeka att Bibeln skrevs i och omkring Jerusalem och att Mormons bok skrevs i Amerika, tusentals kilometer från Jerusalem.</p> <p>Förklara att Bibeln och Mormons bok skrevs av många olika profeter. Vartefter ni läser eller talar om skriftställen, talar du om för barnen om de skrevs i Bibeln av profeter i det heliga landet, eller av Mormons boks profeter från Amerika.</p>
Diskussions- och tillämpningsfrågor	<p>Studera följande frågor och skrifthänvisningar medan du förbereder din lektion. Använd de frågor du tror ska hjälpa barnen bäst att förstå skrifterna och tillämpa principerna i sitt liv. Att läsa hänvisningarna tillsammans med barnen under lektionen hjälper dem att bättre förstå skrifterna.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vad sade Nephi 600 år före Frälsarens födelse att Guds Sons namn skulle bli? (2 Nephi 25:19.) Vad profeterade Nephi och Jesaja om Frälsarens mor? (1 Nephi 11:13, 18; Jesaja 7:14.) Vad profeterade Alma att Guds Sons mor skulle heta? (Alma 7:10.) • Vem var Jesu far? (Lukas 1:35. Vår himmelske Fader.) Vem var Josef? (Josef var Marias man. Förklara att även om vår himmelske Fader var far till Jesu kropp och ande, var det Josef som tog hand om Jesus och uppfostrade honom som en far skulle uppfostra en son.) Vad sade ängeln strax innan Jesus föddes att Josef skulle kalla barnet? (Matteus 1:21.) • Vilka tecken på Jesu födelse gav lamaniten Samuel? (Helaman 14:2–5.) Vilka tecken gavs i Jerusalem? (Lukas 2:8, 10–12; Matteus 2:1–2, 9–10.) • Varför är det viktigt att vi har två skriftliga vittnesbörd om Jesu Kristi födelse och uppgift? (2 Nephi 29:8.) • Varför sände vår himmelske Fader sin Son Jesus Kristus till jorden? (2 Nephi 9:21–22; 3 Nephi 27:13–14; Johannes 3:16.) • Hur vill vår himmelske Fader att vi ska visa vår tacksamhet för Jesus Kristus? (Alma 7:23–24.)

Tilläggsaktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller uppmaning.

1. Låt barnen följa Jesu Kristi exempel genom att välja ut en julklapp i form av att göra något snällt mot någon i jul. Ge varje barn papper och penna för att skriva om sin julklapp och hur de planerar att göra sitt tjänande.
2. Be barnen berätta om familjetraditioner som påminner dem om Jesu födelse och liv. Yngre barn kanske vill rita en bild på sin familj som deltar i traditionen.
3. Visa Bild 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572). Låt varje barn berätta om något som hör samman med julen och som hjälper dem att komma ihåg Jesus Kristus under året.
4. Jämför några av Frälsarens lärdomar i Bibeln med lärdomarna i Mormons bok, till exempel: Matteus 5:16 och 3 Nephi 12:16; Matteus 7:12 och 3 Nephi 14:12 samt Matteus 5:44 och 3 Nephi 12:44.

5. Kalendern i slutet av lektionen kan användas på ett eller flera av följande sätt:

Kopiera en kalender till varje barn, som får färglägga den och ta hem den som en julklapp till familjen. Kalendern kan användas under året som en påminnelse om att följa Jesus Kristus.

Läs idéerna för barnen och låt dem välja något de vill göra.

Gör en kopia av kalendern och klipp ut varje del. Barnen kan välja de idéer de vill ta med sig hem som påminnelse.

Med kalendern som mönster kan du låta barnen göra egna kalendrar.

Gör kalendern på en plansch som kan sitta uppe i klassrummet.

6. Sjung eller läs orden till "Se här uti stallet" (*Barnens sångbok*, s 26) eller "Han sände sin Son" (*Barnens sångbok*, s 20).

Avslutning

Vittnesbörd

Bär vittnesbörd om att Jesus Kristus är Guds Son. Uttryck din tacksamhet över att vi har Bibeln och Mormons bok som vittnesbörd om Jesu Kristi liv och mission.

Ge barnen tillfälle till att uttrycka sina känslor för Frälsaren och vad han betyder för dem. Uppmana barnen att under julen ta sig tid med att tänka på Jesus Kristus och allt han har gjort för oss.

Förslag till
läsning hemma

Föreslå att barnen studerar 1 Nephi 11:12–24 och 2 Nephi 29:8 hemma som repetition av denna lektion.

Be ett barn hålla avslutningsbön.

Visa kärlek genom att tjäna andra

SÖNDAG	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG
	Bjud hem några vänner till hemafton 	Besök de sjuka 	Lyssna verkligen på någon 	Förlåt någon 	Ge en uppriktig komplimang 	Ring och muntra upp någon 
Skriv till en missionär 	Erbjud dig frivilligt att diska 	Gör en glad överraskning åt biskopsrådet 	Le 	Skicka brev till någon 	Tänk goda tankar om någon 	Ta med en måltid till någon sjuk 
Ge någon en skjuts till kyrkan 	Dela med dig av en talang 	Baka 2 och ge bort 1 	Krama någon 	Läs för ett litet barn 	Försök förstå någons känslor 	Finn en ny vän 
Få någon att känna sig välkommen i kyrkan 	Bjud på något gott på hemaftonen 	Tala om för en vän vad du tycker om hos honom eller henne 	Gör någon en tjänst 	Visa någon att du bryr dig om honom eller henne 	Le mot någon som ser sur ut 	Besök en äldre granne 
Hjälp en upptagen mamma med hennes barn i kyrkan 	Säg: "Jag tycker om dig" 	Ståda ditt rum utan att bli tillsagd 				

Prästadömet kan välsigna vårt liv (Förberedande lektion för prästadömet)

Lektion
47

Mål Denna lektion har skrivits för att hjälpa de 11-åriga barnen att förstå prästadömet välsignelser och ansvar. Den bör äga rum innan det äldsta barnet i klassen fyller tolv år.

Förberedelse

1. Studera under bön "Profeten Joseph Smiths vittnesbörd" i inledningen till Mormons bok, eller i Joseph Smiths skrifter 2:29–54, 59, 66–72; Läran och förbunden 13 inklusive kapitelingressen; Läran och förbunden 121:34–46.
2. Studera lektionen och bestäm dig för hur du vill undervisa barnen om skildringarna i skrifterna (se "Förbered dina lektioner", s VI, och "Undervisa ur skrifterna", s VII). Välj ut de diskussionsfrågor och särskilda aktiviteter som bäst hjälper barnen att uppnå lektionsmålet.
3. Material:
 - a. Mormons bok till varje barn.
 - b. En Läran och förbunden.
 - c. En ljuskälla, till exempel ficklampa, glödlampa, eller lykta.
 - d. Bilderna 4-9, Jesus Kristus (Evangeliet i bild 240; 62572); Ordination till prästadömet (62341) och Johannes döparen förlämnar aronska prästadömet (Evangeliet i bild 407; 62013).

Lektionsförslag Be ett av barnen att hålla inledningsbön.

Samlande aktivitet Visa ett föremål som kan lysa.

- Vad behövs för att den här ska lysa? Har du en ficklampa så visar du att den behöver batterier, glödlampa, och strömbrytare för att den ska kunna lysa. En glödlampa behöver ha väl fungerande glödtrådar och måste skruvas in i en sockel som är kopplad till en kraftkälla. Strömbrytaren behöver också knäppas på för att elektriciteten ska flöda.

Be pojkarna i klassen stå upp. De här pojkarna har möjlighet att få prästadömet, som är en större kraft än elektriciteten eftersom prästadömet är makten och myndigheten att handla i Guds namn. Genom denna kraft kan vår himmelske Faders barn bli döpta och ta emot andra av kyrkans förordningar. Men för att kunna ta emot denna kraft och använda den på det sätt som Gud har avsett, måste en pojke vara värdig och rätt förberedd.

Skildringar
i skrifterna

Visa respektive bild efter hand och undervisa om hur Joseph Smith erhöll guldplåtarna och ordinerades till aronska prästadömet, enligt "Profeten Joseph Smiths vittnesbörd" eller Joseph Smiths skrifter 2:29–54, 59, 66–72. Det kanske behövs en kortfattad genomgång med klassen om de händelser som ledde fram till att Joseph fick guldplåtarna.

Studera följande frågor och skriftställen då du förbereder lektionen. Välj ut de frågor som du anser bäst hjälper barnen att förstå skriftställena och tillämpa principerna i sitt liv. Genom att ni läser och diskuterar skrifterna i klassen får de större insikt.

- Varför kunde inte Joseph Smith ha översatt guldplåtarna, fått prästadömet och organiserat kyrkan direkt efter den första synen? (Han var inte beredd; han behövde tillväxa i visdom och kunskap.)
- Vilken var den första stora uppgift som Herren bad Joseph utföra? (Översätta guldplåtarna så att vi kunde få Mormons bok.)
- Vad gjorde Joseph den natt då ängeln Moroni först visade sig för honom? (Joseph Smiths skrifter 2:29–30.) Hur många gånger uppenbarade sig Moroni för Joseph Smith innan han fick se guldplåtarna för första gången? (Joseph Smiths skrifter 2:30, 44–49; fyra gånger.) Varför tror ni att Moroni upprepade sitt första budskap tre gånger?
- Vilken ytterligare undervisning fick Joseph innan han kunde påbörja översättningen av guldplåtarna? (Joseph Smiths skrifter 2:53–54.) På vilket sätt var denna undervisning till hjälp för Joseph när det gällde att förbereda sig för andra stora uppgifter i framtiden? Vad gör ni för att förbereda er för framtiden?
- Vilket speciellt ansvar tar de flesta sista dagars heliga unga män på sig när de fyllt tolv år? (De tar emot aronska prästadömet och ordineras till diakoner.)
- Hur gick det till när Joseph Smith fick aronska prästadömet? (Joseph Smiths skrifter 2:68–70.) Hur går det till när en ung man får aronska prästadömet idag? (Han intervjuas angående sin värdighet och ordineras genom händers påläggning av dem som har myndighet att ordinera honom.)
- Hur bör pojkar förbereda sig för att ta emot prästadömet? Hur bör flickor förbereda sig för att ta del av prästadömet välsignelser? (Pojkar och flickor förbereder sig på samma sätt. De ber, tror, får kunskap om evangeliet genom föräldrar och lärare, lever värdigt, lyder buden, tjänar och respekterar andra, och är ärliga.) (Se särskild aktivitet 4.)
- Vilka uppgifter har diakoner i kyrkan? (L&F 20:59.) Hur uppfyller de detta ansvar? (Genom att dela ut sakramentet, samla in fasteoffer, verka som budbärare åt biskopen på sakramentsmötet och vara goda föredömen.)
- Vem var den förste som delade ut sakramentet? (Jesus Kristus.) Varför är sakramentet så heligt? (Denna förordning är en sinnebild för det offer som Jesus Kristus gjorde för var och en av oss.)

Läs eller låt en elev läsa följande citat av äldste Jeffrey R Holland: "Vi ber er, unga män inom aronska prästadömet, att göra i ordning, välsigna och dela ut dessa symboler för Frälsarens offer värdigt och vördnadsfullt. Vilken fantastisk förmån och vilket heligt ansvar som ges i en så tidig ålder! Jag kan inte tänka mig någon större heder som himlen kunde visa er. Vi älskar er verkligen. Gör ert bästa och se så bra ut som möjligt när ni deltar i Herrens nattvards sakrament" (*Nordstjärnan*, jan 1996, s 68).

- Hur kan vi alla ära och understödja prästadömet? (Genom att acceptera kallelser från prästadömsledarna; tjäna andra; tala respektfullt om kyrkans ledare; och be för fäder, bröder och släktingar och andra som bär prästadömet.) (Se särskild aktivitet 3.) Hur kan ni genom att göra detta hjälpa er far och bror att ära sitt prästadöme? Hur kan de hjälpa dig i dina förberedelser för att ta emot prästadömet och dess välsignelser?

Särskilda aktiviteter

Du kan använda en eller flera av följande aktiviteter när som helst under lektionen eller som repetition, sammanfattning eller stimulans.

1. Skriv ner på särskilda kort eller papperslappar följande välsignelser som kommer genom prästadömet:

- Få ett namn och en välsignelse
- Bli döpt
- Få den Helige Andens gåva
- Bli välsignad när man är sjuk
- Ta del av sakramentet
- Verka som missionär
- Vigas i templet

Dela upp klassen i grupper och ge varje grupp ett av korten. Inbjud barnen i varje grupp att berätta om lämpliga upplevelser som är personliga eller delas av deras familj, och som anknyter till den välsignelse som nämns på kortet.

2. Gör rummet så mörkt som möjligt. Berätta sedan för barnen om en grupp turister som gick in i en djup, mörk grotta. När de hade kommit in släckte guiden ljuset, väntade några minuter och bad sedan varje person att peka mot utgången. När ljuset tändes igen pekade alla åt olika håll.

Tänd ljuset igen och läs följande citat av äldste Robert D. Hales: "Om prästadömetets kraft inte fanns på jorden, skulle motståndaren ha frihet att röra sig och regera hur han ville. Vi skulle inte haft den Helige Andens gåva till att leda och upplysa oss. Inga profeter skulle tala i Herrens namn. Inga tempel skulle finnas där vi kunde ingå heliga, eviga förbund och ingen myndighet att välsigna eller döpa, hela eller trösta . . . Det skulle inte finnas något ljus eller något hopp – bara mörker" (*Nordstjärnan* jan 1996, s 33).

3. Läs eller återge med egna ord följande berättelse om en familj som stödde sin far i hans prästadömskall:

"För många år sedan var jag med på en generalkonferens tillsammans med äldste Ezra Taft Bensons sex barn, av vilka en var min rumskamrat på högskolan. Mitt intresse växte när president David O McKay annonserade att äldste Benson skulle bli näste talare. Jag såg respektfullt på äldste Benson, som jag tidigare hade träffat, när han gick fram till mikrofonen. Han var en högre man, en bra bit över 1,80. Han var internationellt känd som Förenta staternas jordbruksminister och ett särskilt vittne om Herren. Han verkade lugn och säker; han hade ju talat till åhörarskaror över hela världen. Plötsligt var det en hand som rörde vid armen på mig. En av äldste Bensons yngre döttrar lutade sig mot mig och viskade ivrigt: 'Be för pappa.'

Jag tänkte en smula överrumplad: Orden skickas vidare genom bänkraden, och jag måste vidarebefordra dem. Ska jag säga: 'Be för äldste Benson'? Ska jag säga: 'Var snäll och håll en bön för din far'? Jag kände hur viktigt det var att jag handlade snabbt, så jag lutade mig åt sidan och viskade helt enkelt: 'Be för pappa.'

Jag såg hur viskningen vidarebefordrades längs raden till den plats där syster Benson satt. Hon hade redan böjt huvudet i bön.

Många gånger sedan den dagen har jag tänkt på detta budskap – be för pappa, hemmets patriark. Be för honom när han är distriktspresident eller hemlärare. Be för honom när han blir verkställande sekreterare i någon ideell organisation,

när hans affärer blomstrar eller han får sänkt lön. Be när han ger familjen råd på hemaftonen. Be för pappa som arbetar många, långa timmar för att en son ska kunna gå på mission eller en dotter studera vidare. Be för honom när han talar på sakramentsmötet eller ger mamma en välsignelse att hon ska bli frisk igen. Och om han kommer hem trött eller missmodig på kvällen, be då för honom. Be för pappa i allt han gör – smått och stort.

Med åren har generalkonferenserna kommit och gått. Varje gång president Benson har ställt sig upp och talat har jag tänkt: 'Hans barn, som nu är vuxna och bor på olika platser i hela landet, är i detta ögonblick förenade i bön för sin far.'

Och jag börjar tro att det korta budskap som sändes vidare genom bänkraden i tabernaklet för så många år sedan är det viktigaste budskap en familj kan ha gemensamt. Den man vars dotter eller son någonstans i världen viskar: 'Be för pappa', måste få en alldeles speciell kraft och tro att möta sina dagliga utmaningar i livet" (Elaine McKay, "Be för pappa", *Nordstjärnan* nov 1988, s 24).

4. När vi efterlever evangeliet förbereder vi oss för att acceptera prästadömet ansvar och att åtnjuta dess välsignelser. Läs "Mina evangelieideal" (*Mina måldagar*, broschyr [35317.180], baksidan), och gör ett uppehåll efter vart och ett ideal för att låta barnen fundera på hur väl de efterlever det. När du har läst alla kan du gå igenom dem igen genom att använda bilder, nyckelord eller pantomimer.

Mina evangelieideal

1. Jag vill komma ihåg mina dopsförbund och lyssna till den Helige Anden.
 2. Jag vill vara ärlig mot min himmelske Fader, mot andra och mot mig själv.
 3. Jag vill söka goda vänner och behandla andra vänligt.
 4. Jag vill klä mig anständigt och visa respekt för min himmelske Fader och för mig själv.
 5. Jag vill bara läsa och se på sådant som min himmelske Fader tycker om att jag gör.
 6. Jag vill bara lyssna på musik som min himmelske Fader tycker om att jag lyssnar på.
 7. Jag vill uttala min himmelske Faders och Jesu namn vördnadsfullt. Jag vill inte svära eller använda fula ord.
 8. Jag vill hålla mitt sinne och min kropp helig och ren och jag vill inte vara med på sådant som är skadligt för mig.
 9. Jag vill göra sådana saker på sabbatsdagen som hjälper mig att känna mig nära min himmelske Fader.
 10. Jag vill välja det rätta. Jag vet att jag kan omvända mig när jag har gjort något fel.
 11. Jag vill nu leva så att jag kan vara värdig att gå till templet och att bli missionär.
 12. Jag vill följa den plan min himmelske Fader har för mig.
5. Läs följande citat av president Gordon B Hinckley, kyrkans femtonde president: "Denna kyrka tillhör inte dess president. Herren Jesus Kristus är dess ledare, och hans namn har var och en av oss tagit på sig. Vi delar alla denna stora strävan. Vi är här för att hjälpa vår Fader med hans verk och hans härlighet, 'att åvägbringa

odödlighet och evigt liv för människan' (Moses 1:39). Er förpliktelse är lika allvarlig inom ert ansvar, som min förpliktelse är inom mitt område. Ingen kallelse i denna kyrka är liten eller obetydlig. Vi påverkar andra när vi utför vår uppgift" (*Nordstjärnan*, apr 1995, s 72).

6. Sjung eller läs orden till "Kärleken råder här" (*Barnens sångbok*, s 102).

Avslutning

Vittnesbörd	Du kan bära ditt vittnesbörd om att prästadömet har återställts och därmed myndigheten att handla i Guds namn. Uppmuntra pojkarna att nu leva så att de kan vara värdiga att bära det aronska prästadömet och att samtliga klassmedlemmar ska vara värdiga att få prästadömets samtliga välsignelser. Uppmuntra barnen att ära och stödja sina ledare inom prästadömet.
Att ta upp i familjen	Uppmuntra barnen att ta upp en viss del av lektionen i sina familjer, till exempel en berättelse, fråga eller aktivitet, eller att tillsammans med dem läsa det som står under rubriken "Att läsa hemma".
Att läsa hemma	Föreslå för barnen att de studerar Läran och förbunden 121:34–46 hemma som repetition av lektionen. Be ett av barnen att hålla avslutningsbön.

