

Mormons bok

Elevens studievägledning



Synpunkter och förslag

Dina synpunkter och förslag beträffande innehållet i denna lektionsbok tas tacksamt emot. Var god skicka dem till:

Curriculum Planning
50 East North Temple Street, Floor 24
Salt Lake City, UT 84150-3200
USA
E-post: cur-development@ldschurch.org

Ange ditt namn och din adress samt namn på församling och stav som du tillhör. Se till att du anger namnet på lektionsboken. Ge sedan dina synpunkter på vad som är bra och förslag till hur den möjligen kan förbättras.

Utgiven av
Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga

© 1999 by Intellectual Reserve, Inc.

Med ensamrätt

Tryckt i Tyskland

Engelskt original godkänt: 8/96

Godkänt för översättning: 8/96

Originalets titel: *Book of Mormon: Gospel Doctrine Class Member Study Guide*

ISBN 91-86880-84-5

35684 180

Swedish

Inledning

I ett möte med de tolv apostlarna sade profeten Joseph Smith "till bröderna att Mormons bok är den mest korrekta 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" (*History of the Church*, 4:461; se också inledningen till Mormons bok).

Denna studievägledning har utformats som en handbok till dina studier av Mormons bok. Den är uppdelad i numrerade kapitel som överensstämmer med lektionerna i kursen Mormons bok – Evangeliets lära.

Varje avsnitt innehåller veckans läsuppgift och frågor för att göra dina studier mer givande. Du kan använda frågorna för att bättre kunna tillämpa skrifterna, och på ett meningsfullt sätt bidra till klassens diskussioner.

Tillsammans med din lärare i Evangeliets lära delar du ansvaret att hjälpa din klass bli framgångsrik. Herren har sagt att lärare bör "predika ... i anda och sanning" och att de som mottar

"sanningens ord" bör mottaga dem "genom sanningens ande" (L&F 50:17, 19). Kom till klassen förberedd på att bidra med insikter, ställa frågor, dela med dig av erfarenheter, bära ditt vittnesbörd och uppmärksamt lyssna på läraren och de andra eleverna. När du har läst igenom studieuppgiften och begrundat frågorna i denna studievägledning, är du bättre förberedd på att ta del av uppfyllelsen av följande ord från Herren: "Därför förstår den som predikar och den som mottager varandra, och båda känna sig uppbyggda och glädjas med varandra" (L&F 50:22).

Denna studievägledning är en värdefull tillgång för familjen. Du kan använda studiefrågorna för att främja evangelieinriktade diskussioner bland familjens medlemmar. Dessutom innehåller varje kapitel ett förslag till familjediskussion. Familjemedlemmarna kan använda sig av dessa förslag då de förbereder lektioner för familjens hemafton.

"Slutstenen i vår religion"

1

Studera under bön följande skriftställen: 1 Nephi 13:38–41; 19:23; 2 Nephi 25:21–22; 27:22; 29:6–9; Mormon 8:26–41; Ether 5:2–4; Moroni 1:4; 10:3–5; Läran och förbunden 10:45–46; 20:8–12; 84:54–58. Studera också introduktionsmaterialet till Mormons bok.

- Vilka är de tre syftena med Mormons bok, enligt andra stycket i Mormons boks titelblad?
- Vad har Mormons bok lärt dig om Jesus Kristus? Hur har Mormons bok stärkt ditt vittnesbörd om Jesus Kristus?

- Vilka avsnitt i Mormons bok tycker du är särskilt inspirerande?

Förslag till familjediskussion

Läs tillsammans med familjen följande uttalande av president Marion G Romney:

"Jag är övertygad om att om vi i våra hem läser i Mormons bok, regelbundet och under bön, själva och tillsammans med våra barn, kommer anden i denna underbara bok att sätta sin prägel på våra hem och alla som bor där. Känslan av vördnad kommer att öka och vi kommer att få större respekt för och omtanke om varandra. Misssämja kommer att upphöra. Vi föräld-

rar kommer att ge våra barn råd och vägledning med större kärlek och visdom. Barnen kommer att vara mer mottagliga för våra råd och följa dem mer. Rättfärdigheten kommer att tillväxa. Tro, hopp och kristlig kärlek – Kristi rena kärlek – kommer att råda i våra hem och i våra liv och skänka oss frid, glädje och lycka" (*Nordstjärnan*, okt 1980, s 121).

Samtala om de välsignelser som ni får ta del av som familj när ni följer detta råd. Gör upp en plan för dagliga familjestudier av Mormons bok. Uppmuntra varje familjemedlem att ta sitt ansvar och följa denna plan.

"Allt vad han vill"

2

1 Nephi 1–7

- En av de första händelser som beskrivs i Mormons bok är Lehis och hans familjs avfärd från Jerusalem. Vilka omständigheter ledde till detta uppbrott? (Se 1 Ne 1:4–15, 18–20; 2:1–3.)
- Varför förkastade människorna i Jerusalem Lehis och andra profeters budskap? (Se 1 Ne 1:19–20; 2:12–13; 16:1–2.) Varför gör en del människor idag uppror mot Herren och hans tjänare? Vad kan vi lära oss av Nephi om hur vi kan göra våra hjärtan mer mottagliga för profeternas lärdomar? (Se 1 Ne 2:16, 19.)
- Varför behövde Lehis familj komma över mässingsplåtarna? (Se 1 Ne 3:3, 19–20; 4:15–16; se även 1 Ne 5:21–22; Mos 1:3–7.)

Jämför Nephis karaktärsdrag med Lamans och Lemuels, när du studerar 1 Nephi 2–4. Lägg särskilt märke till följande skriftställen: 1 Nephi 1:1; 2:11–13, 16, 19; 3:5, 7, 14–15, 31; 4:1, 3.

Förslag till familjediskussion

Diskutera varför det var nödvändigt för Lehi att komma över mässingsplåtarna. Samtala om varför ni är tack samma över att ha skrifterna. Be sedan familjen att göra upp en lista över vänner som inte har Mormons bok. Beakta under bön hur ni ska kunna ge Mormons bok till några eller samtliga dessa personer. Du kanske vill ge varje familjemedlem en Mormons bok som de kan ge bort som gåva.

1 Nephi 8–11; 12:16–18; 15

Beakta följande symboler och deras betydelser när du studerar redogörelsen för synen om livets träd:

Livets träd (1 Ne 8:10; 11:8–25)

Frukten från livets träd (1 Ne 8:10–18, 30; 15:36; se även L&F 14:7)

Ledstången av järn (1 Ne 8:19–24, 30; 11:25; 15:23–24)

Mörkt töcken (1 Ne 8:23–24; 12:17)

Flod med smutsigt vatten
(1 Ne 8:13, 26, 32; 15:26–29)

Stor och rymlig byggnad
(1 Ne 8:26–28, 31, 33; 12:18)

- När Nephi blev visad livets träd bad han om att få veta vad det betydde (1 Ne 11:8–11). Vad fick han veta att trädet representerar? (Se 1 Ne 11:21–25.) Vad såg Nephi som hjälpte honom att bättre förstå Guds kärlek? (Se 1 Ne 11:13–21, 24, 26–33; se även Joh 3:16.)
- Hur beskrev Lehi och Nephi livets träd och dess frukt? (Se 1 Ne 8:10–12; 11:8–9, 23; 15:36.)
- I synen såg Lehi "otaliga människoskaror" (1 Ne 8:21). Dessa människor kan delas in i fyra kategorier beroende på deras handlingar

i förhållande till trädet och dess frukt. Läs 1 Nephi 8:21–33 och leta efter dessa fyra kategorier. Hur visar sig dessa kategorier i världen idag? I vilken kategori tycker du att du själv ingår?

Förslag till familjediskussion

Led följande aktivitet för att hjälpa familjemedlemmarna bättre förstå synen om livets träd:

Sätt en bindel för ögonen på någon i familjen och snurra runt honom eller henne. Förklara att bindeln representerar det mörka töcknet. Placera sedan en bild på Frälsaren någonstans i rummet. Uppmana personen med förbundna ögon att gå fram till bilden utan hjälp av någon. När det är uppenbart att han eller hon inte kan gå rakt till bilden låter du en familjemedlem stå bredvid bilden och hålla i ena änden av ett snöre (som representerar ledstången). Låt en annan familjemedlem hålla i den andra änden av snöret. Låt sedan den som har förbundna ögon ta tag i snöret och gå fram till bilden.

"Det jag såg, medan jag var bortförd i Anden"

1 Nephi 12–14

• I 1 Nephi 12 beskriver Nephi synen om sina avkomlingars framtid (hans efterkommande) och hans bröders avkomlingar. Hur förebådar symbolerna i synen om livets träd (det mörka töcknet, den stora och rymliga byggnaden och floden med

smutsigt vatten) undergången för Nephis efterkommande?

- Vad såg Nephi grundläggas bland "icke-judarnas nationer"? (Se 1 Ne 13:4–5.) Vem är grundaren av denna stora och avskyvärda kyrka? (Se 1 Ne 13:6.)

- Vad gjorde den stora och avskyvärda kyrkan med Bibeln? (Se 1 Ne 13:20–26.) Varför? (Se 1 Ne 13:27.) Nämn några lärdomar i Bibeln som är svåra att förstå, men som är tydliga och dyrbara i Mormons bok. Hur har Mormons bok bidragit till att göra Bibeln mer förståelig för er, eller stärkt ert vittnesbörd om Bibeln?
- Nephi såg att även om medlemmarna i Herrens kyrka var jämförelsevis få skulle de kunna övervinna förföljelsen från den stora och

avskyvärda kyrkan. Vad såg Nephi att Guds heliga var beväpnade med? (Se 1 Ne 14:14.) Hur kan vi bli "beväpnade med rättfärdighet och Guds kraft"?

Förslag till familjediskussion

Läs som familj valda verser från 1 Nephi 12–14. Beakta noggrant Nephis profetior när du studerar dessa kapitel. Föreslå att familjemedlemmarna markerar profetiorna i sina skrifter. Gör upp en lista över de profetior som har uppfyllts.

"Hörsamma sanningen, samt giva akt därpå"

5

1 Nephi 16–22

Försök ta reda på hur Nephi visade prov på lydnad, tro och mod, när ni studerar 1 Nephi 16–18. Fundera över hur du kan följa Nephis exempel.

- Hur skilde sig Nephis sätt att reagera för prövningar, från det sätt som många i hans familj påverkades av dem? (Jämför 1 Ne 18:16 med 1 Ne 16:18–20, 34–36; 17:21.) Hur kan vi övervinna tendensen att knorra när vi utsätts för prövningar?

Studera följande skriftställen som handlar om att lyda Guds bud. Du kanske vill markera dessa verser.

1 Nephi 3:7	L&F 130:20–21
1 Nephi 17:3	Abraham 3:25
L&F 82:10	

Förslag till familjediskussion

Skaffa fram två rep – ett i gott skick och ett som är slitet. Visa repet som är i bra skick och förklara att det är gjort av många trådar. Förklara att på samma sätt som det är viktigt att trådarna i repet är tätt sammanvävda för att repet ska bli starkt är det viktigt för familjer att hålla ihop. Visa sedan repet som är utslitet. Förklara att på samma sätt som rep försvagas när trådarna separeras, så försvagas familjer när de inte håller ihop.

Gå igenom berättelsen i 1 Nephi 16–18. Fundera över hur de enskilda medlemmarna i Lehis familj påverkade familjens enighet genom sina handlingar. Samtala om vad ni kan göra som en familj för att bli mer eniga.

"Fria att välja frihet och evigt liv"

6

2 Nephi 1-2

2 Nephi 1 innehåller råd som Lehi gav till sina söner strax före sin död. Sök efter specifika ting som Lehi rådde sina söner att göra och efter de välsignelser som han lovade dem om de lydde hans råd.

Sök efter orden *fria*, *handla* och *välja* när du studerar 2 Nephi 2. Markera gärna dessa ord när du finner dem. Ta dig tid att begrunda betydelsen av dessa ord.

- Läs 2 Nephi 2:6-8. Hur kan du "kungöra dessa sanningar"? Hur visar du tacksamhet mot Frälsaren och hans försoning när du kungör dessa sanningar?
- Läs 2 Nephi 2:15-25 och sök efter (1) omständigheter som rådde innan Adam och Eva tog del av den förbjudna frukten och (2) de motsatser som Adam och Eva fick uppleva när de ätit av den

förbjudna frukten. Vilka välsignelser kan vi få ta del av som en följd av att Adam och Eva förde in motsatser i världen? (Se 2 Ne 2:23-27; Moses 5:10-12.)

Förslag till familjediskussion

Förklara att missionärer ofta får frågor som tydligt besvaras i Mormons bok. Inbjud familjen att ta på sig rollen som missionärer som ska besvara nedanstående frågor. Låt dem besvara frågorna genom att använda bifogade skriftställen i 2 Nephi 2.

1. Vad menar ni när ni säger att Jesus är Frälsaren? (Se 2 Ne 2:5-10.)
2. Varför tillåter Gud både gott och ont i världen? (Se 2 Ne 2:11-13.)
3. Jag vill inte ha en massa befallningar. Blir inte min frihet begränsad av att följa Jesu lärdomar? (Se 2 Ne 2:26-29.)

"Dock vet jag, vem jag har anförtrott mig åt"

7

2 Nephi 3-5

- Sök efter hänvisningar till profeten Joseph Smith när du studerar 2 Nephi 3. Hur har du välsignats genom det som Joseph Smith bidrog med?
- Hur fann Nephi hopp trots känslan av att vara "omringad" av frestelser och synd? (Se 2 Ne 4:18-25.) Hur kan minnet av tidigare välsignelser vara till hjälp när du har det svårt?

Förslag till familjediskussion

Läs tillsammans med familjen några eller samtliga verser i 2 Nephi 4:15-35. Förklara att detta avsnitt ibland kallas för "Nephis psalm". Det uttrycker några av Nephis djupaste känslor. Diskutera varför det ibland är viktigt att som Nephi skriva ner det som rör sig i vår "själs innersta" (2 Ne 4:15). Uppmuntra familjen att ofta skriva ner vad de känner. Ibland kanske de vill uttrycka sina känslor i form av en dikt eller en lovsång.

"O, hur stor är icke vår Guds godhet"

8

2 Nephi 6–10

2 Nephi 9 innehåller ett tal av Jakob, en av Nephis yngre bröder, om Jesu Kristi försoning, vilken är den centrala händelsen i frälsningsplanen. Det blir lättare att förstå lärdomarna i detta kapitel när vi förstår begreppen *timlig död* och *andlig död*.

- Vad gjorde Frälsaren för att övervinna timlig död och andlig död? (Se 2 Ne 9:5–7, 12, 21–22; se även Luk 22:44; Mos 3:7; L&F 19:16–19.)
- Vad måste vi enligt Jakob göra för att bli "frälsta i Guds rike", eller få tillåtelse att vistas för evigt i Guds närhet? (Se 2 Ne 9:18, 21, 23–24, 39, 41, 50–52.)
- Nämn några attityder och handlingar som hindrar oss från att ta emot försoningens samtliga välsignelser. (Se 2 Ne 9:27–38.)
- Jakob profeterade att nephiternas ättlingar skulle "förgås i köttet till

följd av otro" och att judarna i Jerusalem skulle korsfästa Frälsaren och bli skingrade på grund av sina synder (2 Ne 10:2–6). Vad kommer Herren att göra för dessa människor när de tror på honom och omvänder sig från sina synder? (Se 2 Ne 10:2, 7–8, 21–22; se även 1 Ne 21:15–16; 2 Ne 9:1–3, 53; 30:2.) Hur påverkar detta oss var och en? (Se Mos 26:22.)

Beakta hur enskilda ord eller meningar i följande verser framhäver betydelsen i Jakobs predikan:

2 Nephi 9:10	2 Nephi 9:28
2 Nephi 9:14	2 Nephi 9:39
2 Nephi 9:18	2 Nephi 9:51

Förslag till familjediskussion

Inbjud familjen att diskutera vad Frälsaren har gjort för dem enskilt och för familjen.

"Min själ har behag i Jesajas ord"

9

2 Nephi 11–25

Innan du börjar studera Jesajas lärdomar i 2 Nephi 11–25, läser du följande uttalande av äldste Boyd K Packer:

"Mormons bok är en bok bestående av skrifter. Den är ännu ett vittne om Jesus Kristus. Den är skriven på ett bibliskt språk; det språk som profeterna använder.

Du behöver inte läsa många sidor för att fånga rytmen i detta språk och berättelsen kommer att bli lätt att förstå. I själva verket kan de flesta tonåringar lätt förstå skildringen i Mormons bok.

Då, just när du bekvämt har slagit dig ned kommer du att möta ett hinder. Språkets stil förändras till den profe-

tiska stil som återfinns i Gamla testamentet. För inskjuten i skildringen finns kapitel som citerar profeten Jesaja i Gamla testamentet. De ligger där som ett hinder eller stötesten för den flyktige läsaren med liten nyfikenhet, och som han vanligtvis inte kommer förbi.

Du kan också bli frestad att stanna där, men gör inte det! Fortsätt att läsa! Gå igenom dessa svårförståeliga kapitel med gammaltestamentliga profetior, även om du förstår mycket litet av det. Gå vidare även om allt

du gör är att skumma igenom och fånga upp ett intryck här och var. Gå vidare, även om allt du gör är att titta på orden . . .

Herren hade ett syfte med att bevara Jesajas profetior i Mormons bok, trots att de skulle bli ett hinder för den flyktige läsaren.

De som aldrig kommer förbi Jesajakapiteln går miste om de personliga rikedomar som finns på vägen” (*Nordstjärnan*, nr 6, 1986, s 60, 61).

”Han inbjuder dem alla att komma till sig”

10

2 Nephi 26–30

2 Nephi 26–30 innehåller kraftfulla profetior om de sista dagarna. Nephi profeterade om människor som skulle bli bedragna av Satan och falla bort från sanningen. Emellertid förutsåg han också evangeliets återställelse och de välsignelser som de rättfärdiga skulle få.

- Nämn några av de exempel som ges i 2 Nephi 28 på hur Satan försöker bedraga oss. Hur kan du undgå att duka under för dessa tillvägagångssätt? (Se till exempel 1 Ne 15:24; 2 Ne 28:30; Al 17:2–3; Moro 7:15–19 och L&F 21:1–6; 46:7.)
- Varför bör vi förutom Bibeln studera Mormons bok? (Se 2 Ne 29:4–14; se även 2 Ne 28:30.)

Förslag till familjediskussion

Låt någon i familjen ställa sig i mitten av rummet. Förklara att i denna demonstration kommer området till höger om personen att representera alla de goda ting som kan utföras

i livet. Området längst bort till höger representerar det allra bästa ni kan göra. Området till vänster om personen representerar allt det dåliga vi kan göra i livet. Området längst bort till vänster representerar det värsta vi kan göra.

Förklara att äldste Richard G Scott gav en liknande illustration. Därefter gjorde han följande iakttagelse: ”I mitten är det svårt att avgöra vad som är rätt och vad som är fel. Det är i detta område i mitten som Satan arbetar med rättfärdiga människor . . . Här är det lätt att bli förvirrad. Om ni håller er ordentligt inom det underbara område som Herren har beskrivit som gott, kommer ni inte att ha några problem med frestelser. Om ni inte är säkra på om någonting är lämpligt att titta på, att lyssna på, att fundera på, eller att göra, så undvik att göra det. Ni kan vara på väg in i en av Satans fällor” (“Do What Is Right”, *Ensign*, jun 1997, s 53–54).

Diskutera hur denna demonstration kan tillämpas på de beslut och

frestelser som familjen ställs inför varje dag.

"Sträva framåt med ståndaktighet i Kristus"

11

2 Nephi 31–33

- Nephi avslutade sina uppteckningar med att säga att han "[skulle tala] om Kristi lära" (2 Ne 31:2). Hur skulle du definiera "Kristi lära", med utgångspunkt från Nephis lärdomar i 2 Nephi 31?

Förslag till familjediskussion

Förbered middagsbordet för en gemensam måltid och tala om för familjen att du ska ge dem mat. När familjemedlemmarna sitter vid bordet ger du dem portioner som är mycket mindre än vad de vanligt-

vis brukar äta. Led sedan följande diskussion:

- Hur kan våra studier i skrifterna ibland liknas vid att äta ytterst litet?
- Läs tillsammans med familjen 2 Nephi 32:3. Vad tror du det innebär att "mätta [sig] med Kristi ord"? (2 Ne 32:3.) Vad kan vi göra för att våra personliga studier i skrifterna och tillsammans med familjen ska bli mättande?

"Söken efter Guds rike"

12

Jakob 1–4

Läs följande avsnitt för att få veta mer om profeten Jakob: 1 Nephi 18:7; 2 Nephi 2:1–4; 6:2–4; Jakob 1:1–2, 18–19.

- Profeten Jakob varnade för kärlek till rikedomar, stolthet, okyskhet och rasfördomar (Jak 2:12–16, 22–23; 3:5, 9). Efter att ha kallat sitt folk till omvändelse avslutade Jakob sin predikan med att vittna om hoppet om att få förlåtelse genom försoningen. (Se Jak 4:4–6.) Hur kan vi få det hopp i Kristus som Jakob talade om? (Se Jak 4:10–12.)

Jakob tillrättavisade nephiterna för att de behandlade sina hustrur och barn illa (se Jak 2:9, 31–32, 35). Kyrkans ledare i de sista dagarna har också uttryckligen varnat för alla

former av övergrepp. Första presidentskapet och de tolvts kворum har varnat "dem som bryter mot kyskhetsbudet, som förgriper sig på maka eller barn, eller som underlåter att fullgöra sina skyldigheter mot familjen, att de en dag kommer att stå ansvariga inför Gud" ("Familjen: Ett tillkännagivande för världen", *Nordstjärnan*, jun 1996).

Förslag till familjediskussion

Låt familjen läsa Jakob 2:35. Ställ sedan följande frågor:

- Nämn någonting som skulle kunna krossa andra människors hjärtan om vi gjorde eller sade det? Vad kan vi göra för att föra in större enighet och kärlek i vårt hem?

Liknelsen om olivträden

13

Jakob 5-7

Jakob 5 citerar en liknelse som gavs av Zenos, en hebreisk profet som nämns ett flertal gånger i Mormons bok. En liknelse eller allegori är ett litterärt konstgrepp där man låter ett föremål eller en händelse representera någonting annat. Följande uppställning kan öka din kunskap om liknelsen:

Symbol	Betydelse
Vingård	Världen
Vingårdens herre	Jesus Kristus
Förädlat olivträd	Israels hus, Herrens förbundsfolk
Vilt olivträd	Icke-judar (människor som inte tillhör Israels hus från födseln)

Symbol	Betydelse
Grenar	Människoskaror
Tjänare	Profeter och andra som kallats att tjäna
Frukt	Människors liv och verksamhet

Förslag till familjediskussion

Förklara att de tjänare som nämns i Jakob 5:61-72 är sista dagars heliga som sprider evangeliet (L&F 133:8). Diskutera olika sätt varpå familjen kan förbereda sig att sprida evangeliet, både som heltidsmissionärer och i vardagslivet. Sätt upp ett mål som hjälper familjen att bli bättre förberedda på att utföra missionsarbete.

"För en vis avsikts skull"

14

Enos, Jarom, Omni, Mormons ord

- Hur beskrev Enos sin bön till Herren? (Se Enos 1:2.) Vad kan denna redogörelse om sökandet efter förlåtelse lära oss om omvändelse? Vad lär den oss om bön?
- Hur kan vi "frambära hela [vår] själ till ett offer" åt Frälsaren? (Om 1:26).
- Vilket var enligt Mormon syftet med hela den heliga uppteckning som han förkortade? (Se Mormord 1:2, 8; se även titelbladet till Mormons bok.) Varför är det viktigt att vi läser Mormons bok med denna målsättning i åtanke?

Förslag till familjediskussion

Förklara att författarna till Enos, Jaroms och Omnis bok var befallda att bevara och bidra till uppteckningen om sitt folk. Sista dagars heliga har också fått rådet att föra personliga uppteckningar och uppteckningar om familjen. Om du har tillgång till en dagbok från någon av dina förfäder så låt familjen läsa några utdrag. Samtala om vikten av att föra dagbok och skriva släkthistoria.

"I evig skuld till eder Himmelske Fader"

15

Mosiah 1-3

- Vari låg skillnaden mellan de nephiter som studerade skrifterna och de lamaniter som inte gjorde det, under konung Benjamins regering? (Se Mos 1:5.) Hur återspeglar sig denna skillnad i dagens samhälle?
- Läs Mosiah 2:20-21, 34. Vad innebär det att vara en "onyttig tjänare" som "stån i evig skuld till [sin] himmelske Fader"? Varför är vi Guds onyttiga tjänare även när vi lovar och tjänar honom av hela vår själ? (Se Mos 2:22-25; se även illustrationen på denna sida.) Vad lär dig detta om vår himmelske Faders kärlek till dig?
- Vad lär du dig om Jesu Kristi försoning i Mosiah 2-3?

Förslag till familjediskussion

Rita på ett papper en sådan våg som visas ovan.



Fråga familjen varför denna våg inte är i balans. Låt dem sedan läsa upp Mosiah 2:20-25. Låt dem söka efter sådant som vi kan ge till Herren och efter de välsignelser som han ger till oss. Skriv upp vad vi kan göra på den sida av vågen där det står *Vad vi kan göra*. Skriv upp Guds välsignelser på den sida av vågen där det står *Guds välsignelser*. Hjälpt familjen inse att vi alltid kommer att stå i tacksamhets-skuld till honom. Uttryck din tacksamhet för Guds välsignelser.

"I skolen kallas Kristi barn"

16

Mosiah 4-6

- Varför tror du att kung Benjamin framhöll sitt folks "ringhet" och ovärdighet? (Se Mos 4:5-8, 11-12.) Varför är det nödvändigt att vi inser vårt beroende av Herren?
- Vilka skyldigheter har föräldrar mot sina barn, enligt kung Benjamin? (Se Mos 4:14-15.)
- Kung Benjamin lärde sitt folk att ta hand om de behövande (Mos 4:16-17, 22). Varför har vi "all orsak att omvända" oss om vi vägrar att hjälpa de behövande? (Se Mos 4:18-23.) I vilken bemärkelse är vi alla tiggare? (Se Mos 4:19-20.)

- Vilket råd gav kung Benjamin till de fattiga som inte kunde ge av sina ägodelar? (Se Mos 4:24–25.) Hur kan vi oavsett ekonomisk ställning utveckla ett generöst hjärta?
- Kung Benjamin lärde sitt folk att de, för att undvika synd och behålla sin hängivenhet till Gud, måste ge akt på sina tankar, ord och handlingar (Mos 4:29–30). Vilket samband finns det mellan tankar, ord och handlingar?
- Vilket inflytande hade Herrens Ande på folket när kung Benjamin talade till dem? (Se Mos 5:2–5.) Hur skulle vårt liv och våra relationer kunna påverkas om vi "icke mera

hava någon benägenhet att göra ont"?

- Vad innebär det att bli ett Kristi barn? (Se Mos 5:2, 5–7.) Vad innebär det att "ta på oss Kristi namn"? (Se Mos 5:8–11.) Vad kan du göra varje dag för att lättare bevara Kristi namn i ditt hjärta? (Se Mos 5:11–15.)

Förslag till familjediskussion

Läs Mosiah 4:16–27 tillsammans med familjen. Diskutera vad ni kan göra tillsammans för att hjälpa människor som har det svårt. Ni vill kanske planera ett tjänandeprojekt. Ni kanske också vill tala om fasteoffer och hur de används.

"En siare . . . bliver till stor nytta för sina medmänniskor"

17

Mosiah 7–11

Sök efter sådant i Mosiah 7–11 som lär ut vikten av att följa deras vägledning som Gud har kallat som profeter, siare och uppenbarare.

- Hur beskrev Ammon en siares uppgift? (Se Mos 8:16–18.) Hur uppfyllde Abinadi siarens uppgift? (Sök efter exempel i Mosiah 11.)

Ibland kan vi dra ytterligare lärdom av skrifterna genom att jämföra två människor som befinner sig i liknande situationer. Använd följande uppställning för att jämföra kung Noah med kung Benjamin:

Kung Noah	Kung Benjamin
Mosiah 11:2	Mosiah 2:13
Mosiah 11:3–4, 6	Mosiah 2:12, 14
Mosiah 11:5, 7	Mormons ord 1:17–18

Förslag till familjediskussion

Förklara att medlemmarna i första presidentskapet och i de tolv apostolarnas kvorum är profeter, siare och uppenbarare. Samtala om på vad sätt som sista dagars profeter, siare och uppenbarare är "till stor nytta" för oss (Mos 8:16–18).

"Gud själv skall ... återlösa sitt folk"

18

Mosiah 12-17

Försök att finna Abinadis viktigaste budskap till kung Noah och hans präster, medan du studerar Mosiah 12-17. Fråga dig själv varför Abinadi var villig att dö för att kunna framföra sitt budskap.

- När Abinadi motstått prästernas försök att "snärja honom" ställde en av prästerna en fråga till honom om ett avsnitt i skrifterna (Mos 12:19-24; se även Jes 52:7-10). Varför var prästerna oförmögna att förstå detta skriftställe? (Se Mos 12:25-27.) Vad innebär det att vinnlägga sitt hjärta om att förstå?
- Vad innebär det att ha buden "skrivna i [våra] hjärtan"? (Mos 13:11.) Hur kan det påverka vår förmåga att lyda buden, om vi har dem skrivna i våra hjärtan?
- Nämn någonting som vi lär oss om Frälsaren genom den profetia som citeras i Mosiah 14.

- Vad uppmanade Abinadi i slutet av sitt tal Noah och hans präster att göra? (Se Mos 16:13-15.) Hur kan du tillämpa detta råd i ditt liv?
- Vad kan vi göra för att följa Abinadis exempel, även om vi troligen inte behöver dö för vår tro?

Förslag till familjediskussion

Gör som familj upp en lista över människor som, likt Abinadi, har framfört budskapet om Jesu Kristi försoning trots att de befunnit sig i stor fara (se exempel i Apg 4:1-12; 1 Ne 1:18-20; Mos 18:1-2; Hel 13:1-7). Om ni känner till att någon i familjen utfört missionsarbete under svåra omständigheter så tala om deras upplevelser. Uppmuntra familjen att berätta om dessa upplevelser i sina dagböcker.

"Ingen annan än Herren ... kunde befria dem"

19

Mosiah 18-24

Mosiah 18 innehåller en förklaring av dopsförbundet. Innan du studerar detta kapitel läser du följande uttalande av president Joseph Fielding Smith:

"Ett förbund är ett kontrakt eller en överenskommelse mellan minst två parter. När det gäller evangeliets förbund är parterna himmelens Herre och människorna på jorden. Människan samtycker till att hålla buden

och Herren lovar att belöna dem i enlighet därmed" (i Conference Report, okt 1970, s 91; eller *Improvement Era*, dec 1970, s 26).

- Vad förbinder vi oss att göra när vi döps? (Se Mos 18:8-13; Mor 6:2-3; L&F 20:37.) Vad lovar Herren att göra när vi låter döpa oss och håller vårt dopsförbund? (Se Mos 18:10, 12-13; se även 2 Ne 31:17.)

- Varför välsignade Herren Almas folk snabbare och rikligare än han gjorde med Limhis folk? (Jämför Mos 21:5–15 med Mos 23:26–27; 24:10–16.) Hur är detta tillämpligt i vårt liv?
- Varför är våra bördor lättare att bära när vi "underkastar [oss] glada och med tålmod allt vad Herren vill"? (Mos 24:15). Hur har Herren hjälpt dig att "bära [dina] bördor med lätthet"?

- Vad kan vi lära oss av Limhis folk och av Almas folk om hur vi blir befriade från syndens fångenskap? (Se Mos 7:33; 21:14; 23:23; 29:18–20; se även L&F 84:49–51.)

Förslag till familjediskussion

Diskutera frågorna på föregående sida om dopsförbundet. Låt de familjemedlemmar som har blivit döpta berätta om hur det var att bli döpt.

"Min själ lider ej mera"

Mosiah 25–28; Alma 36

Mosiah 25–28 och Alma 36 innehåller redogörelser för Almas och Mosiahs söners mirakulösa omvändelse. Ta dig tid när du studerar dessa kapitel att begrunda din egen omvändelse.

- Varför är det viktigt att "förlåta varandra"? (Mos 26:31). Hur har du blivit välsignad genom att förlåta någon, eller genom att bli förlåten?
- Varför sände Herren en ängel för att tala med Alma den yngre och hans följeslagare? (Se Mos 27:14.) Hur kan bönen hjälpa oss när en anhörig vänder sig bort från evangeliet?

Lägg märke till ord och uttryck i Mosiah 27 och Alma 36 som beskriver hur Alma kände sig före och efter det han blivit förlåten. (Se exempelvis Mosiah 27:29. Innan Alma blev

20

förlåten "marterades [hans själ] med evig pina". När han blivit förlåten led hans själ "ej mera".)

Förslag till familjediskussion

Ställ följande fråga till familjen:

- Vad är viktigast att beakta när vi förbereder oss för att gå på mission? (Hjälp familjen inse att det inte är lika viktigt *var* vi tjänar som *varför* eller *hur* vi tjänar.)

Låt familjen slå upp Mosiah 28. Förklara att detta kapitel innehåller en redogörelse om Mosiahs söner, som ville verka som missionärer bland lamaniterna.

- Varför ville Mosiahs söner predika för lamaniterna? (Se Mos 28:2–3.) Hur kan vi öka vår hängivenhet att sprida evangeliet?

Mosiah 29; Alma 1-4

När alla kung Mosiahs söner vägrade att efterträda honom som kung skickade Mosiah ut ett skriftligt budskap till folket och rekommenderade dem ett system med domare som efter hans död skulle ersätta det tidigare styrelsesättet med kungar. Beakta under dina studier av Mosiah 29 vad kung Mosiah lär om vilka slags ledare som hjälper "detta folk till fred" (Mos 29:10).

- I första året av domarnas regering fördes en man vid namn Nehor fram inför Alma för att dömas (Al 1:1-2, 15). Vad hade Nehor undervisat folket om? (Se Al 1:3-4.) Vad blev följderna av hans undervisning? (Se Al 1:5-6.) Varför tror ni att Nehors undervisning tilltalade så många människor? Vilka lärdomar känner ni igen från vår tid?

- Vad gjorde Alma för att bemöta det växande högmodet och ogudaktigheten hos folket? (Se Al 4:15-18.) Hur kan predikandet av Guds ord "uppväcka [folket] till hågkomst av sin plikt"? Hur kan predikandet av Guds ord "nedriva" högmod, prästlist och tvister?

Förslag till familjediskussion

Läs Alma 4:15-20 tillsammans med familjen. Ställ sedan följande frågor:

- Varför tror ni att det inte fanns något annat sätt för Alma att hjälpa människorna än "medelst ett oförfalskat vittnesbörd"? Vilka av de problem vi möter i världen idag skulle kunna lösas genom att man predikar och efterlever evangeliet?

"Är hans bild präntad i edert medvetande?"

Alma 5-7

Alma 5 innehåller över 40 frågor. Leta efter dessa frågor och begrunda hur du kan besvara dem.

- Under sitt tal till människorna i Zarahemla talade Alma om att erfara en "mäktig förändring" i hjärtat och att "födas av Gud" (se Al 5:14). Vi använder ofta ordet *omvändelse* när vi talar om denna upplevelse. Vad innebär det att bli omvänd? (Se Mos 5:2; 27:24-26.)

Förslag till familjediskussion

Läs Alma 5:14, 19 tillsammans med familjen. Ordet *medvetande* syftar här på en persons uppträdande eller det sätt varpå han eller hon uttrycker sin personlighet.

- Vad tror du innebär att ha "[Guds] bild inpräntad i [sitt] medvetande"? Hur har du sett att andra människor har "hans bild präntad i [sitt] medvetande"?

Alma 8–12

- När Alma upprättat kyrkan bland människorna i Gideon och Melek begav han sig till Ammonihahs land för att predika där. Vilken utmaning ställdes han inför där? (Se Al 8:8–9.)
- Vilka ord i Alma 8:10 beskriver intensiteten av Almas arbete i Ammonihah? Hur reagerade folket i Ammonihah på Almas undervisning? (Se Al 8:11–13.)

Sök efter sätt varpå Amulek förändrades när han åtlodde ängelns budskap och verkade som Almas följeslagare, under dina studier av Alma 8:18–32 och Alma 10–11.

- Hur påverkar vårt hjärtas inställning vår förståelse av Guds ord? (Se Al 12:9–11.) Hur kan vi utveckla hjärtan som känner igen, förstår och tar emot Guds ord? (Se 1 Ne 2:16; 15:11.)

Förslag till familjediskussion

Berätta att när Alma ensam begav sig till staden Ammonihah sade folket: "Vem är Gud, som icke sänder mer än

en mans myndighet till detta folk?" (Al 9:6). Människorna blev senare förbluffade när Amulek predikade för dem, "enär det fanns fler än ett vittne" (Al 10:12). Läs tillsammans med familjen skriftställena i följande uppställning. Lagg märke till hur Alma och Amulek fortsatte att stödja varandras ansträngningar genom att predika liknande lärdomar:

Lärdom	Amuleks vittnesbörd	Almas vittnesbörd
Försoningen	Alma 11:40	Alma 12:33–34
Omvändelse	Alma 11:40	Alma 12:24
Domen	Alma 11:41	Alma 12:14
Uppståndelsen	Alma 11:41–42	Alma 12:24–25

- Vilka är fördelarna med att ha mer än ett vittne när man delar med sig av evangeliet? Hur kan vi stödja varandra i detta arbete?

"Giv oss styrka enligt vår tro ... på Kristus"

Alma 13–16

När Alma undervisat Zeezrom och andra i Ammonihah om återlösningsplanen vittnade han om prästadömet och om läran om förutordination. Läs följande citat i samband med dina studier av Alma 13:1–7:

Profeten Joseph Smith sade: "Varje man som har en kallelse att predika till världens invånare, blev ordinerad till denna kallelse i det Stora rådet i himmelen, innan världen var till" (*Profeten Joseph Smiths lärdomar*, s 316).

President Spencer W Kimball lärde:
"I den värld vi befann oss innan vi kom hit gavs trofasta kvinnor vissa uppgifter medan trofasta män förut-
ordinerades till vissa prästadömsupp-
gifter. Trots att vi nu inte kommer
ihåg omständigheterna, ändrar detta
inte den härliga realiteten i det vi en
gång gick med på. Ni är ansvariga för
de ting som för länge sedan förvän-
tades av er precis på samma sätt som
de är som vi understöder som profeter
och apostlar!" ("Rättfärdiga kvinnors
roll", *Nordstjärnan*, maj 1980, s 152).

- Hur blev Alma och Amulek slutligen befriade efter att ha blivit förföljda i fängelset i många dagar? (Se Al 14:26–29; Eth 12:12–13.)

Nämn någonting som vi behöver befrias ifrån. Varför måste vår tro vara riktad mot Kristus för att den ska leda oss till befrielse? (Se Mos 3:17; Moro 7:33.)

- Vad säger Alma 15:3–5 om Zeezroms förtroende för Alma och Amulek? Till vem behövde han sätta sin lit för att bli botad? (Se Al 15:6–10.) Vad kan vi lära oss av Zeezroms handlingar efter det att han blivit botad? (Se Al 15:11–12.)

Förslag till familjediskussion

Efter att ha gått igenom Alma 13–16, helt eller delvis, låter du varje familjemedlem berätta något om vad han eller hon lärt sig av redogörelsen.

"De undervisade med Guds makt och myndighet" 25

Alma 17–22

- Vilket var orsaken till att Ammon och hans bröder hade framgång med sitt arbete att föra lamaniterna till kunskap om sanningen? Vad kan du lära dig av Ammons och Arons inställning till missionärsarbete?
- Vilka lärdomar undervisade Ammon och Aron om för kung Lamoni och hans far? (Se Al 18:34–39; Al 22:7–14.)
- Vilka uppoffringar var kungen villig att göra för att lära känna Gud? (Se Al 22:15, 17–18.) Vad kan du lära dig av hans exempel?

Sök efter berättelser om människor som erhöi välsignelser när de uthär-

dade prövningar, medan du studerar Alma 17–22. Begrunda de välsignelser du har fått när du på ett trofast sätt har uthärdat prövningar.

Förslag till familjediskussion

Visa några olika redskap eller verktyg. Fråga familjen hur varje redskap (eller verktyg) används. Läs sedan Alma 17:1–9 och framhåll att vi, liksom Mosiahs söner, kan vara "medlet i Guds händer" när vi berättar om evangeliet för andra. Framhåll att Herren kommer att hjälpa oss när vi strävar efter att vara redskap i hans händer.

"Omvända till Herren"

26

Alma 23–29

Alma 23–27 handlar om Anti-Nephi-Lehiterna, en grupp människor som var så djupt omvända till Herren att det står i skrifterna om dem att de "aldrig avföllö" (Al 23:6). Sök efter tecken på uppriktigheten i Anti-Nephi-Lehiternas omvändelse när du studerar denna redogörelse.

- Anti-Nephi-Lehiterna "blevo omvända till Herren" (Al 23:6). Varför är det nödvändigt att Jesus Kristus är medelpunkten i vår omvändelse?
- De omvända lamaniterna valde att skilja sig från sina bröder som förblev ogudaktiga (Se Al 23:16–18; 27:27–30.) Hur skiljer vi oss från världen när vi omvänder oss?
- Vad var Anti-Nephi-Lehiterna tacksamma för, trots sina prövningar? (Se Al 24:7–10.) Hur kan tacksamhet till Gud hjälpa oss när vi ställs inför prövningar och svårigheter?

- Anti-Nephi-Lehiterna "togo sina svärd . . . och grävde ned dem djupt i jorden" (Al 24:15–17). Varför var det betydelsefullt att de grävde ner sina vapen istället för att helt enkelt lova att inte använda dem? Hur gör vi ibland "uppror mot Gud"? Vad kan vi göra för att gräva ner våra "stridsvapen"?

Sök under dina studier av Alma 26–27 efter exempel på välsignelser som kommer till missionärer som en följd av deras ansträngningar.

Förslag till familjediskussion

Redogör för Anti-Nephi-Lehiternas omvändelse. Överväg att använda några av frågorna i detta avsnitt för att uppmuntra till diskussion. Låt sedan familjemedlemmarna läsa några eller samtliga av följande skriftställen som handlar om omvändelse:

Lukas 22:32

Alma 5:7–14

Mosiah 5:2

3 Nephi 6:14

Mosiah 5:7

3 Nephi 9:13–14

"Allting tyder på att det finnes en Gud"

27

Alma 30–31

Ha följande uttalande av president Ezra Taft Benson i åtanke när du studerar Alma 30–31:

"Mormons bok blottställer Kristi fiender . . . Avfallet i Mormons bok liknar det avfall vi har idag. Gud, som har oändlig förkunskap, formade Mormons bok så att vi kan se felet

och hur vi skall kunna bekämpa falska pedagogiska, politiska, religiösa och filosofiska uppfattningar i vår tid" (*Nordstjärnan*, maj 1975, s 43).

- Vilka tecken framlade Alma när Korihor bad om ett tecken på att Gud lever? (Se Al 30:44.) Hur har dessa bevis stärkt er tro?

Jämför zoramiternas bön med Almas bön när du studerar Alma 31. Du vill kanske notera de skillnader som du finner.

Förslag till familjediskussion

Förklara att tankar som påminner om Korihors lärdomar ibland uttrycks av människor i vår tid. Diskutera sedan följande frågor:

- Vad kan vi göra för att motstå de människors inflytande som försöker förstöra vår tro? (Tänkbara svar är att vi kan studera skrifterna, be, undvika stridigheter, samtala med föräldrar, biskopen, eller andra vänner som vi litar på.)

"Ordet är i Kristus till frälsning"

28

Alma 32–35

- Alma jämförde Guds ord med ett frö (Al 32:28). Hur kan du ge "utrymme" för Guds ord i ditt hjärta? (Al 32:28.)
- Läs Alma 32:28–35. Vad tror du det innebär att känna hur ordet "sväller i [ditt] bröst"? Hur utvidgar skrifterna din själ och upplyser ditt förstånd? Hur har Guds ord varit ljuvligt för dig?
- När människorna hade hört Almas predikan så önskade de veta "på vad sätt de skulle börja utöva sin tro" (Al 33:1). Alma svarade med att citera lärdomar från profeterna Zenos, Zenock och Moses. Vilket var det centrala budskapet i dessa lärdomar? (Se Al 33:3–22.)

När du har studerat Alma 33:19–22 så läs Fjärde Moseboken 21:4–9,

Johannes 3:1–16, 1 Nephi 17:41, Alma 37:46 och Helaman 8:13–15. Försök komma på hur en kombination av dessa skriftställen ger mer insikt än vad varje skriftställe ensamt kunde ge.

Förslag till familjediskussion

För att hjälpa familjen visualisera Almas budskap om att ge Guds ord näring i våra hjärtan (Al 32:28–43), så ger du varje familjemedlem ett frö och en liten behållare med jord. Inbjud familjen att plantera sina frön och ge dem tillräcklig näring med vatten och solsken. Observera under de nästkommande veckorna hur fröna växer.

"Hör mina ord"

29

Alma 36-39

- Alma 36-39 innehåller Almas vittnesbörd till sina söner Helaman, Shiblon och Corianton. Varför är det viktigt för barn att höra sina föräldrar bära vittnesbörd? Hur har dina föräldrars vittnesbörd påverkat dig?

Gå igenom följande avsnitt i skrifterna, vilka visar på betydelsen av de råd som föräldrar ger till sina barn:

Alma 36-39	Alma 57:21, 26-27
2 Nephi 1-3	Helaman 5:5-14
Enos 1:1-3	L&F 68:25-28
Mosiah 1:1-8	L&F 93:39-50
Alma 56:47-48	

- Hur har ditt liv påverkats av att försöka följa rådet i Alma 37:36-37?
- Hur påverkade Coriantons syndfullhet andra människor? (Se Al 39:11, 13.) Varför är det viktigt att kyrkans medlemmar är goda exempel?

Hur kan dina handlingar påverka andra människors uppfattning om kyrkan?

Förslag till familjediskussion

Låt en familjemedlem läsa Alma 37:6-7. Visa sedan en spik, eller något annat litet föremål som kan hålla ihop saker och ting.

- På vilket sätt är sådana föremål "små och enkla"? Hur kan detta föremål användas till att uträtta stora ting? Vad skulle kunna hända om vi inte hade detta lilla föremål?
- Vilka är några av de "små och enkla medel" som håller samman vår familj? Nämn några "små och enkla" ting som vi kan göra tillsammans med familjen för att visa vår kärlek till vår himmelske Fader, Jesus Kristus och varandra?

"Den stora lycksalighetsplanen"

30

Alma 40-42

- Vad händer med vår ande mellan döden och uppståndelsen? (Se Al 40:11-15, 21; se även L&F 138.)
- Vad skulle hända med oss om vi endast var underkastade rättvisan? (Se Al 42:14.) Vad krävs för att tillfredsställa rättvisans krav så att vi kan återvända till vår himmelske Faders närhet? (Se Al 42:15.) Hur tillfredsställer Jesu Kristi försoning

"rättfärdighetens krav"? (Se Mos 15:7-9.) Vad måste vi göra för att kunna erhålla en fullhet av Guds barmhärtighet? (Se Al 42:13, 23, 27, 29-30; se även Al 41:14; L&F 19:15-18.)

Förslag till familjediskussion

För att hjälpa familjen förstå Alma 42 kan ni läsa äldste Boyd K Packers

liknelse om medlaren, som finns i *Evangeliets principer* (31110 180) kapitel 12. Du kan låta olika familjemedlem-

mar läsa berättelsen och spela de olika rollerna som gäldenären, borgenären och gäldenärens vän.

"Fast tro på Kristus"

31

Alma 43–52

Alma 43–52 innehåller ett flertal berättelser om krig. Dessa berättelser kan lära oss hur vi ska bemöta världsliga konflikter och hur vi ska försvara oss och våra familjer i striden mot Satan.

• Gå igenom följande principer, vilka styrde de rättfärdiga nephiternas attityder och handlingar under tider av krig. Hur kan vi genom att förstå och tillämpa dessa principer idag bidra till en fredligare värld? Hur kan vi tillämpa dessa principer när vi handskas med konflikter i vårt personliga liv?

- Kriga endast om det finns rättfärdiga anledningar, till exempel i självförsvar (Al 43:8–10, 29–30, 45–47; 48:14).
- Hata inte dina fiender; sök både deras och ditt eget bästa (Al 43:53–54; 44:1–2, 6).

c. Lev rättfärdigt och förlita dig på Gud (Al 44:3–4; 48:15, 19–20).

d. Följ rättfärdiga och kloka ledare (Al 43:16–19; 48:11–13, 17–19; se även L&F 98:10).

Förslag till familjediskussion

Läs redogörelsen för hur överbefälhavare Moroni höjer frihetssymbolen (Al 46:12–20). Arbeta sedan tillsammans med familjen för att skapa er egen frihetssymbol. Be familjen nämna några viktiga principer som skulle kunna påminna och inspirera dem till att själva ta på sig Kristi namn. Skriv sedan upp dessa principer på ett stort papper. Uppmuntra familjen att leva i enlighet med de principer som ni har skrivit upp på familjens frihetssymbol.

"De lydde ... varje befallning med noggrannhet"

32

Alma 53–63

Sök under dina studier av Alma 53 och 56–58 efter principer som de 2060 unga krigarna följde och efter egenskaper som de utvecklade i sin ungdom. Fäst särskild uppmärksamhet

vid hur dessa principer och egenskaper hjälpte de unga krigarna att erhålla styrka från Herren. Fastställ hur du kan tillämpa dessa principer i ditt liv.

- Vilka lärde de ammonitiska unga krigarna att utöva så mycket tro och mod? (Se Al 56:47–48; se även Al 53:21; 57:21.) Varför är det viktigt för barn att ha kunskap om styrkan och vissheten i sina föräldrars vittnesbörd?

Studera följande skriftställen om moderskap:

Alma 56:47–48	Första Samuells- boken 1:27–28
Första Mose- boken 24:60	Ordspråksboken 1:8
Andra Mose- boken 20:12	Moses 4:26

- De unga ammoniterna bad Helaman att bli deras ledare (Al 53:19; 56:1, 5). Hur reagerade de på de befallningar som de fick? (Se Al 57:21.) Nämn

någotning som du måste göra för att följa profeten "med noggrannhet"?

Förslag till familjediskussion

Återge berättelsen om Helamans 2060 unga krigare (Al 53; 56–58). Låt sedan medlemmar i familjen läsa några eller samtliga skriftställen som anges nedan. Samtala om hur familjens medlemmar kan tillämpa de principer som lärs ut i dessa skriftställen.

Alma 53:20–21	Alma 57:25–27
Alma 56:45–48	Alma 58:6–11
Alma 57:21	Alma 58:39–40

Som en del av denna diskussion kan ni gemensamt sjunga "Vi vill ge världen hans ord" (*Barnens sångbok*, s 92).

"En säker grundval"

33

Helaman 1–5

Helaman 1–4 beskriver perioder av fred och perioder av krig mellan nephiterna och lamaniterna. Helaman 5 innehåller en redogörelse för det mirakulösa missionärsarbetet bland lamaniterna och de nephitiska avfällingarna. Sök efter paralleller till vår tid när du studerar dessa redogörelser.

- Hur reagerade Kristi ödmjuka efterföljare när de blev förföljda? (Se Hel 3:33–35.) Hur kan deras exempel vara till hjälp för dig?
- Läs Helaman 5:12. Vad innebär det att bygga på Kristi klippa? (Se även 3 Ne 14:24–27.)

I Mormons bok används på över 240 ställen orden *komma ihåg*, i olika

former, och ord med en liknande innebörd (till exempel *minnas* eller *inte glömma*). Finn de femton ställena i Helaman 5. Fundera samtidigt över varför ordet *minnas* är så viktigt för Herrens förbundsfolk.

Förslag till familjediskussion

Läs Helaman 5:12 högt. Samtala sedan om hur ni som en familj kan bygga en grundval på Jesu Kristi klippa.

Som en del av denna diskussion vill ni kanske sjunga "En grundval blev lagd" (*Psalmer*, nr 38).

Helaman 6–12

Redogörelsen i Helaman 6–12 visar hur högmodets synd påverkar människorna. Försök finna det kretslopp som beskrivs nedan i förslaget till familjediskussion, när du studerar denna redogörelse.

- Läs Helaman 12:7. Vilken grund hade Mormon för detta uttalande? (Se Hel 12:1–6, 8.)

Förslag till familjediskussion

Rita följande illustration på ett papper:



Förklara att Mormons bok innehåller ett flertal exempel på folk som genomgick detta kretslopp.

- Hur kan människor bryta sig ur det här kretsloppet? (Låt familjen läsa Al 62:48–51; Hel 12:23–24.)

Dra en linje på papperet mellan *Stolthet och ogudaktighet* och *Förgörelse och lidande*. Framhåll att vi kan lära oss av nephiternas misstag. Vi kan alltid minnas Herren med ödmjukhet och tacksamhet, även när vi är framgångsrika.

Helaman 13–16

President Ezra Taft Benson sade: "Uppteckningen av nephiternas historia just före Frälsarens besök avslöjar många paralleller till våra dagar, då vi väntar på Frälsarens andra ankomst" (Nordstjärnan, jul 1987, s 3).

Följande uppställning visar att Helaman 13–16 innehåller redogörelser för profetior och händelser som motsvarar tecken och händelser som ska äga rum före Jesu Kristi andra ankomst.

Profetior och händelser upptecknade i Helaman 13–16	Profetia eller händelse	Tecken och händelser som föregår Kristi andra ankomst
Helaman 16:1, 3, 6, 10	Stark rättfärdig minoritet	1 Nephi 14:12; Jakob 5:70
Helaman 16:13–14	Andliga utgjutelser och underverk	Joel 2:28–30; L&F 45:39–42
Helaman 13:22; 16:12, 22–23	Stor ogudaktighet	Andra Timotheosbrevet 3:1–5; L&F 45:27
Helaman 13:2, 6, 8, 10–11; 14:9, 11; 15:1–3, 17; 16:2	Herrens profeter och deras kall till omvändelse förkastas	L&F 1:14–16
Helaman 14:3–4	Profetia om en natt utan mörker	Sakarja 14:7; se även <i>Profeten Joseph Smiths lärdomar</i> , s 247.
Helaman 14:5–6, 20	Profetior om tecken och under i himlarna	Joel 2:30–31; L&F 45:40
Helaman 16:13–18	Förnekande av tecken, underverk och Kristi ankomst	Andra Petrusbrevet 3:3–4; L&F 45:26

Förslag till familjediskussion

Studera en del av eller hela denna översikt tillsammans med familjen. Låt varje familjemedlem berätta om

ett sätt varpå informationen i översikten kan hjälpa människor att förbereda sig för Jesu Kristi andra ankomst.

"I morgon kommer jag till världen"

36

3 Nephi 1–7

- Medan de väntade på att Samuels profetior skulle uppfyllas blev "de som trodde . . . mycket bedrövade" (3 Ne 1:7). Vilka var några anledningar till att de kände sig bedrövade? (Se 3 Nephi 1:5–9.) Vad gjorde de troende, trots att deras tro utmanades på detta sätt? (Se 3 Ne 1:8.) Vad kan du göra för att förbli ståndaktig när din tro sätts på prov?
- Läs 3 Nephi 3:12–26. Dessa verser handlar om hur nephiterna förbereder sig för angrepp från Gadiantons rövare. Vad kan du lära dig av nephiternas handlingar under denna farofyllda tid som kan vara till hjälp för dig i tider av frestelser och rädsla?

- Vilka välsignelser skulle hela folket ha kunnat åtnjuta om de förblivit trofasta? (Se 3 Ne 10:18–19.)

Förslag till familjediskussion

Läs 3 Nephi 5:13 tillsammans med familjen. Förklara att denna vers innehåller profeten Mormons ord. Ställ sedan följande frågor:

- Vad innebär det att vara en "Jesu Kristi lärjunge"? (Att följa Jesus

Kristus.) Nämn någonting som vi kan göra enskilt och som familj för att följa Frälsaren?

Som en del av denna diskussion vill ni kanske sjunga "Kom, följ mig" (*Psalmer*, nr 79), "Mer helighet giv mig" (*Psalmer*, nr 77), eller "Jag vill gärna likna Jesus" (*Barnens sångbok*, s 40).

"Den som vill komma, honom skall jag mottaga"

37

3 Nephi 8–11

Profeten Samuel hade profeterat om tecknen på Frälsarens korsfästelse. Läs hans profetior i Helaman 14:20–27. Studera sedan 3 Nephi 8–9 för att se hur dessa profetior uppfylldes.

- Vilken inbjudan gav Jesus dem som hade överlevt förödelserna? (Se 3 Ne 9:13–14. Lägga märke till att ordet *komma* framträder tre gånger i vers 14.) Hur kan du acceptera denna inbjudan?
- Folkmängden gick fram "den ene efter den andre" till Frälsaren (3 Ne 11:15; se även 3 Ne 17:25, där det står att det fanns 2500 människor församlade). Vad får du veta om Frälsarens kärlek genom detta exempel?

- Jesus lärde att det inte skulle finnas "någon ordstrid" bland människorna (3 Ne 11:22, 28). Varför är det farligt med ordstrider om hans lära? (Se 3 Ne 11:29; L&F 10:62–63.) Hur kan vi ena oss om sanna lärdomar?

Förslag till familjediskussion

Läs 3 Nephi 11:1–17 tillsammans med familjen. Låt familjen fundera över hur det kunde ha känts om de varit bland nephiterna när den uppståndne Herren visade sig.

"Det gamla var förgånget, och allt hade blivit nytt"

38

3 Nephi 12–15

När du studerar Frälsarens lärdomar i 3 Nephi 12–15, sök då efter de lärdomar som du har särskilt behov av.

Jesus sade till nephiterna: "Jag giver eder att vara jordens salt" (3 Ne 12:13). Läs följande avsnitt för att bättre

förstå detta uttalande. Markera dem gärna i dina skrifter.

Tredje Mose- boken 2:13 L&F 101:39–40
Matteus 5:13 L&F 103:9–10

- Läs 3 Nephi 12:48. Varför är Jesu Kristi försoning nödvändig för att vi ska kunna bli fullkomliga? (Se 2 Ne 2:7–9; 3 Ne 19:28–29; Moro 10:32–33.)

Förslag till familjediskussion

Ge familjen portioner av en maträtt där salt vanligtvis ingår i receptet.

Servera varje familjemedlem en portion med salt och en portion utan salt. De kommer att upptäcka hur saltet förhöjer den naturliga smaken i maten.

Lys med en ficklampa eller tänd ett stearinljus i ett mörklagt rum.

Diskutera efter dessa demonstrationer vad det innebär att vara "jordens salt" och "folk[ets] ljus" (3 Ne 12:13–14).

"Se, nu är min glädje fullkomlig"

39

3 Nephi 17–19

Sök efter verser i 3 Nephi 17–19, som visar Jesu kärlek. Du vill kanske skriva vad du känner i din dagbok.

- Varför "dröjde [Jesus] något längre hos dem"? (Se 3 Ne 17:5–6.) Hur visar detta vad han kände för människorna? Hur har ni känt att Jesus älskat och brytt sig om er?
- Jesus instiftade sakramentet bland nephiterna. Vad kan du lära dig om sakramentets förordning genom 3 Nephi 18:1–11? Vad kan du göra för att förbereda dig att ta del av sakramentet varje vecka?
- Jesus lärde: "Bedjen till Fadern i edra familjer" (3 Ne 18:21). Hur har din familj påverkats av att hålla familjebön? Hur kan vi mera hängivet hålla våra dagliga familjeböner?

Genom att läsa högt från skrifterna kan du få inblickar i lärdomar och händelser som du kanske inte lagt märke till om du läst dem tyst. Läs 3 Nephi 17 högt. Var medveten om Andens inflytande när du läser. Du kanske vill markera avsnitt som är speciellt betydelsefulla för dig.

Förslag till familjediskussion

Både under den första och den andra dagen under sitt besök hos nephiterna betjänade Frälsaren barnen. Läs tillsammans med familjen 3 Nephi 17:11–24 and 26:14–16. Samtala sedan om Jesu kärlek till små barn.

Som en del av denna diskussion vill ni kanske sjunga "När Jesus kommer hit" (*Barnens sångbok*, s 46).

"Då vill jag insamla dem"

40

3 Nephi 16; 20–21

3 Nephi 16, 20, och 21 innehåller en del av Frälsarens undervisning till nephiterna under den tid han tillbringade med dem efter sin uppståndelse. I dessa kapitel undervisar och profeterar Herren om evangeliets återställelse och Israels insamling i de sista dagarna.

- Varför skingrades Israel? (Se 3 Ne 16:4.) Vad innebär Israels insamling? (Se 3 Ne 16:4, 12; 20:10–13.)
- Vilken roll spelar Mormons bok i Israels insamling? (Ni kan till exempel jämföra 3 Ne 16:4, 12 och 20:10–13 med 1 Ne 6:3–4 och titelbladet till Mormons bok.) Vilket ansvar har du, som medlem i kyrkan, för Israels insamling?

Förslag till familjediskussion

Sprid olika föremål i rummet. Låt sedan familjemedlemmarna samla in dessa föremål.

När familjemedlemmarna har samlat in föremålen läser ni 3 Nephi 20:12–13. Förklara att vår himmelske Fader samlar in sitt folk över hela världen genom att föra dem till "kunskap om Herren, sin Gud, som har återlöst dem". Diskutera vad ni kan göra enskilt och tillsammans med familjen för att hjälpa vår himmelske Fader att samla sitt folk.

"Han utlade allt för dem"

41

3 Nephi 22–26

- Efter att ha citerat Jesajas profetior befallde Jesus folket att "rannsaka dem sorgfälligt" (3 Ne 23:1). Vad innebär det att rannsaka skrifterna, och inte bara läsa dem?
- I sin uppteckning tog Mormon endast med "en mindre del" av det som Jesus undervisat folket om (3 Ne 26:8). Hur kan vi få "det som är större"? (Se 3 Ne 26:9.)
- Läs 3 Nephi 26:19–21. Hur kan vi följa detta exempel i våra äktenskap, familjer, församlingar och stavar?

Förslag till familjediskussion

Berätta för familjen att när Jesus besökte nephiterna citerade han Malakis profetia om Elia och hans mission (3 Ne 25:1–6). Denna undervisning är så viktig att den finns i kyrkans samtliga fyra standardverk.

Läs tillsammans med familjen följande skriftställen: Malaki 4:1–6, Lukas 1:17, 3 Nephi 25:1–6, L&F 2:1–3 och Joseph Smiths skrifter 2:37–39. Du vill kanske föreslå att familjen ska markera dessa avsnitt i sina skrifter.

Diskutera vilket samband dessa skriftställen har med släktforskning och tempelarbete. Planera hur ni tillsammans kan skicka in namn på avlidna

förfäder så att templets förordningar kan utföras för dem. Planera att åkta till templet tillsammans, om omständigheterna tillåter.

"Detta är mitt evangelium"

42

3 Nephi 27–30; 4 Nephi

- Jesu tolv nephitiska lärjungar frågade honom vad de skulle kalla hans kyrka (Se 3 Ne 27:3). Hur besvarade han deras fråga? (Se 3 Ne 27:4–9.) Herren har befallt att hans återställda kyrka, liksom hans kyrka bland nephiterna ska kallas efter hans namn (L&F 115:4). Varför är det viktigt för oss att minnas att kyrkan kallas efter Jesu Kristi namn?
- Studera 3 Nephi 27:13–21 och leta efter olika aspekter av Jesu Kristi evangelium. Vad lovade Frälsaren dem som efterlever hans evangelium? (Se 3 Ne 27:21–22.)
- Som svar på deras önskan förvandlades de tre nephitiska lärjungarna, vilket innebar att deras kroppar förändrades tillfälligt så att de "kunde se det som tillhör Gud" (3 Ne 28:13–15). Därefter förvandlades de. Vad lär oss redogörelsen i 3 Nephi 28 om förvandlade varelser?

- Under många år efter Jesu besök hos nephiterna fanns det inte "något annat slags -iter" (4 Ne 1:17). Vad innebär detta? (Se 4 Ne 1:2–3, 15–17.) Vilka problem råder idag på grund av meningsskiljaktigheter mellan olika grupper av människor? På vilka sätt kan evangeliet hjälpa oss att nå fram till enighet, trots att vi är olika?

Förslag till familjediskussion

Läs 4 Nephi tillsammans. Gör upp en lista över attityder och handlingsätt som enligt verserna 1–19 ledde till fred och lycka. Gör upp en lista över attityder och handlingsätt som enligt verserna 20–46 ledde till stridigheter och undergång.

Jämför de båda listorna som ni har gjort. Samtala om vad ni kan göra som familj för att bli mer lik de människor som beskrivs i 4 Nephi 1:1–19.

"Huru kunden I avvika från Herrens vägar?"

43

Mormon 1–6; Moroni 9

- När Mormon var 15 år "besökte Herren [honom] och [han] fick smaka och erfara Jesu godhet" (Morm 1:15). Hur kan vi "erfara Jesu godhet"?
- Vilket tillstånd rådde i det nephitiska samhället under Mormons livstid? (Se Morm 1:19; 2:1, 8, 10, 18.) Vad kan vi, även om vi liksom Mormon lever i en tid då det råder

mycket ogudaktighet, göra för att behålla vår tro och personliga rättfärdighet?

- Mormon sade att när hans folk besegrat lamaniterna i strid så "förstodo de ej, att det var Herren, som hade bevarat dem" (Morm 3:3). Varför är det viktigt att vi är medvetna om att de välsignelser vi får är från Herren? (Se Morm 3:9)
- Läs Mormon 5:17–18. Vilka likheter finns det mellan människor som inte följer Frälsaren och "fartyg utan segel eller ankare"? På vilket

sätt är evangeliet likt ett segel och ett ankare för dig?

Förslag till familjediskussion

Läs Mormon 1:13–14 och 2:18 tillsammans med familjen. Läs sedan Mormon 1:15 och 2:19. Framhåll att även när vi är omgivna av ondska kan vi erfara Herrens godhet. Om vi, som Mormon, strävar efter att följa Herren och hålla fast vid vårt vittnesbörd om evangeliet, kan vi finna hopp i kunskapen om att vi "skall bli upphöjd på den yttersta dagen" (Morm 2:19).

"Jag talar till eder som om I voren närvarande"

44

Mormon 7–9

Ha i åtanke när du studerar Mormon 7–9 att samtliga lärdomar i dessa kapitel är riktade till människor som lever i de sista dagarna.

- Vilka profetior uttalade Moroni om tillståndet i världen vid Mormons boks framkomst? Hur kunde Moroni så tydligt profetera om de sista dagarna? (Se Morm 8:34–35.)
- Vad sade Moroni om högmod i de sista dagarna? (Se Morm 8:35–41.)
- Moroni sade att en del människor i de sista dagarna skulle komma att tro att Herren är "en gud, som icke gör under" (Morm 9:10). Vad skulle du svara om någon sade till dig att Herren inte är en Gud som gör under? Har du några erfarenheter

som bär vittne om att Herren är en Gud som gör under, och som det är lämpligt att du delar med dig av?

Förslag till familjediskussion

Läs Mormon 8:34–35 tillsammans med familjen. Be sedan varje person att skriva ett brev till framtida familjemedlemmar (till exempel barn, barnbarn eller syskonbarn), "som om [dessa] voren närvarande". Föreslå att dessa brev kan innehålla råd som kan vara till hjälp för framtida familjemedlemmar att leva efter evangeliet trots de utmaningar som de kommer att ställas inför. Du kan också föreslå att breven ska förvaras på säkra platser, till exempel i dagböcker, så att de kan läsas någon gång i framtiden.

Ether 1-6

- Vad svarade Herren när Jareds broder frågade hur de skulle få ljus i båtarna? (Se Eth 2:23-25.) Varför är det viktigt att vi själva gör allt vi kan, förutom att be Herren om hjälp?
- Vilken fråga ställde Herren innan han visade sig för Jareds broder? (Se Eth 3:11.) Hur är det gensvar Jareds broder visade ett exempel på hans starka tro? (Se Eth 3:12.) Vad kan du göra för att följa hans exempel?
- Herren fick stenarna i båtarna att "lysa i mörkret" (Eth 6:3). Vilka "ljus" har Herren berett åt oss?
- Vad gjorde Jarediterna när de gjort allt de kunnat för att förbereda sig inför sin resa? (Se Eth 6:4.) Hur kan du förlita dig på Herren på ett liknande sätt?
- Vad gjorde Jarediterna under dagen och natten när vinden blåste och drev fram dem? (Se Eth 6:8-9.) Hur kan vi prisa Herren?
- Vad gjorde Jarediterna när de anlänt till det förlovade landet? (Se Eth 6:12.) Hur kan detta liknas vid vår återkomst till vår Fader i himmelen?

Förslag till familjediskussion

Läs tillsammans Ether 6:1-12. Använd följande citat för att hjälpa familjemedlemmarna att se likheter mellan Jarediternas resa till det förlovade landet och vår färd genom livet:

"Genom tro är allting fullbordat"

Ether 7-15

- Hur beskrev Ether dem som trodde på Gud? (Se Eth 12:4.) Hur kan tro och hopp vara ett ankare för dig? Vilka exempel finns det på att tro leder till goda gärningar som förhållig Gud?
 - Vilken var Moronis definition av tro? (Se Eth 12:6.) Vad tror du det innebär att vi "inte mottager någon förvisning innan vår tro har bestått provet"? På vilka sätt har prövningar stärkt och bekräftat din tro?
 - Herren lärde att om vi ödmjucar oss och har tro på honom kommer han att göra "det svaga starkt för [oss]" (Eth 12:27). Hur har detta löfte uppfyllts i skrifterna, i ditt liv och i andra människors liv?
- Förslag till familjediskussion**
- När Hyrum Smith förberedde sig för att åka till fängelset i Carthage, där han och profeten Joseph Smith mördades, läste han Ether 12:36-38 och gjorde ett veck på bladet (L&F 135:4-5). Låt familjen läsa dessa verser.
- Vilken tröst ger dessa verser? Vilka avsnitt i skrifterna har skänkt dig styrka och tröst?

Moroni 1–6

- Varför är kapitlen 2–5 i Moronis bok viktiga för oss idag? Hur stärker det dig att se att förordningarna är desamma under olika tidshushållningar i Herrens kyrka?
- Vilka förbund ingår vi när vi tar del av sakramentet? (Se Moro 4:3; 5:2.) Vad blir vi lovade i gengäld? Hur känner du det när du tagit del av sakramentet på ett vördnadsfullt och värdigt sätt?
- När människorna blivit döpta och erhållit den Helige Andens gåva "blevo de räknade bland Kristi kyrkas folk. Deras namn upptecknades" (Moro 6:4). Varför upptecknades deras namn? (Se Moro 6:4.) Hur kan du hjälpa till i kyrkans strävan att se till att både gamla och nya medlemmar blir "ihågkomna och [får] näring genom Guds goda ord"?

Förslag till familjediskussion

Om familjen nyligen är omvänd till kyrkan så diskutera hur det kändes

att bli medlem i kyrkan. Låt familjen berätta om vad de tyckte om att bli medlem i kyrkan och om vilka prövningar de utsattes för. Om familjen har varit medlemmar i kyrkan under en lång tid, låter du dem berätta hur de skulle kunna känna sig om de kom till kyrkan för första gången.

Låt någon i familjen läsa följande råd av president Gordon B Hinckley:

"Med ett ständigt ökande antal omvända, måste vi avsevärt öka våra ansträngningar för att hjälpa dem hitta vägen. Alla behöver tre saker: en vän, ett ansvar och näring 'genom Guds goda ord' (Moro 6:4)" (*Nordstjärnan*, juli 1997, s 47).

- Vad kan vi göra för att följa detta råd?

"Kommen till Kristus"

Moroni 7–8; 10

Moroni 7–8 innehåller Mormons, Moronis fars, lärdomar. Moroni 10 innehåller Moronis sista nedtecknade vittnesbörd.

- Mormon beskrev kyrkans medlemmar som "Kristi fridsamma efterföljare" (Moro 7:3). Vilket skäl hade Mormon till att uttala sig på detta sätt? (Se Moro 7:4–5.) Hur blir vi "Kristi fridsamma efterföljare"?

Moroni avslutade sin uppteckning med "några ord av uppmaning". Under dina studier av Moroni 10 vill du kanske markera ordet *uppmåna* (och olika former av detta ord) varje gång det förekommer. Begrunda betydelsen av Moronis uppmaningar i detta kapitel.

- Vad lärde Moroni om andliga gåvor? (Se Moroni 10:8–19.)

- Hur återspeglar Moronis uppmaning "kom till Kristus" hela budskapet i Mormons bok? (Moro 10:30, 32). Hur har det här årets studier av Mormons bok hjälpt dig att komma till Kristus?

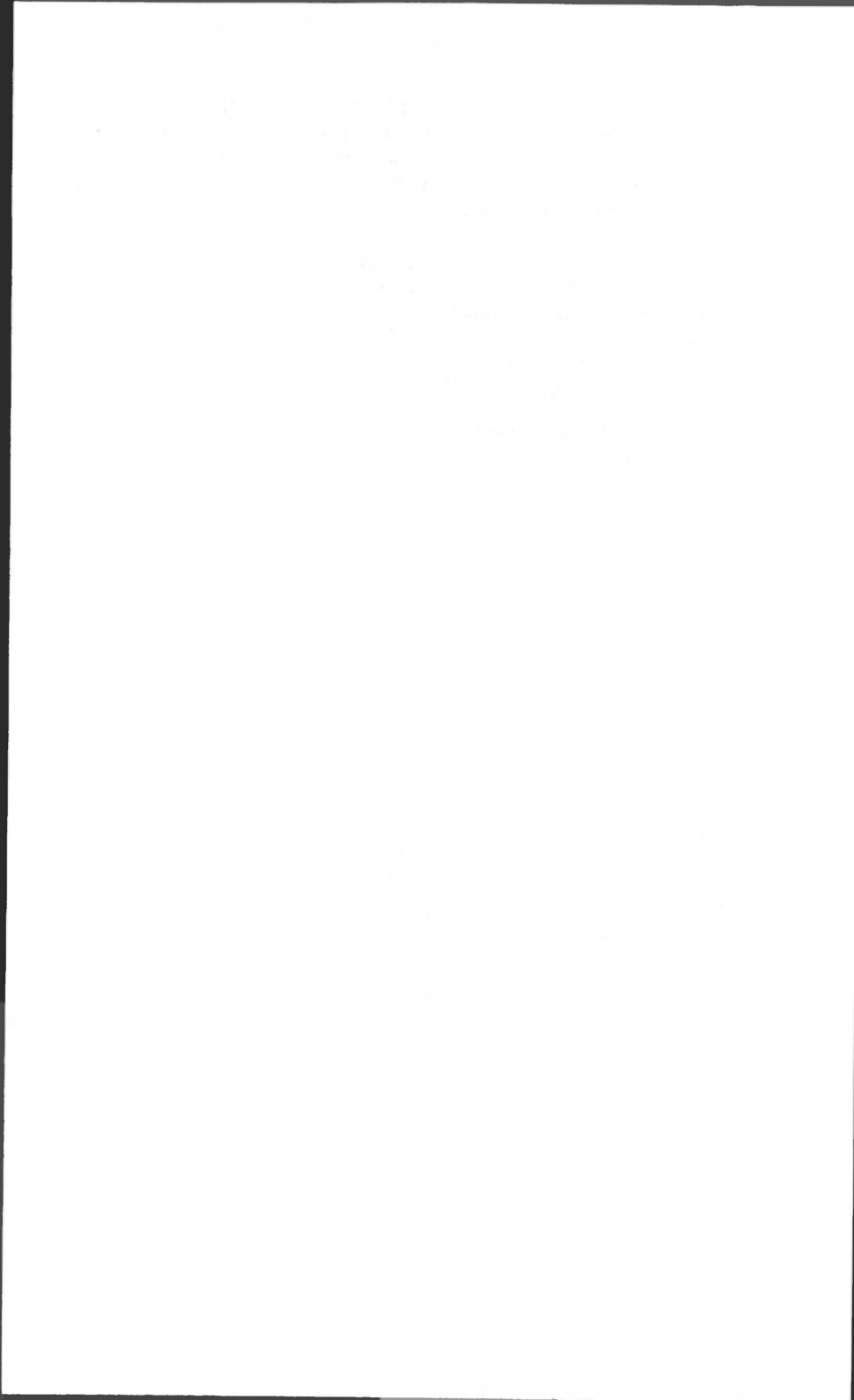
Förslag till familjediskussion

Bär ditt vittnesbörd om Mormons bok och inbjud familjen att göra det-samma. Läs sedan följande uttalande av president Ezra Taft Benson:

"Mormons bok studeras i vår söndags-skola och våra seminarieklasser vart

fjärde år. Detta fyra-års mönster ska kyrkans medlemmar *inte* följa när de studerar enskilt och som familj. Vi behöver dagligen läsa från sidorna i den bok som 'människan genom att lyda dess bud kan komma närmare Gud än genom någon annan bok'" (*Nordstjärnan*, jan 1989, s 3).

Uppmuntra familjen att också i fortsättningen studera Mormons bok och att dela med sig av den till andra.





JESU KRISTI
KYRKA
AV SISTA DAGARS HELIGA