

JESU KRISTI KIRKE AF SIDSTE DAGES HELLIGE • FEBRUAR 2017

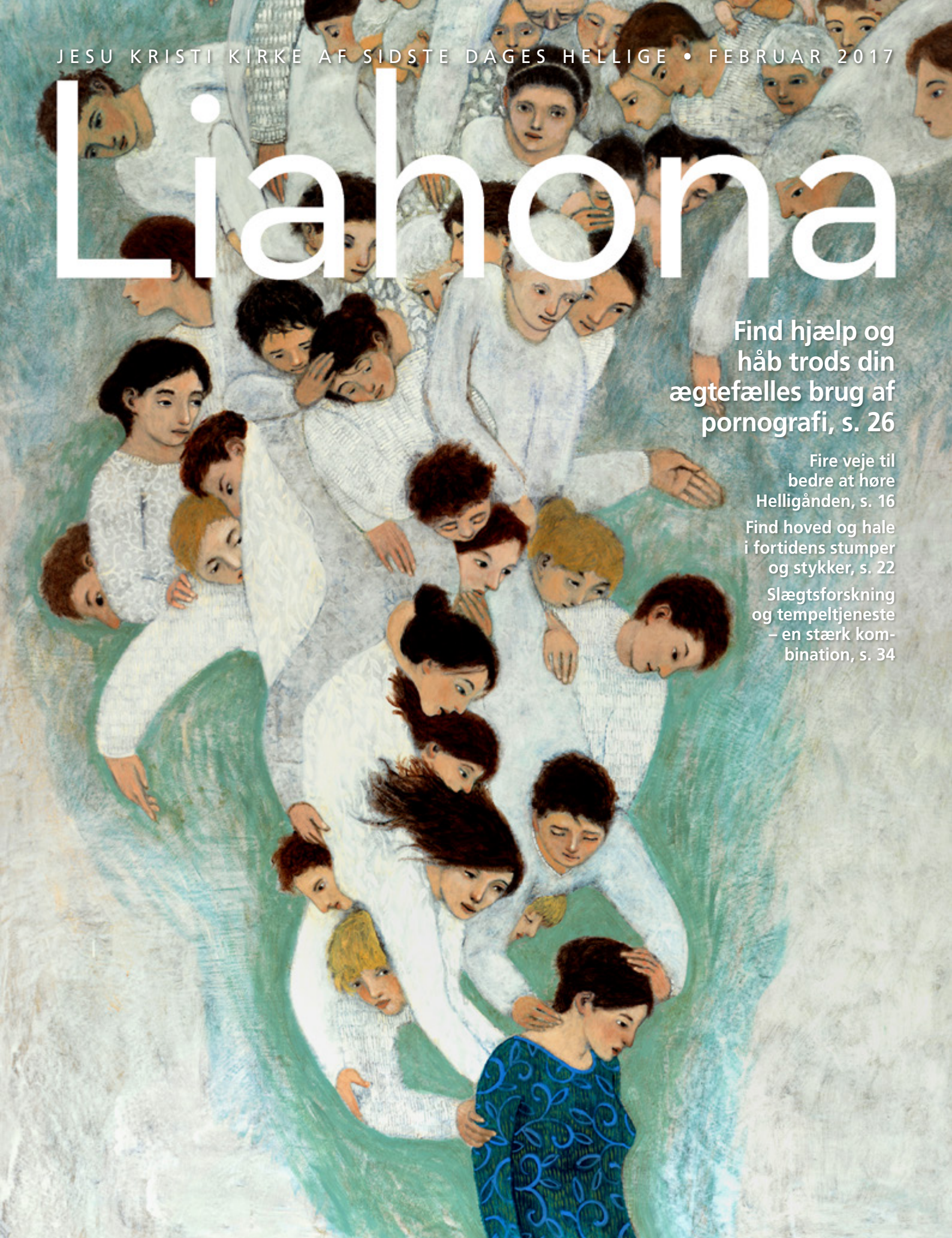
Liahøna

Find hjælp og
håb trods din
ægtefælles brug af
pornografi, s. 26

Fire veje til
bedre at høre
Helligånden, s. 16

Find hoved og hale
i fortidens stumper
og stykker, s. 22

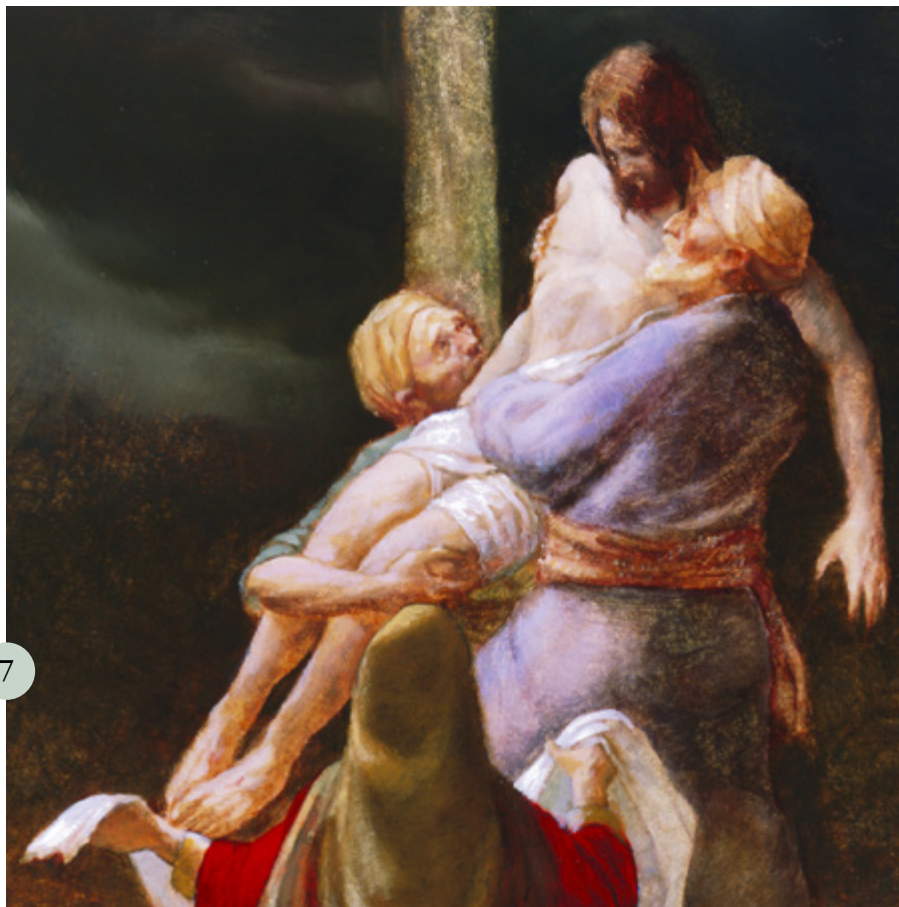
Slægtsforskning
og tempeltjeneste
– en stærk kombi-
nation, s. 34





Disse ældster tjente i Danmark i 1913. Årtier inden havde Herren åbenbaret for profeten Joseph Smith, at marken allerede var »hvid til høst« (L&P 4:4) og at »det, der vil være af størst værdi for dig, vil være at kundgøre omvendelse for dette folk« (L&P 15:6). Derfor kaldte profeten og efterfølgende præsidenter for Kirken mange af de tidlige medlemmer til at tage på mission rundt om i verden.

Foto gengivet med tilladelse fra Kirkens historiske bibliotek.



7

BUDSKABER

- 4 Budskab fra Det Første Præsidentskab: »Som jeg har elsket jer«**
Præsident Thomas S. Monson
- 7 Besøgsbudskabet: Kristi forsoning er bevis på Guds kærlighed**

ARTIKLER

- 14 Livet er et skuespil: Frelsesplanen i tre akter**
Margaret Willden
Vores evige tilværelse er som et skuespil i tre akter, og Jesu Kristi evangelium er vores manuskript.
- 16 Åndens røst**
Ældste Eduardo Gavarret
Ånden kan advare, vejlede og tale til os, når vi nøje lytter efter hans stemme.

- 22 Forstå Kirkens historie gennem studium og tro**
Keith A. Erekson
Hvordan kan vi bedst studere historiens brudstykker?

- 26 Hjertesorg og håb**
Syv veje til håb og styrke til udholdenhed for ægtefæller til pornografibrugere.

- 32 Jeg satte mig for at finde et tempel**
Mireille Rouffet
Jeg ledte efter et helligt sted og fandt min evige familie.

- 34 Slægtshistorie og tempelvelsignelser**
Ældste Dale G. Renlund, Ruth L. Renlund og Ashley R. Renlund
Ægte styrke kommer ved at kombinere slægtshistorie med tempelvelsignelser.

FASTE ARTIKLER

- 8 Noter til oktoberkonferencen 2016**
- 10 Vi taler om Kristus: Helbredelsens sande mirakel**
Jonathan Taylor
- 12 Vores hjem, vores familie: Skal jeg dø?**
Gregory Hamblin
- 20 Portrætter af tro: Adriana González**
- 40 Sidste dages hellige røster**
- 80 Til vi ses igen: Lignelsen om den ukloge bi**
Ældste James E. Talmage



PÅ OMSLAGET

Forsiden: Udsnit af *Hun finder det, der var væk*, af Brian Kershisnik.



44

44 Forlig jer med ufuldkommenheden

Elizabeth Lloyd Lund

Personlige svagheder kan være skuffende, men ufuldkommenhed er en mulighed for personlig udvikling.

48 Overvindelse af vore svagheder aftegner vores tro

E. Tracy Williams

Inden og under min mission var jeg nødt til at lære at stole på Frelseren – og jeg fandt mig selv i processen.

50 Ved en skillevej med mine venner

Stephen W. Owen

Det kan være tungt at gå vejen alene, men det er beslutninger som dem, der afgør vores skæbne.

53 Plakat: Ræk ud til andre

54 Find, tag, lær og deltag i »Tempeludfordringen«

Carlisa Cramer

Hvordan kan I hjælpe med at fremme Herrens værk? Det er let – I skal bare finde, tage og lære!

56 Tre måder at engagere sig på i slægtshistorie

Sally Johnson Odekirk

Når det handler om slægtshistorie, er det sommetider svært at vide, hvor man skal begynde. Tre unge fortæller, hvad de gjorde.

59 Linje på linje: 1 Korinther 10:13

60 Svar fra Kirkens ledere: Sådan ændrer man sig

Ældste Jeffrey R. Holland

61 Kun for unge

62 Spørgsmål og svar

Hvordan skal jeg finde tid til kirkeaktiviteter, familieaften og studium af skriften, når lektierne tager så meget tid?

64 Da planen blev virkelig

Alissa Holm

Da min leder i Unge Piger døde, blev frelsesplanen pludselig mere end blot en overstigt.

Hej!
Jeg hedder Rentalyn.



68

66 Mig? En bølge?

Merillee Booren

Jeff ville bare lege med Ben. Men hvad med Sam?

68 Børn med hjerte: Vis dine venner kærlighed

Devan Jensen

70 Mester i at gange

Jessica Larsen

Luca skulle bare kunne sine tabeller. Kunne bøn hjælpe?

72 Svar fra en apostel: Hvad er præstedømmenøgler?

Ældste Gary E. Stevenson

74 Skikkelser i skriften: Dåb og gengivelse af præstedømmet

75 Citatkort fra konferencen

76 Historier om Jesus: Da Jesus var lille

Kim Webb Reid

79 Malebogsside: Jeg kan vise andre kærlighed



Kan I finde den Liahona, der er gemt i dette nummer?

Vink: Hvordan viser I venlighed på legepladsen?

50

Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Helliges tidsskrift på dansk.

Det Første Præsidentskab: Thomas S. Monson,
Henry B. Eyring og Dieter F. Uchtdorf

De Tolv Apostles Kvorum: Russell M. Nelson,
Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Robert D. Hales,
Jeffrey R. Holland, David A. Bednar, Quentin L. Cook,
D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband,
Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund

Redaktør: Joseph W. Sitati

Assisterende redaktører: Randall K. Bennett, Carol F. McConkie

Vejledere: Brian K. Ashton, Jean B. Bingham, LeGrand R.
Curtis jun., Christoffel Golden, Douglas D. Holmes, Erich W.
Kopischke, Larry R. Lawrence, Carole M. Stephens

Adm. direktør: Peter F. Evans

Leder af Kirkens Tidsskrifter: Allan R. Loyborg

Forretningsfører: Garff Cannon

Chefredaktør: Adam C. Olson

Vicechefredaktør: Ryan Carr

Udgivelsesassistent: Cremlida Amaral

Redaktion: Bethany Bartholomew, Brittany Beattie, David Dickson,
David A. Edwards, Matthew D. Flitton, Lori Fuller, Garrett H. Garff,
LaRene Porter Gaunt, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B.
Murdock, Sally Johnson Odekir, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough,
Richard M. Romney, Mindy Anne Selu, Marissa Widdison

Ledende Art Director: J. Scott Knudsen

Art Director: Tadd R. Peterson

Designmedarbejdere: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus,
C. Kimball Bott, Thomas Child, David Green, Colleen Hincley,
Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Mark W. Robison,
Rachel Smith, Brad Teare, K. Nicole Walkenhorst

Koordinator af intellektuel ejendomsret:

Collette Nebeker Aune

Produktionsleder: Jane Ann Peters

Produktionsmedarbejdere: Glen Adair, Connie Bowthorpe
Bridge, Julie Burdett, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Gayle Tate
Rafferty, Derek Richardson

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Trykchef: Steven T. Lewis

Distributionschef: Troy K. Vellinga

Liahona:

Redaktør: Svend Aage Andersen

Redaktionens adresse: Translation Division,
Borups Allé 128, 1. th, DK-2000 Frederiksberg.
Tlf. 38 11 18 50

Kirkenyt: Finn Lykkegaard

Distribution

Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga, MOS,
Sveagatan 8 A, 441 32 Alingsås, Sverige

Abonnementoplysninger

Tegning af abonnement eller adresseændring kan ske ved
henvendelse til kundeservice på tlf. 0046-8 500 655 20.

E-mail: rcstockholm@ldschurch.org

Abonnementspris: DKK 68 pr. år (Grønland DKK 34).

Betaling: Online: store.lds.org; eller girokonto: 653-2136.

Indsendelse af manuskripter og spørgsmål sker online på
liahona.lds.org; med post til *Liahona*, Rm. 2420, 50 East North
Temple, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA; eller med e-mail til
liahona@ldschurch.org

Liahona (et ord fra Mormons Bog, som betyder »kompas«
eller »vejviser«) udgives på albansk, armensk, bislama, bulgarsk,
cambodjansk, cebuano, dansk, engelsk, estisk, fiji, finsk, fransk,
græsk, haitiansk, hollandsk, indonesisk, islandsk, italiensk, japansk,
kinesisk, kinesisk (forenklet), kiribati, koreansk, kroatisk, lettisk,
litauisk, malagassisk, marshallisk, mongolsk, norsk, polsk,
portugisisk, rumænsk, russisk, samoansk, slovensk, spansk, svensk,
swahili, tagalog, tahitiansk, thai, tjekkisk, tonga, tysk, ukrainsk,
ungarsk, urdu og vietnamesisk. (Antal numre pr. år varierer fra
sprog til sprog).

© 2017 Intellectual Reserve, Inc. Alle rettigheder forbeholdes.
Printed in the United States of America.

Oplysninger om ophavsret: Medmindre, der står andet, kan
enkeltpersoner kopiere materiale fra *Liahona* til deres personlige,
ikke-kommercielle brug (herunder kirkekaldelser). Denne ret kan
trækkes tilbage når som helst. Billedmaterialer må ikke kopieres,
hvis der er restriktioner angivet i ophavsretteksten til værket.
Spørgsmål om ophavsret bør stiles til Intellectual Property Office,
50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA;
email: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For readers in the United States and Canada:

February 2017 Vol. 166 No. 2. LIAHONA (USPS 311)

Danish (ISSN 522-9165) is published monthly by The Church
of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt
Lake City, UT 84150. USA subscription price is \$10.00 per year;
Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid
at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of
address. Include address label from a recent issue; old and new
address *must* be included. Send USA and Canadian subscriptions
to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription
help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard,
American Express) may be taken by phone or at store.lds.org.
(Canada Poste Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMIM 507.1.5.2).

NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes
to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368,
Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

Forslag til familieaften

*Dette nummer indeholder artikler og aktiviteter, der kan anvendes til familieaften.
Her følger to eksempler.*



»Skal jeg dø?«, side 12: En forståelse af frelsesplanen er vigtig for vores evige udvikling. I kan studere planen ved at læse disse skriftsteder: 2 Nefi 2:22-25; 9:10-11; Alma 34:32-33; 40:11-14; 42:5-15 eller Lære og Pagter 76:30-113. I kan lave et diagram ved at skiftes til at tegne hver del af frelsesplanen i forhold til hvert skriftsted (se på side 54 i *Forkynd mit evangelium* et eksempel på et diagram). I kan også øve jer i at undervise om principperne ved at undervise hinanden, så I er i stand til at forklare frelsesplanen for en, der måtte have spørgsmål om den.

Find, tag, lær og deltag i »Tempeludfordringen«, side 54: Har I accepteret udfordringen? Herrens apostle har opfordret os alle til at »forberede så mange navne til templet, som man udfører dåb for i templet, og hjælpe andre til at gøre det samme«, og det kan I gøre sammen som familie! Læs mere om udfordringen på templechallenge.lds.org, hvor I også finder forslag til at lave slægtsforskning trin for trin. I kan bruge nogle fremtidige familieaftener på at forberede navne til templet og undervise venner om, hvordan de laver deres slægtsforskning.

MERE PÅ NETTET

Liahona og andre kirkematerialer er tilgængelige på mange sprog på languages.lds.org. Besøg [Facebook.com/liahona.magazine](https://www.facebook.com/liahona.magazine) (tilgængelig på engelsk, portugisisk og spansk) og find inspirerende budskaber, forslag til familieaften og indhold, som I kan dele med venner og familie.

EMNER I DETTE NUMMER

Tallene angiver artiklens første side.

Afhængighed, 26

Bøn, 42, 70, 72

Dåb, 74

Evige familier, 4, 32, 34

Forsoning, 7, 10, 14,

44, 48

Fred, 12, 41, 42, 44

Frelsesplanen, 12, 14, 64

Fristelse, 59, 61

Helbredelse, 10, 26

Helligånden, 16, 42

Håb, 26

Jesus Kristus, 7, 10, 12,
42, 48, 76

Kirkens historie, 22, 74

Kærlighed, 4, 7, 64, 79

Missionering, 32, 40, 42,
48, 68

Modgang, 64, 80

Nadver, 41

Omvendelse, 60

Pornografi, 26

Prioriteter, 62

Præstedømmet, 72, 74

Skilsmisse, 26, 43

Slægtshistorie, 32, 34,
54, 56

Svagheder, 44, 48

Tempel, 32, 34, 54, 56,
61, 76

Tiende, 61

Tro, 22, 40, 48, 70

Venner, 50, 66



Præsident
Thomas S.
Monson

»SOM JEG HAR ELSKET JER«

For nogle år siden fortalte en ven ved navn Louis mig en rørende historie om sin milde, blide mor. Da hun døde, efterlod hun ikke sine børn store pengesummer, men en rig arv af forbilledlighed i offervilje og lydighed.

Da mindetalerne ved begravelsen havde lydt, og den tunge vej til kirkegården var trådt, gennemgik familien de få jordiske ejendele, moderen havde efterladt. Blandt dem fandt Louis en besked og en nøgle. Beskeden lød: »I hjørnesoveværelset i den nederste skuffe i min kommode er der et lille skrin. Det indeholder mit hjertes skatte. Denne nøgle passer til skrinet.«

Alle spekulerede på, hvad deres mor mon havde af en sådan værdi, at det skulle bag lås og slå.

Skrinet blev taget frem fra gemmestedet og åbnet forsigtigt ved hjælp af nøglen. Da Louis og de andre undersøgte indholdet, fandt de et billede af hver enkelt barn, hvorpå barnets navn og fødselsdato var angivet. Derefter trak Louis et hjemmelavet Valentineskort frem. Han genkendte sin ubehændige barnlige håndskrift, og han læste de ord, han havde skrevet 60 år tidligere: »Kære mor, jeg elsker dig.«

Hjerter blev blødgjort, stemmer dæmpet og øjne blev fyldt med tårer. Moderens skat var hendes evige familie. Styrken i den hvilede på en stærk grundvold af »jeg elsker dig.«

I dagens verden er den grundvold en tiltrængt ting i hjemmet. Og intet sted finder verden et bedre eksempel

på den grundvold end i sidste dages helliges hjem, hvor man har gjort kærlighed til kernen i familielivet.

De af os, som påstår at være Frelseren Jesu Kristi disciple, fik denne vidtrækkende instruks:

»Et nyt bud giver jeg jer: I skal elske hinanden. Som jeg har elsket jer, skal også I elske hinanden.

Deraf kan alle vide, at I er mine disciple: hvis I har kærlighed til hinanden.«¹

Hvis vi skal holde det bud om at elske hinanden, må vi behandle hinanden med medfølelse og respekt og vise kærlighed i den daglige omgang. Kærlighed lader et venligt ord falde, giver et tålmodigt svar, gør noget uselvisk, lægger et forstående øre til og har et tilgivende hjerte. I alle vore forhold vil sådanne og andre lignende handlinger være bevis på den kærlighed, vi har i hjertet.

Præsident Gordon B. Hinckley (1910-2008) har sagt: »Kærlighed ... er krukken med guld for enden af regnbuen. Og det er mere end enden af regnbuen. Kærlighed er også begyndelsen, og af den udspringer den smukke bue over himlen på en blæsende dag. Kærlighed er den tryghed, som børn græder efter, de unge længes efter, limen i ægteskabet, det, der smører og får tingene til at glide i hjemmet, det er freden på ens ældre dage, og det er håbets lys, som skinner igennem døden. De er rige, som nyder den i deres omgang med familie, venner, i kirken og med naboerne.«²

Kærlighed er selve kernen i evangeliet, og menneskets



ædleste træk. Kærlighed er kuren i skrøbelige familier, svage fællesskaber og syge nationer. Kærlighed er et smil, et vink, en venlig bemærkning og en kompliment. Kærlighed er offer, tjeneste og uselvskhed.

Ægtemænd, elsk jeres hustru. Behandl dem med værdighed og påskønnelse. Søstre, elsk jeres mand. Behandl dem med anerkendelse og opmuntring.

Forældre, elsk jeres børn. Bed for dem, undervis dem og vidn for dem. Børn, elsk jeres forældre. Vis dem respekt, taknemlighed og lydighed.

Uden Kristi rene kærlighed »er [vi] intet,« som Mormon sagde.³ Det er min bøn, at vi må følge Moronis råd om at bede »til Faderen med hjertets hele styrke om, at [vi] må blive fyldt af denne kærlighed, som han har

skænket alle, som er hans Søns, Jesu Kristi, sande tilhængere, så [vi] kan blive Guds sønner, så vi, når han viser sig, vil være som han, for vi skal se ham, som han er.«⁴ ■

NOTER

1. Joh 13:34-35.
2. Se Gordon B. Hinckley, »Men størst af alt er kærlighed«, *Den danske Stjerne*, aug. 1984, s. 1.
3. Moro 7:46; se også v. 44.
4. Moro 7:48.

UNDERVISNING UD FRA DETTE BUDSKAB

Præsident Monson belærer om vigtigheden af at vise kristuslignende kærlighed især i hjemmet. Overvej hvad I kan gøre for at udvise kærlighed til dem, I underviser. I kan også drøfte, hvordan de kan udvise mere kærlighed over for hinanden. I kan opfordre dem til at vælge et af disse forslag og sætte mål om at gøre det sammen som familie. Det kan for eksempel være, at de enkelte i familien i al hemmelighed hjælper en anden i familien i ugens løb. I kan foreslå, at de efter et stykke tid reflekterer over, hvordan denne bestræbelse på at nå deres mål øgede kærligheden i deres hjem.

Bøn for fred

Sarah T.

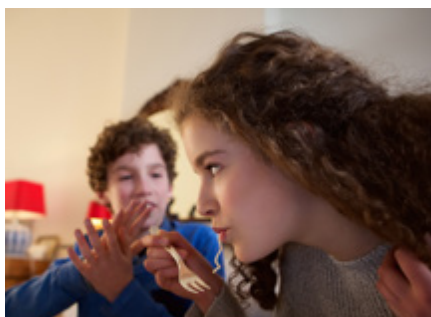
Mine forældre deltog ofte i møder efter kirke, derfor så jeg efter mine tre yngre brødre og hjalp dem med at lave frokost – selvom de ofte var utålmodige og sultne. Hvis de begyndte at slå, kunne jeg almindeligvis løse det lille problem hurtigt. Men sommetider var det svært at stifte fred, når striden først var startet, for jeg blev oprørt.

En eftermiddag var det særlig svært for mine brødre at forliges. Det, jeg gjorde for at bilægge striden, syntes blot at gøre tingene værre, for jeg var vred. Så jeg lavede bare min egen frokost og lod være med at tale til dem. Så sagde jeg: »Jeg vil bede. Kan vi få et øjeblik ro?« Da de havde sat sig ned, velsignede jeg maden. Inden jeg

afsluttede, tilføjede jeg: »Og vil du ikke nok hjælpe os med at være fredsstiftere?«

Til at begynde med virkede det, som om de ikke hørte det og begyndte at slå igen. Jeg blev irriteret, men vidste, jeg var nødt til at være så kærlig og rolig, som jeg kunne, for jeg havde lige bedt om fred. Efter et minut følte jeg mig meget rolig. Jeg spiste uden at sige noget, og drengene holdt op med at slå. Jeg indså, at den fred, jeg følte, var et svar på en enkel bøn. Jeg havde bedt om at være fredsstifter, og vor himmelske Fader havde hjulpet mig til at forblive rolig, da det havde været så let at råbe. Jeg ved, at han virkelig kan give os fred.

Forfatteren bor i Arizona i USA.



BØRN

En sand skat

Præsident Monson fortæller en historie om en mor, der havde en særlig skattekasse. Da hendes børn åbnede den, fandt de billeder af sig selv. Moderens skat var hendes familie!

De sande skatte er hverken guld eller juveler – det er de mennesker, I elsker. Hvem elsker I? Tegn et billede af dem eller skriv deres navne ned og læg dem i skattekisten.



Kristi forsoning er bevis på Guds kærlighed

Studér dette materiale bønssomt og søg inspiration til at vide, hvad I skal tale om. Hvordan vil en forståelse af Hjælpeforeningens formål forberede Guds døtre til velsignelserne ved evigt liv?



Tro,
Familie,
Tjeneste

En forståelse af, at vor himmelske Fader gav sin enbårne Søn, så vi kan få udødelighed og muligheden for evigt liv, kan hjælpe os til at mærke Guds uendelige og ufattelige kærlighed til os. Vor Frelser elsker os.

»Hvem kan skille os fra Kristi kærlighed? ...

For jeg er vis på, at hverken død eller liv eller engle eller magter eller noget nuværende eller noget kommende eller kræfter

eller noget i det høje eller i det dybe eller nogen anden skabning kan skille os fra Guds kærlighed i Kristus Jesus, vor Herre« (Rom 8:35, 38-39).

Om Jesu Kristi sonoffer har ældste D. Todd Christofferson

fra De Tolv Apostles Kvorum sagt: »Frelserens lidelser i Getsemane og hans smerte på korset forløser os fra synd ved at opfylde de krav, som retfærdigheden har til os. Han udviser nåde og tilgiver dem, som har omvendt sig. Jesu Kristi forsoning indfrier også den gæld, som retfærdigheden har til os ved at hele og kompensere for enhver lidelse, som vi uforskyldt har lidt. »For se, han lider alle menneskers smerter, ja, hver eneste levende skabnings smerter, både mænds, kvinders og børns, som hører til Adams slægt« (2 Ne 9:21; se også Alma 7:11-12).«¹

Kristus har »tegnet« os i sine hænder (se Es 49:16). Linda K. Burton, Hjælpeforeningens

hovedpræsident, har sagt:

»Denne allerstørste kærlighedsgerning bør sende hver eneste af os ned på vore knæ i ydmyg bøn for at takke vor himmelske Fader for at elske os nok til, at han sendte sin enbårne og fuldkomne Søn for at lide for vore synder, vore hjertesorger og alt det, der synes urimeligt i vores tilværelse.«²

Yderligere skriftsteder og information

Joh 3:16; 2 Ne 2:6-7, 9; reliefsociety.lds.org

NOTER

1. D. Todd Christofferson, »Forløsning«, *Liahona*, maj 2013, s. 110.
2. Linda K. Burton, »Er troen på Jesu Kristi forsoning skrevet i vores hjerte?«, *Liahona*, nov. 2012, s. 114.



Til overvejelse

Hvordan kan vi give udtryk for vores taknemlighed og kærlighed til Gud og Jesus Kristus for Frelserens forsoning?

NOTER TIL OKTOBERKONFERENCEN 2016

»Hvad jeg, Herren, har talt, har jeg talt ... hvad enten det er ved min egen røst eller ved mine tjeneres røst, det er det samme« (L&P 1:38).

Når I gennemgår oktoberkonferencen 2016, kan I bruge disse sider (og noter til konferencer i fremtidige numre) som hjælp i jeres studium og anvendelse af nylig undervisning fra de levende profeter og apostle og andre kirkeledere.



LÆRDOMSMÆSSIGE HØJDEPUNKTER

Visdomsordet

»1833 åbenbarede Herren en plan til profeten Joseph Smith for at leve sundt. Denne plan står i det 89. afsnit i Lære og Pagter og er kendt som visdomsordet. Den giver specifikke retningslinjer om den mad, vi spiser, og den forbyder anvendelse af noget, der er skadeligt for vore legemer.

De, der er lydige mod Herrens befalinger, og som trofast overholder visdomsordet, bliver lovet bestemte velsignelser, blandt andet et godt helbred og større fysisk udholdenhed (se L&P 89:18-21) ...

Må vi passe på vores legeme og sind ved at overholde de principper, der er fremsat i visdomsordet, en plan, Gud har givet os. Jeg vidner af hele mit hjerte og sjæl om de storslåede velsignelser, der venter os, hvis vi gør det.«

Præsident Thomas S. Monson, »Principper og løfter«, *Liahona*, nov. 2016, s. 78, 79.

PROFETISK LØFTE



VÆR TAKNEMLIG FOR SABBATTEN

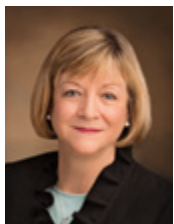
»Vi har hver uge muligheden for at deltage i nadveren – den bliver forberedt, velsignet og omdelt af Guds bemyndigede tjenere. Vi kan være taknemlige, når Helligånden over for os bekræfter nadverbønnernes ord, når de udtales af bemyndigede præstedømmebærere, bliver honoreret af vor himmelske Fader ...

Vi vil føle større kærlighed til og påskønnelse af Frelseren, hvis uendelige offer muliggjorde, at vi kan blive rensset for synd. Når vi tager brød og vand, mindes vi, at han led for os. Og når vi føler taknemlighed for det, han har gjort for os, vil vi mærke hans kærlighed til os og vores kærlighed til ham.

Den velsignelse af kærlighed, vi modtager, vil gøre det lettere for os at holde befalingen om »altid at erindre ham« (Moro 4:3; 5:2; L&P 20:77, 79). I kan måske tilmed føle kærlighed og taknemlighed, som jeg gør, for Helligånden, som vor himmelske Fader har lovet altid vil være med os, når vi forbliver trofaste mod de pagter, vi har indgået. Vi kan regne med alle disse velsignelser hver søndag og føle os taknemlige.«

Præsident Henry B. Eyring, førsterådgiver i Det Første Præsidentskab, »Taknemlighed på sabbatsdagen«, *Liahona*, nov. 2016, s. 100.

Rejs jer i styrke i disse hårde tider



»Jeg tror af hele mit hjerte på, at vi søstre har den indre styrke og tro, der vil gøre os i stand at møde de udfordringer, der følger med at leve i de sidste dage ...

Vi er nødt til at studere og forstå [Jesu Kristi] forsoning ...

Vi er nødt til at forstå nødvendigheden af en gengivelse af læren, organisationen og myndigheden i disse sidste dage [gen-

nem profeten Joseph Smith] ...

Vi er nødt til at studere og forstå tempelordinancerne og -pagterne ...

Jeg vidner om, at Herren har velsignet os kvinder, der lever i disse hårde tider, med al den kraft og styrke samt de gaver, der er nødvendige.«

Bonnie L. Oscarson, Unge Pigers hovedpræsident, »Rejs jer i styrke, søstre i Zion«, *Liahona*, nov. 2016, s. 13, 15.



HVORDAN LÆRER VI HERREN AT KENDE?

»Et af de vigtige mål med livet er, at vi ikke blot lærer om Faderens Enbårne, men også at vi stræber efter at kende ham. Fire afgørende tiltag, der kan hjælpe os med at lære Herren at kende, er at udøve tro på ham, følge ham, tjene ham og at tro på ham ...

En skønne dag »skal hvert knæ bøje sig og hver tunge bekend« (Mosi 27:31), at Jesus er Kristus. På den signede dag vil vi vide, at han kender hver eneste af os ved navn. Og jeg lover og vidner om, at vi ikke alene kan kende til Herren, men at vi også kan lære ham at kende.«

Ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum, »Kender I mig«, *Liahona*, nov. 2016, s. 103, 105.

DRAG PARALLELLER

Forankring af vore vidnesbyrd i Kristus og hans lære

Flere talere talte til dem, som kæmper med deres vidnesbyrd. Brug jeres *Liahona* fra november 2016 eller besøg conference.lds.org for at læse, hvad de sagde.

- Se Dieter F. Uchtdorf, »Lær af Alma og Amulek«, s. 71.
- Se M. Russell Ballard, »Hvem skal vi gå til?«, s. 90.
- Se Quentin L. Cook, »Tapre i Jesu vidnesbyrd«, s. 40.
- Se Ronald A. Rasband, »At du ikke glemmer«, s. 113.

Hvis I vil læse, se eller lytte til generalkonferencetaler, så besøg conference.lds.org.

HELBREDELSENS SANDE MIRAKEL

Jonathan Taylor

Efter min ulykke opdagede jeg, at selv om fysisk lammelse er uhelbredelig – så er åndelig lammelse ikke takket været Jesu Kristi forsoning.

Året 2000 var fuld af store begivenheder for min familie og jeg. Min hustru og jeg fejrede vores første bryllupsdag. Vi blev forældre for første gang. Det var også det år, hvor jeg blev lammet blot fem måneder efter, vores datter var blevet født.

Den sommer havde jeg hjulpet en ældre søster i vores menighed og regelmæssigt cyklet det lille stykke fra vores lejlighed til hendes hjem fra at slå hendes græsplæne, men en morgen var jeg meget træt og ikke så opmærksom, som jeg burde have været – og jeg blev ramt af en bil. Selvom jeg på mirakuløs vis overlevede, slap jeg desværre ikke uden skader. En uge efter ulykken vågnede jeg op og indså, at jeg var lammet og ude af stand til at bevæge nogen af mine muskler fra brystkassen og nedefter.

Lammelse er et varigt men. Selv med alle nutidens store medicinske og videnskabelige landvindinger er det ikke noget, der kan helbredes. Og til at begynde med var jeg naturligvis bange og bekymret for, hvordan jeg skulle varetage ansvaret som ægte-mand og far. Derefter veg frygten for vrede på mig selv over, at jeg havde

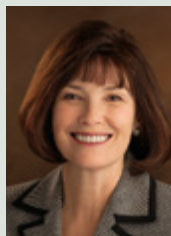
været tåbelig – fordi jeg ikke havde holdt tilbage i krydset, og jeg havde kørt uden cykelhjelme.

Jeg følte mig til besvær. Det krævede mange måneder med genoptræning på hospitalet for at lære, hvordan jeg skulle leve resten af livet med mit handicap, og hvordan jeg igen blev uafhængig. På samme tid hjalp det at leve med min lammelse til en bedre forståelse af skrifterne og vor Frelsers forsoning.

Jeg fik en særlig indsigt, da jeg granskede de mirakler, som Kristus udførte. I Markus 2 tilgiver Jesus en lam hans synder og helbreder ham

derefter. Da de skriftkloge betvivlede Jesu ret til at tilgive, sagde han: »Hvad er det letteste, at sige til den lamme: Dine synder tilgives dig, eller at sige: Rejs dig, tag din bære og gå?« (v. 9).

Jeg havde læst det skriftsted mange gange før, men jeg havde ikke forstået det inden min ulykke. Når vi læser det kapitel, bliver vi mindet om, hvor mirakuløs den helbredelse var. Selv her, 2000 år og mange medicinske landvindinger efter, kan en sådan helbredelse ikke udføres af mennesker alene, og jeg lever med det faktum hver dag. Mange tror, at den lektie, der ligger i dette skriftsted, er, at



DET STØRSTE MIRAKEL

»For mig er de største mirakler i dette liv hverken at dele Det Røde Hav, flytte bjerge eller hele legemet. Det største mirakel sker, når vi ydmygt nærmer os vor Fader i himlen i bøn og inderligt bønfalder om at blive tilgivet og derefter bliver rensset for disse synder gennem vor Frelsers sonoffer.«

Linda S. Reeves, andenrådgiver i Hjælpeforeningens hovedpræsidentskab, »Den store forløsningsplan« *Liahona*, nov. 2016, s. 90.



Kristus har kraften til at helbrede selv det uhelbredelige. Men der ligger så meget mere i dette skriftsted, især når vi ser bagom det fysiske mirakel og i stedet for fokuserer på det åndelige mirakel.

Ligesom det er umuligt for en fysisk lam at rejse sig og gå, er det også umuligt for et menneske at overvinde den åndelige lammelse, der er forårsaget af synd, på egen hånd. Jeg har lært, at Frelserens forsoning er det virkelige mirakel i dette skriftsted. Jeg kommer måske aldrig til at opleve det mirakel at blive i stand til at rejse mig og gå igen i dette jordeliv, men jeg har modtaget det større mirakel i form af tilgivelse for mine synder gennem min Herre og Frelser, Jesu Kristi forsoning.

Vitterligheden af det mirakel bekræftes i vers 10 og 11:

»Men for at I kan vide, at Menneskesønnen har myndighed til at tilgive synder på jorden – siger han til den lamme:

»Jeg siger dig, rejs dig, tag din bære og gå hjem!«

At blive helbredt for følgerne af synd er det største mirakel, vi hver især kan modtage i livet, alt takket være Jesus Kristus. Ved at sone for vore synder tog Kristus vore skrøbeligheder og synder på sig. Han ved, hvad vi går igennem i livet. Han forstår vore personlige handicaps, svagheder og udfordringer, uanset hvor store eller små de er. Der er intet andet menneske i hele verden, der kan helbrede syndens åndelige lammelse.

Jeg er taknemlig for den indsigt, jeg er blevet velsignet med. Det giver mig det fornødne perspektiv, idet jeg lever med mit handicap og stræber efter at bruge det til at lære og vokse. Jeg har været i stand til at holde op med at have ondt af mig selv og gøre de samme ting, som jeg elskede at lave inden min ulykke, og jeg er blevet velsignet med at være i stand til at tjene til trods for min tilstand. Nogen finder det måske svært at være taknemlig, når man lever med et handicap, men Gud velsigner os konstant – selv i sådanne tider. Jeg er taknemlig for min Frelser, for hans sonoffer og for dette vidunderlige mirakel i mit liv. ■

Forfatteren bor i Wyoming i USA.

SKAL JEG DØ?

Gregory Hamblin

Jeg ved ikke, hvorfor tanker om død pludselig skræmte min søn, men sandhederne i evangeliet gav ham den trygge forvisning, han havde brug for.

Min syvårige søn trådte iltert i pedalerne, men kom ingen vegne. Kæden var faldet af hans cykel. Jeg gik hen for at hjælpe ham og vendte cyklen om, så jeg kunne komme til kæden. Mens jeg stod og arbejdede med cyklen, sagde han: »Far. Bliver jeg helt dækket af blod, når jeg dør?»

Noget chokeret så jeg op på ham. Han havde tårer i øjnene.

»Hvad? Nej,« sagde jeg. »Du skal ikke dø.« Jeg satte mig på fortovet, og han satte sig på mit skød. Han græd og græd. Hvor kom det dog fra?

»Falder mine indvolde ud?« spurgte han.

Havde min lille dreng set skrækkfilm eller noget? »Nej,« sagde jeg. Igen forsikrede jeg ham om, at han ikke skulle dø.

»Jo, far. Alle skal dø, ikke?»

Jeg tog en dyb indånding. Det var ikke en snak, jeg havde ventet at skulle tage med så ungt et barn.

Da jeg blev far, lovede jeg mig selv, at jeg aldrig ville holde sandheden tilbage fra mine børn, men tanken om at fortælle nogen af dem, at de en dag

skulle dø, var et mareridt. Jeg prøvede at undvige hans spørgsmål. »Det behøver du ikke at bekymre dig om lige nu,« sagde jeg. »Du skal bare være en glad dreng, der har det sjovt og ikke bekymrer sig. Du kommer til at leve i lang, lang tid.«

»Jeg vil ikke dø,« sagde han.

»Hvad stiller jeg op her,« spurgte jeg mig selv. Tankerne om at sige noget forkert, der ville traumatisere ham for altid, hvirvlede rundt i mit hoved. »Hvad gør jeg?« Jeg opsendte en stille bøn.

Jeg begyndte at fortælle ham om frelsesplanen. Jeg fortalte ham, at vi alle blot er besøgende på denne jord. Jeg fortalte ham, at enhver af os er et væsen, der består af to dele: Et legeme og en ånd. Jeg fortalte ham, at når mennesker dør – og ja, vi skal alle dø en dag – er det kun vores fysiske legeme, der holder op med at fungere. Vores ånd er evig og vil aldrig dø (se Alma 40:11).

Jeg fortalte ham, at Jesus Kristus er vor Frelser, fordi han gjorde det muligt for os alle sammen at være sammen, selv om vi sommetider er

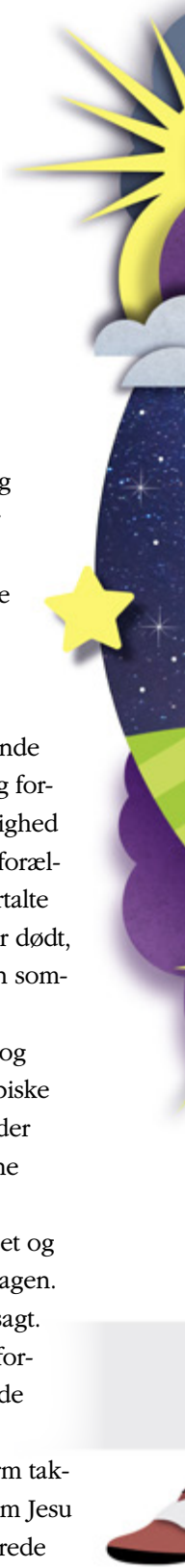
nødt til at være alene i en tid. Jeg lærte ham, at Frelseren døde for os, og han opstod, og fordi han lever, vil vores ånd en dag vende tilbage til vores legeme, og vi skal aldrig smage døden igen (se Alma 11:43-45).

Han spurgte, om jeg nogensinde havde set et dødt menneske. Jeg fortalte ham, at jeg havde haft mulighed for at sige farvel til mine bedsteforældre, da de blev begravet. Jeg fortalte ham, at selv om deres legeme er dødt, lever deres ånd stadig, og vi kan sommetider føle deres nærvær.

Min søns frygt for døden fortog sig, og snøftene blev til hans typiske fnisen. Tanken om slægtninge, der besøgte os, selv om vi ikke kunne se dem, fik ham til at smile.

Vi gik sammen tilbage til huset og satte den reparerede cykel i garagen. Jeg tænkte over det, jeg havde sagt. Jeg tænkte på mit ønske om at fortælle mine børn sandheden og de svar, jeg havde givet min søn.

I det øjeblik følte jeg en enorm taknemlighed for mit vidnesbyrd om Jesu Kristi evangelium. Fordi jeg allerede





vidste, at frelsesplanen er sand, var jeg i stand til at tale fortrøstningsfuldt og ærligt til min søn og give ham styrke til at overvinde sin frygt.

Min forberedelse til dette øjeblik begyndte lang tid, før min søn blev født. Da jeg forberedte mig på at tage på mission, havde jeg et mål om at få et vidnesbyrd om ethvert aspekt af evangeliet, som jeg eventuelt skulle undervise om. Den del, jeg havde kæmpet mest med, var de dødes opstandelse.

Jeg studerede, tænkte over det og bad. Jeg fastede og bad om et vidnesbyrd. Efter en tid bevidnede Helligånden for mig, at opstandelsen er en vitterlighed, at der i sandhed er liv efter døden, og at løfterne i frelsesplanen er reelle. (Se 1 Ne 10:19).

Det vidnesbyrd blev vigtigt på min mission, men det blev et af mit livs mest dyrebare gaver, da min søn havde brug for ro i sindet.

Jeg er så taknemlig for det vidnesbyrd, og jeg vidner om, at frelsesplanen er gældende. Jeg vidner om vigtigheden af at styrke vores vidnesbyrd, så vi kan finde fred i vores vidnesbyrd og forståelse af Jesu Kristi evangelium, når vi eller vore nære og kære føler frygt. ■

Forfatteren bor i Nevada i USA.

LIVET ER ET SKUESPIL

FRELSESPLANEN
I TRE AKTER

*Vi befinder os midt i et
skuespil i tre akter, som vi
ikke helt forstår, men ved at
fokuserer på Kristus kan vi
finde en lykkelig afslutning.*

Margaret Willden

Lyset dæmpes. Det røde scenetæppe går fra. De udklædte figurer om dig begynder at spille. Hvem er helten? Hvem er skurken? Det er svært at sige.

Du står midt på scenen og kan ikke hitte rede på det hele. Alle andre synes at fatte, hvad der foregår. »Det her er anden akt,« hvisker en af skuespillerne. »Se i dette manuskript.«

Vi er måske ikke alle sammen skuespillere, men opfattelsen af sådant et skuespil er ikke langt fra virkeligheden. Tænk på frelsesplanen, som også kaldes »den store plan for lykke« (Alma 42:8), som et skuespil i tre akter. Første akt handler om, hvor vi kommer fra, anden akt handler om vores liv på jorden, og tredje akt handler om, hvor vi skal hen. Under anden akt har vi ingen erindring om vores fortid og liden viden om vores fremtid, men heldigvis sætter Jesu Kristi evangelium – selve manuskriptet eller skuespillet – vores jordiske liv i sammenhæng.

Første akt: Forstå, hvor vi begynder

Fra skrifterne og de levende profeters ord lærer vi om vores førjordiske tilværelse (se Abr 3:22-24). Inden vi kom til jorden, deltog vi i et råd i himlen med vor himmelske Fader. Vi fik at vide, at vi ville komme til jorden og få et legeme, få efterkommere, møde modstand og vokse i lys og sandhed. Hvis vi var lydige og blev mere kristuslignende, ville vi en dag kunne leve med vor Fader igen.

Eftersom vi ville begå fejl hen ad vejen, blev Jesus Kristus valgt som vor Frelser, der kunne betale prisen for vore synder. Han led for hver og en af os, og på grund af hans sonoffer kan vi blive rensset gennem omvendelse.

Men Satan (eller Lucifer, som han blev kaldt i forudtilværelsen) gjorde oprør og forsøgte at ophæve vores evne til at vælge mellem rigtigt og forkert. Der brød en krig ud i himlen. Da Satan led nederlag, blev han kastet ud af himlen tillige med de ånder, der valgte at følge ham (se Moses 4:1-4).

Selvom vi ikke kan huske denne førjordiske tilværelse, ved vi, at vi lovede at gøre alt, vi kunne, for at vende tilbage til Guds nærhed, når engang vi kom på jorden. Og Herren lovede os handlefrihed, hvilket gjorde det muligt for os at vælge at følge ham.

Anden akt: Brug af vores handlefrihed

Nu befinder vi os i anden akt, og Gud har skrevet den drejebog, der kan vejlede os tilbage til ham – Jesu Kristi

evangelium. Vores udfordring er at bruge vores handlefrihed til at følge drejebogen, så vi kan berede os på at vende tilbage til vor himmelske Fader (se Abr 3:25). Ligesom et komplekst skuespil, der er fuld af plot, kan vores liv på jorden være kompliceret. Det er gennemhullet af fristelser, prøvelser og tragedier af enhver art. Men sandheden er, at anden akt handler om, hvorvidt vi vil følge Kristi lære, så vi kan blive mere som ham.

Skriften anviser det perfekte mønster for lykke og opfordrer os til, at vi »trænger [os] frem, idet [vi] tager for [os] af Kristi ord og holder ud til enden« (2 Ne 31:20). Vi vokser, når vi indgår og holder pagter, lyder buddene og omvender os, når vi synder. Når vi fordyber os i skrifterne og vore profeters lærdomme, vil vi være fokuserede på den plan, som vi gladelig indvilligede i at følge i akt et.

Tredje akt: Favnelse af evigheden

Vores fysiske legeme dør måske i slutningen af akt to, men dermed slutter historien ikke. Rent faktisk er der ikke tæppefald efter akt tre – den varer evigt (se Abr 3:26).

På grund af Jesu Kristi forsoning vil alle Guds børn, der kommer til jorden, opstå. Hvad kan være mere fyldt af glæde end opstandelse? (Se L&P 93:33).

Næsten alle vil altså modtage en fylde af herlighed afhængigt af deres gerninger. Det celestiale rige med en herlighed, der svarer til stjernernes; det terrestre rige med en herlighed, der modsvarer månens, eller det celestiale rige, hvis ultimative herlighed er som solens (se L&P 76:50-113). I det celestiale rige vil vi dvæle med Faderen og Sønnen. Relativt få vil »forblive tilsølede« (2 Ne 9:16) og vil blive kastet ud i mørket, hvorfra de aldrig kan udvikle sig.

Hvordan skal jeres historie være?

Hvis vi følger Jesu Kristi evangelium i anden og tredje akt i vores skuespil, vil afslutningen trumfe enhver forventning. Tæppet er gået fra. Scenen er sat. Hvordan vil I handle på scenen? ■

Forfatteren bor i New York i USA.

Den tanke er baseret på en tale, »The Play and the Plan«, som præsident Boyd K. Packer (1924-2015), præsident for De Tolv Apostles Kvorum, holdt i forbindelse med et foredrag for Unge Voksne den 7. maj 1995.



Åndens røst



Ældste Eduardo Gavarret

De Halvfjerds

Når jeg lytter nøje til Helligånden, hjælper det mig til at afgøre, om jeg vandrer ad den rette vej, eller om jeg må ændre kurs.

Da jeg var ung, havde min far en forretning, hvor han solgte og reparerede ure. Vi boede bag forretningen, så jeg er vokset op med lyden af ure.

Når dagen var omme, tog min far nogle af de vægure, han havde arbejdet med i dagens løb og hang dem op på væggene til vore soveværelser. Jeg forstod ikke, hvorfor han gjorde det, og hvorfor vi skulle sove med al den støj. Men med tiden blev lyden af alle de forskellige ure en velkendt del af de ellers stille nætter.

Et par år senere begyndte jeg at arbejde sammen med min far i forretningen, og han lærte mig at reparere ure. En morgen sagde han noget, som åbnede mit sind og hjalp mig til at forstå, hvorfor han hang vægurene uden for vore soveværelser i stedet for at lade dem blive i forretningen.

»Vil du hente det vægur, som hang tættest på dit værelse i nat?« spurgte han. »Jeg lå og lyttede til det i nattens løb, og jeg kunne høre, at det ikke virker helt, som det skal. Jeg er nødt til at kigge på det igen.«

Så det var derfor! I nattens stilhed havde han lyttet på uret på samme måde, som en læge lytter på patientens hjerte. Han havde igennem et livslangt virke med at reparere forskellige typer af ure øvet sit øre til at kunne høre, hvornår et ur gik perfekt eller ej.

Efter den oplevelse begyndte jeg at lytte efter urene om natten, ligesom min far gjorde. Ved at gøre det lærte jeg at høre, om et ur gik perfekt, eller om det havde brug for at blive justeret.

Da jeg blev ældre og fik en forståelse af evangeliets principper, begyndte jeg at sammenligne denne oplevelse med den positive indflydelse, Helligånden kan have i vores liv. Jeg begyndte at sammenligne åndelig refleksion og meditation med de stille øjeblikke om natten i min barndom, og jeg begyndte at sammenligne lyden af ure med Helligåndens røst, som advarer, vejleder og taler til mig fra tid til anden.

Vigtige åndelige kvaliteter

Den oplevelse hjalp mig til at indse sandfærdigheden af de erfaringer, Nefi gjorde sig med Helligåndens hvisken. I Mormons Bog læser vi, at Nefi fortalte sin bror Sam om de ting, »som Herren *havde givet til kende for [ham] ved sin hellige Ånd*« (1 Ne 2:17; fremhævelse tilføjet).

Nefi var velkendt med Helligåndens indflydelse. Hans liv havde været fyldt med tilkendegivelser af Faderens og Sønnens kærlighed, som blev tilvejebragt for ham ved Helligånden. Når vi ser på Nefis liv, kan vi se tydelige eksempler på Guds kærlighed, der kom til kende gennem

svar på bønner og åndelig vejledning. Eksemplerne på dette omfatter:

- Nefis syn om livets træ (se 1 Ne 11-15).
- Liahonaen, som virkede i henhold til deres tro (se 1 Ne 16:10, 16, 26-30).
- Nefis udfrielse af de reb, han var bundet med (se 1 Ne 7:17-18).
- Herrens vejledning af Nefis familie, da de krydsede havet (se 1 Ne 18:21-23).
- Herren formaner ham til at flygte ud i ørkenen (se 2 Ne 5:15).

Nefi udviklede i sine tidlige år og sandsynligvis på grund af sine forældres eksempel en lydørhed over for Åndens røst. Han forædlede denne evne ved at udvise følgende vigtige åndelige kvaliteter:

- *Nærede et stort ønske:* »Og det skete, at jeg, Nefi, ... nærede store ønsker om at kende til Guds hemmeligheder, jeg anrøbte derfor Herren« (1 Ne 2:16). »Jeg havde ønsket at få kundskab om det, som min far havde set« (1 Ne 11:1; se også v. 3).
- *Tro:* »Jeg troede alle de ord, som min far havde talt« (1 Ne 2:16).
- *Bønsohmhed:* »Og jeg, Nefi, gik op på bjerget ofte, og jeg bad ofte til Herren, der viste Herren mig store ting« (1 Ne 18:3).
- *Lydhørdhed:* »Og det skete, at jeg, Nefi, sagde til min far: Jeg vil tage af sted og gøre det, som Herren har befale, for jeg ved, at Herren ikke giver nogen befalinger til menneskenes børn, uden at han bereder en vej for dem, så de kan udføre det, som han befaler dem« (1 Ne 3:7).

Helligåndens virke

Nefi var velkvalificeret til at tale om det tredje medlem af Guddommen. Han havde lært at lytte til Åndens røst – uanset om han var på oprørt hav eller i smult vande.



Hans erfaringer førte ham til at skrive om Helligåndens virke¹ (se 2 Ne 31-32). Af Nefi og andre profeter lærer vi: Helligånden *åbenbarer*: »Intet menneske kan modtage Helligånden uden at modtage åbenbaringer. Helligånden er en åbenbarer«² (se 1 Ne 10:17-19; 2 Ne 32:5; Moro 10:5).

Helligånden *inspirerer*: Han giver os tanker, følelser og ord, han oplyser vores forstand og leder vore tanker (se 1 Ne 4:6).

Helligånden *vidner*: Han vidner om Faderen og Sønnen (se 2 Ne 31:18; 3 Ne 28:11; Eter 12:41).

Helligånden *underviser*: Han øger vores kundskab (se 2 Ne 32:5).

Helligånden *helliggør*: Når vi er blevet døbt, kan vi blive helliggjort gennem modtagelse af Helligånden (se 3 Ne 27:20).

Helligånden *påmindrer*: Han bringer ting frem i vores sind, når vi har mest brug for dem (se Joh 14:26).

Helligånden *trøster*: I stunder præget af problemer eller fortvivelse kan Helligånden opløfte os og give os håb

(se Moro 8:26), lære os om »rigets fredsskabende sandheder« (L&P 36:2) og hjælpe os til at mærke »Guds fred, som overgår al forstand« (Fil 4:7).³

Helligåndens indflydelse

I det første kapitel i Mormons Bog læser vi, at Lehi var »fyldt af Herrens Ånd« (1 Ne 1:12). I de sidste kapitler af Mormons Bog lover Moroni os, at Gud vil »tilkendegive sandheden af [Mormons Bog] for [os] ved Helligåndens kraft« (Moro 10:4).

Fra begyndelsen til slutningen af denne inspirerede bog, spiller Helligånden en aktiv rolle i Guds folks liv. Denne stærke indflydelse rækker til og rører alle læsere af Mormons Bog, som beder, udviser tro og har et oprigtigt ønske om at kende sandheden (se Moro 10:4-5).

Hvordan kan vi genkende Helligånden og bruge den ret, vi har som medlemmer af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige, til at modtage Helligåndens indflydelse i vores liv? Ældste Craig C. Christensen fra De Halvfjerds' Præsidium har sagt: »Vi har alle oplevelser med Helligånden, selv om vi ikke altid opdager det. Når inspirerede tanker kommer til vores sind, ved vi, de er virkelige på grund af *de åndelige fornemmelser, der kommer ind i vores hjerte.*«⁴

Vi må for at udvikle vores evne til at modtage Helligåndens indflydelse og vejledning i vores liv, ligesom Nefi gjorde,

udvikle et ønske om at modtage, udøve tro på Herren Jesus Kristus og »altid bede og ikke miste modet« (2 Ne 32:9) og holde buddene.

Præsident Thomas S. Monson har bedt os om at gøre en ting mere: »Åbn jeres hjerte – ja, hele jeres sjæl – for den lyd, som kommer fra den særlige stemme, som vidner om sandheden ... Må vi altid være i samklang, så vi kan høre denne trøstende, vejledende røst, der vil bevare os i sikkerhed.«⁵

AT MODTAGE PÅVIRKNING OG VEJLEDNING AF HELLIGÅNDEN KRÆVER:

- At man fremelsker et ønske om at modtage.
- At man udøver tro på Herren Jesus Kristus.
- At man altid beder.
- At man adlyder buddene.

Af min far lærte jeg på en praktisk måde at lytte – ved at arbejde med ure. I dag skatter jeg den lektie, jeg lærte af ham. Rent faktisk minder Helligånden mig stadig om den i mit sind og hjerte, og han giver mig et løfte om, at der er gode ting i vente.

Den erfaring har hjulpet mig til at søge efter de stille stunder, hvor jeg kan lytte efter Åndens røst. Når jeg lytter nøje til Helligånden, hjælper det mig til at afgøre, om jeg vandrer ad den rette vej, eller om jeg må ændre kurs, så jeg kan være samstemt med vor himmelske Faders ønsker. ■

NOTER

1. Se Robert D. Hales, »Helligånden«, *Liahona*, maj 2016, s. 105.
2. *Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith*, 2007, s. 131.
3. For mere om Helligåndens roller henvises til David A. Bednar, »Bliv altid ved med at have forladelse for jeres synder«, *Liahona*, maj 2016, s. 59-62; Robert D. Hales, »Helligånden«, s. 105-107.
4. Craig C. Christensen, »En ubeskrivelig gave fra Gud«, *Liahona*, nov. 2012, s. 14; fremhævelse tilføjet.
5. Se Præsident Thomas S. Monson, »Hold befalingerne«, *Liahona*, nov. 2015, s. 84.



HELLIGÅNDEN OG PERSONLIG ÅBENBARING

»Helligånden giver os personlige åbenbaringer for at hjælpe os med at træffe store beslutninger i livet om sådanne ting som uddannelse, mission, karriere, ægteskab, børn, hvor vi skal bo med vores familie og så videre. I disse anliggender forventer vor himmelske Fader, at vi bruger vores handlefrihed, udtænker situationen i vores sind i henhold til evangeliets principper og forelægger beslutningen for ham i bøn.«

Ældste Robert D. Hales fra De Tolv Apostles Kvorum, »Helligånden«, *Liahona*, maj 2016, s. 105.





PORTRÆTTER AF TRO

Da jeg spurgte om det klare blå bord midt i Adrianas køkken, lærte jeg, at hun engang slet ikke havde noget bord. Adriana kæmpede med at få pengene til at slå til, så hun deltog i et af Kirkens selvhjulpenhedskurser og besluttede, at hun kunne bage og sælge brød, hvis blot hun havde et bord. Hun bad om hjælp og byggede et bord af træstumper.

CODY BELL, FOTOGRAF

Adriana González

Centralregionen i Paraguay

Alt, hvad jeg fra mit hjerte har bedt om, har han bøn hørt. Han har hørt mig, fordi han vidste, at det var godt for mig. Nu har vi to borde. Bordet er vigtigt for vores familie. Vi sidder her for at dele med andre. Vi arbejder her. Vi underviser i det, vi har lært, til andre her. Gennem selvhjulpenhed lærte jeg at værdsætte mig selv. Jeg opdagede talenter, som Gud har givet mig til at hjælpe mig selv og min familie. Jeg prøver at videregive det, jeg har lært, til mine søstre i Hjælpeforeningen, så de bedre kan værdsætte sig selv som Guds døtre. Jeg er taknemlig for, at jeg kan velsigne andre omkring mig.

Se flere foto og beretningen om Adriana ved at besøge lds.org/go/21721.

Find ud af, hvordan Kirkens selvhjulpenhedsprogram kan hjælpe dig ved at besøge srs.lds.org.



FORSTÅ KIRKENS HISTORIE GENNEM
studium OG **tro**

I dag lærer vi om fortiden gennem små ufuldstændige stykker historie. Når vi studerer de optegnelser, må vi huske, at de ikke udgør et samlet billede af fortiden.



Keith A. Erekson

Leder af Kirkens historiske bibliotek

Historie er langt mere end at huske datoer og fakta i en prøve. Arkivarer, bibliotekarer og historikere på Kirkens historiske bibliotek indsamler, konserverer og deler hver dag fortidens optegnelser for at hjælpe os til at kunne se Guds hånd i Kirkens historie og vores personlige liv. En forståelse af vores historie fordrer en læringsproces og en opdagelse, som kan styrke vore vidnesbyrd, aflede tvivl, fortælle den bedste historie, afdække den sande lære og forbedre vores tankegang. Når vi opnår »en kundskab om historie«, vil vi også medvirke »til Zions frelse« (L&P 93:53).

Som historiker har jeg lært at påskønne det, vi kan lære om historien »ved studium og også ved tro« (L&P 88:118). Tro og studium går hånd i hånd, når vi bønsmætter os med skriften, læser og reflekterer over mange forskellige historiske kilder, identificerer forbindelsen mellem passager i skriften og historiske kilder, overvejer informationen i en passende kontekst, ser efter mønstre og temaer og fremdrager relevante skoleeksempler. Denne praksis gør os i stand til at finde hoved og hale i de historiske data og finde svar på vore spørgsmål. Der er flere principper, der kan hjælpe os til at tænke på historie på en måde, der åbner vores sind og giver os en dybere forståelse.

Fortiden er væk – der er kun rester tilbage

Ud fra vores nutidige perspektiv er fortiden næsten helt væk. Menneskerne er borte, de er ophørt med at erfare. Der er dog dele af fortiden tilbage – breve, dagbøger, organisationsoptegnelser og genstande. I dag kan vi lære om fortiden gennem de små ufuldstændige stykker, der er tilbage. Der går altid information tabt mellem fortid og nutid. Vi må studere de optegnelser, der har overlevet, og samtidigt må vi huske på, at de ikke repræsenterer et samlet billede af fortiden.

Overvej for eksempel dette: Når Joseph Smith forkyndte for de hellige, havde han typisk ingen forberedt tekst, og der var ingen lyd- eller videooptagelser. Selv om nogle få af de tilstedeværende måske skrev noter eller overvejelser ned, så er det ikke alle dem, der har overlevet. Derfor kan vi ikke hævde at vide alt om, hvad Joseph Smith nogensinde har sagt, selv om vi for eksempel kan henvise til Wilford Woodruffs noter om Josephs prædikener.

I andre tilfælde er der vigtige dele af Kirkens historie, som vi ikke har opdaget. Vi har for eksempel ikke optegnelser om Peter, Jakob og Johannes' besøg, der er lige så detaljerede som beretningen om Johannes Døbers besøg (se JS-H 1:66-75). Tilsvarende har vi optegnelser om, at præstedømmet ikke blev tildelt mænd af afrikansk herkomst, men vi har ingen optegnelser, som forklarer, hvorfor man begyndte på denne praksis. Når man studerer historie, er mangel på bevis ikke en gyldig grund til tvivl. At lære om fortiden er en indsats for at samle så meget som muligt af pålidelig, og hvor det er muligt, materiale, der kan

bekræftes, mens vi tilbageholder den endelige dom over den del af historien, som vi ikke kan forstå fuldt ud på grund af mangel på information.

Fakta fortæller ingenting, det gør historiefortællere

Eftersom fortidens tilbageblevne stykker ikke er komplette, forsøger nogle mennesker at stykke dem sammen for at fortælle en historie. De tidligste historier blev fortalt af deltagere og beskrev typisk, hvad de oplevede og hvorfor det var vigtigt for dem. Nogle fortalte deres historie ved flere lejligheder for forskellige tilhørere. Nogle begivenheder fik mange til at fortælle om deres egne oplevelser. Andre lå bortglemt, indtil en senere oplevelse vakte erindringer om dem.

Historier samles og genfortælles af andre af mange årsager – for at underholde, for at sælge et produkt, for offentlig meningsdannelse eller for at ændre en mening gennem lobbyvirksomhed. Enhver historie bliver en fortolkning af fortiden, der bygger på faktuelle brudstykker og påvirkes af fortællerens hukommelse, interesser og hensigter. Som resultat er historierne om fortiden ufuldstændige og ofte modstridende. Vi må altid overveje, hvem der fortæller, hvordan de fortæller og hvorfor de fortæller.

Joseph Smith er et eksempel på, hvordan man evaluerer fortællerne og fakta. I 1838 bemærkede han, at der allerede var »mange rygter, der er blevet sat i omløb af ondsindede og beregnende mennesker angående Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Helliges tilblivelse og fremgang«. Derfor skrev han en historie for at »gøre alle, som søger efter sandheden, bekendt med kendsgerningerne om mig og om kirken, sådan som de har fundet sted, og i det omfang at sådanne kendsgerninger er mig bekendt« (JS-H 1:1). Alle historier om Joseph Smith er ikke lige værdifulde eller akkurate. Beretninger af mennesker, som var tættere knyttet til tidligere begivenheder, kan være



Når vi oplever, at historien er ufuldstændig, åben for fortolkning og adskiller sig fra vore antagelser, må vi »stol[e] på den Ånd, der leder ... til at vandre ydmygt« (L&P 11:12). Det kræver ydmyghed ikke at dømme mennesker i fortiden ud fra vore standarder.

mere pålidelige. De bedste historier tager alle tilgængelige fortidige brudstykker i betragtning og vedkender sig kildernes vinkel.

Fortiden adskiller sig fra nutiden (og det er okay)

Når vi forsøger at skabe mening af fortidige ting og de historier, der fortælles om den, så opdager vi, at mennesker, steder, oplevelser og traditioner adskiller sig fra vores. Videnskabelige, teknologiske og kulturelle ændringer afføder forskellige oplevelser af fødsler, mad, rejser, ferier, hygiejne, kurmageri, medicin og død. Forskellige politiske og økonomiske systemer giver anderledes erfaringer med uddannelse, valg, frihed og muligheder. Fortidens syn på arbejde, familie, offentlig administration, kvinder og minoriteters rolle og status adskiller sig fra vores. Ethvert timeligt aspekt af menneskelige erfaringer ændres over tid i både stort og småt.

Ud fra vores nutidige perspektiv fremstår Joseph Smiths brug af seersten til oversættelse af Mormons Bog for eksempel meget anderledes. På hans tid troede mange mennesker på, at fysiske objekter kunne bruges til at modtage guddommelige budskaber. Denne overbevisning var delvist baseret på bibelske fortællinger, hvor genstande blev brugt i himmelsk øjemed (se 4 Mos 17:1-10; 2 Kong 5; Joh 9:6). En åbenbaring, som Joseph modtog om Kirkens organisation forklarede, at Gud »gav ham ved de midler, som forud var blevet beredt, kraft fra det høje til at oversætte Mormons

Bog« (L&P 20:8). Selvom de » midler« omfattede en seersten såvel som Urim og Tummin, kan vi stadig skimte det doktrinære budskab om, »Gud inspirerer mennesker og kalder dem til sit hellige værk i denne tid ... og derved viser, at han er den samme Gud i går, i dag og for evigt« (L&P 20:11-12).

Nutidige antagelser giver et forvrænget billede af fortiden

Eftersom fortiden adskiller sig fra vor tid, må vi være særlig omhyggelige med ikke at gøre os antagelser om fortiden, som er baseret på vor tids ideer og værdier. Vi kan ikke antage, at folk i fortiden var ligesom os, eller at de ville sætte pris på vores kultur eller overbevisninger. Vi kan ikke antage, at vi nu ved alting, at vi har læst alle kilder eller at vores nuværende forståelse af fortiden aldrig vil ændre sig. Det sker ofte, at det, der kaldes for problemer i fortiden, blot er misforståede nutidige antagelser.

Joseph Smith erklærede for eksempel: »Jeg har aldrig sagt, at jeg var fuldkommen.«¹ Hvis vi antager, at profeter aldrig begår fejl, så bliver vi måske forskrækkede over at opdage, at Joseph gjorde det. For at »ordne« det problem bør vi hverken stædigt holde fast i, at Joseph var fuldkommen eller beskyldte Kirken for bedrag. Tværtimod kan vi erkende Josephs menneskelighed og se ham i forhold til andre beretninger i skriften om profeter. Som følge af det

kan vi justere vore antagelser til at rumme indsigten om, at alle profeter er mennesker og derfor ufuldkomne. Vi kan føle taknemlighed for, at Gud arbejder tålmodigt med enhver af os. At indrømme fejl i vores egen tankegang er sommetider den sværeste del af at forstå historien.

Det kræver ydmyghed at lære historie

Når vi oplever, at historien er ufuldstændig, åben for fortolkning og adskiller sig fra vore antagelser, må vi »stol[e] på den Ånd, der leder ... til at vandre ydmygt« (L&P 11:12). Fra vores perspektiv i dag ved vi naturligvis mere om udkommet, end deltagerne gjorde i fortiden, men vi ved langt mindre om deres erfaring med at leve i det. Folk, der levede tidligere, tilhørte en anden tid og andre steder og omstændigheder. Vi må begynde med at være ydmyge omkring vore egne begrænsninger, hvis vi vil fatte kærlighed for deres anderledeshed og medfølelse med deres oplevelser. Det kræver ydmyghed ikke at dømmes mennesker i fortiden ud fra vore standarder. Det kræver ydmyghed at erkende, at vi ikke ved alting, og vente tålmodigt på flere svar og fortsætte med at lære. Når vi opdager nye kilder, der kaster nyt lys over ting, som vi troede, at vi vidste, kræver det ydmyghed at revidere vores forståelse. ■

NOTE

1. *Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith, 2007, s. 516.*

EN ANVISNING FOR AT LÆRE GENNEM STUDIUM OG TRO

Et trofast studium af Kirkens historie kan følge det mønster, som illustreres af Almas lignelse om at plante et frø (se Alma 32:27-42):

1. Vi *skaber plads* til at lære om historien ved at anvende disse principper.
2. Vi *planter* et frø i sindet og hjertet ved omhyggelig læsning og refleksion. (Er dette en del af fortiden eller en historie, der er blevet fortalt senere? Hvem har fortalt den og hvorfor? Hvad handler den primært om? Hvilke beviser understøtter den?)

3. Vi kan *afgøre*, om det, vi læser, er vigtigt ved at overveje, hvor autentisk og pålidelig kilden er, sætte vore svar ind i den rette historiske kontekst og identificere evige principper, som kan anvendes på vore personlige omstændigheder.
4. Vi kan livet igennem *pleje* et trofast studium af Kirkens historie ved at læse flittigt, tænke, bede, fortælle om og undervise.
5. Ved at gøre det vil vi kunne *plukke* frugten af et trofast studium, efterhånden som vores forståelse vokser og vores tro bliver dybere, hvilket gør os bedre til at lære og undervise, vi bliver bedre forældre og børn, disciple og hellige.

HJERTESORG og HÅB



Når en ægtefælle ser pornografi

Syv fremgangsmåder, hvorved en ægtefælle til en pornografiafhængig ikke blot kan overleve hjertesorg, men også se et løfte om håb.

Amy traf de valg, enhver forælder ønsker for sine børn. Hun blev besejlet i templet, efter hun havde fået en stærk åndelig tilkendegivelse om at gifte sig med ham, der blev hendes mand.

Inden de blev gift, havde hendes kommende mand også truffet et modigt valg og tilstået overfor hende, at han havde gjort brug af pornografi.

Der gik mindre end et år, inden Amy fandt ud af, at hans kamp med pornografien ikke var noget, der blot hørte fortiden til. Da de havde været gift i tre år – og havde en otte måneder gammel baby – led Amy den tort og ubegribelige smerte, at hendes mand havde en affære og derfor blev udelukket af Kirken.

Hvordan overlevede Amy den hjertesorg? Hvad gør de mange andre kvinder og mænd, der står i lignende omstændigheder for at overvinde smerten?

Mange ægtefæller og andre familiedømmede til pornografiafhængige har haft nytte af og fundet håb i visse fremgangsmåder på deres egen og andres rejse. Og de har modigt delt deres historier.

Kirkens hjemmeside **Overcoming Pornography.org** betegner syv af disse fremgangsmåder som »afgørende fremgangsmåder«. Disse

fremgangsmåder – der anvendes i folks egen takt og på deres egen personlige måde – har for mange vist sig at være afgørende for en følelsesmæssig, psykisk og åndelig heling.

1. afgørende fremgangsmåde: Italesæt traumet ved at blive svigtet

Handler om at lære om og italesætte traumet, selvbekendtgørelsen og andre reaktioner en person kan have, når man opdager, at ens ægtefælle benytter sig af pornografi.

Da Eva opdagede, at hendes mand beskæftigede sig med pornografi, fik hun en »dyb følelse af smerte, vrede, hjertesorg, depression og besættelse«. Besættelse er faktisk en udbredt følelse for alle, der oplever svigtet ved, at ens ægtefælle benytter sig af pornografi, og Evas reaktionsmønster på disse stærke følelser er ikke ualmindeligt. Hun blev besat af tanken om, hvad hendes mand gjorde. Hvor var han? Hvem talte han med? Hvad lavede han? Hans afhængighed af pornografi og sex blev kernen i hendes liv, og hun ønskede desperat at reparere ham i den tro, at kunne hun få alle hans problemer under kontrol, så ville de være lykkelige.

Da Jamie fandt ud af, at hendes mand brugte pornografi, reagerede hun med et forståeligt ønske om at kunne kontrollere, hvad end hun

kunne. Hun tænkte, at kunne hun bare arrangere sin mands liv, så ville han ikke søge umiddelbar tilfredsstillelse gennem pornografi, og han ville derfor ikke have andet valg end at vælge retfærdighed. Hun lavede daglige lister til ham over, hvad han kunne gøre for at have det sjovt, og hvilke opgaver han skulle udføre.

Det blev et afgørende øjeblik på Jamies rejse, da hendes biskop blev inspireret til at fremhæve dette og sagde: »Jamie, det er ikke din skyld. Du gør ikke noget, som gør, at han ser pornografi. Det er noget, han vælger.« Og akkurat som hun ikke var årsagen til, at han så pornografi, kunne hun heller ikke være årsagen til, at han holdt op med det. Intellektuelt vidste Jamie godt, hvad hendes biskop sagde, men efter hans påmindelse stoppede hun med listerne. »Jeg opgav at prøve at kontrollere hans adfærd og prøve at tvinge ham til at være retfærdig – og jeg fokuserede på mig selv.« Som følge deraf tillod Jamie sig selv at mærke sin smerte og arbejde på sin egen bedring.

Da Jamie var nået frem til den indsigt, kæmpede og faldt Jon ofte, men han tog ansvar for sine egne handlinger. Og efterhånden som de begge arbejdede på deres egen heling, opdagede Jon og Jamie, at de kom sig bedre både hver for sig og som par.

Udover at stole på Herren kan ægtefæller finde hjælp og støtte fra familie, venner, Kirkens ledere og professionelle.

2. afgørende fremgangsmåde: Find et trygt sted at tale om det

Handler om at finde forståelse, støtte og godkendelse ved at tale om det de rigtige steder.

Et andet vendepunkt for Jamie og Jon kom, da et af deres børn havde brug for en velsignelse. De ringede til deres hjemmelærer, som modigt fortalte, at han selv søgte hjælp for at overvinde sin afhængighed af pornografi. Han tilbød at finde en anden, der kunne give den velsignelse. Den åbenhed gjorde den skam, som Jon og Jamie følte over deres situation, lettere at bære, og Jon følte sig endelig tryk nok ved at tale med en anden end Jamie om sin afhængighed.

Da hjemmelærerens hustru tilbød at tale med Jamie, kunne Jamie ikke se pointen med det, eftersom det ikke ville helbrede Jon – for på det tidspunkt var det hendes mål. Men da Jamie havde mødt hustru, følte hun sig alligevel lettere til mode. Ingenting havde ændret sig. Jon kæmpede stadig, men hun var lettet over, at der var en anden, der vidste, hvad hun gik igennem, og at hendes verden var ikke sunket i grus.

3. afgørende fremgangsmåde: Genopbyg den åndelige tillid

Handler om at føle og følge Helligåndens tilskyndelser og forny sin tillid til Gud.

Da Amy måtte se i øjnene, at hendes mand blev udelukket, vidste hun, at Frelseren ville afbøde den knusende byrde, hun følte. Men, som hun siger, vidste hun ikke, hvordan hun »skulle bygge bro over den kløft, der var imellem det sted, hvor jeg stod, og Jesu Kristi helende kraft.« Hvordan skulle hun overhovedet kunne finde – endsige bygge – en bro?

Til at begynde med prøvede hun at dulme sin smerte ved at holde et årvågent øje med sin mand og trygle Herren om at helbrede ham. Men en dag ændrede en åndelig tilskyndelse alt: Amy indså, at det ikke er en del af vor himmelske Faders plan at kontrollere andres adfærd,



og det hjalp hende heller ikke med at komme Frelseren nærmere. Så det største, hun var nødt til at gøre, var, som hun siger, at begynde på sin egen helingsrejse – og lade sin mand ordne sin. Hun kom gennem inspiration fra Ånden til at forstå, at hun var nødt til at lade være med at leve sit liv som en reaktion mod pornografi og stole på Jesu Kristi muliggørende kraft og på, at hans forsoning kunne styrke og velsigne hende.

Når Amy ser tilbage, kan hun se, at hendes gransken af sin mands gøren og laden på intet tidspunkt bidrog med en følelse af fred. Livet »var en konstant uro,« siger hun. »Og den eneste fred, jeg fandt, var, da jeg indså, at vor himmelske Fader havde en plan for min mand og jeg.« Da hun brugte sin handlefrihed til at vende sig til Gud og søge hans hjælp, »kom hjælpen« og den kløft, hun havde følt, at der var mellem hendes smerte og Frelserens hjælp, føltes ikke længere så bred, og smerten ej heller så tung mere.

4. afgørende fremgangsmåde: Søg hjælp

Det gælder om at finde en vej til heling ved hjælp af ressourcer som faglitteratur, en kvalificeret terapeut, en mentor eller et anerkendt rehabiliteringsprogram.

Efter 25 års ægteskab fandt Gina ud af, at hendes mand benyttede sig af pornografi og var hende utro. Gina ringede rystet til sin biskop. Hun opdagede snart, at han var en forstående lytter, som lod hende græde, når hun havde brug for det – det var en velsignelse,

som hun godt vidste, at det ikke var alle i hendes situation, der havde.

Gina husker, at hendes biskop ved et af deres første møder rådede hende til »straks at få terapi, ikke på grund af mit ægteskab eller min mand, men for at jeg havde en solid støtte, når jeg skulle tackle de udfordringer, der lå forude. Han ønskede, at jeg følte, at der blev draget omsorg for mig, og han vidste, at han ikke havde den måske fornødne baggrund. Han så min depression og angst og rådede mig til at tale med min læge om, hvilken medicin jeg eventuelt kunne få.«

Gina deltog i nogle få år regelmæssigt i støttegrupper og terapi og søgte familiens hjælp – sommetider ved at bede dem om at bede for hende, når hun havde det sværest. Hun siger: »Jeg har lært, at vor himmelske Fader aldrig vil efterlade mig i mørket.«

5. afgørende fremgangsmåde: Vær åben og ærlig

Handler om, at man regelmæssigt taler med sine nære og kære om en personlig helings- og bedringsrejse og gør det på en åbenhjertig og pålidelig måde.

Melissa besluttede sig for at give sit ægteskab endnu en chance, selvom de var kommet på afstand af hinanden. Det var i den forbindelse, at hendes mand, Cameron, ærligt fortalte hende om sit brug af pornografi. På hendes opfordring indvilligede han i at fortælle det til biskoppen, og senere

talte de begge med deres forældre.

Men, som Cameron forklarer: »Det tog to år endelig at indse, at der lå mere i omvendelse end at fortælle nogle få mennesker om det og bede en bøn.« Han var nødt til at lære, at det ikke var nok at lade være med at se på pornografi. For virkelig at blive rehabiliteret måtte han vende sig til Gud og finde en sund måde at håndtere den stress, frygt, skam og angst på, der udløste hans trang til at se pornografi.

Efter et tilbagefald indvilligede Cameron i at deltage i et afvænningsprogram, og med tiden kom han til at forstå, at Frelseren ikke opgiver os så snart, vi har begået en fejltagelse.

Ved at gennemgå et tolv-trins-program føler Melissa, at hendes familie endelig har værktøjerne til at bevæge sig fremad. Melissa husker, hvor svære møderne i tolv-trins-programmet var i begyndelsen, men hun blev motiveret af en mødeleder, der foreslog hende at prøve det i 90 dage. »Hvis du ikke kan lide os, kan du få al din elendighed tilbage.« Melissa indså med tiden, at ligesom hun fandt håb i de andres historier, så kunne hun måske hjælpe andre til at føle håb ved at fortælle om sine oplevelser.

Melissa plejede at tro, at dersom hun blev i sit ægteskab, ville hun være nødt til at lade som om, hun var lykkelig. Det ændrede sig, da hun indså, at Frelseren så potenti-ale i hende, i Cameron og alle vor himmelske Faders børn. Han lægger

alt, han er – verdens lys og liv – i at frelse os og give os endnu en chance. Melissa siger, at hun takket være Frelseren nu kan smile ægte og på en måde, der siger, at hun er glad for at være i live.

6. afgørende fremgangsmåde: Sæt grænser

Handler om at sætte passende grænser for pornografibrugeren og etablere en struktur, der gør det muligt at fungere og blive helet.

Et godt stykke inde på deres rejse opdagede Jon og Jamie, hvor nyttigt det var at sætte grænser, og dem har de stadig i dag – efter en lang god periode – på grund af den sindsro, som de grænser giver. Jamie siger, at det at sætte grænser »beskyttede hendes hjerte,« da hun var mest sårbar.

Hun og Jon blev enige om, at der var en passende tid og måde at drøfte de ting, der handlede om tilbagefald, på. De blev enige om ikke at bekrige hinanden på sms, men at tale sammen ansigt til ansigt. De blev også enige om at tage en pause og tale sammen senere, hvis diskussionen var ved at glide over i et skænderi.

Mange af Jon og Jamies grænser handler om, hvordan de kommunikerer, men nogle af deres grænser handler også om betingelser, hvor de aftaler, hvilke konsekvenser bestemte handlinger skal have. Ifølge Jamie gør det, at de ikke føler, at livet er så kaotisk.

Bøn, studium af skriften og tempelbesøg hjælper de ægtefæller, der kæmper for at modtage Frelserens helende kraft.

7. afgørende fremgangsmåde: Drag omsorg for dig selv

Handler om at tillægge sig daglige rutiner, som heler og nærer sindet, kroppen og ånden.

Gina husker, at kort tid efter hun mødtes med sin biskop for første gang, rådede han hende til at gøre nogle få ting, der lød som standardsvar. »Han opfordrede mig venligt til at tage i templet, læse i skrifterne og fortsætte med at bede,« siger hun.

I de svære år, der fulgte, opdagede Gina, at standardsvarene blev en måde, som hun drog omsorg for sig selv på. Skrifterne blev hendes helle. »Jeg læste måske et vers, skrev det ned og prøvede at tænke over, hvad det betød i min situation, og så skrev jeg de tanker ned,« forklarer hun. »Jeg ved mere end nogensinde, at jeg havde brug for at høre Herrens ord og lade det slå dybere rod i min forståelse. Resten af min verden gav ingen mening, men i den tid, hvor jeg var i skrifterne, var der noget, der gav mening – et vers ad gangen.«

På samme måde fik bøn og tempelbesøg en ny betydning. »Da jeg var færdig med at udøse mit hjerte, kunne jeg finde på at sige: »Nu er det din tur, vor himmelske Fader,« mindes Gina. Så ventede hun i stilhed og lyttede. »Selv i de mørkeste stunder,« indså hun, at hun udviklede sig åndeligt, fortæller hun.

Lev i håb

Der er ikke to personers helingsrejse, der er ens, og hver og en er en proces og ikke et mål. Hvad der dog går igen i mange historier er erkendelsen af, at der ikke er nogen grad af brug af pornografi, der er okay eller normal. Når nogle engagerer sig i hyppig anvendelse eller nogen grad af involvering, vil hans eller hendes ægtefælle derfor opleve og føle hjertesorg, svigt, afvisning, skam og manglende selvtillid. Brug af pornografi skader den forbindelse, tillid og kommunikation, der er afgørende for et sundt forhold – hvilket gør det vigtigt for en ægtefælle at søge håb og heling.



Noget andet gennemgående midt i denne bitre oplevelse er mødet med det søde, ikke først efter ægtefællernes prøvel-

ser, men ved med håb at vende sig til Jesus Kristus midt i deres prøvelser.

I dag er Gina skilt og fokuseret på sin og sine børns heling, og hun rækker ofte ud for at hjælpe kvinder i lignende situationer med at finde håb. Melissa og Cameron er stadig gift og arbejder på at leve i bedring. Det gør Jamie og Jon også, og de hjælper aktivt andre par med at finde den heling, de har fundet gennem Frelseren og hans forsoning.

Eva er blevet skilt og deltager regelmæssigt i tolvtrins-programmet, hvor hun finder tryghed og godkendelse i sit rehabiliteringsarbejde. Hun er nået frem til den forståelse, at helbredelsen ligger i at gøre Frelseren til kernen i sit liv og sine bestræbelser, hvor hun engang gjorde sin mands afhængighed til fokus i hendes liv.

Amy og hendes mand er stadig gift – selvom han stadig har tilbagefald. Amy vidner dog om den fred, der kommer, når hun ser generalkonference og tænker: »Hvordan kan jeg overvinde min smerte?« og ikke »jeg håber, at min mand hører det.« Hun ved, at Jesu Kristi helende kraft og hendes tro på forsoningens uendelige kraft giver håb – ikke alene for hendes mand, men også for hende.

En søster, der er blevet ramt af pornografi, taler måske for alle, når hun siger: »Frelseren ønsker ikke, at vi anstrenger os mere, han ønsker, at vi vender os til ham tidligere.« Disse syv afgørende fremgangsmåder hjælper både kvinder og mænd i deres bestræbelser på at gøre netop det. ■

TOLV SANDHEDER

Udover at arbejde på de syv fremgangsmåder har mange pårørende til pornografiahængige også fundet håb og heling ved at studere følgende 12 sandheder, som man finder i materialerne til Kirkens afvænningsprogram. Mere information om materialerne og støtten til pårørende findes på addictionrecovery.lds.org.

1. Gud »vil ... trøste jer i jeres trængsler, så vil han tale jeres sag« (Jakob 3:1). Brug af pornografi er alvorligt, men vi kan finde trøst ved at vide, at Gud kender os og vores situation, han vil aldrig forlade os, og han vil støtte os i alle vore trængsler.
2. »Ryst de lænker af, som I er bundet med« (2 Ne 1:23). Vi er ikke ansvarlige for andres handlinger eller for at bebrejde nogen for deres afhængighed. Som Guds børn, der forstår sit guddommelige ophav, ved vi, at vi er frie til at handle og udøve vores handlingsfrihed og træffe vore egne valg.
3. »Han vil påtage sig sit folks smerter og sygdomme« (Alma 7:11). Når vi lægger vores byrde for Herren, forstår vi, at han kan helbrede vores dybeste smerte, at ingen velsignelse vil blive os nægtet, og at forandring tager tid.
4. »Kom nær til mig« (L&P 88:63). Herrens hjælp er afgørende, og vi kan få del i den ved at deltage i nadveren, komme i templet og søge Helligåndens ledsagelse.
5. »Udarbejd jeres egen frelse« (Morm 9:27). Vi kan ikke kontrollere nogen andre eller helbrede dem for deres afhængighed, men vi kan fokusere på vores egen heling og opnå forståelse ved at lære om afhængighed.
6. Bær »hinandens byrder« (Mosi 18:8). Udover at stole på Herren må vi søge passende hjælp, deriblandt støtte fra familie, venner, ledere i præstedømmet og hjælpeforeningen, mentorer, støttegrupper og professionelle.
7. »Giv tak under alle forhold« (L&P 98:1). Selv når vi oplever skuffelse, frygt og vrede, kan vi også finde glæde, når vi anerkender og udtrykker vores taknemlighed for Guds hånd i vores liv, når vi indser vore gaver og talenter og ser det gode i vores afhængige pårørende.
8. Vær »faste og standhaftige« (Hel 15:8). Vi kan sætte passende grænser for at beskytte os selv og vores familie – så længe vi ikke tolererer misbrug af nogen art – og søger Herrens vejledning om og hvordan vores forhold bør bevares.
9. »Vi har sagt nej til det skjulte og skændige« (2 Kor 4:2). Brug af pornografi trives i det skjulte, og vi kan først begynde at adressere det, når vi er ærlige over for os selv og vore kære, og når vi kommunikerer åbent og ærligt med dem.
10. »Opløft de nedhængende hænder« (L&P 81:5). Vi kan elske og bede for vore kære og tilbyde større støtte, når de er rede til at tage imod den.
11. Bær »alt dette med tålmodighed« (Alma 38:4). Rehabilitering er en proces, og selvom tilbagefald ikke bør bruges som en undskyldning, kan man møde dem med kærlighed og håb.
12. »Min fred giver jeg jer« (Joh 14:27). Når vi udøver tro, kan vi finde fred i Herrens løfter, idet vi ved, at han vil bistå os, når vi tilgiver dem, som har brudt deres løfter og knust vores hjerte.

Det var i 1973. Jeg havde et dybt ønske om at lære Gud at kende, og jeg kæmpede med nogle personlige problemer, så jeg besluttede mig for at læse Bibelen. En dag læste jeg om Salomons tempel i 2 Krønikebog 2-5, og jeg følte, at der måske fandtes et sådant helligt sted på jorden. Så jeg fastede og bad om, at jeg måtte blive vejledt af Helligånden til at finde det. Jeg følte, at fandt jeg templet, ville jeg være i stand til at fortælle en af Herrens tjenere om mine problemer, og han ville hjælpe mig med at løse dem.

Så jeg satte mig for at finde et tempel. Dengang boede jeg i Fontenay-sous-Bois, en forstad til Paris, så jeg begyndte at køre mod byen for at finde et tempel. Jeg så mange bygninger, deriblandt kirker og synagoger, men jeg fandt ikke et tempel. Da jeg vendte hjem, bad jeg og undrede mig over, at jeg ikke fandt

JEG SATTE MIG FOR AT FINDE ET TEMPEL

*Jeg ledte efter et
helligt sted og fandt
en måde at blive
en del af en evig
familie på.*

et tempel. Var jeg ikke ren nok? Eller var jeg bare uforberedt?

Jeg glemte alt om mit forfejlede forsøg, indtil søstermissionærerne fra Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige kom hjem til mig i februar 1980. De underviste mig om, at det nærmeste tempel lå i Zollikofen – templet i Bern i Schweiz.

Jeg blev døbt den 12. april 1980, og jeg tog til templet for første gang et år senere den 5. maj 1981. Der var jeg i stand til at udføre tempeltjeneste for adskillige kvinder i min familie, deriblandt mine bedstemødre, mostre, fastre og kusiner.

Jeg havde kun kendt en af disse kvinder, og det var min kusine Olga.

Olga, der var fra Italien, blev gift i en tidlig alder, men desværre var hendes mand både voldelig og utro. Med hjælp fra sin far og bror besluttede Olga sig for at flygte, da hun ventede sit femte barn.



Hun vendte hjem og boede sammen med sine forældre og sin bror. Da Olga havde født barnet, døde hun. Olgas forældre kom sig aldrig over chokket over hendes pludselige død.

Mens jeg udførte ordinancer for Olga i templet, var der et ord, der blev ved med at dukke op i mit sind: *mission*. Men jeg forstod det ikke – jeg havde travlt med at opdrage tre børn alene, og jeg kunne ikke tage på mission.

Svaret kom flere måneder senere. En dag fortalte min fætter, Renzo, mig, at Olgas mor, min tante Anita, var gået bort. Pludselig kom jeg i tanke om, at jeg havde færdiggjort arbejdet i templet for Olga på en tirsdag, og hendes mor var død den følgende fredag. Dybt berørt fik jeg fornemmelsen af, at Olga havde været ivrig efter at modtage sine tempelordinancer, så hun kunne byde sin mor velkommen og undervise hende i ånderverdenen. Måske var det Olgas mission.

Men jeg havde også en mission med at hjælpe mine forældre. Jeg havde prøvet at tale med dem om Kirken ved adskillige lejligheder, men de havde ikke været interesseret. Så da mine forældre døde, udførte jeg tempeltjeneste for dem, så snart jeg kunne.

Da mine forældre blev beseglet, hamrede mit hjerte, og jeg blev rørt til tårer. Så blev jeg beseglet til mine forældre. Jeg kunne ikke holde op med at tænke på min mor, og jeg ønskede at omfavne den søster, der havde udført det stedfortrædende arbejde for hende. Jeg takkede hende for at repræsentere min mor. Denne søster var også rørt til tårer, og hun takkede mig for oplevelsen. Selvom jeg ikke kendte hende, føltes det, som om vi var i familie med hinanden.

Derefter blev mine forældre beseglet til *deres* forældre, og Olga, som jeg repræsenterede i ordinancen, blev beseglet til sine forældre, min onkel Marino og tante Anita.

Hver gang jeg tænker på denne oplevelse, overvældes jeg af følelser. Jeg tænker på Olga og håber på, at hun udfører sin mission på den anden side af sløret. På grund af templets ordinancer er jeg ikke længere det eneste medlem af Kirken i min familie. Jeg tror, at mine forældre har accepteret de ordinancer, der er blevet udført for dem. Jeg er fyldt af glæde og takker Herren for at gøre det muligt for mig at stifte en evig familie ved hjælp af velsignelserne i hans hellige tempel. ■

Forfatteren bor i Auvergne-Rhône-Alpes i Frankrig.



SLÆGTSHISTORIE OG TEMPELVELSIGNELSER

Ældste Dale G. Renlund

De Tolv Apostles Kvorum

Og Ruth L. Renlund og Ashley R. Renlund





Under deres præsentation på 2016 RootsTech mindede ældste Renlund og hans hustru, Ruth, og deres datter, Ashley, de hellige om den reelle kraft, der kommer ved at kombinere slægtshistorie med tempeltjeneste.

ÆLDSTE RENLUND: I december 1963 tog min familie turen fra Helsinki til øen Larsmo på den finske vestkyst. Der var min far vokset op, og der boede min farmor, Lena Sofia.

Mange år inden i 1912 havde Lena Sofia og min farfar, Leander, lyttet til missionærer fra Sverige, der forkyndte det gengivne evangelium. På den tid var der mindre end 800 missionærer i hele verden.

Disse missionærer bragte budskabet om det gengivne evangelium, og Lena Sofia og Leander blev døbt næste dag. De blev medlemmer af en lille gren, den første i Finland.

Nogle få år efter døde Leanders mor, der boede hos dem, af tuberkulose. I 1917 døde Leander også af tuberkulose, og Lena Sofia stod tilbage som enke og gravid med deres 10. barn. Det barn – min far – blev født blot to måneder efter Leanders død. Lena Sofia måtte med tiden begrave 7 af sine 10 børn. For denne forarmede bondekvinde var det en meget svær kamp at holde resten af sin familie i live.

I næsten to årtier fik hun ikke en hel nats søvn. Hun fór rundt til de forskellige småjobs, hun kunne tage for at skrabe sammen til føden. Om natten vågede hun over døende familiemedlemmer. Døden åndede dem bogstavelig talt i nakken hele tiden. På den tid fældede man træer, og man savede brædder, som blev sat under taget for at tørre. Det træ brugte man til at lave kister til de døde. Prøv at forestille jer, hvordan Lena Sofia må have haft det.

Da jeg mødte hende den dag i 1963, var jeg lige fyldt 11 år, og hun var 87. Hun var duknakket efter et langt livs slid og slæb. Hun var så foroverbøjet, at hun ikke blev højere, når hun rejste sig fra stolen. Huden i hendes ansigt og på hendes hænder var vejrbitd – den var ru og lignede slidt læder.

Hun rankede sig, så godt hun kunne, og pegede på et fotografi af Leander på væggen og sagde til mig på svensk: »*Det här är min gubbe*« (det er min kære husbond).

Jeg var lige blevet indskrevet i en svensksproget skole samme efterår og var kun ved at lære svensk igen. Jeg syntes, at min farmor havde brugt en forkert bøjning af verbet, da hun sagde: »*Det er* min kære husbond«, for Leander havde været død i 46 år. Jeg påpegede for min mor, at Lena Sofia burde have sagt: »*Det var* min kære husbond.« Min mor sagde blot: »Du forstår det ikke«.

Hun havde ret. Jeg forstod det ikke – ikke som jeg gør nu. Siden da har jeg mange gange tænkt over betydningen af den oplevelse, og hvad min farmor lærte mig.

Tænk over den styrke og trøst, hun må have fundet i at kende til beseglingsmagten! Den kraft vejleder os, når vi søger efter og lærer mere om vore forfædre. Både slægtshistorie og templets velsignelser kan give mening i vores liv, men den virkelige kraft kommer, når vi kombinerer dem. Det er ikke bare et tilfældigt miks af de to ting, den ene styrer den anden. Kundskaben om, at disse ordinancer en dag ville blive udført for hende og hendes Leander, indgød Lena Sofia trøst og fred i hendes mangeårige enkestand.

Slægtshistoriens sande værdi

ASHLEY: Uden slægtshistorie kommer beseglingsmagten ikke rigtigt i spil. Og den egentlige værdi af slægtshistorie kan man kun opfatte på grund af beseglingsmagten. Den *egentlige* kraft ligger i kombinationen.

SØSTER RENLUND: Jeg elsker dette koncept. Overalt i skrifterne lærer vi om begge disse velsignelser. Kombinationen af dem giver større velsignelser og mere kraft i vores liv. Lad os se på et par eksempler.

I Lære og Pagter fortæller Herren, at han sendte profeten Elias for »i børnenes hjerte [at] plante de løfter, der blev givet til fædre«. Og dette skulle vende børnenes hjerte til deres fædre. Dale, jeg tror, at det er en del af det, din farmor plantede i dig. Derefter fortæller Herren os, at »hvis det ikke var således, ville hele jorden blive lagt fuldstændig øde ved [Frelserens andet] komme« (L&P 2:2-3). Det er et stærkt budskab.



Så selv om vi havde alverdens slægtshistoriske optegnelser, og alt vi på nogen måde kunne samle, ville selve formålet med skabelsen være forpurret og ødelagt uden den beseglingsmagt, som profeten Elias gav tilbage til jorden. Det er et af de første budskaber, Herren åbenbarer for profeten Joseph Smith i vores uddeling.

ÆLDSTE RENLUND: Du har ret, Ruth. Selv uden rigtigt at vide det har jeg hele mit liv følt den styrke og kraft i min farmors og andre forfædres historie og eksempel.

Der er en profeti i Lære og Pagter afsnit 128, hvor Joseph Smith citerer Malakias 3:23-24. Han forklarer ordene »skal vende ... børnenes hjerte til deres fædre« i sammenhæng med beseglingsmagten og dåb for de døde. Og så siger han: »Og ikke alene dette, men det, som aldrig efter

verdens grundlæggelse har været åbenbaret, men som har været skjult for de vise og forstandige, skal blive åbenbaret for de spæde og diende i denne, tidernes fyldes uddeling« (se L&P 128:17-18).

Tænk engang! Joseph Smith forudså, at selv børn ville kunne forstå og vide disse ting, som verdens lærde mænd og kvinder ikke kunne forklare. Børn og unge over hele verden ville tage del i disse velsignelser hver dag, ligesom jeg gjorde, da jeg var 11 og lærte om disse ting af min farmor og min mor. Folk, som aldrig har hørt om Frelseren, mens de levede på jorden, kan få mulighed for at modtage de samme velsignelser som dem, der har denne mulighed i dette liv. Denne mulighed er ikke udelukket for nogen.

Tempelordinancerne og personlig kraft

SØSTER RENLUND: Og tempelordinancerne er afgørende for personlig kraft. Herren har rent faktisk givet os eksempler på denne personlige kraft. De første hellige blev undervist om behovet for, at de fik deres tempelbegavelse, inden de kunne komme videre med arbejdet med frelse:

»Derfor ... [er det] nødvendigt, at mine ældster skal vente en kort tid på genrejsningen af Zion – så de selv må blive forberedt, og så mit folk må blive undervist mere fuldkomment og få erfaring og mere fuldkomment lære deres pligt og det, som jeg kræver af deres hænder, at kende.

Og dette kan ikke ske, førend mine ældster er blevet begavet med kraft fra det høje« (L&P 105:9-11).

Herren belærte altså om vigtigheden af, at ældsterne forberedte sig til at modtage tempelbegavelsen, så de kunne blive velsignet med kraft fra det høje. Denne velsignelse gjorde de hellige i stand til at fortsætte med at blive bedre uddannet til at bruge denne kraft godt.

ÆLDSTE RENLUND: Man kan få dette uddybet, hvis man fortsætter til afsnit 109, som er indivielsebønnen for

templet i Kirtland. Joseph Smith sagde i bønnen: »Og så alle mennesker, som træder over dørtærsklen til Herrens hus, må føle din kraft og føle sig nødsaget til at erkende, at du har helliggjort det, og at det er dit hus, et sted for din hellighed« (L&P 109:13).

ASHLEY: Ja, tempelordinancerne er rene og kraftfulde. Men jeg ser nu, at når man føjer tempeltjeneste til arbejdet med at læse og lære om sine forfædre, bliver kraften større og løfter vore velsignelser til et højere niveau.

SØSTER RENLUND: Dale, tror du, at Lena Sofia forstod det, da hun kom med sin kommentar om Leander til dig? Var hendes forståelse større, fordi hun både anerkendte templets kraft og sin kærlighed for ham og sin familie?

ÆLDSTE RENLUND: Ja, det er præcist det, hun lærte mig om. Lena Sofia vidste, at hendes for længst afdøde ægtemand var og altid ville være hendes i al evighed. Gennem læresætningen om evige familier forblev Leander en nærværende del af hendes liv og hendes store håb for fremtiden. Lena var ligesom andre, som »med troen i behold døde ... uden at have fået løfterne opfyldt; de havde kun set og hilst deres opfyldelse i det fjerne, og de bekendte, at de var fremmede og udlændinge på jorden« (Hebr 11:13).

Som en flammende bekræftelse af sin tro på besejlingsmagten sendte Lena Sofia i 1938 sine familieoptegnelser for de af sine børn, der var døde, efter de var fyldt 8 år, til templet. På den måde kunne der udføres arbejde for dem i templet, selvom hun ikke selv kom til templet, mens hun levede. Disse optegnelser var blandt de første, der kom til et tempel, fra Finland.

Husker I den udfordring, som ældste Neil L. Andersen fra De Tolv Apostles Kvorum kom med på RootsTech i 2014?

ASHLEY: Han sagde: »Forbered lige så mange navne til templet, som I kan udføre dåb for.«¹

SØSTER RENLUND: Og i 2015 tilføjede han otte ord: »Og hjælp andre med at gøre det samme.«²

Tilføj åndelig kraft

ÆLDSTE RENLUND: Præcis. Jeg har tænkt på denne apostolske udfordring og hvordan den kan vokse. I lyset af vores samtale tror jeg, at vi kan føje et aspekt af åndelig kraft til dette løfte. Lad os læse i Ezekiel kapitel 47:

»Han førte mig tilbage til templets dør; der vældede vand ud under templets tærskel imod øst; for templet vendte mod øst, og vandet løb ned mod syd langs med templet syd for alteret.

Så førte han mig ud gennem nordporten, og udenfor førte han mig rundt til østporten, og dér rislede vandet frem fra sydsiden.

Da manden gik ud mod øst, havde han en målesnor i hånden. Han målte 1.000 alen og lod mig gå gennem vandet, der nåede mig til anklerne;

han målte igen 1.000 alen og lod mig gå gennem vandet, der nåede mig til knæene; han målte igen 1.000 alen og lod mig gå gennem vandet, der nåede mig til hofterne;

han målte igen 1.000 alen, og nu var det en strøm, jeg ikke kunne gå igennem, for vandet var så dybt, at man måtte svømme; det var en strøm, man ikke kunne gå igennem ...

Han sagde til mig: »Dette vand løber ud i landskabet mod øst og ned i Araba-lavningen, og det når til havet med det bittersalte vand, så vandet bliver sundt.

Alle levende væsener, som vrimler, skal kunne leve overalt, hvor strømmene kommer, og der skal være en mængde fisk; for når dette vand kommer derhen, bliver vandet sundt, og overalt, hvor strømmen kommer, bliver der liv« (Ez 47:1-5, 8-9).

Ezekiel ser en flod, der tager til efterhånden, som den flyder fra huset. Floden, som bevæger sig væk fra templet, repræsenterer de velsignelser, der tilflyder familier fra templet til heling og liv.

ASHLEY: Men vandet bliver dybere og flyder længere væk. Det giver ikke mening for mig.

ÆLDSTE RENLUND: Tænk på mig (en person), mine forældre (to personer), mine bedsteforældre (fire personer) – og hele vejen tilbage. At floden bliver dybere svarer til, at vores familie vokser generation for generation.

Templets velsignelser er tilgængelige for alt og alle. Og sikke velsignelser! »Overalt, hvor strømmen kommer, bliver der liv.«

»Hun har ventet længe nok«

ÆLDSTE RENLUND: Herren har en plan for at kompensere for Lena Sofias personlige modgang, vores tab, jeres tragedie – ja alles ulykke. Han gengav sit præstedømme og sin beseglingsmyndighed til jorden. Det vidste Lena Sofia, og det gjorde min mor, Mariana, også.

SØSTER RENLUND: Tænker du på, hvordan hun sendte Lena Sofias navn til templet?

ASHLEY: Jeg elsker den historie. Kort tid efter Lena Sofia døde i 1966, tog min farmor, Mariana, i egen høje person hendes navn med til genealogisk afdeling.³ Manden bag skranken fortalte hende, at det var Kirkens politik, at folk skulle være døde i mindst et år, inden der kunne udføres tempeltjeneste for den person. Farmor svarede: »Jeg kan ikke lide det svar. Lad mig tale med en, der kan give mig et andet. Hun har ventet længe nok.«

Farfar, Åke, sagde, at han havde prøvet at tale hende til fornuft, men han fik bare det blik, han kendte alt for godt – hvilket betyder, at han lige så godt kunne opgive. Farfar skrev i sin dagbog: »Jeg burde nok have ondt af den mand nede i byen, der sagde, at der ikke kunne gøres noget i mindst et år. Den mand aner ikke, hvad han er oppe imod. Det kunne jeg godt have fortalt ham, men han spurgte ikke.«⁴

ÆLDSTE RENLUND: Mindre end to måneder senere, var der med tilladelse fra Kirkens præsident udført tempeltjeneste for Lena Sofia og Leander. Farmor og farfar var stedfortrædere for Lena Sofia og Leander, som blev beseglet for tid og al evighed i templet i Salt Lake City. Og vidste



I, at det nu er Kirkens politik, at en person, som ikke har været i stand til at nyde templets velsignelser på grund af afstand, ikke behøver at vente et helt år? På den måde kan andre ligesom Lena Sofia modtage de velsignelser så hurtigt som muligt. Som min mor, Mariana, fortalte manden på det genealogiske kontor: »De har ventet længe nok.«

SØSTER RENLUND: Det var en stor dag for din familie! Forestil jer, hvilken glæde det må have været for Leander og Lena Sofia for ikke at nævne deres børn. Disse velsignelser er kulminationen på, når slægtshistorie og tempeltjeneste går hånd i hånd, det antænder den kraft, vi har talt om i dag.

Det blev jeg mindet om for nylig, da ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum talte om denne kraft. For nogle år siden begyndte han på at opfordre folk til at indse velsignelsen ved at kombinere de to himmelske forhold ved templet og slægtshistorie.

Ældste Bednar sagde: »Slægtshistorie er ikke et program – og så tilbyder vi også i templet. Det er alt sammen forbundet omkring Kristus. Og der er en kraft i at finde [jeres] egne forfædre og tage jeres familienavne med til Herrens hus. Det har jeg gjort. Jeg har arbejdet med og talt med hundreder og tusinder af mennesker, som har udført det arbejde. Og lige så godt, som det er, når vi er i templet, er det endnu bedre, når vi har gjort det arbejde, der gør det muligt at udføre disse ordinancer for vore egne afdøde slægtninge.«⁵

ASHLEY: Præsident Russell M. Nelson, præsident for De Tolv Apostles Kvorum har også lovet, at vi kan se denne kraft i vores liv. Han har sagt: »Selvom tempeltjeneste og slægtsforskning har kraften til at velsigne dem, der er gået hinsides, har det en tilsvarende kraft til at velsigne de levende. Det har en forædlende virkning på dem, som

beskæftiger sig med det. Det hjælper bogstavelig talt med at ophøje deres familie.«⁶

Et løfte om beskyttelse

ÆLDSTE RENLUND: Jeg er taknemlig for at føje mit vidnesbyrd til deres – for at være endnu en apostolsk stemme, der taler for denne tempeludfordring. Jeg gentager det løfte om beskyttelse, der er blevet givet tidligere. Brødre og søstre, jeg lover jer beskyttelse for jer og jeres familie, når I tager imod denne udfordring om at finde lige så mange navne at tage med i templet, som I kan udføre ordinancer for og undervise andre om at gøre det samme.

Hvis I tager imod denne udfordring, vil velsignelser begynde at tilflyde jer og jeres familie ligesom den strøm i floden, som Ezekiel talte om. Og den flod vil blive større i takt med, at I udfører dette værk og belærer andre om at gøre det samme. I vil ikke alene finde beskyttelse mod denne verdens fristelser og onder, men I vil også finde en personlig kraft – en kraft til at ændre sig, kraft til at omvende sig, kraft til at lære, kraft til at blive helliggjort og kraft til at vende og åbne jeres families hjerte mod hinanden og hele det, der har brug for at blive helet. ■

Fra et foredrag, der blev holdt på den slægtshistoriske konference RootsTech 2016 i Salt Lake City i Utah den 6. februar 2016. I kan se en optagelse af talen på engelsk, portugisisk eller spansk på lds.org/go/217Renlund.

NOTER

1. Se Neil L. Andersen, »Mine dage med templer og teknologi«, *Liahona*, feb. 2015, s. 31.
2. Neil L. Andersen, i Ryan Morgeneegg, »RootsTech 2015: Elder Andersen Adds to Temple Challenge«, lds.org/church/news/rootstech-2015-elder-andersen-adds-to-temple-challenge.
3. Dette kaldes nu Slægtshistorisk Afdeling.
4. Mats Åke Renlund, »Reflections«, privat dagbog, s. 119.
5. David A. Bednar, i »The Turning of Our Hearts«, video, lds.org/topics/family-history/turn-our-hearts.
6. Russell M. Nelson, »Generationer sammenføjet i kærlighed«, *Liahona*, maj 2010, s. 93-94.



Jeg fulgte min biskops råd og betalte bøden. Jeg vidste, at det var det rigtige at gøre, men jeg var desperat efter at spare penge sammen til en mission.

ILLUSTRATION: ALLEN GARNIS

JEG OPGAV MIN MISSIONSFOND

Jeg blev medlem af Kirken, inden jeg blev 21 år. Jeg havde et stærkt ønske om at tage på mission, men jeg stod i en vanskelig situation. Fordi min far havde forladt os, var det mig, der forsørgede min mor og tre yngre brødre. Næsten alle mine penge gik til min familie. På det tidspunkt skulle man mindst have £500 (4.500 dkk), inden man ansøgte om at komme på mission. Efter at have sparet op i to år havde jeg stadig kun det halve.

Vi oplevede det ene økonomiske tilbageslag efter det andet. Min lillebror havnede i problemer og fik en bøde på £240. Min familie bad mig om at låne ham pengene – det var næsten alt, jeg havde. Det lignede et valg mellem en mission og min bror, selvom han lovede at betale tilbage, når han kunne. Jeg tumlede med det og søgte råd hos min biskop. Han rådede mig til at hjælpe min bror. Jeg fulgte hans råd og betalte bøden. Jeg vidste, at det var det rigtige at gøre, men jeg var desperat efter at kunne komme på mission.

Jeg tænkte, at det ville tage årevis at spare de penge op igen, men gennem ydmyg bøn fik jeg indtryk om fremtiden. Ånden fortalte mig, at jeg ikke skulle forvente, at min bror betalte mig tilbage, og jeg kunne tage på mission det følgende år. Det havde taget to år at spare de penge op, som jeg havde givet min bror, men Herren fortalte mig, at jeg ville have dobbelt så meget ved årets udgang.

Jeg tvivlede, men fortsatte, og der skete et mirakel hver uge i de følgende ti uger. Der var en ung voksen i min menighed, der hørte, at jeg havde givet min missionsopsparing væk, og vedkommende gav mig £100. Ugen efter var der en anden ung voksen, der gav mig £100 af samme årsag. Jeg blev ydmyg og begyndte at omvende mig for at have tvivlet.

Senere bad min arbejdsgiver om frivillige til en fratrædelsesordning. Jeg meldte mig, men jeg forventede ikke at blive opsagt, da de havde investeret en del penge i min uddannelse. Min chef spurgte mig,

hvorfor jeg gerne ville opsiges, så jeg fortalte ham om min mission. Han gav mig lønforhøjelse med tilbagevirkende kraft og godtog min opsigelse. Han gav mig også en bonus i min fratrædelsesordning.

Jeg fandt noget midlertidigt arbejde, hvilket blev til et fuldtidsjob efter to uger. De tilbød mig også at arbejde over i weekenden. Det tog jeg imod hver lørdag. Jeg indsendte mine missionspapirer kort tid herefter, og jeg blev kaldet til at tjene i Bristol-missionen i England. Jeg havde sparet £2500 op på mindre end et år. Jeg havde helt bogstaveligt modtaget 10 gange mere, end jeg havde givet væk. I Lukas 6:38 står der: »Giv, så skal der gives jer. Et godt, presset, rystet, topfyldt mål skal man give jer i favnen. For det mål, I måler med, skal I selv få tilmålt med.«

Jeg ved, at jeg blev velsignet for min lydighed og tro til at følge min biskops råd. ■

Frederick John Holt er fra West Sussex i England

ILLUSTRATION: JOSHUA DENNIS

FIND FRED I NADVEREN

Som ung mor kæmpede jeg med at finde fredelige stunder i hektiske hverdage, der drejede sig om at tage mig af fem aktive og krævende børn. Fem minutter her og 10 minutter der var, hvad jeg kunne finde, men jeg nød hver en lille stille stund.

Jeg henvendte mig ofte til vor himmelske Fader i bøn, jeg bad om styrke, tålmodighed og fred. Søndage var særligt hektiske med at passe en

baby, klæde et lille småbarn på og tilse, at de lidt ældre børn blev klar til kirke. Ironisk nok blev det en hektisk søndag, at jeg fandt min løsning.

Da jeg lyttede til nadverbønnerne den dag, fik ordene en særlig betydning: »Så de altid må have hans Ånd hos sig« (L&P 20:77).

Jeg var berettiget til at have Herrens ånd hos mig. Hvorfor havde jeg ikke indset betydningen af det løfte før?

Hvorfor havde jeg ikke indset betydningen af det løfte før?

Nadveren blev den stille, eftertænksomme stund i mit ellers støjende liv. I nadverordinancen fandt jeg den fred, jeg havde søgt.

Selv om jeg kunne være nødt til at gå ud fra nadvermødet med et sprælende småbarn efter at have taget brødet og vandet, sørgede jeg for, at jeg var der i den særlige mindestund. Jeg så frem til disse dyrebare stunder med en inderlighed, jeg aldrig havde oplevet før.

Nu hvor mine børn er store, har jeg den luksus at have mange stille stunder. Ikke desto mindre elsker jeg stadig de stunder, hvor jeg tager nadveren. ■

Jane McBride er fra Colorado i USA



KRISTI TRØSTENDE KRAFT

For flere år siden planlagde min ven Joseph at køre fra Utah til Washington, D.C. i USA. Han inviterede mig med på turen. På turen besøgte vi forskellige kirkehistoriske steder, og da vi kom til østkysten, kørte vi til New York City.

Vi kom blot to uger efter de tragiske begivenheder den 11. september 2001. Vi fik en stærk følelse af, at vi skulle besøge det sted, hvor de to tårne var blevet ødelagt.

Vi så en soldat, der vinkede folk gennem den fyldte gade, mens de så de sørgelige rester. Han delte

lommelærklæder ud, så folk kunne tørre deres øjne.


Joseph og jeg kunne mærke, hvor dybt disse begivenheder havde ramt alle, og vi ville gerne gøre noget ved det. Vi besluttede, at det bedste, vi kunne gøre, var at tale med folk, lytte til deres historier og måske dele budskabet om håb i Jesu Kristi gengivne evangelium med dem.

På vej tilbage til hotellet tog vi undergrundsbanen. Overfor mig sad der en dame, der læste en bog. Jeg spekulerede på, hvad der skete i hendes liv. Jeg præsenterede mig

og fortalte hende, at vi var på besøg i New York. Jeg fortalte, at vi var interesserede i at høre om hendes oplevelse af begivenhederne den 11. september.

Hun hed Maria, og hun havde boet i New York City i flere årtier. Hun arbejdede i en bygning, der kun lå få gader fra tårnene. Hun fortalte os, at hun nogle få uger inden den 11. september havde fået en stærk følelse af, at hun skulle bede og spørge, om Gud fandtes. Hun sagde, at hun frem til det tidspunkt ikke havde bedt meget, og hun havde ikke følt, at hun havde brug

ILLUSTRATION: ALLEN GARNIS



Maria fortalte os, at hun nogle få uger inden den 11. september havde fået en stærk følelse af, at hun skulle bede og spørge, om Gud fandtes.

UNDERVIST AF HERREN SOM ENLIG FORÆLDER

for det. Hun følte ikke, at hun havde fået svar på sin bøn, før terroristerne havde ramt tårnene den skæbnesvangre morgen. Der var kaos og forvirring overalt omkring hende, og alligevel følte hun sig pludselig rolig. Maria fortalte, at hun havde følt denne utrolige fred, og at hun følte, at Gud passede på hende til trods for al den ubeskrivelige ødelæggelse, der fandt sted.

Da Maria havde fortalt os det, fortalte Joseph og jeg hende, at hun havde følt sin himmelske Faders ånd i form af den særlige fred og trøst. Vi fortalte hende, at hun altid kunne føle den fred, når hun søgte ham i bøn og ved at granske Mormons Bog. Vi gav hende et eksemplar af Mormons Bog og fortalte hende, at bogen ville give hende mere af den fred, hun havde søgt. Hun blev glad over at få den og takkede os.

Jeg ved ikke, hvad der derefter skete med Maria, for Joseph og jeg skulle af, men jeg ved, at vor himmelske Fader elsker hver eneste af sine sønner og døtre. Jeg ved, at han kender os og vores liv i detaljer, især når tingene synes at gå galt omkring os. Han kan skænke os en ubeskrivelig fred, der kommer fra hans Ånd og gennem hans Søns Jesu Kristi kraft. Kristi lys kan skinne klart trods det tætteste mørke af prøver eller tragedie, for han har overvundet det hele. ■
Chris Deaver er fra Californien i USA

Jeg havde ikke planlagt at blive enlig mor med fire børn, da jeg var midt i tyverne, og jeg vaklede lidt. Jeg havde et beskedent hjem at tage mig af, fire små børn og ingen videregående uddannelse. Jeg vidste ikke helt, hvordan jeg skulle forsørge min familie. Svarene på det kom ikke lige på en dag eller på en måned, men gennem mange års adlydelse af en tilskyndelse efter den anden.

Heldigvis var det en vane for mig at henvende mig til Herren i svære tider. En aften fik jeg et meget klart svar: »Begynd i skole.« Jeg vidste ikke, hvordan det skulle kunne lade sig gøre med mine økonomiske forpligtelser, så jeg talte med mine forældre og min biskop. De var enige i, at skolegang var den rette vej at gå, og inden for nogle få uger var jeg blevet indskrevet på et lokalt universitet, hvor jeg fik en eksamen i grundskoleundervisning med speciale i støtteundervisning.

Som lærer tjente jeg stadig ikke nok til at sørge for alle mine børns behov. Jeg blev ved med at trygle Herren omkring de manglende midler. Under et besøg hos min biskop anbefalede han, at jeg begyndte i skole igen for at få en kandidat. Jeg tog hjem, jeg bad om det, og blev indskrevet på universitetet det følgende semester.

Adskillige år senere følte jeg mig igen tilskyndet til at gå i skole igen. Jeg planlagde de fornødne prøver,

gik til optagelsesprøver i uddannelsesadministration, og pludselig var jeg atter indskrevet på et kandidatprogram på et andet lokalt universitet. Da det var ved at være gennemført, åbnede der sig nye beskæftigelsesmuligheder for mig, der har beriget mit liv med nye forhold, personlig vækst og hjalp mig til at opdage nye talenter.

En aften i templet fortalte jeg Herren om min frustration over, at jeg trods min indsats havde svært ved at få enderne til at mødes. Jeg følte en varme ved en himmelsk kommunikation, der mindede mig om, at alle min families behov var blevet tilgodeset, enten gennem min egen indsats eller andres generøsitet, og så længe jeg var lydig, ville der blive taget hånd om os. Jeg blev mindet om Alma 20:4: »Jeg ved, at [jeg] i Herrens styrke kan gøre alt.«

Jeg er så taknemlig for vor himmelske Fader tilskyndelser til at gøre min uddannelse færdig og de deraf følgende beskæftigelsesmuligheder. Jeg er også dybt taknemlig for alle de mennesker i mit liv, der har været så helt igennem betænksomme igennem årene. Jeg har lært, at jeg kan gøre mere, end jeg havde troet var muligt med vor himmelske Faders hjælp. Og jeg har ligeledes lært at modtage med ynde og give med rund hånd. ■

Susan Kagie er fra Utah i USA

Forlig jer med

UFULDKOMMENHEDEN

Elizabeth Lloyd Lund

SDH-familietjeneste

En af de fejlopfattelser, vi måske kæmper med i dette jordeliv, har at gøre med begrebet fuldkommenhed. Mange tror fejlagtigt, at vi må opnå fuldkommenhed i dette liv for at kunne blive frelst eller ophøjet.

Som terapeut var jeg engang til møde med en kvinde, som brød hulkende sammen. Hun sagde: »Hvordan kan jeg nogensinde blive god nok?« Hun fortsatte med at tale om, hvor uværdig hun var. Da vi kom lidt dybere ind på hendes følelser, dukkede der ingen store synder op fra hendes fortid. Hun følte bare ikke, at hun slog til. Hun sammenlignede sig selv med naboer, venner, slægtninge og alle, som hun kunne komme i tanke om, var »bedre« end hun var.

Tanker bliver vores virkelighed

Jeg ved, at der er mange, der føler sig utilstrækkelige og usikre, det kan være i kaldelser, som forældre eller

bare i al almindelighed. Disse følelser kan få os til at gemme vore talenter og trække os fra andre eller til at føle skuffelse, angst eller depression. Vore tanker om os selv har stor indflydelse på vores adfærd og følelser. Mange af os siger ting om os selv, som vi aldrig ville sige om et andet menneske. Dette bevirker at vi ikke får udviklet vores sande potentiale og nedtoner vore evner og talenter. Præsident Ezra Taft Benson (1899-1994) sagde: »Nu hvor den endelige kamp mellem godt og ondt nærmer sig med sine prøvelser, bliver Satan stadig mere opsat på at overvinde de hellige med modløshed, mismod, magtesløshed og melankoli.«¹

Heldigvis er »den eneste mening om os, der betyder noget ... hvad vor himmelske Fader tænker om os,« fortalte ældste J. Devn Cornish fra De Halvfjerds. »Spørg ham oprigtigt, hvad han mener om jer. Han vil elske og

Kun at forvente fuldkommenhed betyder, at man fornægter sig muligheder for at vokse.

irettesætte os, men aldrig tage modet fra os. Det er Satans trick.«²

Ufuldkommenhed er en mulighed

Vi er her på jorden for at nyde glæde, og en del af den glæde beror på det, vi skaber, det vi tror, og det vi accepterer. Hvis vi accepterer, at vi er Guds fejlbarlige børn, som lærer hen ad vejen, så kan vi acceptere vore ufuldkommenheder. At forvente



ILLUSTRATIONER: ALISHA JOHNSON; BILLEDE AF EN DUE © PHOTOMASTERSHUTTERSTOCK

øjeblikkelig fuldkommenhed betyder, at man fornægter sig selv muligheden for at vokse. Det ville være at fornægte omvendelsens gave og Jesu Kristi forsonings kraft i vores liv. Ældste Bruce R. McConkie (1915-1985) fra De Tolv Apostles Kvorum sagde følgende: »Der har kun været et fuldkomment væsen, Jesus Kristus. Hvis mænd [og kvinder] skulle være fuldkomne og efterleve hele loven til punkt og prikke, ville der kun blive frelst en person i al evighed. Profeten [Joseph Smith] belærte om, at der er mange ting at gøre, selv efter døden, i forbindelse med at udarbejde vores frelse.«³ Vore ufuldkommenheder kan være selve den vej, Gud bruger til at forberede os til at vende tilbage til ham.

Svagheder kan blive styrker

Det kræver ydmyghed at vende sig til vor himmelske Fader i vores ufuldkommenhed. Denne proces beskrives i Eter: »Hvis menneskene kommer til mig, vil jeg vise dem deres svaghed. Jeg giver menneskene svaghed, så de kan være ydmyge; og min nåde er tilstrækkelig for alle mennesker, som ydmyger sig for mig; for hvis de ydmyger sig for mig og har tro på mig, så vil jeg gøre det svage stærkt for dem« (Eter 12:27). Når vi er ydmyge, åbner vor himmelske Fader sine arme for os og hjælper os med at lære af vore svagheder. Man finder et eksempel på dette i Det Nye Testamente. Da Paulus kæmpede med sin »torn i kødet«, lærte han, at denne svaghed havde gjort ham ydmyg og bragt ham

nærmere Gud (se 2 Kor 12:7). Denne ydmyghed og lærevillighed er præcis, hvad vi må anvende på vore egne ufuldkommenheder. Vi er nødt til at lære af de svagheder, for at de kan blive til styrker.

Der er også forskel på at være ydmyg og ikke føle, at man er noget værd. Ydmyghed gør, at vi kommer Herren nærmere, hvorimod skam og skyld kan drive os væk fra Herren. Gud ønsker ikke, at vi nedgør os selv og føler, at vi ikke er noget værd i hans øjne. Det er både smerteligt for ham og for os. Det er vigtigt at indse, at vi både er den tid og den anstrengelse værd, som det kræver at ændres. En del af dette jordeliv handler om at finde ud af, hvordan vi ændrer vore svagheder. Visse svagheder kan betyde en livslang kamp, hvor andre kan overvindes hurtigere.

For adskillige år siden arbejdede jeg med en klient, Rachel (navnet er ændret), som havde et problem med alkohol. Det var blevet en krykke og et middel, hun tyede til for at lette presset i et svært liv. Hun besluttede sig for, at hun ville overvinde sin afhængighed, og med noget hjælp og opmuntring holdt hun op med at drikke. Inden hun fuldt ud havde overvundet sit problem, nedgjorde hun ikke sig selv for sin svaghed. Hun anerkendte det. Så med målbevidsthed og hjælp fra en god biskop, Herren og nogle få nøglepersoner, besluttede Rachel sig for, at hun ville holde op med at drikke. Sidste gang jeg talte med hende, fortalte hun, at

hun ikke havde nogen længsel efter at drikke.

For at kunne vokse fra vore svagheder må vi vende os til Herren med tro, håb og en forståelse af, at han vil holde os i sin hånd. Præsident Russell M. Nelson, præsident for De Tolv Apostles Kvorum har sagt: »Til det menneske, der føler sig svag eller frygtsom, vær tålmodig med dig selv. Fuldkommenhed kommer ikke i dette liv, men i det næste. Forlang ikke urimelige ting. Men forlang forbedring af dig selv. Når du lader Herren hjælpe dig igennem det, vil han sørge for, at det rækker.«⁴

Vælg lykke nu

Midt i arbejdet med at blive bedre kan vi vælge fred og glæde nu. Selv midt i de sværeste omstændigheder kan vi vælge vores indstilling. Viktor Frankl, en velkendt psykiater og Holocaust-overlevende har sagt: »Man kan tage alt fra et menneske, bortset fra én ting, den sidste af menneskets friheder – at vælge sin indstilling under enhver given omstændighed, at vælge ens egen vej.«⁵

Vi har fået at vide, at »menneskene er til for at kunne nyde glæde« (2 Ne 2:25). Dette betyder ikke, at Gud på magisk vis vil fylde vores liv med lykke. For de fleste af os er glæde et valg. Lykken kræver en indsats, og at man øver sig i taknemlighed, tillid og tro. Hvis vi tillader det, kan det negative fylde alt i vores liv. Det er ikke sikkert, at vi er i stand til at ændre vore livsvilkår, men vi kan

vælge, hvordan vi reagerer på dem. Præsident Thomas S. Monson har sagt: »Vi kan ikke ændre på vinden, men vi kan tilpasse sejlene. Må vi, for at opnå den størst mulige lykke, fred og tilfredshed *vælge* en positiv indstilling.«⁶

Når vi vælger at fokusere på det gode, sætte vores lid til Herren og hans forsoning og accepterer og lærer af vore ufuldkommenheder, kan vi

fjerne de urealistiske forventninger til os selv og stræbe efter godhed og lykke i vores liv. Vi vil finde fred med vore ufuldkommenheder og finde trøst i Guds forløsende kærlighed. Vi vil finde glæde i hjertet, da vi ved, at frelsesplanen kan føre os tilbage til vor himmelske Fader, når vi gør vores bedste, hvor utilstrækkeligt det end er, for at blive værdige til at leve hos ham igen engang. ■

NOTER

1. Se Ezra Taft Benson, »Fortvivl ikke«, *Stjernen*, mar. 1987, s. 2.
2. J. Devn Cornish, »Er jeg god nok? Vil jeg klare det?«, *Liahona*, nov. 2016, s. 33.
3. Bruce R. McConkie, »The Seven Deadly Heresies«, tale på Brigham Young University 1. juni 1980, s. 6-7, speeches.byu.edu.
4. Russell M. Nelson, »Men's Hearts Shall Fail Them« (video), mormonchannel.org.
5. Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, 1959, s. 86.
6. Præsident Thomas S. Monson, »Lev et rigt liv«, *Liahona*, jan. 2012, s. 4.



Omkring, hvordan vi vælger at reagere på vore udfordringer, har præsident Thomas S. Monson sagt: »Vi kan ikke ændre på vinden, men vi kan tilpasse sejlene.«

Overvindelse af vore svagheder aftegner vores tro

E. Tracy Williams

Det tog mig syv år at kvalificere mig til at tjene som fuld-tidsmissionær. Da jeg første gang talte med min biskop, biskop Tapueluelu, om det, gav han mig nogle retningslinjer at gå efter. Han sagde, at hvis jeg fulgte dem og lærte at være lydige, ville jeg blive velsignet. De første få retningslinjer – dagligt studium af skriften og at komme i kirken hver uge – var ret ladsiggør-lige. »Det er let,« tænkte jeg. Men jeg blev fornærmet, da jeg fik at vide, at jeg skulle ændre visse verdslige ting i mit liv, og min stolthed og stædighed løb af med mig.

Idet jeg håbede på en lettere udvej, flyttede jeg til fire forskellige menigheder og talte med fire forskellige biskopper. Jeg genoptog endda min uddannelse inden for sundhedsområdet. Og så følte jeg mig tilskyndet til at droppe alt og igen forberede mig på at tage på mission. Det gjorde jeg så. Jeg tog tilbage til biskop Tapueluelu og bad ydmygt om hans hjælp. Jeg

fik at vide, at der var krav om, hvad missionærer måtte veje, og jeg indså, at jeg lå over den grænse. Der væltede straks en følelse af skuffelse og skam ind over mig, men min biskop var opmuntrende. Han gav udtryk for sin kærlighed til og tro på mig og sagde: »Min dør står altid åben. Vi kan arbejde os igennem dette sammen! En svaghed ad gangen.«

Så jeg besøgte min biskop hver uge og arbejdede på en svaghed ad gangen. Jeg havde ingen anelse om, at jeg ville komme til at vente fire år mere bare for at kvalificere mig til at tjene som missionær.

Stolede på Frelseren

I de år bestræbte jeg mig på at komme tættere på Kristus og anvende hans lære i mit liv. Efterhånden som udfordringerne kom, blev hans forsoning virkelig for mig. Jeg stolede på den kraft, trøst og styrke, som han gav mig gennem sit sonoffer, da min bedste ven døde,

Jeg skulle lære, hvordan man sætter sin lid til Frelseren for at overvinde mine svagheder og bygge på mine styrker, både for at forberede mig på en mission, og mens jeg tjente.

da vores familie mistede sit hjem og jeg blev involveret i en bilulykke. Da omstændighederne gjorde, at jeg mistede så mange af mine venner, blev jeg deprimeret, men Frelseren trak mig op. Mine fredag aftener med vennerne blev udskiftet med træning i et træningscenter og studier om Jesu Kristi forsoning.

Jeg bad hver aften for mennesker, jeg ville komme til at tjene en dag og tilmed for mine fremtidige kammerater!

Endelig blev jeg kvalificeret og kaldet til at tjene i Auckland-missionen i New Zealand, i den del, hvor de taler tonga.

Gadekunst og Ånden

Da jeg trådte ind på missionærskolen, indså jeg, at der var mere at lære om Jesus Kristus og hans forsoning og mig selv. Selvom jeg har tonganske aner, havde jeg aldrig været på Stillehavsøerne, og jeg kæmpede med sproget. Da jeg kom til New Zealand, havde jeg ingen anelse om, hvad folk sagde til mig på tonga. Jeg havde så

meget at sige, men jeg kunne ikke tale sproget, mine ord var for få, for simple og gebrokkne. Jeg nikkede bare, når folk spurgte mig om noget. De grinte af mig, og jeg grinede med dem, men når folk ikke så det, blev latteren til tårer af frustration og skuffelse. Jeg tænkte ved mig selv: »Har jeg arbejdet syv år for at komme ud til dette?«

Så jeg bad til vor himmelske Fader. I Eter 12:27 læser vi, hvordan vore svagheder kan vendes til styrke, hvis vi sætter vores lid til ham. Jeg fortalte ham om mine svagheder og min tillid til ham, og jeg kom op igen ... og

igen ... og igen. Jeg begyndte at stole endnu mere på Kristus og også på mine styrker.

Jeg elsker dette evangelium, og jeg elsker gadekunst, så jeg besluttede mig for at kombinere de to ting. Jeg pakkede mine skrifter, en skitsebog, kulblyanter, tuscher og spraymaling i min rygsæk. Min kammerat grinede og spurgte: »Hvad skal du med spraymaling?« Jeg svarede: »Jeg kan ikke tale sproget endnu, men jeg kan vise andre mit vidnesbyrd.«

Resten af min mission brugte jeg gadekunsten – på papir – ikke på bygninger – og Ånden til at undervise andre om Kristus. Og hvor tosset det end lyder, så virkede det. Der var mange mennesker, der ikke ønskede at høre mit budskab, så jeg tegnede det. Det åbnede døre og øjne, når jeg fortalte dem, at jeg lavede graffiti. De troede ikke på mig. De gav mig tre minutter, og jeg tegnede ordet *tro*, mens jeg underviste dem om det. Blandt dem var der mange, der følte sig fordømte og uelskede. Jeg kunne bære vidnesbyrd om, at vi ved at tro på Kristus kan føle hans kærlighed og tilgivelse, og han kan hjælpe os med at ændre os til det bedre. Det gjorde han for mig.

Syv års forberedelse til at tage på mission hjalp mig til at finde mig selv. Den tid gjorde, at jeg fik et vidnesbyrd om Kristi forsoning og hans kraft til at hjælpe mig med at overvinde mine svagheder og bruge mine styrker til at fortælle andre, hvad jeg vidste. Og det var i sidste ende syv år værd. ■

Forfatteren bor i Utah i USA.





Stephen W. Owen

Unge Mænds
hovedpræsident

Da jeg var 14 år, traf jeg en beslutning, der ændrede alting. Jeg gik ned ad gaden med nogle venner, ligesom vi plejede. Men den aften var det sjovt, og jeg vidste, at jeg var nødt til at gøre noget ved det. Jeg var bare ikke sikker på, at jeg kunne.

Mine venner var i løbet af de sidste par år begyndt at eksperimentere med cigaretter og alkohol. Til at begynde med var det kun en sjældn gang imellem, men her denne fredag var det blevet regelmæssigt, at de røg og drak, når vi var ude alene.

Jeg tænkte, at så længe jeg holdt mig ren, kunne jeg stadig godt have det sjovt med mine venner. Mine forældre kunne selvfølgelig se,

der var noget, der ikke rigtig stemte med mine venner. Og mine venner kunne mærke, at mine forældre ikke billigede dem. Det stillede mig i en ubehagelig klemme. Jeg måtte tit forsvare mine venner over for mine forældre og forsvare mine forældre over for mine venner.

Så der var vi så fredag aften på vej ned ad gaden. Mine venner begyndte at drikke og ryge, og jeg indså endelig, hvor ubehageligt til mode jeg var med deres opførsel. Så jeg traf et valg.

Jeg gik over på den anden side af gaden. Mine venner grinede af mig. De kaldte mig et vilde vi ikke være venner mere. Så nåede vi hen til enden af gaden. Mine venner drejede til venstre, og jeg gik til højre. Jeg var tre

Ved en SKILLEVEJ



med mine VENNER

Jeg måtte tit forsvare mine venner over for mine forældre og forsvare mine forældre over for mine venner.

kilometer væk hjemmefra, og det er de længste tre kilometer, jeg nogensinde er gået. I tænker måske, at jeg havde det godt med at have truffet et så modigt valg, men i det øjeblik havde jeg det forfærdeligt. Næste morgen vågnede jeg op med en forfærdelig bevidsthed om, at jeg havde mistet mine venner, og nu var jeg alene. Det er ret voldsomt for en 14-årig.

En ny ven

Der gik ikke så mange dage, før jeg blev ringet op af et medlem af Kirken, som jeg kendte, han hed Dave. Han spurgte, om jeg ville komme hjem til ham lørdag aften. Han inviterede mig også hjem at spise med hans familie dagen efter. Det lød ret meget sjovere end at sidde alene uden venner, så jeg takkede ja. Dave og jeg hyggede os – og der var naturligvis hverken cigaretter eller alkohol. Da jeg lyttede, mens Daves far velsignede maden, fik jeg en god følelse. Jeg begyndte at tro, at tingene måske – bare måske – ville blive bedre.

Dave og jeg blev de bedste venner. Vi spillede fodbold sammen, gik i skole sammen

og hjalp hinanden med at komme på mission. Da vi kom tilbage, boede vi sammen, mens vi gik på college. Vi hjalp hver især hinanden med at finde den rette kvinde at gifte os med, og vi holdt hinanden på den lige og snævre sti til templet og derefter. Efter alle disse år er vi stadig gode venner. Og det hele begyndte med et enkelt telefonopkald, da jeg havde brug for det.

En mors indflydelse

Det var i hvert fald, sådan jeg troede, det hele begyndte. Jeg blev ret overrasket, da jeg nogle år senere opdagede, at det var min mor, der havde trukket i trådene, og sat vores venskab i scene. Kort tid efter jeg havde mistet mine gamle venner, lagde hun

Langs hele den vej,
er der andre, der har
måtte træffe deres
egen vanskelige
beslutning om at
være på Herrens side.
De vil gå med jer.

mærke til, at der var noget galt med mig, så hun ringede til Daves mor for at se, om de kunne finde ud af at hjælpe. Derefter overtalte Daves mor ham til at ringe og invitere mig. Sommetider kommer tilskyndelser til at hjælpe nogen, der har brug for det, fra Helligånden; sommetider kommer de fra engle – som en mor – der taler ved Helligåndens kraft (2 Ne 32:3).

Jeg har ofte tænkt på, hvor anderledes mit liv ville have været – for mig og Dave – hvis min mor ikke havde opfattet, at jeg havde det svært og taget handling. Minder det jer ikke om den måde, vor himmelske Fader velsigner os på? Han sender »velsignelser ned fra oven og han sender »velsignelser ned fra oven gennem kærlige menneskers ord og gerning« (Each Life That Touches Ours for Good, Hymns, nr. 293).

Vi går sammen

I sidste ende er vi alle ansvarlige for vore egne valg. Som præsident Thomas S. Monson gentagne gange har sagt: »De valg, som vi træffer, afgør vores skæbne¹, og mange af de

valg må vi træffe personligt og individuelt. Ofte gør vore valg, at vi føler os isolerede, ja tilmed ensomme. Men vor himmelske Fader har ikke sendt os alene hertil. De beslutninger, jeg traf i et afgørende øjeblik, har velsignet og vejledt mig hele mit liv. Men de beslutninger var inspireret og af Daves støtte og venskab.

Den prøve, vi kan kalde livet på jorden, adskiller sig fra de prøver, vi ofte tager i skolen – hvor man skal holde øjnene på sin egen prøve, og det er ikke tilladt at hjælpe sin næste. Men i denne prøve både kan og skal vi hjælpe hinanden, det er en del af prøven. Så når jeres valg til tider kan synes at føre jer til den ensomme side af vejen, så husk, at langs hele den vej, er der andre, der har måtte træffe deres egen vanskelige beslutning om at være på Herrens side. De går med jer, og de har brug for, at I går med dem. ■

NOTE

1. Thomas S. Monson, »Valg«, *Liahona*, maj 2016, s. 86.



RÆK UD TIL ANDRE

»Jeg bønfalder jer om at have modet til ... at sikre jer, at alle er inkluderet og føler sig elsket og værdsat.«
Se præsident Thomas S. Monson, »Må I have mod«, *Liahona*, maj 2009, s. 126.





FIND, TAG, LÆR

og deltag i
»Tempeludfordringen«

*Udfordringen er blevet større -
har I taget imod den?*

Carlisa Cramer

Ældste Neil L. Andersen fra De Tolv Apostles Kvorum har opfordret de unge til at »forberede så mange navne til templet, som man udfører dåb for i templet, og hjælpe andre med at gøre det samme.«¹ Ældste Dale G. Renlund fra De Tolv Apostles Kvorum har også lovet, at deltagelse i denne apostolske udfordring kan give åndelig beskyttelse og heling til familier.²

Tænk på det – Herrens apostle har opfordret alle til at deltage i slægtsforskning ved at tage deres egen families navne med til templet. Ville det ikke være skønt, hvis alle de ordnancer, I udførte i templet, var for jeres egen familie? Ældste Andersen har bedt de unge rundt om i verden om bare at gøre det og hjælpe venner og familie med at gøre det samme.

Når I tager imod denne udfordring, kan I føle Ånden og jeres vidnesbyrd vil vokse og højne jeres oplevelser i templet. Ved I ikke helt, hvordan I kommer i gang? Lad os dele opfordringen op i små trin:

FIND

For det første skal I finde navne at tage med i templet og tilføje dem på **FamilySearch.org**. Hvis I har lavet jeres fire generationer færdig, så prøv at trykke på visning Descendancy. Eller er jeres familietræ ret tomt, så begynd med at tjekke **FamilySearch.org/findnames**.

TAG

Når I har reserveret og printet ordnancerne gennem FamilySearch.org, kan I med en tempelanbefaling tage navnene med til templet og udføre dåb og bekræftelse. Inviter familie eller venner, der har fået deres tempelbegavelse, med for at udføre resten af ordnancerne eller send dem til templet via FamilySearch for at få dem udført.

UNDERVIS

Del glæden ved slægts-historie med dem omkring jer! Lav en slægtsforsknings-aften med vennerne eller sæt jer ned med jeres forældre og søskende og udfyld jeres slægtstræ sammen. I kan dele jeres oplevelser på de sociale medier ved hjælp af #TempleChallenge.

Er I klar?

Uanset hvor meget erfaring I har med slægtsforskning, er der mange måder at gå til udfordringen på. Tænk over, hvordan I kan hjælpe med at fremme Herrens værk i dag. ■

Forfatteren bor i Utah i USA.

NOTER

1. Neil L. Andersen, »Is Anything Too Hard for the Lord?«, tale ved RootsTech-konferencen, 14. feb. 2015, [lds.org/topics/family-history](https://www.lds.org/topics/family-history).
2. Se Dale G. Renlund, i »Opening General Session«, tale ved RootsTech-konferencen, 6. feb. 2016, [lds.org/topics/family-history](https://www.lds.org/topics/family-history).



»I er sønner og døtre af Gud, børn af pagten og med til at opbygge riget. I behøver ikke at vente ... med at opfylde jeres ansvar for at hjælpe til i værket til frelse af menneskeheden.«

Ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum, »Børnenes hjerte skal vende sig«, *Liahona*, nov. 2011, s. 26.

EN UDFORDRING, DER BLEV TAGET OP

»Jeg hørte om de løfter og velsignelser, der kunne blive mine, hvis jeg tog imod tempeludfordringen, så jeg besluttede mig for at lade det komme an på en prøve. Jeg følte Ånden meget stærkt, og jeg vidste, at på den anden side af sløret, var andre ånder lige så begejstrede som mig.«

Wesley R., Frankrig

Accepter, fuldfør og fortæl om udfordringen på **templechallenge.lds.org**. Del jeres oplevelse med #TempleChallenge.



Når I afdækker jeres families historie, lærer I noget om jer selv i processen.



TRE MÅDER

AT ENGAGERE SIG PÅ I SLÆGTSHISTORIE

Sally Johnson Odekirk

Kirkens Tidsskrifter

Da ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum sagde: »Jeres fingre er trænet til at sms'e og tweet'e for at fremskynde og fremme Herrens værk – ikke blot for at kommunikere hurtigt med jeres venner«, talte han om jer! Derefter sagde han: »Jeg opfordrer jer til at studere, til at søge jeres forfædre og til at forberede jer til at udføre stedfortrædende dåb i Herrens hus for *jeres* afdøde slægtninge« (»Børnenes hjerte skal vende sig« *Liahona*, nov. 2011, s. 26).

Tusinder af unge mænd og piger over hele verden har taget imod hans opfordring til at søge deres forfædre og udføre stedfortrædende dåb for dem. En ung pige, Kaitlen D. opdagede, at når hun tog slægtsnavne med til templet, så gav det mere mening at være der.

Hun siger: »Da jeg begyndte at udføre tempelordi-

nancer for min slægt, indså jeg, at midt i den buldrende verden, jeg lever i, var det eneste tidspunkt, jeg var i stand til at være stille og komme mig, indenfor disse hellige vægge. Jeg begyndte også at føle mig tættere på dem på den anden side af sløret. Når jeg udførte dåb og bekræftelser begyndte jeg at tænke på alle de mennesker, der havde ventet så længe på, at dette skulle ske. Det er en næsten ubeskrivelig følelse – fuld af kærlighed og håb – og det har styrket mit vidnesbyrd så meget.«

Der er mange forskellige måder at engagere sig i slægtsforskning og tempeltjeneste på, så hvor begynder man? Tre unge fortæller om deres oplevelse med at lære mere om familiens historie, interviewe familiemedlemmer og finde navne at tage med til templet.

1 Mine forfædre er gode eksempler for mig

Kyle S. er fra Texas i USA

Mine forældre og jeg lyttede til ældste Bednar ved oktoberkonferencen i 2011, da han sagde, at arbejdet med slægtsforskning ville give os beskyttelse mod modstanderen. Så vi begyndte at arbejde på vores slægtsforskning. Jeg finder hele tiden ud af noget nyt om min families historie, det er rigtig sjovt og udviklende.

Jeg kan godt lide at lære mere om, hvor jeg er fra, og om mine forfædre. Jeg lærer af deres erfaringer, og det hjælper mig til at blive et bedre menneske. Det er forunderligt at opdage, hvem de var, hvad de lavede, hvordan deres liv var, og hvor svært det var for dem.

Jeg har for eksempel nydt at lære om en af mine forfædre, som flyttede med sin familie fra Tennessee til Texas i 1870'erne for at blive kvægavler. Han mødte meget modgang i sit liv, og af ham har jeg lært, at livet kan være svært, så det er vigtigt at stå fast på det, man tror på.

Når jeg møder udfordringer, hjælper arbejdet med slægtsforskning mig til at føle, at mine forfædre altid er med mig og vil hjælpe mig igennem svære prøver, akkurat som ældste Bednar lovede.

Sådan finder man sin families historier

Indsaml historier om, hvad jeres forfædre kunne lide at gøre. Det gør, at jeres forfædre bliver mere levende for jer, og I finder ligheder mellem jer. Hvilken sport dyrkede de? Hvilken mad spiste de? Hvordan var deres skolegang?

Tal med jeres forældre og bedsteforældre om deres liv. I kan bruge Kirkens hæfte *Min slægt* for at komme i gang med at indsamle og formidle familiens historier. På FamilySearch.org kan I tilføje fotos, historier, kilder, audiooptagelser og dokumenter, der kan hjælpe andre i jeres familie med at lære jeres forfædre at kende. Gå ind på FamilySearch.org og klik på »Memories« for at komme i gang.



SLÆGTSHISTORIE ÆNDRER OS

»Når vores hjerte vendes mod forfædrene, sker der en forandring i os. Vi føler, at vi er en del af noget, som er større end os selv. Vores iboende trang til familieforbindinger tilfredsstilles, når vi bliver forbundet til vore forfædre gennem templets hellige ordinancer.«

Præsident Russell M. Nelson, præsident for De Tolv Apostles Kvorum, »Generationer sammenføjet i kærlighed«, *Liahona*, maj 2010, s. 92.



2 Optog mine bedsteforældres historie

Matias M. er fra Utah i USA

Mine bedsteforældre bor i Uruguay. Da min mor og morfar besøgte os, benyttede jeg mig af muligheden for at interviewe dem og finde ud af, hvordan de blev medlemmer af Kirken. Jeg havde aldrig hørt den historie før, så det var virkelig en utrolig oplevelse at høre mine bedsteforældre fortælle den.

Jeg tog noter, mens jeg interviewede dem, og jeg optog dem også ved hjælp af min telefon, så jeg kunne høre det igen, når jeg ville. Jeg har uploadet lydfilen på FamilySearch, så andre også kan høre deres historie, både nu og fremover.

Nogle få måneder senere var jeg i stand til at optage og uploade et interview med min farmor og farfar. Jeg fandt ud af meget, som jeg ikke vidste før, og de fortalte mig meget mere om deres liv, end jeg havde forventet.

Det var så dejligt at høre mine bedsteforældre fortælle deres historie og lytte til deres råd til mig. Det tog kun nogle få minutter at lave disse interviews, men jeg ved, at de vil hjælpe mig med at overbevise mine »børn ... til at tro på Kristus« (2 Ne 25:23), ligesom profeten Nefi i Mormons Bog gjorde for sine efterkommere. Jeg ved, at når mine børn hører mine bedsteforældres vidnesbyrd, vil deres vidnesbyrd også blive styrket.

Sådan interviewer man familiemedlemmer

Som menighedsaktivitet kan I og de andre unge interviewe ældre familiemedlemmer. Tænk på et eller to spørgsmål I gerne vil stille jeres forældre eller bedsteforældre eller andre slægtninge. Sæt jer derefter ned med dem og stil spørgsmål om deres liv, og optag det med jeres telefoner. Når I har gjort det, kan I uploade det under mindedelen på FamilySearch.org.

3 Mit mål: Tage 10 slægtsnavne med til templet

Rajane S. er fra Jamaica

Jeg har altid været fascineret af genealogi, så da vores områdepræsidentskab gav de unge et mål om at samle ti navne på deres forfædre, som de kunne udføre dåb og bekræftelse for i templet, blev jeg ellevild.

Jeg begyndte med min slægtsforskning på egen hånd, men jeg kom ingen vegne. Jeg havde tre navne uden nogen information, og på det tidspunkt følte jeg, at jeg var kørt fast både åndeligt og fysisk. Jeg besluttede mig for at bede min mor om hjælp. Hun foreslog, at jeg ringede til hendes mor. Da jeg ringede til min mormor, ville hun hellere end gerne hjælpe mig. Hun gav mig oven i købet lov til at være stedfortræder for de navne, vi talte om. Jeg blev rigtig glad og dybt taknemlig.

Der var snart tempeltur, og jeg havde ingen navne fra min fars side af familien. Nogle få timer inden jeg skulle hjemmefra, følte jeg mig tilskyndet til at tage hen på kirkegården og få min far til at ringe til sin faster og bede hende om at komme. Vi tog hen på kirkegården, og da jeg så min far og grandfaster gå rundt på kirkegården, følte jeg mig ledt hen til nogle af mine forfædres gravsten. Jeg følte deres villighed til at blive en del af evangeliet. Med hjælp fra Helligånden og min familie havde jeg nået mit mål. Jeg havde navne på 16 tempelklare forfædre!

Da jeg tog til templet, kunne jeg mærke mine forfædres entusiasme, de var klar, og de havde ventet. Da vi udførte dåb og bekræftelse, kunne jeg mærke, at deres sjæl blev fyldt med glæde og fred. Det var en vidunderlig fornemmelse, og jeg ønskede kun at takke dem for at give mig muligheden for at være en del af noget så specielt.

Sådan finder I slægtsnavne til templet

Prøv at klikke på visningen Descendancy på FamilySearch.org for at få et overblik over, hvem der ikke er udført arbejde for i templet. Tag derefter imod tempeludfordringen til de unge, se side 54 i dette nummer. ■

1 Korinther 10:13

Apostlen Paulus belærte os om, hvordan vi bliver i stand til at modstå fristelse.



FRISTELSE

»Modstanderen ... ved, hvor, hvornår og hvordan han skal friste os. Hvis vi er lydige over for Helligåndens tilskyndelser, kan vi lære at genkende modstanderens tillokkelser ...

Vores fremgang måles aldrig på, hvor stærkt vi bliver fristet, men på hvor trofast vi reagerer. Vi må bede vor himmelske Fader om hjælp og søge styrke gennem hans Søns Jesu Kristi forsoning.«

Ældste Robert D. Hales fra De Tolv Apostles Kvorum ved aprilkonferencen i 2009.

GUD ER TROFAST

Trofast – pålidelig, loyal. Vi kan stole på Herrens løfter om, at han vil hjælpe os til at bære og modstå fristelse.

EN UDVEJ

Der er altid en udvej – et alternativ, et andet sted at tage hen, en anden ting at gøre. Når alt andet fejler, så følg Josef af Egyptens eksempel og løb væk (se 1 Mos 39:7-12).

IKKE OVER EVNE

Vi bør prøve at undgå fristelser. Sommetider gør vi det sværere for os selv, fordi vi ikke afviser fristelsen, så snart den viser sig. Som ældste Neal A. Maxwell (1926-2004) fra De Tolv Apostles Kvorum sagde: »Jesus bemærkede naturligvis de enorme fristelser, han blev udsat for, men han tænkte ikke frem og tilbage over dem. I stedet for afviste han dem omgående. Når vi leger med tanken om fristelser, begynder de at lege med os!« (Aprilkonferencen 1987).

13 De fristelser, der har mødt jer, er kun menneskelige. Og Gud er trofast; han vil ikke tillade, at I fristes over evne, men vil sammen med fristelsen også skabe en udvej, så I ikke bukkes under.

KUN MENNESKELIGE

Vi bliver måske fristet på forskellig vis, men alle bliver fristet. Fristelse tjener et nødvendigt formål, for »det må nødvendigvis være sådan, at Djævelen skulle friste menneskenes børn, ellers kunne de ikke handle på egne vegne« (L&P 29:39).

SÅ I IKKE BUKKER UNDER

Skrifterne giver os nogle nøgler, der kan hjælpe os til ikke at bukkes under for fristelse:

- Våg, og bed altid (se Matt 26:41; Alma 13:28; 31:10; 34:39; 3 Ne 18:18; L&P 31:12).
- Tro på Jesus Kristus (se Alma 37:33), for Frelseren »selv er blevet fristet og har lidt, [derfor] kan han hjælpe dem, der fristes« (Heb 2:18; se også Alma 7:11).
- »[Ydmyg] jer for Herren« (Alma 13:28) og »vogt [jer] for stolthed« (L&P 23:1).
- Lyt »til Guds ord og ... [hold] fast ved det« (1 Ne 15:24).

Redaktørens bemærkning: Denne side er ikke tænkt som en udtømmende forklaring af de udvalgte vers, men som et udgangspunkt for jeres eget studium.



Ældste
Jeffrey R. Holland
De Tolv Apostles
Kvorum



SÅDAN ÆNDRER MAN SIG

Når I har syndet og indset alvorren af jeres fejltrin, så vil jeres største udfordring være at tro på, at I kan ændre jer, at der kan være en anden udgave af jer. At tvivle på det er helt klart et satanisk redskab, der er udformet for at tage modet fra jer og overvinde jer. *Omvendelse* er ikke et ildevarslenende ord. Det er efter *tro* det mest opløftende ord i den kristne terminologi. **I kan ændre jer!** I kan blive lige, hvad I vil i retfærdighed.

Hvis der er en beklagelse, jeg ikke kan udstå, så er det dette ringe, ynkelige og sørgelige udbrud: »Det er bare sådan jeg er.« Hvis man skal tale om nedslående holdninger, så er det en, der rammer mig. Spar mig for jeres snak som, »det er bare sådan jeg er.« Jeg har hørt det fra så mange mennesker, der ønsker at synde og

kalder det psykologi. Og jeg bruger ordet *synd* som betegnelse for en lang række vaner, der medfører skuffelse, tvivl og fortvivlelse.

I kan ændre alt, I ønsker at ændre, og I kan gøre det hurtigt. Det er en anden satanisk løgn, at det tager årevis og æoner af evigheder at omvende sig. Det tager nøjagtig lige så lang tid at omvende sig, som det tager jer at sige: »Jeg vil ændre mig« – og mene det. Selvfølgelig er der problemer, som skal bearbejdes, og skaden skal godtgøres. I kan meget vel risikere at **bruge** – ja, I må hellere bruge – **resten af jeres liv på bestandigt at stadfæste jeres omvendelse.** Men ændring, vækst, fornyelse og omvendelse kan komme til jer øjeblikkeligt, som den gjorde for Alma og Mosijas sønner.

Misforstå det ikke. **Omvendelse er hverken let, smertefrit eller bekvemt.** Det kan være et bittert bæger. Men det er kun Satan, der ønsker, at I tænker, at en nødvendig og påkrævet erkendelse af synden er mere afskyelig end en permanent fastholdelse af den. Det er kun ham, der siger: »I kan ikke ændre jer. I kommer ikke til at ændre jer. Det er alt for langtrukket og svært at ændre sig. Giv op. Giv efter, Omvend jer ikke. I er bare, som I er.« Det er, mine venner, en desperat løgn. Fald ikke for den. ■

Fra en tale, der blev holdt den 18. marts 1980 på Brigham Young University.



TIENDE OG EN UVENTET VELSIGNELSE

Jeg havde kun været medlem af Kirken en måned, da jeg første gang betalte fuld tiende. Jeg var det eneste medlem af Kirken i min familie, og det var svært for min familie at forstå det med tiende. Min mor frarådede mig at betale tiende, og hun ville have, at jeg gav hende pengene i stedet for.

En dag, inden jeg skulle på arbejde, opdagede jeg, at der ikke var noget mad i køleskabet, og jeg var nødt til at købe noget at spise. Jeg havde ingen penge med mig, så jeg bad min mor om at låne mig nogle penge til frokost. Det nægtede hun og sagde, at jeg ingen penge havde, fordi jeg havde betalt tiende.

Jeg tog min Mormons Bog og fortalte hende, at bogen ville give mig næring den dag – åndelig næring. Jeg åbnede den for øjnene af min mor, og fandt 100 pesos (nok til at købe frokost) indeni. Det var et mirakel – jeg havde ikke lagt penge i mine skrifter. Jeg lærte en stor lektie: Selvom der er udfordringer og fristelser alle vegne, vil jeg altid blive velsignet, når jeg betaler en fuld tiende og holder buddene. ■

Montserrat L. er fra Det Føderale Distrikt i Mexico

TID TIL TEMPLET

Så snart jeg blev 12, fik jeg min første tempelanbefaling. Jeg glemmer aldrig den første oplevelse i templet. Den fred, jeg følte, var helt unik. Selvom turen fra mit hjem i det sydlige Taiwan til templet tog fire timer, besluttede jeg mig for at tage dertil en gang om måneden på stavens tempeldag. Jeg tog endda af sted, selvom der ikke var nogen, der kunne komme med mig.

Snart begyndte jeg at invitere mine venner fra Kirken med mig. Selvom de

til at begynde med ikke var så interesserede, så kommer de hver måned nu. Mange folk i menigheden er også begyndt at tage til templet. Uanset hvor ofte vores menighed planlægger en tempeltur, kommer der mange mennesker – flere end der nogensinde er kommet før i vores stav.

Kort tid efter min beslutning om at komme hver måned, besluttede min familie sig også for at tage dertil hver måned. Selvom vi måske har prøver i skolen næste dag, tager min familie

og jeg regelmæssigt i templet. Jeg er nu kommet regelmæssigt i templet med min familie i syv år. Templet er Herrens hus, og vi ved, at det er vigtigt at komme der. ■

Chi-Yun Liu er fra Tainan i Taiwan

Indsend jeres yndlingskriststed eller trosfremmende oplevelser på liahona.lds.org eller via e-mail til liahona@ldschurch.org. Oplys navnet på jeres menighed og stav og jeres forældres tilladelse til at udgive det.

»Hvordan skal jeg finde tid til kirkeaktiviteter, familieaften og studium af skriften, når lektierne tager så meget tid?«

Forestil jer at I ikke skal spise andet end is hver dag. Det lyder ret godt, ikke – lige indtil, at I bliver syge af det. Men kan I holde jer sunde og raske ved kun at spise broccoli? Nej, et godt helbred kræver en varieret kost.

Tænk nu over alle livets mange aktiviteter. Vores åndelighed, forhold og uddannelse er *alle* vigtige for vores udvikling. Så hvordan prioriterer man blandt de vigtige ting?

Se på, hvad der er vigtigst for jer lige nu og bed om at vide, hvad I skal fokusere på. Ældste M. Russell Ballard fra De Tolv Apostles Kvorum har opmuntrende sagt: »Tænk først og fremmest på de hellige pagter, som I har indgået med Herren, når I nedskriver det daglige skema.«¹ Alt ordner sig, når I sætter Herren først.

Husk, at visse ting »er bedre, og andet er bedst.«² Søg Heligåndens hjælp til at afgøre, hvad der er vigtigst. I skal måske berolige en af jeres søskende, inden I laver lektier, men det kan være vigtigere at tage til GUF end at tage i biografen med vennerne. Det kan også være, at I får øje på noget tidsfordriv. Hvad med at bruge tid på skrifterne, *inden* I bruger den på Facebook?

Men glem frem for alt ikke at sætte jeres lid til Herren for den kraft, I har brug for til ikke at blive trætte (se Es 40:31).

NOTER

1. M. Russell Ballard, »Livets krav må være i balance«, *Stjernen*, juli 1987, s. 11
2. Dallin H. Oaks, »God, bedre bedst«, *Liahona*, nov. 2007, s. 105.

Gør det

Hvis I bare siger: »Det gør jeg, når der er tid til det,« vil Satan friste jer til aldrig at gøre det. Sæt tid af til at gøre de åndeligt opløftende aktiviteter, selvom det indebærer at takke nej til andre ting.

Allison R. er 20 år og fra Utah i USA

Tag dig tid til det, der betyder noget

Hvis vi ikke har tid til evangeliet, betyder det, at vi har for travlt, og vi er nødt til at trække lidt ned. Vi må planlægge vore aktiviteter omkring evangeliet og vore pligter. På den måde har vi tid til evangeliet og de ting, der virkelig betyder noget.

Noah H. er 13 år og fra Arizona i USA



Studér skrifterne først

Jeg studerer skriften, inden jeg laver lektier.

Når man studerer skriften, inden man læser sine lektier, er man mere vågen, og man kan huske mere af informationen. Med hensyn til de ugentlige aktiviteter er man nødt til at planlægge dem først — og så presse alt andet ind omkring dem. *Ældste Clark er 20 år og tjener i Concepción Syd-missionen i Chile*

Planlæg din tid

Det har ikke været let at planlægge min tid som studerende.

Men jeg lavede et tidsskema over mine ugentlige aktiviteter inklusive klasser, åndelige tanker med mine bofæller, personligt studium af skrifterne, institut og andet. Jeg placerede dem også på en skala over, hvor vigtige de var. Planlægning af mine aktiviteter har hjulpet mig med at droppe mine overspringshandlinger.

Daniel A. er 19 år og fra Edo i Nigeria



Husk på de evige ting

Jeg prøver at huske på, hvad min mor sagde:

Vi bør prioritere de

evige ting, som varer for altid (ulig de timelige, som kun varer en tid). Jeg har lært, at når jeg sætter Gud først, falder alle andre ting på deres rette plads. Jeg er sikker på, at når vi udfører Guds arbejde, vil han hjælpe os med vores.

Vaishali K. er 18 år og fra Andhra Pradesh i Indien

Arbejd klogt

Når jeg kommer hjem fra skole, laver jeg mine lektier, så jeg ikke kommer bagud, og så har jeg mere tid til mine kirkeaktiviteter. En ting, der også har hjulpet mig, er, når min mor har lavet et skema, hvor alle de ting, jeg skal gøre hver dag, er plottet ind. Det gør det meget lettere for mig at deltage i aktiviteter, lave lektier og studere skrifterne.

Rachel O. er 13 år og fra São Paulo i Brasilien



Lav et skema

Når du vågner, kan det første du laver være at studere skrifterne, selvom det blot er nogle

få vers. Det kan være, I må vågne fem minutter tidligere for at læse jeres skrifter. Afsæt tid til familiestudium, hvor I kan tage en pause sammen som familie fra alt, I laver, og studere sammen. Hvad angår aktiviteter for de unge, så er tiden allerede fastsat, så det er bare at tage derhen og omgås med de unge i jeres menighed.

Elena F. er 15 år og fra Idaho i USA



Sæt Herren først

Når vi lærer at prioritere hjælper det os med at finde tid til alt det, vi er nødt til

at gøre, primært ting for Gud. En af mine første prioriteter var at komme til seminar hver dag. Hvis jeg kom til seminar om morgenen, og tog i skole bagefter, var det som om, at dagen



KILDEN TIL LYKKE

»Styrke kommer ikke af hektisk aktivitet, men af at bygge på et fast fundament af sandhed og lys. Den kommer af at rette vores opmærksomhed og indsats mod Jesu Kristi gengivne evangeliums grundlæggende principper. Den kommer af at vise opmærksomhed mod de guddommelige ting, der betyder mest.«

Præsident Dieter F. Uchtdorf, andenrådgiver i Det Første Præsidentskab, »Det, der betyder mest«, *Liahona*, nov. 2010, s. 22.

havde mere end 24 timer. Opgaverne i skolen blev lettere, og studium af skrifterne for mig selv og sammen med min familie blev en fornøjelse. Når vi husker at sætte Herren først i vores liv, hjælper det os til at se alt andet i et nyt perspektiv og prioritere og nå vores mål.

Bianca S. er 19 år og fra Paysandú i Uruguay

KOMMENDE SPØRGSMÅL

»Hvordan kan jeg bede mine venner om ikke at tale uvenligt eller upassende om andre?«

Indsend jeres svar og, hvis I ønsker det, et billede i høj opløsning, inden den 15. marts 2017 på liahona.lds.org (klik på »Submit an Article«) eller via e-mail til liahona@ldschurch.org.

Vedlæg venligst følgende information: (1) Dit fulde navn, (2) fødselsdato, (3) menighed, (4) stav, (5) din skriftlige tilladelse, og dine forældres skriftlige tilladelse (e-mail kan bruges), hvis du er under 18 år, til at trykke dit svar og foto.

Svarene kan redigeres med hensyn til længde og tydelighed.

DA PLANEN

BLEV VIRKELIG

*Pludselig blev frelsesplanen mere end en oversigt -
den blev en kilde til håb og trøst for mig.*



Alissa Holm

»Skriv alle jeres talenter ned, og fortæl os om et af dem,« sagde søster Jensen til laurbærpigerne. Jeg fortalte stolt, at volleyball var mit største talent og at næste år – mit sidste volleyball-år – ville blive det bedste.

»Talenter kommer i mange former. Nogle af dem er åndelige gaver,« sagde søster Jensen. »Jeg tror, at vor himmelske Fader har velsignet mig til at kunne elske alle omkring mig.«

Søster Jensen osede af kærlighed, hvor end hun gik, og hun delte sit vidnesbyrd i små hverdagsamtaler. Hendes kærlighed var ægte, venlig og kristuslignende. Hun var blevet mere end en leder i Unge Piger for mig – hun var mere som en ekstra mor, søster eller bedste ven i mine high school-år. Vi tog til koncerter sammen, gik ud og shoppede sammen og lavede jordbærsyltetøj sammen. Hun kom med hjemmelavet budding, da jeg fik fjernet mine visdomstænder, og hun kunne godt lide at besøge mig i den iskiosk, hvor jeg arbejdede. Hun arbejdede på min skole, så hun kom også til alle mine volleyballkampe.

Nogle måneder senere i slutningen af sommerferien, blev jeg vækket kl. tre om natten ved at telefonen ringede. Min mor svarede og kom så op på mit værelse. »Familien Jensen har været ude for en ulykke på vej hjem fra familietræf,« sagde hun. »Bilen rullede af motorvejen, og søster Jensen overlevede ikke.«

Mit hjerte sank i livet. »Det er ikke rigtigt,« tænkte jeg. »Hun sms'ede til mig tidligere i dag. Hvordan kan hun være væk nu?«

Jeg var både chokeret, forvirret og ked af det på samme tid. Lidt efter kom tårerne, og min mor holdt om mig, mens jeg græd. Det var umuligt at sove, så jeg lå vågen med mine tanker og tårer resten af natten.

I de uger der fulgte, oplevede jeg en sorg, jeg aldrig havde følt før. Det var ikke længere vigtigt at spille volleyball, og jeg så ikke længere frem til at begynde i skole igen. Alt, der før havde glædet mig, var nu begravet under en dyne af sorg. »Jeg er helt overvældet af sorg,« skrev

jeg i min dagbog en aften. »Jeg kan ikke holde op med at græde, og jeg er hele tiden træt.«

Den sidste aften, inden skolen begyndte igen, lå jeg grædende i min seng og tænkte på søster Jensens død. Jeg var led og ked af at være ked af det, og jeg havde brug for hjælp til at overvinde smerten. Jeg havde brug for at bede.

»Vil du hjælpe mig til at forstå, hvorfor hun døde, og hvordan jeg kan komme mig over det,« bad jeg.

Jeg lå på knæ i stilheden og spekulerede på, om han ville svare. Efter nogle få minutter begyndte mit sind at forbinde alt, der var sket. Jeg følte en varme i mit hjerte, og mit sind blev opløftet. Jeg indså, at disse tanker ikke var mine egne, det var Ånden, der underviste mig.

Frelsesplanen – en oversigtsplan, jeg var blevet undervist i, siden jeg gik i Primary – var *virkelig*. Søster Jensen blev født, hun oplevede lykke, hun gennemgik prøver, hun viste sin kærlighed, og nu var hun i åndeverdenen. Hendes ånd levede stadig, og jeg *ville* se hende igen en gang. Jeg indså, at denne plan, planen for *lykke* blev udformet for at hjælpe os med at vende tilbage til vor himmelske Fader, til vores familie og til vore venner. I det øjeblik ønskede jeg mere end noget andet at leve retfærdigt, så jeg kunne se hende igen.

I de første uger efter skolen var gået i gang igen, prøvede jeg at koncentrere mig om at udvikle et talent som søster Jensens for at elske alle. Når jeg koncentrerede mig om at elske andre mennesker, gled min smerte langsomt i baggrunden, og jeg følte mig gladere. Jeg fandt ud af, at vi kan vise kærlighed til andre på mange måder – ved at lytte til dem, smile til dem, forkæle dem lidt eller give dem en kompliment. Sådanne små ting gjorde søster Jensen for mig, så den bedste måde at huske hende på var at sprede kærlighed som hendes.

Selvom søster Jensen er død, vil jeg altid kunne mærke hendes kærlighed. Og når jeg hver dag stræber efter at vise andre mennesker lidt mere kærlighed, lever jeg, som hun ville have gjort – og jeg kommer lidt tættere på at se hende igen. ■

Forfatteren bor i Utah i USA.

»Vær gode mod hinanden« (Ef 4:32).

Det havde været en rigtig god dag i skolen. Jeff havde brugt hele frikvarteret på at lege drager med sin bedste ven, Ben. Efter to år på sin nye skole var Jeff glad for, at han endelig havde fået en rigtig god ven. Ben kunne lide de samme ting, som Jeff kunne, og de havde altid noget at tale om.

Da Jeff kom hjem, ventede mor på ham. Hun så ikke spor glad ud. Jeffs smil forduftede. »Jeff,« sagde mor, »jeg er blevet ringet op af inspektøren i dag. Hun sagde, at du har mobbet en dreng i din klasse i dag.«

»Det har jeg ikke!« sagde Jeff. Han vidste godt, at det var forkert at mobbe nogen. Så gjorde man andre kede af det og bange. Jeff havde aldrig gjort sådan noget.

»Er du sikker?« spurgte mor. Hun gjorde plads til Jeff i sofaen. »Inspektøren sagde, at du og Ben bad Sam om at gå væk, at han ikke er en del af jeres klub, og at han ikke kan være med, medmindre han hopper ned fra toppen af rutsjebanen.«

Jeff så ned. Sam havde spurgt, om han måtte lege med dem næsten hver dag. Men *Ben* var hans bedste ven, og de kunne godt lide at lege for sig selv. Men det betød da ikke, at han var en bølge, vel?

»Er det forkert, at Ben og jeg gerne vil lege for os selv?« spurgte Jeff. Det virkede ikke retfærdigt, at han blev kaldt bølge for at lege med sin bedste ven.

»I to kan sagtens lege en masse sammen. Men når Sam også er der, er det forkert at få ham til at føle sig alene og udenfor. Inspektøren sagde, at du havde kaldt Sam grimme ting, fordi han ikke ville hoppe ned fra rutsjebanen.«

»Det gjorde jeg ikke!« sagde Jeff. Men det havde Ben. Og *han* havde grinet af det.

»Kan du huske, hvordan du havde det, da vi lige var flyttet hertil?« spurgte mor.

Jeff nikkede. Det havde været rigtig ensomt i skolen til at begynde med.

Mig? En bølge?

Han havde bedt en masse om at finde en god ven.

»Hvad ville du ønske, at folk havde gjort?« spurgte mor.

»Jeg ville ønske, at de havde spurgt om jeg ville være med til at lege i frikvarteret. Eller sidde sammen med dem til frokost.«

»Er det ikke dejligt, at du har sådan en god ven nu?« sagde mor. »Du kan være en, der hjælper dem, der føler sig ensomme, ligesom du plejede at føle dig. Jeg vil give dig en udfordring. I morgen vil jeg gerne have, at du finder tre seje ting ved Sam, og at du fortæller mig om dem efter skole.«

»Det kan jeg sikkert godt gøre,« sagde Jeff, mens han stirrede ned på sin sko. Han havde ikke haft til hensigt at mobbe. Han ville gerne være god ligesom Jesus. I morgen kunne han sige undskyld til Sam. Og han kunne sige til Ben, at han gerne ville have, at Sam også var med i deres leg.

»Halløjsa,« sagde mor. Hun drejede Jeffs hoved opad.

»Du er en god og kærlig dreng. Sam ville være heldig ved at få dig som ven. Og ved du hvad? Jeg er sikker på, at du vil opdage, at du også er heldig ved at have Sam som ven.«

Jeff smilede forsigtigt. Ben kunne stadig være hans bedste ven. Men det kunne ikke skade at have en anden god ven også. ■

Forfatteren bor i Utah i USA.

VENLIGHEDSUDFORDRING

- Find frem til tre seje ting ved en person, som I ikke kender så godt.
- Tænk over, hvad Jesus ville have gjort. Nyn en primarysang fx »Hvad hvis Jesus stod og så på.«
- I behøver ikke blive bedste venner med alle, men I kan vælge at være venlige. Gør noget rart for nogle, som I ikke kommer så godt ud af det med.



Vis dine venner kærlighed

Devan Jensen er fra Utah i USA

Hej! Jeg hedder Rentalyn.

Jeg bor på øen Weno i Stillehavet. Det er en af mange øer i Chuuk Lagoon. Jeg viser mine venner kærlighed ved at danse med dem, synge med dem og invitere dem med i kirke.







KÆRLIGHEDSSANGE

Mine venner og jeg kan godt lide at synge sammen. Mine yndlingsange er »Venlighed begynder med mig«, »Jeg er Guds kære barn« og »Jeg elsker Herrens tempel«. Jeg elsker min familie, og jeg vil gerne til templet og blive besejlet til dem.

INVITERER MINE VENNER

Jeg inviterer mine venner Demina og Sina med i kirke, og sommetider tager de med mig. Jeg håber, at de bliver døbt en dag.

**RENTALYNS FORSLAG
TIL AT VISE KÆRLIGHED**

-  Inviter venner med i kirke.
-  Hav det sjovt ved at synge og danse sammen.
-  Hold nær kontakt til jeres familie.
-  Blev venner med missionærerne.

EN DANS OM VENNER

Mine venner og jeg er ved at lære ballet af søster Hardy, en af missionærerne. Vi øver os på en ballet om en pige, der hedder Lily, som strander på en ø og har brug for sine venners hjælp for at finde vej.

**BESØGER MINE FÆTRE
OG KUSINER**

Jeg elsker mine fætre og kusiner! Jeg sejler med båd til øen Romanum for at besøge dem. Min onkel og mine fætre fører båden. De sejler også missionærerne rundt mellem øerne.

**FYLD VERDEN MED KÆRLIGHED!**

Hvordan følger I Jesus ved at vise kærlighed? Send os jeres historie og et billede sammen med jeres forældres tilladelse. Send den via liahona.lds.org (klik på »Submit an Article«) eller på e-mail liahona@ldschurch.org.

Mester i at gange

*Prøven nærmede sig.
Men Luca havde en plan.*



Jessica Larsen

Baseret på en sand historie

»Elsk kun Herren, gør din pligt«

(Børnenes Sangbog, s. 45)

Ni gange syv er 63. Seks gange otte er ... 42?

Nej, det er ikke rigtigt!

Luca viskede irriteret sit svar ud.

»Så er tiden gået!« råbte Lucas lærer. »Alle skal aflevere deres prøver.«

»Åh nej!« tænkte Luca. »Jeg er slet ikke færdig!«

Luca sukede, da han afleverede sin prøve. Han skulle have 90 procent rigtige i denne tidsprøve for at bestå gangetabellerne og blive klassens bedste, men han vidste ikke, hvordan han skulle gøre det!

»Jeg ville gerne klatre over hele klatrestativet engang, men jeg faldt ned. Så jeg prøvede igen, og jeg faldt igen. Jeg kom kun til tredje ribbe. Jeg bad vor himmelske Fader om at hjælpe mig til at være modig. Da jeg havde bedt, var jeg klar igen. Denne gang klarede jeg den til fjerde ribbe. Så til den femte. Jeg blev bedre! Jeg vidste, at vor himmelske Fader ville hjælpe mig til at være modig nok til at prøve at blive bedre.«



Lily S. er 7 år og fra Arkansas i USA

Da familien studerede skriften sammen den aften, læste far fra Lære og Pagter: »Derfor, hvis I vil bede mig, skal I få; hvis I vil banke på, skal der lukkes op for jer« (L&P 6:5).

Luca rankede sig op. Der var svaret! Bøn!

Luca begyndte hver dag at bede for, at han ville klare sig godt i gangeprøven. Det ville virke. Det *skulle* virke. Endelig ville han blive klassেমester!

Om tirsdagen kom Luca hjem fra skole og greb sin basketball.

»Skal du have hjælp med lektierne?« spurgte mor.

»Niks! Det har jeg ordnet!« sagde Luca idet han løb ud af døren. Han troede så meget på bønningen, at han ikke engang tog sine tabeller frem for at øve sig.

Da det blev fredag, vidste Luca, at han ville bestå prøven. Men da han satte sig ned for at tage den, kom svarene bare ikke, og det gik værre end før!

Luca gik duknakkert hjem fra bussen. Han havde bedt så meget om at blive gangemester. Hvorfor havde vor himmelske Fader ikke besvaret hans bøn?

Da han kom hjem, skød han mod mål, indtil far kom hjem fra arbejdet. Far dyttede, da han kørte ind.

»Hvordan gik det i skolen?« spurgte far.

»Ikke særlig godt,« sagde Luca og kiggede ned i jorden. »Jeg kan ikke bestå min gangeprøve.«

»Det er jeg ked af at høre,« sagde far. Han rakte hænderne op for at spille.

»Jeg burde have bestået,« sagde Luca. »Jeg har bedt og det hele. Far, du sagde, at vor himmelske Fader besvarer bønner. Han besvarede bestemt ikke min bøn i dag!«

»Havde du øvet dig på dine tabeller?« spurgte far.

»Nej,«

»Havde du overhovedet læst på det?«

»Nej,« sagde Luca. »Men jeg bad hele ugen!«

Far dribblede bolden og kiggede på Luca. »Du ved, at det med at gange minder meget om basketball. Hvordan blev du så god til basketball?«

»Jeg øvede mig,« sagde Luca.

»Ja, og når vi beder vor himmelske Fader om at hjælpe dig, inden du spiller kampe, så beder vi ham ikke om at trylle dig om til en god basketballspiller. Hvad beder vi om?«

»Om at jeg må huske det, jeg øvede mig på,« sagde Luca.

»Det er rigtigt. Bønner virker bedst, når vi gør vores del og samtidigt beder vor himmelske Fader om at hjælpe os,« sagde far.

»Så er min del at øve mig på tabellerne?« spurgte Luca.

»Præcis,« sagde far og kastede bolden tilbage til Luca.

Luca sukkede dybt og skød. Bolden hoppede tilbage fra ringen. »Okay. Det kommer til at kræve en masse arbejde. Men jeg tror, at jeg kan øve mig meget og bede vor himmelske Fader om at hjælpe mig.«

»Lige præcis,« sagde far. »Er du parat til at spille lidt mod hinanden?«

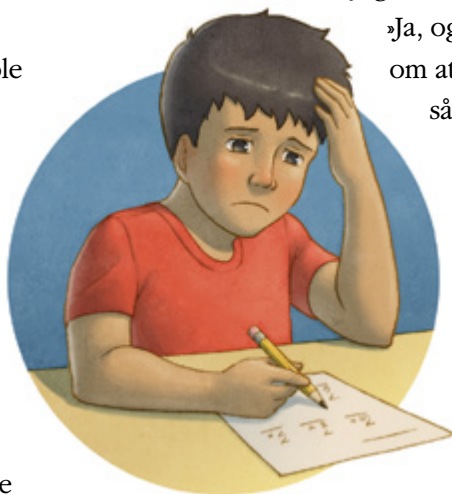
Luca grinede og tog bolden fra far. »Ja da! Så længe du hjælper mig med at øve på samme tid.«

»Aftale,« sagde far. »Seks gange otte er?«

»Otteogfyrrer!« Sagde Luca og skød igen. Denne gang gled den lige igennem ringen.

Med en kombination af øvelse og bøn skulle han nok blive gangemester alligevel. ■

Forfatteren bor i Texas i USA.





Ældste Gary E. Stevenson
De Tolv Apostles Kvorum

Hvad er præstedømmenøgler?

Præstedømmenøgler er ikke nøgler, som man kan røre eller have i hånden som bilnøgler for eksempel. En præstedømmenøgler er myndighed eller tilladelse til at handle i vor himmelske Faders navn. Præstedømmenøgler gør, at Kirkens ledere kan anvise, hvordan præstedømmet bruges på jorden.



Jesus Kristus har alle præstedømmets nøgler. Da Kirken blev genoprettet, gav han præstedømmenøgler til Joseph Smith, så han kunne handle som hans profet. I dag har Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostle disse nøgler.



Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum anvise, hvordan præstedømmet bruges til at velsigne vor himmelske Faders børn. De delegerer eller giver nogle præstedømmenøgler til biskopper og grenspræsidenter.



Fordi præstedømmets nøgler er på jorden, kan vi blive døbt og bekræftet, få en præstedømmevelsignelse, når vi er syge og blive besøgt i templet.

Låst ude!

Det var hundekoldt udenfor, og den kolde luft bed i kinderne og næsen på familien Stevenson. De havde haft en dejlig dag på ski og gik nu gennem sneen hen til deres bil. De glædede sig til at komme ind i bilen og tænde for varmen.

Men da ældste Stevenson stak hånden ned i lommen, var bilnøglerne væk! »Hvor var nøglerne?« tænkte han. Alle ventede utålmodigt på, at han låste bilen op. Uden nøglerne var de låst ude. De kunne ikke åbne døren eller starte bilen. De kunne ikke tænde for varmen.

Det første, ældste Stevenson gjorde, var at bede en bøn. Han bad vor himmelske Fader om hjælp til at finde bilnøglerne. Dernæst koncentrerede han sig meget om, hvor han kunne have tabt dem. Så huskede han et skihop, han havde taget tidligere på dagen. »Måske ligger nøglerne der i sneen,« tænkte han.

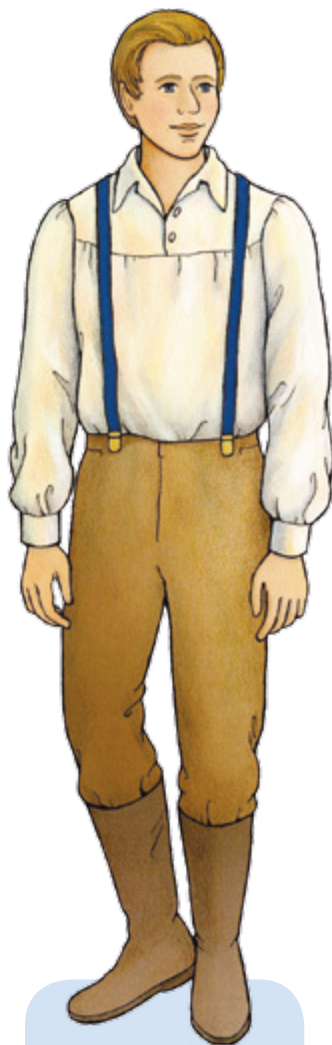
Noget af familien gik tilbage med ældste Stevenson til toppen af skiløjpen og stod på ski ned ad den. Da de nåede ned til bunden, var solen begyndt at gå ned. Det begyndte at blive mørkt, mens de ledte efter nøglerne. Til deres store overraskelse fandt de nøglerne, lige inden det blev helt mørkt.

Oplevelsen med at bede om og finde nøglerne mindede ældste Stevenson om, at vor himmelske Fader ikke vil lade os stå ude i kulden. Han giver præstedømmenøgler og myndighed til Kirkens ledere for at hjælpe os sikkert tilbage til ham igen. ■

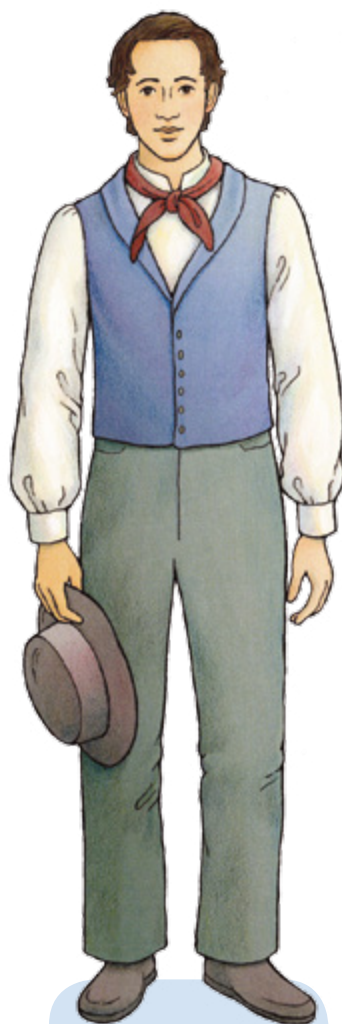


Dåb og gengivelse af præstedømmet

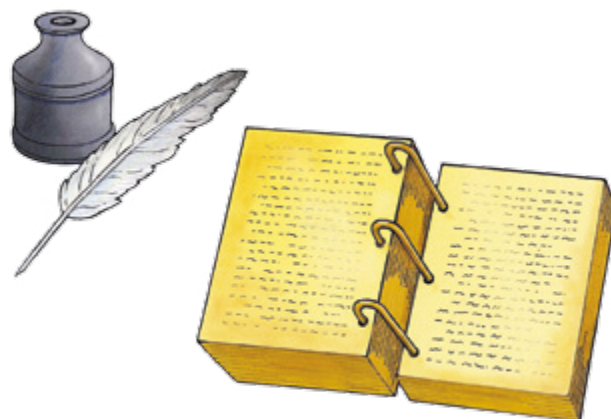
Brug disse skikkelser fra skriften til at fortælle Kirkens historie!



Joseph Smith



Oliver Cowdery



Oliver Cowdery hjalp Joseph Smith med at oversætte Mormons Bog. Når Joseph Smith oversatte skrifterne højtlydt, skrev Oliver det ned. Da de læste om dåb, spurgte de Gud om, hvordan man skulle udføre dåb. Som svar på deres bøn kom Johannes Døber og gav dem Det Aronske Præstedømme og underviste dem. Joseph døbte Oliver, og så døbte Oliver Joseph. Senere gav Peter, Jakob og Johannes Joseph og Oliver Det Melkisedekske Præstedømme.

CITATKORT FRA KONFERENCEN

Her er nogle af vores yndlingscitater fra oktoberkonferencen!

»Vor himmelske Fader kender og elsker hver eneste en af jer, og han er altid rede til at hjælpe.«

Ældste Ronald A. Rasband



»Alt vil falde på plads. Alt vil blive godt.«

Præsident Dieter F. Uchtdorf



»Bøn er en gave fra Gud. Vi behøver aldrig at føle os fortabt eller alene.«

Søster Carol F. McConkie



»Den eneste mening om os, der betyder noget, er, hvad vor himmelske Fader tænker om os.«

Ældste J. Devn Cornish



Da Jesus var lille

Kim Webb Reid

Da Jesus var dreng, boede han sammen med Maria og Josef og sine brødre og søstre. Han blev undervist af sin familie og vor himmelske Fader, så han kunne blive vis og stærk.



Hvert år tog Jesus og hans familie på en lang tur til Jerusalem. Der fejrede de påske.



Da det et år var tid til at tage hjem, troede Maria og Josef, at Jesus fulgtes med nogle venner. Efter et døgn opdagede de, at han ikke var med dem. Hvor var Jesus?



Maria og Josef skyndte sig tilbage til Jerusalem for at finde Jesus. De fandt ham i templet. Her underviste han mennesker om skrifterne og svarede på deres spørgsmål. Folk blev overraskede over hans visdom.



Jesus sagde, at han var blevet ved templet for at tjene sin himmelske Fader. Vi kan lære om skrifterne og fortælle andre om Jesus. Så tjener vi også vor himmelske Fader. ■

Fra Lukas 2:41-52.

Jeg kan vise andre kærlighed



ILLUSTRATION: APRYL STOTT



Ældste James E. Talmage (1862-1933)
De Tolv Apostles Kvorum

LIGNELSEN OM DEN UKLOGE BI

Hvor mange af os er klogere end den ukloge bi?

Sommetider har jeg brug for fred og ro for at udføre mine arbejdsopgaver og pligter ... Det sted, jeg bedst kan lide at trække mig tilbage til, er tårnet i en stor bygning ... Det kan være svært at komme dertil, og man er relativt sikker på, at andre ikke trænger sig på ...

Jeg sidder der dog ikke altid uden besøgende, især om sommeren, for der sidder jeg med åbent vindue, og der flyver af og til insekter ind og bliver hos mig ...

Der fløj engang en vild bi fra et bjerg i nærheden ind i rummet, og med intervaller kunne jeg en times tid eller mere høre den summe, mens den fløj. Den lille fyr indså, at den var fanget, og alligevel slog alle dens forsøg på at komme ud af det delvist åbne vindue fejl. Da jeg var klar til at lukke af og forlade rummet, åbnede jeg vinduet på fuld gab og prøvede at vise bien vej ud til frihed og sikkerhed, da jeg vidste den ville dø i det tørre aflukkede rum ellers, som andre insekter, der havde været



fanget derinde, havde gjort. Jo mere jeg prøvede at vise den ud, jo mere strittede den imod. Dens ellers fredelige summen blev til vred brummen, og dens pilende flyvning blev fjendtlig og truende.

Så fangede den mig i et uopmærksomt øjeblik og stak mig i hånden – den hånd, der havde peget den mod friheden. Til sidst landede den på en loftslampe, hvor jeg ikke kunne nå eller hjælpe den. Den skarpe smerte af dens uvenlige stik vækkede mere medlidenhed end vrede. Jeg kendte den uundgåelige konsekvens af dens fejlslagne modstand og trods, og jeg var nødt til at overlade den til sin skæbne. Tre dage senere vendte jeg tilbage og fandt den udtørrede, livløse bikrop på skrivebordet. Dens stædighed havde kostet den livet.

I biens kortsynede og selviske misforståelse var jeg en fjende, en vedholdende forfølger, en jordisk fjende, der var opsat på at ødelægge den, hvor jeg faktisk var dens ven, som tilbød en udvej fra et liv, den ved sin egen fejl havde valgt, en ven, som stræbte efter at befri den – trods dens modstand – fra dødelig indespærring og vise den vej til luft og frihed.

Er vi så meget klogere end den bi, at der ikke er nogen ligheder mellem dens ukloge kurs og vores liv? Vi er tilbøjelige til at kæmpe, sommetider med voldsomhed og vrede mod den modstand, som måske alligevel er manifestationen af en overlegen visdom og kærlig omsorg, der skal vise os videre fra midlertidig trykthed til varige velsignelser. I jordelivets prøver og modgang er der en guddommelig hjælp, som kun den gudløse sjæl fuldstændig kan undgå at se. For mange har tabet af velstand været en velsignelse, forsynets middel til at få dem væk fra selvisk ødselhed og ud i solskinet og den åbne luft, hvor der venter uendelige muligheder. Skuffelse, sorg og sygdom kan være et udtryk for en vis Faders kærlighed.

Overvej, hvad I kan lære af den ukloge bi! ■

Fra Improvement Era, sep. 1914, s. 1008-1009; tegnsætning og stavemåde er standardiseret.

往前是人多許有必

我们登主的
殿前的神
祂的殿前
我们必
行祂的律
因为律法
出于锡安
三十二年九月
于台北



MANGE MENNESKER SKAL GÅ, (GENGIVELSE AF
TEMPLET I TAIPEI I TAIWAN), AF CHIN TAI CHENG

»Og mange folk skal drage af sted og sige: Kom I, og lad os drage op til Herrens bjerg, til Jakobs Guds hus; og han vil lære os om sine veje, og vi vil vandre på hans stier, for fra Zion skal loven udgå, og Herrens ord fra Jerusalem« (2 Ne 12:3).



Også i dette nummer

FOR UNGE VOKSNE

Forlig jer med **UFULDKOMMENHEDER**

Vi føler ofte, at vi ikke er gode nok. Men vores ufuldkommenheder kan være en vej til glæde, hvis vi vælger at vokse, gå fremad og finde styrke i svagheden.



s. 44

FOR DE UNGE



s.54

FIND, TAG, LÆR OG DELTAG I TEMPELUDFORDRINGEN

I har tænkt på det. I har lært om det. Nu er tiden inde til at dykke ned i slægtsforskning og tempeltjeneste. Her er nogle forslag til at komme i gang.

FOR BØRN

Hvad er præstedømmenøgler?

Præstedømmenøgler er ikke *rigtige* nøgler. Men de åbner for mange velsignelser til os – dåb for eksempel! Læs hvordan.



s.72



DANISH

JESU KRISTI
KIRKE
AF SIDSTE DAGES HELLIGE