

Liahona



**Kobra-effekten
og opfostring af ukuelige
børn, side 12**

»Vi levede fra løn til
løn,« side 18

En lektie om åndelig velbefindende
fra et dødt mammuttræ, side 26

Tre råd til hvordan man modtager
og genkender Ånden, side 36

KIRKEN
ER
HER

Praia i **Kap Verde**





FOTOGRAFI FRA GETTY IMAGES

Her er nogle få kendsgerninger om Kirken i Kap Verde:

1



Bekendtgjort tempel, der skal bygges i Praia

Medlemmer af Kirken



14.205

42



Menigheder

Fuldtids-missionærer

+100



9



Beboede øer ud af 10, der bor medlemmer og missionærer på alle ni.

Miles eller 560 km til Afrikas vestkyst



1989 De første missionærer ankommer

1991 Medlemmer fra Kap Verde begynder at få missionskaldelser

1994 Øerne indvies formelt til forkyndelse af evangeliet

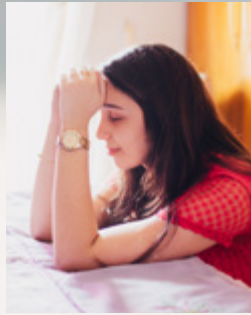
2012 Den første stav organiseres



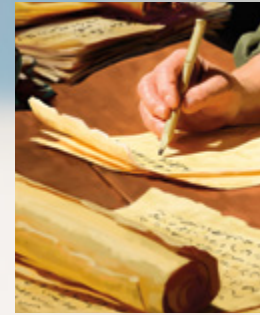
Læs mere om Kirken på forskellige steder på history.ChurchofJesusChrist.org/GlobalHistories.



Sådan kan (og vil)
Ånden hjælpe
jer med at drage
omsorg
8



Ukuelighed-
Åndeligt panser
for tidens unge
Ældste Lynn G.
Robbins
12



En epistel fra
en apostel
Præsident
M. Russell Ballard
26



Modtagelse og anerkendelse
af himmelsk vejledning
Ældste Adilson de Paula Parrella
36

Dyden ukuelighed

Mens jeg tjente som missionspræsident i Uruguay fra 1994 til 1997, sammenlignede jeg ofte missionering med at være tilmeldt et svært kursus på universitetet. Jeg sagde til missionærene, at det at tjene som missionær svarer til at tage et svært kursus i flid og tålmodighed, blandt mange andre, som forbereder dem til deres fremtid som ægtefæller og forældre.

Desværre er nogle unge i dag ikke forberedt på livets hårde skole. De mangler det, jeg kalder »dyden ukuelighed«. Vi ser en mangel på ukuelighed blandt nye studerende på universiteter, rekrutter og selv nogle af vores fuldtidsmissionærer.

Som forældre elsker vi vores børn og ønsker det bedste for dem. Vi ønsker, at deres liv bliver lettere end vores. Men vi - og den kultur vi lever i - kan gøre ting, der resulterer i den utilsigtede konsekvens, at det mindsker deres ukuelighed.

Heldigvis er der en modgift. Den ligger i anvendelsen af stærke evangeliske principper, der kan hjælpe vores unge til at blive mere som Frelseren (se Luk 2:52). Når vi tager de principper, som jeg drøfter begyndende på side 12, til os og anvender dem, er jeg sikker på, at Herren vil velsigne os til at styrke de unge mænd og de unge kvinder, som han har reserveret til at konfrontere og besejre tidens udfordringer.

Ældste Lynn G. Robbins

De Halvfjerds



Indhold

- 5 Hjælp børnene til at blive mere modstandsdygtige** 🕒
- 6 Profiler af tro** 🕒
Debbie Cole – Leinster i Irland
Selvom et seksuelt overgreb påvirkede hendes liv, gav evangeliet hende et evigt perspektiv og styrke til at komme videre.
- 8 Principper for omsorg**
Sådan kan (og vil) Ånden hjælpe jer med at drage omsorg
Ånden kan vejlede vores omsorg. Her er seks måder, den hjælper jer på.
- 12 Ukuelighed – Åndeligt panser for tidens unge**
Ældste Lynn G. Robbins
Respekt for vores børns handlefrihed gør dem i stand til at udvikle ukuelighed.
- 18 Velsignelser ved selvhjulpethed** 🕒
Kurset, der ændrede vores kurs
Sådan vendte bror og søster Rubio deres økonomi.
- 20 Mine noter til konferencen** 🕒
Aprilkonferencen 2019
- 22 Sidste dages hellige røster** 🕒
En vasketøjspose viser en missionær sin mors kærlighed; nutidige barmhjertige samaritanere hjælper en kvinde i nød; et venskab spirer af en helbredskrise; musik binder ham til hans forfædre.
- 26 En epistel fra en apostel**
Ældste M. Russell Ballard
En profets vejledning i vor tid.
- 32 Herrens ord og vilje**
I dette uddrag af *De hellige*, bind 2, kæmper pionererne sig igennem vanskelighederne i Winter Quarters, og Kirken vokser i det sydlige Stillehav.
- 36 Modtagelse og anerkendelse af himmelsk vejledning**
Ældste Adilson de Paula Parrella
Vi har mere brug for åndelig styrke end nogensinde før.
Guide til genkendelse og modtagelse af tilskyndelser.

🕒 Hurtiglæst



På omslaget
Foto: Pixdeluxe/Getty Images

Afsnit

Unge voksne

40

Uanset hvor meget vi måtte ønske at være fuldkomne, så **trækker perfektionisme os væk fra Gud** og begrænser vores evige perspektiv. Læs hvordan unge voksne **overvinder perfektionisme** for at blive bedre disciple.



Unge

Forbered jer til generalkonference med **noter til konferencen**.



Børn

Lille Liahona

Find ud af, **hvordan man omgås andre**. Lav en lytteleg til generalkonferencen. Og se hvorfor **ærlighed** er vigtigt.



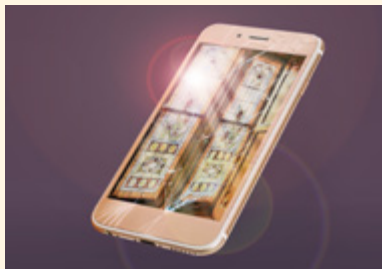
SEPTEMBER MÅNEDS DIGITALE ARTIKLER



I behøver ikke altid at vente på et svar

Leah Barton

En oplevelse om kraften til at vælge og handle uden decideret personlig åbenbaring.



Kunne jeg føle Ånden i mit rodede hus?

En ung voksen opdager, at hun kan føle Åndens indflydelse, selvom hendes omgivelser ikke er perfekte.



Jer: Et værk under opførelse

David Dickson

Sådan overvandt jeg perfektionisme



Selv med jeres mangler, kan I være sande mænd og kvinder af Gud

En ung voksen finder håb trods tilbage-slag i processen mod at blive en »Guds mand«.

LÆS MERE

I appen Evangelisk bibliotek og på liahona.ChurchofJesusChrist.org, kan I:

- Finde det seneste og de tidligere numre.
- Finde indhold, der kun findes digitalt.
- Styrke jeres studium med digitale værktøjer.
- Dele favoritar artikler og videoer.
- Hente eller udskrive artikler.
- Lytte til jeres yndlingsartikler.

KONTAKT OS

Send jeres spørgsmål og feedback til liahona@ChurchofJesusChrist.org.

Indsend jeres trosfremmende historier via liahona.ChurchofJesusChrist.org eller e-mail til: *Liahona*, floor 23
50 E North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

SEPTEMBER 2019, ÅRGANG 168, NR. 9
LIAHONA 18609 110

Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Helliges officielle tidsskrift på dansk

Det Første Præsidentskab: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

De Tolv Apostles Kvorum:

M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Redaktør: Randy D. Funk

Vejledere: Randall K. Bennett, Becky Craven, Sharon Eubanks, Cristina B. Franco, Donald L. Hallstrom, Larry S. Kacher, Erich W. Kopsischke, Lynn G. Robbins

Adm. direktør: Richard I. Heaton

Leder af Kirkens Tidsskrifter: Allan R. Loyborg

Forretningsfører: Garff Cannon

Chefredaktør: Adam C. Olson

Vicechefredaktør: Ryan Carr

Udgivelsesassistent: Camilla Castrillon

Redaktion: Maryssa Dennis,

David Dickson, David A. Edwards, Matthew D. Fitton, Garrett H. Garff, Jon Ryan Jensen, Aaron Johnston, Charlotte Larcabal, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Joshua J. Perkey, Jan Pinborough, Richard M. Romney, Mindy Selu, Lori Fuller Sosa, Chakell Wardleigh, Marissa Widdison

Ledende art director: J. Scott Knudsen

Art director: Tadd R. Peterson

Designmedarbejdere: Jeanette Andrews, Fay P. Andrus, Mandie Bentley, C. Kimball Bott, Thomas Child, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Emily Chieko Remington, Mark W. Robison, K. Nicole Walkenhorst

Koordinator af intellektuel ejendomsret: Collette Nebeker Aune

Produktionsleder: Jane Ann Peters

Produktionsmedarbejdere: Ira Glen Adair, Julie Burdett, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marissa M. Smith

Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris

Trykchef: Steven T. Lewis

Distributionschef: Nelson Gonzalez

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 Dagars 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 Danske Bank: 4073-6532136.

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 (førenklet), kiribati, koreansk, kroatisk, lettisk, litauisk, malagassisk, marshallisk, mongolsk, norsk, polsk, portugisisk, rumænsk, russisk, samoansk, slovensk, spansk, svensk, swahili, tagalog, tahitiensk, thai, tjekkisk, tonga, tysk, ukrainsk, ungarsk, urdu og vietnamesisk. (Antal numre pr. år varierer fra sprog til sprog).

© 2019 Intellectual Reserve, Inc. Alle rettigheder forbeholdes. Printed in the United States of America.

Oplysninger om ophavsret:

Medmindre andet er angivet må enkeltpersoner kopiere materiale fra *Liahona* til deres personlige ikke-kommercielle brug (herunder kirkekaldelser). Denne ret kan trækkes tilbage når som helst. Billedmateriale må ikke kopieres, hvis der i kunstværkets kildeangivelse er anført restriktioner. Spørgsmål om ophavsret bør rettes til Intellectual Property Office,

50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; eller send e-mail til: cor-intellectualproperty@ldschurch.org.

For readers in the United States and Canada: September 2019 Vol. 168 No. 9.

LIAHONA (USPS 311-480) Danish (ISSN 1080-9554) is published monthly by

The Church of Jesus Christ of Latter-day

Saints, 50 E. North Temple St., 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:

001-800-537-5971. Credit card orders

(American Express, Discover, MasterCard,

Visa) may be taken by phone or at

store.lds.org. (Canada Post Information:

Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS

(see DMM 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.



HJÆLP BØRN TIL AT BLIVE MERE UKUELIGE

» **D**efinitionen af ordet *ukuelighed* indebærer, at man ikke lader sig kue eller lader sig slå ud. I dag anvender vi almindeligvis ordet til at beskrive vores evne til at komme os oven på modgang ...

Efterhånden som børn udvikler ukuelighed, får de tro på, at de kan påvirke og tilmed kontrollere resultater i deres liv igennem en indsats, fantasi, viden og færdigheder ... De fokuserer på det, de *kan* gøre frem for det, der er uden for deres kontrol« (se Lyle J. Burrup, »Opdrag børn til at være ukuelige«, *Liahona*, mar. 2013, s.11).

For mere om dette emne henvises til »Ukuelighed – Åndeligt panser for tidens unge« af ældste Lynn G. Robbins i dette nummer på side 12.

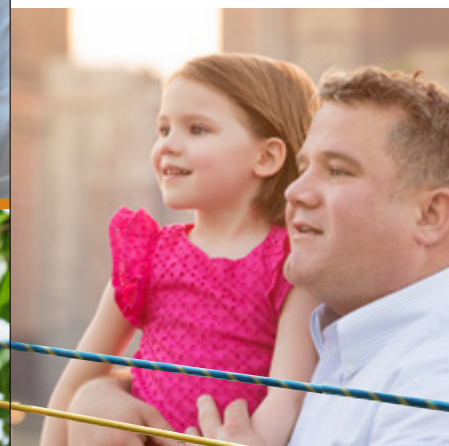


Definer succes
som et resultat af hårdt arbejde og opofrelse.

Definer fiasko
som noget midlertidigt og som en mulighed for at lære.

Tilbyd konsekvent eftertragede belønninger for handlinger og opførsel, som I ønsker at styrke.

Fortæl **børnene**, at de har et **medfødt værd**, fordi de er Guds sønner eller døtre.



Ros barnets indsats.

Drøft regler og indfør logiske konsekvenser, som er rimelige og relateret til opførslen, og i respekt for både forældre og barn.



Debbie Cole

Leinster i Irland



Debbie blev udsat for et seksuelt overgreb i 1989, da hun var 19. Debbie (som her ses med sin datter) var opsat på, at den hændelse ikke skulle ødelægge hendes liv, hun satte sin lid til sin tro, mens hun arbejdede som frivillig for at hjælpe andre ofre for seksuelle overgreb, og hun var med til at føre kampagne for en lov, der kunne beskytte andre mod sexforbrydere.

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

Det er så svært at forklare, hvordan det føles at opleve et seksuelt overgreb for nogle, der ikke har været igennem den prøvelse. En oplevelse som den vil altid sidde i en – den vil aldrig gå væk. Der vil være dage, hvor noget trigger hukommelsen, og man føler, at ens kraft, selvtillid og tryghed bliver taget fra en.

I de stunder er der kun en ting, jeg kan gøre, og det er at knæle ned og tale med vor himmelske Fader. Jeg ved uden skyggen af tvivl, at han hører og besvarer mine bønner. Jeg er af guddommelig herkomst, og det giver mig styrken til at holde ud, når livet bliver svært.

Det giver mig også håb og fokus at vide, at min Frelser elsker mig. Jeg elsker noget, som ældste Jeffrey R. Holland fra De Tolv Apostles Kvorum har sagt: »Det er umuligt for dig at falde uden for rækkevidden af Kristi forsonings uendelige lys« (»Arbejderne i vingården«, *Liahona*, maj 2012, s. 33). Frelseren kan hjælpe os, uanset hvor vi er, eller hvad vi går igennem. Jeg ser hen til ham som forbillede på, hvad jeg skal gøre i svære stunder.

LÆS MERE

Se mere om Debbies trosrejse, deriblandt flere billeder, i Evangelisk Bibliotek eller online-versionen af denne artikel på ChurchofJesusChrist.org/go/9196.

Ældste Neil L. Andersen vidner om Frelserens helende kraft på ChurchofJesusChrist.org/go/9197

Principper for omsorg

Sådan kan (og vil) Ånden hjælpe jer med at drage omsorg

Præstedømmehvervet med at drage omsorg, der er pålagt både mænd og kvinder, indebærer retten til at modtage åbenbaring.

Kaldet til at drage omsorg og tjene og tilmed elske, som Frelseren gjorde, kan sommetider synes udfordrende – især når det omfatter at række ud til dem, vi ikke kender særlig godt. Med millioner af måder at drage omsorg på, kan vi være i tvivl om, hvad der er den bedste måde at række ud mod dem, vi er blevet tildelt.

Vi behøver ikke at være i tvivl længe, for vores oprigtige bestræbelser kan blive vejledt af Helligånden.

»Jeres hellige omsorgsopgave giver jer den guddommelige ret til inspiration,« har søster Bonnie H. Cordon, Unge Pigers hovedpræsident, sagt. »I kan tillidsfuldt søge denne inspiration.«¹

Når vi stræber efter at tjene som Frelseren gjorde, kan vi blive vejledt af den samme Ånd, der vejledte ham. Det gælder i særdeleshed, når vi tjener i forbindelse med opgaver, som at drage omsorg, under myndighed fra biskoppens præstedømmenøgler. Her er seks forslag til at drage omsorg med Ånden.

Hvordan kan jeg have Ånden med, når jeg drager omsorg?

1

Bed om vejledning. Vor himmelske Fader ønsker, at vi kommunikerer med ham gennem bøn. Bøn gør os ikke alene i stand til at komme ham nærmere, men den sikrer også »de velsignelser, som Gud i forvejen er villig til at skænke os, men som vi må bede om at få del i.«² »Når vi beder og søger at forstå deres hjerte, vidner jeg om, at vor himmelske Fader vil lede os, og at hans Ånd vil gå sammen med os«, har søster Cordon sagt.³



2

Vent ikke på en tilskyndelse. Vær proaktiv. Vær »ivrigt engageret« (L&P 58:27) og I vil opdage, at jeres indsats kan blive vejledt og højnet. »At fortsætte med vores tjeneste og arbejde er en vigtig måde at kvalificere os til åbenbaring på,« har præsident Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det Første Præsidentskab, sagt. »I mit skriftstudium har jeg lagt mærke til, at de fleste åbenbaringer, der bliver givet til Guds børn, kommer, når de er på farten, ikke når de sidder tilbagelænet i deres bolig og venter på, at Herren skal fortælle dem om det første skridt, der skal tages.«⁴



OPFORDRING TIL HANDLING

Når I går omkring og viser omsorg dagligt, så søg bønsmødt og reager på Helligåndens tilskyndelser. Husk, at vor himmelske Fader vil velsigne jer og dem, I drager omsorg for, når I gør det!

FORTÆL OM JERES OPLEVELSER

Send os jeres erfaringer med at drage omsorg for andre eller at være blevet draget omsorg for. Gå ind på liahona.ChurchofJesusChrist.org og klik på »Submit an Article or Feedback«.

Hvordan genkender jeg tilskyndelser til at drage omsorg?

3

Tag Mormons råd. Vi behøver ikke at gå rundt og bekymre os om, hvorvidt en tanke var en tilskyndelse eller ej. Ikke når vi har Mormons nemme nøgle til at vide det: Hvis I får en tanke, der tilskynder jer til at gøre godt og at tro eller hjælpe andre til tro på Kristus, så kan I vide, at den kommer fra Gud (se Moro 7:16).



4

I skal ikke bekymre jer om det. »Spring ud i det og svøm«, har ældste Jeffrey R. Holland fra De Tolv Apostles Kvorum sagt. »Svøm hen mod dem, der er i nød. Lad jer ikke bremse af spekulationer om, hvorvidt I skal svømme rygcrawl eller hundesvømmning. Hvis vi følger de grundlæggende principper, vi er blevet belært om, holder os afstemt med præstedømmets nøgler og søger Helligåndens vejledning, kan det ikke gå galt.«⁵



FRELSESENS EKSEMPEL

Frelseren var forberedt på sin tjenestegering. »Gud salvede Jesus fra Nazaret med Helligånd« og derefter »færdedes [Kristus] overalt og gjorde vel« (ApG 10:38). Han var »fyldt af Helligånden, og [blev ofte] ført af Ånden« (Luk 4:1). Kristus gik helt sikkert rundt og gjorde godt, inden han blev salvet med Helligånden, men det at modtage Helligånden og have ret til inspiration var en vigtig del af hans tjenestegering – ligesom det er en vigtig del af vores.

Hvordan følger man bedst en tilskyndelse?

5

Umiddelbart. Søster Susan Bednar (hustru til ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum) er et godt eksempel på at følge tilskyndelser. Når hun har bedt »om åndelige øjne til at se dem, der har særlige behov«, kigger hun sig om i forsamlingen og »føler ... et åndeligt puf, der siger, at hun skal besøge eller ringe til en eller anden«, har ældste Bednar fortalt. »Og når søster Bednar modtager en sådan tilskyndelse, reagerer hun straks på den og adlyder. Det sker ofte, at så snart, der er sagt »amen« efter afslutningsbønnen, så taler hun med en teenager eller giver en søster et kram eller at hun straks tager telefonen og ringer, så snart hun kommer hjem.«⁶

6

Modigt. Frygt for afvisning og generthed, at føle sig utilstrækkelig eller ubehagelig til mode kan afholde os fra at handle på en tilskyndelse. »På forskellige tidspunkter og måder føler vi os alle utilstrækkelige, usikre og måske uværdige«, har ældste Gerrit W. Gong fra De Tolv Apostles Kvorum sagt. »Men i vores trofaste bestræbelser på at elske Gud og yde omsorg over for vores næste kan vi føle Guds kærlighed og tiltrængt inspiration for dem og os på nye og helligere måder.«⁷

En bror har fortalt, hvordan han var tøvende med at række ud til en mand, hvis hustru havde forsøgt at tage sig af dage. Men han fik endelig inviteret manden til frokost. »Da jeg sagde: »Din hustru prøvede at begå selvmord. Det må have været overvældende for dig. Vil du tale om det?« brød han i tårer. Vi fik en følsom og fortrolig samtale og udviklede en bemærkelsesværdig nærhed og tillid i løbet af nogle få minutter.«⁸ ■

NOTER

1. Bonnie H. Cordon, »Bliv hyrde«, *Liahona*, nov. 2018, s. 76.
2. Guide til Skrifterne, »Bøn«.
3. Bonnie H. Cordon, »Bliv hyrde«, s. 76.
4. Dallin H. Oaks, »Til sin egen tid og på sin egen måde«, *Liahona*, aug. 2013, s. 24.
5. Se Jeffrey R. Holland, »Førligelsens tjeneste«, *Liahona*, nov. 2018, s. 77.
6. David A. Bednar, »Hurtig til at opfatte«, *Liahona*, dec. 2006, s. 17.
7. Gerrit W. Gong, »Vores lejrball af tro«, *Liahona*, nov. 2018, s. 42.
8. Bonnie H. Cordon, »Bliv hyrde«, s. 76.



FIND MERE

Profeten underviser om, hvordan man modtager personlig åbenbaring; se »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, af præsident Russell M. Nelson (*Liahona*, maj 2018).



Ældste
Lynn G. Robbins
De Halvfjerds

Ukuelighed

ÅNDELIGT PANSER FOR TIDENS UNGE

Vores børn er i stand til at trives trods de udfordringer, der præger vor tid. Vores opgave som forældre er at forbedre dem til at møde de udfordringer, der ligger forude.

Der går en historie om, at der i Indien under den britiske kolonitid levede et uacceptabelt stort antal giftige kobraslanger i og omkring Delhi. For at løse problemet begyndte de lokale myndigheder at betale en dusør for døde kobraslanger. Denne knap så kloge dusør gav bagslag, da lokale gesjæftige forretningsmænd begyndte at opdrætte kobraslanger for profittens skyld. Da dusøren ophørte, satte opdrætterne kobraerne fri, hvilket blot øgede problemet markant.

Dette fænomen med utilsigtede bivirkninger, der sommetider forårsager større skade end de tilsigtede fordele, kendes også som »kobra-effekten«.¹

Kobra-effekten på den opvoksende generation

Da jeg besøgte Brigham Young University – Idaho i efteråret 2017, fortalte skolens nye rektor, Henry J. Eyring, mig, at hans primære bekymring var det høje frafald af nye studerende. Studerende dropper ud af universitetet af mange forskellige årsager, men en mangel på ukuelighed er en af de største årsager til, at mange amerikanske universiteter oplever den samme udfordring.²

Ukuelighed er en evne til ikke at lade sig kue eller slå ud.³ Da den amerikanske hær opdagede manglen på ukuelighed blandt rekrutterne, tilbød de et træningsprogram Master Resilience for at styrke soldaterne mod militærtjenestens stress, krav og strabadser.⁴

Vi står med den samme bekymring i Kirken med en højere procentdel af fuldtidsmissionærer, der vender tidligere hjem fra deres mission, end vi har set i tidligere generationer. Nogle missionærer har alvorlige helbredsmæssige udfordringer eller andre prøvelser, der nødvendiggør en tidlig afløsning, mens andre måske ganske enkelt bare ikke har udviklet nok af dyden ukuelighed.



Forståelse og anvendelse af stærke evangeliske principper kan styrke de unges ukuelighed.

Lyle J. Burrup, der har tjent som rådgiver omkring mentalt helbred i Kirkens missionsafdelingen, har bemærket, at den mest udbredte årsag til de følelsesmæssige problemer, missionærer oplever, skyldes mangel på ukuelighed. Han siger: »I de fleste tilfælde havde missionæren blot ikke lært, hvordan man tackler udfordringer på en hensigtsmæssig måde.«⁵

Universitetet, militæret og missionsmarken forårsager ikke problemet, de afdækker det blot. En mindre ukuelighed blandt dagens unge kan faktisk være en utilsigtet konsekvens – en nutidig kobra-effekt – der skyldes faktorer som:

- For megen tid på sofaen og digitale enheder, og mindre træning og fysisk aktivitet end hos tidligere generationer.⁶
- For stor eksponering for en urealistisk virtuel verden eller fantasiverden, der forårsager forvrænget selvopfattelse, angst, depression og mindre selvværd.⁷
- Utålmodighed i en verden præget af øjeblikkelig tilfredsstillelse og svar i Google-hastighed. (Omvendt udvikles ukuelighed for det meste gennem dyden tålmodighed).
- Beskyttelse mod hård søgang. »Smult vande lærer ikke sømand at sejle.«⁸
- En verden med uendelige muligheder for distraktion, uforenelige forvirrende stemmer og et liv i bekvemmelighed kan gøre både unge som voksne ufølsomme over for Ånden.

- For meget skærmtid og for lidt tid ansigt til ansigt resulterer i underudviklede sociale færdigheder.

Der er skrevet mange bøger om denne komplekse og frygtindgydende udfordring, deriblandt en med den sigende titel *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood*.

Verden forandrer sig. Herren har reserveret til vor tid ånder, der er i stand til at trives i de udfordringer, der præger vor tid. Vores opgave som omsorgsfulde forældre er at forberede dem til at møde de udfordringer, der ligger forude ved at kultivere og fremelske deres ukuelighed, tro og styrke.

Med stærke evangeliske principper til at hjælpe os, kan vi bistå de unge med at styrke deres ukuelighed, gøre dem i stand til at blive mere som Frelseren og gå »frem i visdom [intellektuelt] og vækst [fysisk og mentalt] og yndest hos Gud [åndeligt] og mennesker [socialt og følelsesmæssigt]« (Luk 2:52). Jeg vil gerne drøfte disse fire evangeliske principper: (1) selvhjulpnehed, (2) modsætning i alle ting, (3) Helligåndsgaven og (4) handlefrihed.

1. Opdrag selvhjulpne børn: Julemanden versus Scrooge

I vores bestræbelse på at hjælpe de trængende, stræber vi efter at finde den rette balance mellem to komplementære principper: Være barmhjertig og opfordre til selvhjulpnehed. At være barmhjertig uden at opmuntre til selvhjulpnehed er at lege julemand. At opfordre til selvhjulpnehed uden venlighed er at være Scrooge.⁹ Ingen af disse principper er i sig selv ubalanceret.



Barmhjertighed (at give nogle en fisk) og selvhjulpnehed (at lære nogle kunsten at fiske) gælder også for det at være forældre.

Barmhjertighed (at give nogle en fisk) og selvhjulpethed (at lære nogle kunsten at fiske) gælder også for det at være forældre. Vi kan godt træffe enhver beslutning for vores børn, men det ville være langt klogere at lære dem kunsten at træffe beslutninger og således hjælpe dem til at blive intellektuelt, åndeligt, socialt og følelsesmæssigt selvhjulpne.

Et inspirerende eksempel finder man i den rørende opsætning *The Miracle Worker*, et dramatisk værk med afsæt i selvbiografien fra Helen Keller, der som barn led af en sygdom, der gjorde hende døv og blind.¹⁰ I deres julemandsagtige tilgang til at opdrage deres datter, var Helens usikre forældre overbeskyttende og forkælende, med det resultat, at det hæmmede Helens intellektuelle, åndelige, sociale og følelsesmæssige udvikling.

Derimod så Anne Sullivan, Helens privatlærer, at Helen var blevet for forkælet, og hun begyndte derfor at hjælpe Helen med at konfrontere sine problemer og blive mere selvhjulpne. I sidste ende var det Anne Sullivan, og ikke Helens forældre, der hjalp Helen til at nå sit potentiale.

Fordi vi elsker vores børn, ønsker vi at se dem opnå succes. Vi kan være fristede til at fjerne alle bump på deres vej. Eller for at minimere deres skuffelse og nederlag, kan vi være fristede til at gøre det hårde arbejde for dem, ligesom Helens forældre gjorde. Men når vi gør det, kan vi uforvarende hindre vores børn i at udvikle den modstandsdygtighed, de behøver for at være stærke selvstændige tilhængere af Kristus.

Frem for at være overbeskyttende og komme dem for hurtigt til undsætning, bør vi overveje Frelserens tilgang. Han styrker os til at »kunne bære [vores] byrder« (Mosi 24:15), og ofte kommer han os ikke til undsætning helt så hurtigt, som vi gerne vil have (se L&P 121:1-3).

2. Modgang: Velsignelsen i svære ting

En af de måder, hvorpå vor himmelske Fader, vores fuldkomne forælder, opfostrer os til at være ukuelige og forbereder os på vores fremtidige lykke, er ved at sende os til denne verden, hvor vores ukuelighed bliver prøvet og forædlet, som det ses i følgende skriftsteder:

- Vi må »prøves ligesom Abraham« (L&P 101:4).
- Trængsler »skal give [os] erfaring og skal være til gavn for« os (L&P 122:7).
- »Der er en modsætning i alt« (2 Ne 2:11), så vor himmelske Fader

Stien er ofte stejl og stenet, og vi vil alle opleve vores del af snublen og tilbageslag.



tillader, at vi »smager det bitre, så [vi] kan lære at skønne på det gode« (Moses 6:55).

- Vi »modtager intet vidnesbyrd, førend [vores] tro er blevet prøvet« (Eter 12:6).

At lære at udvikle kristuslignende dyder som tro, tålmodighed, flid og ukuelighed blandt mange andre, kan ikke ske medmindre vi er blevet prøvet »i lidelsens ovn« (Es 48:10). Vor Fader i himlen tillader derfor, at vi møder hård modgang og skal gøre svære ting. Hvordan skal vi nogensinde kunne blive som vores store Forbillede, hvis vi ikke møder prøver, der svarer til dem, der gjorde ham til den, han er?

Jeg siger ofte til missionærerne: »I missionsmarken kommer I på de svære kurser i flid og tålmodighed og meget andet. Det er kun igennem dette avancerede pensum, at I vil lære at blive store missionærer og sidenhen strålende ægtefæller og fædre og mødre. Hvis I har en svær dag, så fejr jeres trængsler som apostlene Peter og Johannes gjorde, der, efter de var blevet fængslet og slået, glædede sig, »fordi de var blevet anset for værdige til at blive vanæret for Jesu navns skyld« (se ApG 5:18, 40-41; se også 1 Pet 4:13; Kol 2:8).

Det er den modgang, de trængsler og den seje kamp, der hjælper os til at udvikle ukuelighed – evnen til at rejse os, feje støvet af os og fortsætte ad den lige og snævre sti. Den sti er ofte stejl og

Det største og mest bestyrkende en forælder kan gøre er at lære et barn, hvordan man genkender Åndens hvisken.

stenet, og vi vil alle opleve vores del af snublen og tilbageslag. Det er Herrens gave af ubegrænsede nye forsøg, der gør os i stand til at bevæge os fremad med ukuelighed.¹¹

3. Helligånden og inspireret beslutningstagen

Frem for bare at få lette svar har børn brug for at lære kunsten at træffe beslutninger. Vi kan vejlede dem, men vi bør lade dem tænke selv og begynde at træffe selv små beslutninger.

Fordi Helligåndsgaven er den største gave, et dødeligt menneske kan modtage,¹² er det største og mest bestyrkende en forælder kan gøre at lære et barn, hvordan man genkender Åndens hvisken. At lære børn at være værdige til denne store gave, og hvordan man modtager personlig åbenbaring, er det primære, vi kan gøre for at opdrage åndeligt selvstændige børn.

Vi lærer en vigtig lektie af Oliver Cowdery, der bad i bøn uden at modtage. Herren sagde til ham:

»Se, du har ikke forstået det; du er gået ud fra, at jeg ville give dig det, uden at du gjorde dig nogen tanke ud over at spørge mig.

Men se, jeg siger dig, at du må gennemtænke det i dit sind; dernæst må du spørge mig, om det er rigtigt, og hvis det er rigtigt, vil jeg bevirke, at det brænder i brystet på dig, således skal du føle, at det er rigtigt« (se L&P 9:7-8).

Når vores børn kommer til os og for eksempel beder om hjælp med lektierne, så laver vi dem ikke for dem. Vi vejleder dem, og dernæst siger vi som Herren sagde til Oliver: »Nu arbejder du videre med det, og når du er klar, ser jeg, om du har svaret rigtigt.«

At lære børn at arbejde sig igennem og vinde over deres prøvelser, hjælper dem til at tænke selv, tænke fornuftigt over problemerne og genkende Helligåndens hvisken. Det er kun igennem deres egen erfaring med at løse problemer, at de udvikler sund fornuft og visdom og evnen til at »gennemtænke det« og modtage åbenbaring.

Hvis vi ikke lærer vores børn åndelig selvhjulpethed og ukuelighed, giver denne advarsel fra præsident Russell M. Nelson måske stof til eftertanke: »I den kommende tid vil det ikke være muligt at overleve åndeligt uden Helligåndens vejledende, anvisende, trøstende og konstante indflydelse.«¹³

4. Respekter handlefriheden ved skillevejene

Jeg har hørt præsident Nelson fortælle denne historie om sin otteårige datter, der kom til ham en søndag og spurgte, om hun måtte tage med på slædetur med en familie i menigheden. Han sagde: »Jeg vidste, det hverken var klogt at svare ja eller nej. Vi slog op i Bibelen på 2 Mosebog 31:13: »I skal holde mine sabbatter, for sabbatten er et tegn mellem mig og jer, slægt efter slægt«. Så spurgte jeg hende, hvordan hun havde det med at tage på slædetur på sabbatten. Hun sagde: »Far, jeg vil gerne vise vor himmelske Fader, at jeg elsker ham, så jeg tager ikke med.«



Når vores børn kommer til os og beder om hjælp med lektierne, så laver vi dem ikke for dem.

Helligåndsgaven og åndelig selvhjulpenshed nærer åndelig ukuelighed.

Præsident Nelson fortsatte: »Det er en generation siden, og min datter er nu selv mor, og jeg var hjemme hos hende, da hendes unge søn kom og spurgte om lov til noget meget tilsvarende. Det var fascinerende og glædeligt for mig at se hende slå op i Bibelen og læse det samme vers med mit barnebarn.«

For mange år siden læste jeg om en far, der vækkede sin søn en søndag for, at de kunne blive klar til at tage i kirke. Sønnen sagde:

»Jeg tager ikke i kirke i dag.« I sådant et øjeblik kan mange forældre blive fristet til at sige: »Jo, du gør« og følge op med en trussel. Denne far var klogere og svarede ganske enkelt: »Sønnike, det behøver du ikke at forklare over for mig, for det er ikke min kirke. Men du bør knæle ned og give vor himmelske Fader dine undskyldninger.«

Så lod faderen sønnen være ved den skillevej med Helligånden. Helligånden kan formane vores børn langt bedre, end vi kan, hvis vi sætter vores lid til den store gave. »Der er intet værre vidne eller nogen stærkere anklager end samvittigheden.«¹⁴ I løbet af få minutter var teenageren oppe og gjorde sig klar til at gå i kirke. Havde faderen tvunget sønnen til at gå i kirke, kunne han have sået vrede og oprør og måske lidt snigende kobra-effekt.

Der er en risiko ved at respektere vores børns handlefrihed og selv lade dem vælge ved en skillevej. Men tog vor Fader i himlen ikke den samme risiko i forudtilværelsen og mistede som konsekvens en tredjedel af sine åndelige børn? Eftersom læresætningen om handlefrihed var uundværlig for frelsesplanen, var risikoen uundgåelig, trods Lucifers modsigelser.

Så hvis jeg må omformulere et citat af profeten Joseph Smith en smule, vil jeg formulere det på denne måde omkring vores børn: »Vi underviser dem i de rette principper, for uanset om vi kan lide det eller ej, vil de lede sig selv.«¹⁵ Den dag kommer, hvor vores børn vil flyve fra reden. Vores eneste håb som forældre er at lære dem de rette principper om frelsesplanen og at genkende Åndens hvisken til at vejlede dem til en vis brug af deres handlefrihed. Ellers kommer de måske til at mangle åndelig selvhjulpenshed og ukuelighed i mødet med fremtidens udfordringer, med risiko for at vi mister dem.

Vi er alle dybt og evigt taknemmelige for den største ukuelige handling i verdenshistorien – Jesu Kristi sonoffer. Frelseren veg ikke tilbage, da han stod over for smeltediglen, selv under et ufatteligt pres.



Helligåndsgaven og åndelig selvhjulpenshed nærer åndelig ukuelighed, der er synonym for udholdenhed. Og de, der trofast »holder ud til enden ... skal få evigt liv« (2 Ne 31:20).

Må Herren velsigne os som forældre i vores bydende nødvendige pligt til at opdrage vores børn til at være intellektuelt, fysisk, åndeligt, socialt og følelsesmæssigt ukuelige. ■

Se flere praktiske forslag i »Opdrag børn til at være ukuelige«, af Lyle J. Burrup i marts 2013-udgaven af Liahona.

NOTER

1. Horst Siebert, en tysk økonom, tillægges æren for begrebet »kobra-effekten«, der anvendes om løsninger på et problem, der forværre problemet.
2. Se Connie Matthiessen, »Why Are So Many College Students Returning Home?«, 9. jan. 2019, greatschools.org.
3. *Den danske ordbog*, »ukuelig«, ordnet.dk.
4. Se »Master Resilience Training (MRT) in the U.S. Army: PowerPoint & Interview«, Positive Psychology Program, positivepsychologyprogram.com.
5. Lyle J. Burrup, »Opdrag børn til at være ukuelige«, *Liahona*, mar. 2013, s. 11.
6. Se Meena Azzollini, »Declining Physical Activity Levels in Children and Teens«, *WellBeing*, 10. juli 2017, wellbeing.com.au.
7. Se Rachel Ehmke, »How Using Social Media Affects Teenagers«, Child Mind Institute, 6. juni 2016, childmind.org.
8. Afrikansk ordsprog.
9. Scrooge er den nærige karakter i Charles Dickens *Et juleeventyr*.
10. Se Helen Keller, *The Story of My Life*, 1902.
11. Se Lynn G. Robbins, »Op til syvoghalvfjerds gange«, *Liahona*, maj 2018, s. 21-23.
12. Se *Kirkens præsidenters lærdomme: Wilford Woodruff*, 2004, s. 48.
13. Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, *Liahona*, maj 2018, s. 96.
14. Tilskrives sommetider Polybios eller Sofokles.
15. Se *Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith*, 2007, s. 281.

Kurset, der ændrede vores kurs

Michael R. Morris
Kirkens Tidsskrifter

Chris og Alfreda Rubio kæmpede for at få den ene løn til at række til den næste kom, indtil et selvhjulpenhedskursus viste dem en bedre vej.

Da Chris og Alfreda Rubios bil brændte sammen for nylig, skulle de ikke bekymre sig for, hvordan de skulle betale for at få den repareret. Og det er ikke, fordi de er velhavende.

»Vi havde de penge, vi havde brug for, fordi vi havde sparet op,« siger Chris. »Vi var klar. Vi fik bilen til reparation den dag uden at tænke. Åh nej. Det var en god følelse.«

Sådan har det ikke altid været. Det er ikke så lang tid siden, at familien Rubio måtte have taget et lån eller brugt et kreditkort eller ventet til lønningssdag for at få bilen ordnet. Men det var inden, de tog et kursus om privatøkonomi gennem Kirkens selvhjulpenhedsinitiativ.

»Vi var ved at drukne rent økonomisk«

Chris og Alfreda mødte hinanden, mens de arbejdede i U.S. Air Force i Tyskland, og de blev gift i Danmark. Chris blev færdig som rekrut i 2008, og helbredsproblemer tvang Alfreda til at trække sig tilbage nogle få år senere. De fandt Kirken kort tid efter, at de havde slået sig ned i Alabama i USA, men Chris kunne ikke finde et arbejde. »Jeg var enten over- eller underkvalificeret,« mindes han.

Alfreda fik arbejde i en kontorforsyning, men det var deres eneste indkomst. »Vi var ved at drukne rent økonomisk,« siger hun.

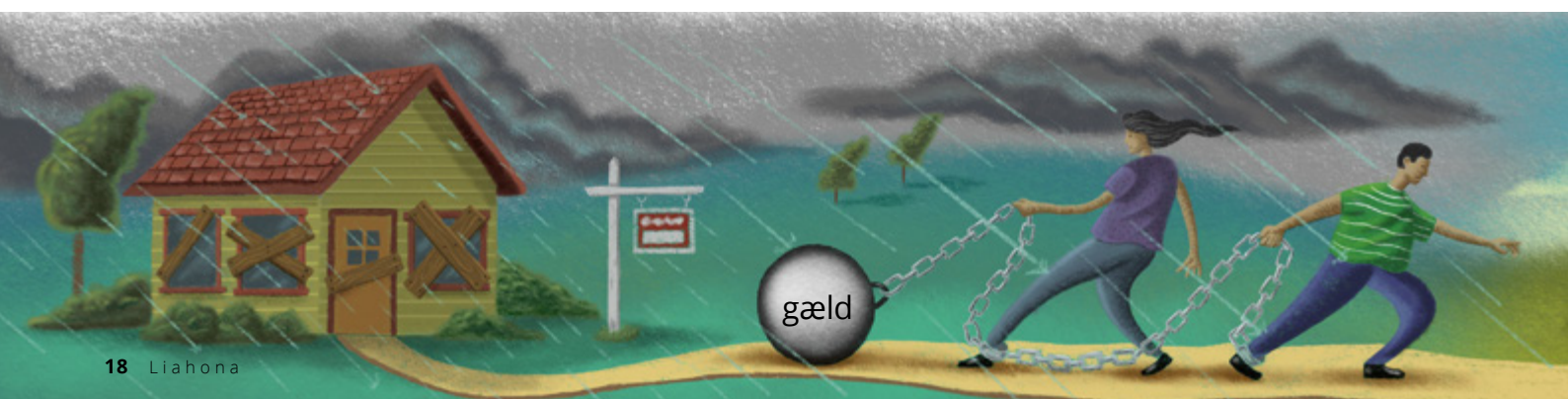
»Vi havde en masse gæld og ubetalte regninger, og inkassofirmaerne ringede,« tilføjer Chris. »Det nåede det

punkt, at vi begyndte at sælge vores ting for at kunne betale regninger. Bilen røg, og vi mistede huset. Det stod slemt til.«

Da familien Rubio mistede deres hus, flyttede de ind i en lejlighed i en ny menighed. De kendte ikke nogen og i takt med, at deres økonomi svandt ind, gjorde deres kirkedeltagelse også. Chris husker, at jo mere fokuseret de blev på økonomien, jo mindre fokuserede de på troen.

»Det var meget let at sige: »Vi kan ikke tage i kirke i dag, for vi er nødt til at finde et job, eller vi er for bekymrede over vores regninger, eller vi har ikke penge til benzin,« siger han.

Da de mødtes med deres nye biskop om deres økonomiske situation, fortalte han dem om et kursus i privatøkonomi



og selvhjulpenshed, som han snart ville sætte i værk i deres kirkebygning, der ligger lige uden for Montgomery i Alabama.

»Vi er begge vokset op under ret beskedne kår,« siger Chris. »Vi havde ikke en masse, så vi lærte aldrig rigtig at lægge et budget og spare op. Vi levede fra løn til løn. Ofte slap pengene op efter nogle dage, og så havde vi lange perioder uden penge. Så vi tænkte: »Lad os bare tage det kursus. Hvis det kunne hjælpe os på nogen måde, så var det fint.«

»Det ændrede vores tankegang«

Under kurset i privatøkonomi lærte familien Rubio og tre andre familier, hvordan man lægger og holder et budget. De lærte om gæld, og hvordan man får bugt med den. De lærte, hvordan man beskytter sin familie mod økonomisk modgang. Og de lærte om den vigtige rolle, som tiende spiller for økonomisk uafhængighed.

»Det ændrede hele vores tankegang,« siger Chris. »Vi lærte, hvordan vi ikke blot holdt øje med vores indkomst, men også vores opsparing, som vi ikke havde på daværende tidspunkt. Jeg havde

helt ærligt aldrig troet, at vi ville få en opsparing.«

Familien Rubio var særligt glade for kursets opbygning med at sidde i råd, hvor deltagerne udveksler forslag og fortæller om deres succes og fiasko. Fællesskabet styrkede deres tro og indsats for at blive økonomisk uafhængige, og kursets formidler kunne skaffe Chris et job.

»Det gør en forskel, når man møder andre i samme situation,« siger Chris. »Man opdager, at man ikke er alene, og at vi alle prøver at få enderne til at mødes og udvikle færdigheder til at blive selvhjulpne, så vi kan gøre det bedre for vores børn.«

»En forbløffende rejse«

Efterhånden som de implementerede de økonomiske principper, de havde lært, blev deres økonomiske situation bedre.

»Vi er ikke nået dertil, hvor vi er rige eller ikke længere har bekymringer over økonomien, men det er blevet så meget lettere at passe vores kaldelser og tage i kirke, uden at bekymre sig over økonomien,« siger Chris. »Kurset har afgjort ændret os åndeligt.«

Alfreda tilføjer: »Kurset havde en direkte tråd til, hvor meget stærkere vores tro blev. Vi begyndte at bede mere og læse mere i skrifterne. Vi følte, at kursets økonomiske og åndelige principper gik hånd i hånd.«

Chris sammenligner de principper med et par briller, der har hjulpet ham og Alfreda med at finde og blive på vejen mod åndelig og økonomisk selvhjulpenshed.

»Uden det kursus og uden at lære alle de ting, vi lærte, ville vi ikke være, hvor vi er nu – hverken økonomisk eller åndeligt,« siger han. »Det har været en forrygende rejse. Vi har lært, at man ikke behøver en masse penge for at være rig. Vi er åndeligt rige.« ■

Chris Rubio, der er maler, ankommer til sit arbejde sammen med sin hustru, Alfreda.





8 NYE TEMPLER BEKENDTGJORT

Præsident Russell M. Nelson bekendtgjorde planer om at bygge otte nye templer på følgende steder. Der er 162 fungerende templer og yderligere 47 bekendtgjort eller under opførelse.

Antofagasta i Chile

Budapest i Ungarn

Moses Lake i Washington i USA

Neiafu i Tonga

Okinawa City i Japan

Pago Pago i Amerikansk Samoa

San Pedro Sula i Honduras

Tooele Valley i Utah i USA

»SMÅ HANDLINGER I **TRO** SKAL TIL FOR AT
ANTÆNDE GUDS LØFTER.«

Ældste Dale G. Renlund fra De Tolv Apostles Kvorum,
»Rig på velsignelse«, *Liahona*, maj 2019, s. 71;
fremhævelse tilføjet.

FIND LYSET IGEN

Søster Sharon Eubank kom med fem forslag til tidspunkter, »hvor I føler, at jeres vidnesbyrds lys sprutter, og mørket kryber nærmere«:

1. Fat mod.
2. Hold jeres løfter til Gud.
3. Stil jeres spørgsmål.
4. Smelt tålmodigt sten til glas.
5. Vend jer til Jesus, som stadig elsker jer.

Se »Kristus: Lyset, der skinner i mørket«, *Liahona*, maj 2019, s. 75.

HJEMMEBASEREDE, KIRKESTØTTEDE TILFLUGTSSTEDER

Mange af vores ledere talte om at styrke vores hjem, især med den nye vægt lagt på hjemmebaseret og kirkestøttet studium af evangeliet. Du kan lære mere om følgende:

- At invitere Ånden oftere ind i jeres hjem (se Henry B Eyring; »Et hjem, Hvor Herrens Ånd er«, *Liahona*, maj 2019, s. 22).

- At gøre jeres hjem til den ultimative missionsnærskole, slægtshistoriske center og tempelforbereðelsesklasse (se David A. Bednar, »Forbered til at modtage alt, hvad der er nødvendigt«, *Liahona*, maj 2019, s. 101).
- At benytte læsemateriale og tid sammen med jeres familie til at »øge vores omvendelse og hjælpe os til at blive mere ligesom Jesus Kristus« (se Ronald A. Rasband, »Byg en fæstning af åndelighed og beskyttelse«, *Liahona*, maj 2019, s. 107).



SERVER GENERALKONFERENCE TIL FAMILIEAFTEN

Jeg fik hele tiden en følelse af, at jeg burde prøve at bruge konferencetaler til familieaftenslektioner. I begyndelsen strittede jeg imod. Mine børn er små, talerne er vanskelige at forstå for dem, og jeg var ikke sikker på, at der ville være nogen børnevenlige emner. Men jeg vidste, at jeg i det mindste måtte prøve.

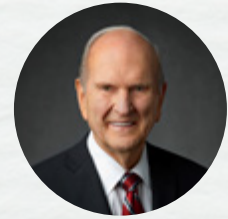
Benyttelsen af generalkonferencetaler har ikke kun fuldstændig ændret

vores familieaftener for mine børn, men vi har også haft nogle fantastiske samtaler om evangeliet. Midt i det totale kaos har der været små mirakuløse øjeblikke af familielykke.

Jessie Christensen fra Utah i USA



Du kan fortælle om din oplevelse med generalkonferencen ved at indsende den til liahona.ChurchofJesusChrist.org eller på facebook.com/liahona.



HJEMMET, ET HIMMELSK STED

»Vi håber og beder til, at hvert medlems **hjem virkelig må blive en troens helligdom, hvor Herrens Ånd må bo**. Trods strid overalt omkring os kan vores hjem blive et himmelsk sted, hvor studium, bøn og tro kan forenes med kærlighed.«

Russell M. Nelson, »Afsluttende bemærkninger«, *Liahona*, maj 2019, s. 111; fremhævelse tilføjet.



Denne velberegste vasketøjspose er blevet en del af en familietradition for at tjene som missionær, som jeg håber altid holder.



En vasketøjspose af kærlighed

Det var svært for min familie at acceptere mit valg om at blive sidste dages hellig. Da jeg bekendtgjorde, at jeg ville tage på en fuldtidsmission uden at få penge for det, var der ingen af dem, der forstod hvordan, eller at jeg overhovedet ville. Mine forældre ønskede at tage del i min begejstring, men de havde svært ved at se mig »opgive« den religion, de havde opdraget mig med.

Da jeg modtog mit kald til Tegucigalpa -missionen i Honduras, lå der en tjekliste i konvolutten med ting, jeg skulle tage med. Min mor bemærkede, at en af tingene på min liste var en vasketøjspose. Det var noget, hun kunne forholde sig til! Hun købte hurtigt noget tykt blå denim og syede en enkel, praktisk vasketøjspose med

kærlighed. Det var bare helt igennem en god gave.

Den vasketøjspose ledsagede mig på missionærskolen og senere hen til Honduras. Den kom med mig fra den ene lille landsby til den anden, og lidt efter lidt falmende den fra mørkeblå til lyseblå, ligesom et par gamle jeans, der bliver ens yndlingsjeans og passer helt perfekt. Mod slutningen af min mission gav jeg det meste af mit tøj til en speciel familie, som jeg var kommet til at holde meget af, men jeg beholdt min vasketøjspose. Min mor havde lavet den til mig, selvom hun ikke forstod, hvilken betydning en mission har.

Her næsten 30 år senere, har vores ældste søn modtaget sit kald til Carlsbad-missionen i Californien, tillige med en liste over ting, han får brug for.

Vi læste den sammen, og da vi nåede til »vasketøjspose«, fandt vi den gamle pose, min mor havde lavet til mig, frem. Selvom den var falmet endnu mere, kom den med til Californien.

Nogle få år efter blev min datter kaldet til at tjene som missionær i Cleveland i Ohio, og der kom vasketøjsposen med hende. Da hun vendte tilbage, havde hun den med hjem igen lidt mere ældet, men stadig intakt.

Den pose minder mig om nogle ting, såsom det jeg lærte af at tjene på mission og om at vise andre kærlighed – som min mor gjorde for mig – det er til velsignelse for os igen og igen. Den er blevet en del af en familietradition med missionærtjeneste, som jeg håber altid holder. ■

Brian C. Heckert fra Utah i USA

Elevator-samaritaner

Da en familie i min menighed lagde et billede ud på Facebook om deres oplevelse med at sidde fast i en elevator i to timer, kunne jeg slet ikke forholde mig til det. Det var lige til jeg selv sad fast i en elevator.

Jeg havde glemt min mobiltelefon derhjemme, så jeg hamrede på elevatordørene og kaldte på hjælp. Jeg bad også. Snart var der nogle unge mænd, der hørte mig – og som gode samaritanere – ringede de efter hjælp. De sagde, at de boede i lejlighed nr. 38 og lavede sjov med, at når jeg kom fri, kunne jeg komme forbi med noget mad for at sige tak.

De forsvandt, og jeg havde svært ved at falde til ro igen. Hvad nu hvis vagtpersonalet ikke kom? Jeg bad mere. Jeg vidste, at min mand snart kom hjem fra arbejde og ville undre sig over, hvor jeg var.

Jeg begyndte at banke igen. Gennem sprækken i elevatordøren kunne jeg se folk gå forbi. Jeg kaldte på dem og bad dem om at ringe til min mand og fortælle ham om situationen. Det gjorde de, og jeg blev rolig. Nu vidste min mand besked, og han ville sørge for, at jeg ikke blev siddende der.

Jeg sad omtrent en time i elevatoren. Endelig kom der en montør og fik mig ud. Han sagde, at elevatoren havde sat sig fast, så



han kravlede op i elevatorskakten og fik elevatoren til at virke igen. Jeg takkede for hans hjælp.

Senere den dag gik jeg hen og takkede mine naboer i nummer 38. Jeg havde noget hjemmelavet mad med til dem. De sagde, at de bare havde lavet sjov omkring maden, men jeg var glad for at kunne takke dem. Når jeg ser tilbage på den oplevelse, ved jeg nu, hvad familien i min menighed gennemgik, og jeg er taknemmelig for, at folk ikke bare gik forbi, men stoppede op for at hjælpe.

De vidste det måske ikke, men de fulgte Frelserens eksempel. Han går ikke bare forbi eller lader os i stikken. Han gav sit liv for, at vi kan blive frelst fra fysisk og åndelig død. Derfor vil jeg prøve at følge hans eksempel og aldrig bare gå forbi andre i nød. Jeg er taknemmelig for denne oplevelse, der har givet mig en uventet større påskønnelse for ham og hans velsignelser. ■

Katerina Tyltina fra Kiev i Ukraine

Jeg sad fast i en elevator uden min mobiltelefon. Jeg hamrede på døren og råbte på hjælp. Jeg bad også.

Fra krise til venskab

En søndag under nadvermødet var der noget, der forstyrrede mig. Jeg vidste ikke, hvad det var, men følelsen slap ikke sit tag i mig. Jeg kiggede nervøst på uret og glædede mig til mødet sluttede. Det var usædvanligt for mig.

Da vi havde sluttet med bøn, var følelsen der stadig. Jeg kiggede rundt i kirkesalen og bemærkede en mand, der sad og tog sig til brystet. Jeg gik hen til ham, og han spurgte, om jeg kunne køre ham til togstationen. Jeg sagde, at jeg hellere burde køre ham på skadestuen. Han sagde, at han havde medicin derhjemme, der kunne hjælpe ham. Jeg sagde, at jeg ville køre ham hjem, for det var ikke forsvarligt at lade ham køre i tog i hans tilstand.

Jeg hjalp ham ind i min bil og spurgte igen, om jeg ikke skulle køre ham til lægen. Det var ikke nødvendigt, sagde han, og jeg kunne bare køre ham hjem. Jeg bad en stille bøn og bad vor himmelske Fader om at hjælpe ham til at få det bedre og hjælpe mig til at køre ham sikkert hjem. Jeg kørte forsigtigt, åbnede ruderne og prøvede at berolige ham. Efter lidt tid lænede han sig tilbage og begyndte langsomt at slappe af.

Da vi nåede hjem til ham, inviterede han mig indenfor. Jeg blev glad, for jeg ville gerne sikre mig, at han fik sin medicin, og at den virkede. Han tog sin medicin og begyndte at få det bedre. Han sagde, at han stadig havde lidt ondt i brystet, men han følte sig tryk nok derhjemme.

Han inviterede mig til at blive til

middag, og siden den eftermiddag har vi været gode venner. Vi tager ofte ud på tur sammen, og vi hjælper hinanden. Inden den oplevelse havde jeg mange venner, der ikke havde en god indflydelse på mig. Men mit venskab med denne mand har velsignet mit liv.

Sommetider kan der ud af en krise opstå et fint venskab. Hvis jeg bare havde sat ham på toget, er jeg ikke helt sikker

på, at han ville være kommet helt hjem. Jeg ville aldrig have tilgivet mig selv, hvis der var sket ham noget. Jeg er taknemmelig for, at min Fader i himlen lod Ånden lede mig i den situation, og at jeg i den proces fik en så god og kær ven! ■

Rolf Schweizer fra St. Gallen i Schweiz

Jeg kiggede rundt i kirkesalen og bemærkede en mand, der tog sig til brystet. Jeg gik hen til ham, og han spurgte, om jeg kunne køre ham til togstationen.



Den dejlige lyd af slægtshistorie

På et besøg hos min datter i Kentucky i USA, opdagede jeg et gammelt appalachisk musikinstrument, der også kaldes mountain dulcimer. Jeg underviste nogle af mine børnebørn i at spille musik og fandt det let at spille enkle melodier på dette strengeinstrument. Dette bærbare strengeinstrument, der også er let at opbevare, gør det sjovt at spille med familien, når vi sidder rundt om et lejrbræt eller derhjemme.

En eftermiddag tog min datter og jeg ud for at finde nogle, der bygger mountain dulcimers. Vi fandt en ældre mand, der boede i en lille hytte på en landevej. Han byggede mountain dulcimers og havde den perfekte til mig.

I løbet af de næste par år lærte jeg at spille på den og underviste også flere af mine børnebørn i det. Jeg ville gerne give alle mine børnebørn en dulcimer, men det ville være ret dyrt at købe 17 af dem. Derfor besluttede jeg mig for at lære at bygge dem selv.

Jeg begyndte at undersøge historien bag dette unikke amerikanske instrument. Jeg fandt ud af, at et instrument, der lignede dulcimeren,

og som blev kaldt scheitholt, sandsynligvis var blevet bragt med til USA i 1700-tallet af immigranter fra Tyskland eller Skandinavien. På omtrent samme tid spillede skotske og irske immigranter også på scheitholt. Som tiden gik, begyndte folk at modificere forskellige udgaver af scheitholten, hvilket med tiden blev til det, der kaldes mountain dulcimer. Jeg opdagede også, at ordet dulcimer kommer fra latin *dolce melos*, og betyder »sød lyd«.

I kan sikkert forestille jer min overraskelse, da jeg i forbindelse med noget slægtshistorie opdagede, at nogle af min mors primære tyske forfædre og min fars skotsk-irske forfædre også havde spillet på mountain dulcimer! Jeg blev forbløffet over, at jeg generationer senere havde opdaget instrumentet og lært mine børnebørn at spille på det! Sikke en vidunderlig musikalsk forbindelse mellem mig og mine forfædre og efterkommere! Jeg er taknemmelig for slægtshistorie, der har hjulpet mig til at sætte pris på mine forfædre og føle en forbindelse til dem gennem mountain dulcimerens søde klang. ■

Gary McCallister fra Colorado i USA

Mountain dulcimeren er en vidunderlig musikalsk forbindelse mellem mig og mine forfædre og efterkommere.





En epistel fra en apostel



**Ældste
M. Russell Ballard**
Fungerende
præsident for
De Tolv Apostles
Kvorum

Jeg løfter min advarende røst
til jer mod nogle af de udfor-
dringer, vi står over for i dag.

Apostlen Paulus holdt kontakten med de tidligere hellige gennem breve eller epistler, som han sendte til de forskellige grene, hvori han gav udtryk for sin kærlighed, vejledning og undervisning. Eftersom jeg er ude af stand til personligt at møde jer alle, vil jeg rent verbalt give jer min egen epistel for at udtrykke min kærlighed, taknemmelighed og lærdom.

Paulus skrev til de hellige i Korinth: »Paulus, kaldet til Kristi Jesu apostel ved Guds vilje« (1 Kor 1:1).

Jeg er også blevet kaldet som Jesu Kristi apostel, og som et særligt vidne om Herren vidner jeg, som Paulus gjorde i sine breve, om, at Jesus Kristus gav sig selv for os, og at Faderen oprejste ham fra de døde (se Gal 1:1, 4). Jeg vidner desuden om, at Jesus Kristus genoprettede sin kirke ved profeten Joseph Smith i disse sidste dage, og at evangeliets fylde og de velsignelser, der er knyttet til evige pagter, er tilgængelige for alle, der vil tro på og følge Herren Jesus Kristus.

I min hilsen til jer, benytter jeg mig af Paulus' ord: »Til Guds menighed ... dem, der er helliget ved Kristus Jesus, kaldet til at være hellige ... Nåde være med jer og fred fra Gud, vor Fader, og Herren Jesus Kristus!« (1 Kor 1:2-3).

Mine brødre og søstre, for at holde vores evangeliske hjerte sundt og hurtigt, har vi brug for regelmæssige eftersyn. Da jeg bad om himlens hjælp, modtog jeg nogle anbefalinger til jer, der åndeligt vil holde jer sunde og stærke.

Paulus advarede de hellige på sin tid om de åndelige farer, de stod over for. Han skrev til galaterne:

»Jeg undrer mig over, at I så hastigt lader jer vende bort fra ham, som kaldte jer ved Kristi nåde, til et andet evangelium,

som slet ikke er et evangelium; der er bare nogle, som forvirrer jer og søger at forvrænge Kristi evangelium.



Men om så vi selv eller en engel fra himlen forkyndte jer et andet evangelium end det, vi har forkyndt jer, forbandet være han« (Gal 1:6-8).

Jeg løfter min røst, ligesom Paulus gjorde, og siger, »der er bare nogle, som forvirrer jer og søger at forvrænge Kristi evangelium.« Jeg ville unddrage mig min pligt, hvis jeg ikke løftede min røst for at advare jer om de udfordringer, vi står over for i vore dage.

Mennesker, der ikke forbliver fokuseret på Jesu Kristi enkle lære og evangelium, vil i sidste ende lytte til falske lærere og selverklærede profeter og tage verdslige filosofier til sig.



To kræfter i universet

Mine brødre og søstre, glem aldrig, at der er to kræfter i universet; den ene indbyder os til at vælge det rigtige og opleve evig glæde og lykke; og den anden indbyder os til at vælge det modsatte, hvilket medfører sorg og fortrydelse. Vores lære fortæller os, at livet er en prøve – en tid til at se, hvilken indbydelse vi tager imod.

Jeg minder jer om Jesu profeti angående de sidste dage, som vi nu befinder os i: »For der skal fremstå falske kristus'er og falske profeter, og de skal gøre store tegn og undere for om muligt at føre selv de udvalgte vild« (Matt 24:24). Vi bliver kede af det, når vi ser, at nogle af »selv de udvalgte« bliver vildledt, som Jesus advarede om.

Jeg besøgte for nyligt en lille lund bestående af mammuttræer, der blev plantet for mange år siden på Brigham Young Universitetets område. En af mine venner forklarede, at mammuttræerne er verdens største træer, og at de ude i

naturen kan blive 87 meter høje. De kan leve mere end 3000 år.

Et af disse træer var dødt, og måtte skæres ned, og der stod kun en stub tilbage for at minde alle om, at et stort majestætisk træ, havde stået der engang. Universitetets gartner ville gerne vide, hvad der havde slået træet ihjel, da mammuttræet bestemt ikke var død af alderdom. Efter en undersøgelse fandt han ud af, at træets rødder var døde på grund af mangel på vand.

Hvordan var det muligt, når træet havde vokset fint der i mere end fem årtier? Gartneren opdagede, at det vandførende jordlag, der havde næret den lille lund, var ændret som følge af den utilsigtede konsekvens, som opførelsen af en ny bygning, lige øst for lunden, havde.

For mig er det en perfekt analogi på det, der sker, når stærke kirkemedlemmer – »de udvalgte«, de, der efter alt at dømme, synes at stå fast og stærkt i troen – dør åndeligt.

Som med det døde mammuttræ, modtog disse kirkemedlemmer på et tidspunkt deres åndelige næring fra »kilden med levende vand«, som Jesus Kristus tilbyder. Men af en eller anden grund er de skiftet fra kilden til åndelig næring, og uden den næring blev deres ånd sløvet, og med tiden dør de åndeligt.

Hvordan kan vi sikre os, at vores åndelige rødder altid er forbundet til kilden med levende vand?

Afgørende vaner

Herren har angivet enkle, personlige vaner, der holder os rodfæstet, forbundet og tæt på ham. Sådanne vaner vil, når de udføres af hjertes rene hensigt, med oprigtighed og uden hykleri og bedrag, lade os være Jesu Kristi urokkelige disciple.

Disse essentielle vaner omfatter de ting, der så nemt synes at slippe væk i vores hektiske og

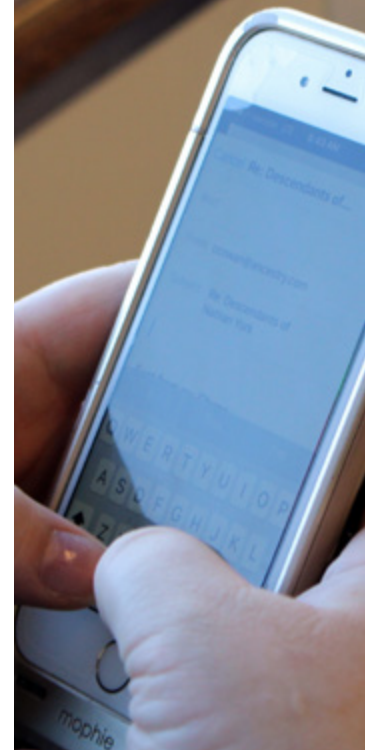
meget travle liv, selv når vi er optaget af gode ting som at tage en uddannelse, arbejde for at forsørge en familie og involvere os i tjeneste i samfundet og Kirken.

Det gælder ting som oprigtig daglig bøn, trofast faste, regelmæssigt studium og granskning af skriften og de levende profeters ord, at gøre sabbatten frydefuld, deltage i nadveren med ydmyghed og altid erindre Frelseren, gå i templet så ofte som muligt og endelig at række ud mod de fattige og ensomme, både dem i vores nærhed og på verdensplan.

Når nogle stopper med at gøre disse enkle men essentielle ting, så afskærer de sig selv fra kilden med levende vand og lader Satan forplumre deres tanker med hans forurenede vand, der blokerer trofasthedens blodårer og dræner ånden på grund af fejlerenring. Synd og skyld formørker sindet – fører mange til at fornægte tidligere inspiration og åbenbaring og bevirker en »af-omvendelse« fra sandhederne i Jesu Kristi evangelium.

En ting, der konstant ligger mig på sinde, er at vide, at mennesker, der ikke forbliver fokuseret på Jesu Kristi enkle lære og evangelium, i sidste ende vil lytte til falske lærere og selverklærede profeter og tage verdslige filosofier til sig. Disse alternative røster omfatter:

- Tilløkkelse af stolt velstand.
- At ønsker sættes over behov med større personlig gæld til følge.
- At afslapning og underholdning fjerner os fra evangeliets sunde godhed.
- Aktiviteter, der forhindrer os i passende overholdelse af sabbatsdagen.
- Podcasts og internetsider, der rejser spørgsmål og skaber tvivl uden at være intellektuelt ærlige nok til dækkende og ærligt at præsentere Herrens perspektiv.



Hjælp andre med at finde svar

Lad mig sikre mig, at I forstår denne vigtige pointe. Der er absolut intet forkert i at stille spørgsmål eller undersøge vores historie, lære eller skikke. Genoprettelsen begyndte med, at Joseph Smith søgte svar på et oprigtigt spørgsmål.

Forældre, organisationsledere, lærere i Kirken, (deriblandt seminar- og institutlærere), biskopper og stavspræsidenter: Når nogle kommer til jer med et spørgsmål eller en bekymring, så affej venligst ikke bare spørgsmålet. Sig ikke til vedkommende, at de ikke skal bekymre sig om det spørgsmål. Betvivl venligst ikke personens engagement mod Herren eller hans værk. Hjælp i stedet vedkommende med at finde svar på deres spørgsmål.

Jeg bliver bekymret, når jeg hører om, at oprigtige mennesker, der stiller ærlige spørgsmål til vores historie, lære eller skikke, bliver behandlet, som om de ikke har nogen tro. Det er ikke Frelserens måde. Som Peter sagde: »[Vær altid] rede til forsvar over for enhver, der kræver jer til regnskab for det håb, I har« (1 Pet 3:15).

Vi er nødt til at blive bedre til at svare på oprigtige spørgsmål. Selvom vi måske ikke er i stand til at besvare ethvert spørgsmål om kosmos eller vores historie, lære eller skikke, så kan vi komme med mange svar til dem, der er oprigtige. Når vi ikke kender svaret, kan vi søge svar sammen – en fælles søgen kan føre os nærmere på hinanden og på Gud. Selvfølgelig finder vi ikke altid tilfredsstillende svar på vores spørgsmål. I sådanne tider, er det godt at huske, at der stadig er plads til tro i religion. Sommetider kan vi lære, studere og vide, og sommetider må vi tro, stole og håbe på.

Hjælp dem med spørgsmål til at indse, at Herren ikke fordrer, at hans hellige har universitetsgrader i historie eller læresætninger. Derfor bør vi ikke forvente, at forældre, ledere og lærere har alle svar på hvert et spørgsmål. Selv blandt Det Første Præsidentskab og De Tolv Apostles Kvorum, er



det forekomsten af meget forskellige baggrund og uddannelse, der danner grundlag for en deling af en bred vifte af oplevelser under vores drøftelser og overvejelser.

Når jeg har et spørgsmål, jeg ikke kan besvare, så henvender jeg mig til dem, der kan hjælpe mig. Kirken er velsignet med uddannede lærere og de, der har dedikeret et helt liv til studium, og som derfor kender vores historie og skrifterne. Disse

Hvis I nøje overvejer profetiske råd, vil I opdage, at jeres åndelige rødders næring er forbundet til den »kilde, som vælder med vand til evigt liv« (Joh 4:14).



eftertænksomme mænd og kvinder kommer med kontekst og baggrund, så vi bedre kan forstå vores hellige fortid og vores nuværende praksis. Jeg er bedre udrustet til at søge Helligåndens vejledning, takket være den information, de formidler.

Kirken er opsat på at være transparent og har udgivet værdifulde ressourcer for at formidle ny indsigt og tilbyde endnu mere kontekst til historien om genoprettelsen gennem hjemmesiden for Joseph Smith Papers og essays om evangeliske emner på ChurchofJesusChrist.org Det er en bemærkelsesværdig tid at studere Kirkens historie og doktrin på, med rigelige ressourcer og eksperter, der kommer med nyttig baggrundsviden og forståelse af vores fortid. Bed altid og følg tilskyndelser fra Helligånden, der åbenbarer åndelige sandheder.

Sæt tæring efter næring

Jeg er bekymret over, at nogle medlemmer lever over evne, fordi de forsøger at holde trit

med deres naboer. Vi begår en alvorlig fejl, når vi sammenligner vores liv med dem, der har megen velstand, og glemmer, at de fleste af os allerede har nydt fremgang i landet. Vær tilfredse og nyd de velsignelser, I allerede har modtaget, i stedet for at gøre jer til slaver på grund af uklog brug af forbrugslån. Undlad aldrig at betale tiende og give gavmilde offerydelse til de trængende.

Nyd hinandens selskab

Nogle af jer har måske en masse aktiviteter på programmet, deriblandt nogle gode. Men vær forsigtige med ikke at sætte for meget på programmet for jeres børn. Sluk fra tid til anden for de sociale medier og andre udefrakommende forstyrrelser og sæt jer og tal sammen og nyd hinandens selskab. Som jeg for nylig talte om ved generalkonferencen, så hold familieråd jævnligt (se »Familieråd«, *Liahona*, maj 2016, s. 63-65).

Husk Herrens råd til os: »Stands, og forstå, at jeg er Gud« (Sl 46:11; se også L&P 101:16).

For at holde familiemedlemmer beskæftiget og væk fra det, der betyder mest, er der altid nogle, der skaber noget nyt – en ny app eller et spil for eksempel, der får de unge mennesker til at kigge ned på deres smarte telefoner frem for at se op på de smukke skabninger på Guds vidunderlige jord måske endda nogle, de ønsker at mødes med, date og gifte sig med, som de kan have et rigtigt, jordnært forhold til, der kan resultere i evige velsignelser.

Elsk din næste

Jeg vil gerne sige lidt om vores venner, naboer og bekendte i skolen og på arbejdet, som ikke er medlemmer af Kirken. Selvom vi tager det store hverv fra Gud alvorligt: »Gå derfor hen og gør alle folkeslagene til mine disciple, idet I døber dem i Faderens og Sønnens og Helligåndens

navn, og idet I lærer dem at holde alt det, som jeg har befalet jer« (Matt 28:19-20), så ærer og respekterer vi andres handlefrihed til at tænke og tro – eller ikke at tro – som de nu vælger.

Hvis en nabo, en arbejdskollega eller en skolekammerat ikke er interesseret i høre om evangeliet, må vi alligevel altid fortsætte med at række en venskabelig hånd frem. Vores kærlighed til dem bør ikke være betinget, den bør være oprigtig og uden bindinger.

Vores børn lærer bedst ved forældres og leders eksempel. Lad os være forsigtige med, hvad vi siger om andre, og hvordan vi behandler vores medmennesker. Og husk, at vi har ret til at være uenige, men vi må ikke blive uforenelige.

Jesus sagde: »Du skal elske din næste som dig selv« (Mark 19:19). Hvis vi er hans disciple, må vi udvise kristen høflighed og venlighed mod alle, vi møder, deriblandt dem, der har valgt at fjerne sig fra Kirken.

Lad os slutte os sammen med alle velvillige mennesker om enhver god sag og tælle dem blandt vores kreds af venner og bekendte. Lad os oprigtigt byde dem velkommen i vores kirkebygninger og til vores menighedsaktiviteter.

Fred og profetiske råd

Min apostolske epistel til jer afsluttes ved, at jeg vidner om, at dersom I nøje overvejer profetiske råd, vil I opdage, at jeres åndelige rødders næring er forbundet til den »kilde, som vælder med vand til evigt liv« (Joh 4:14). I vil ikke dø åndeligt ligesom det smukke mammuttræ, men jeg vidner om, at I i stedet vil få mere fred, glæde og lykke i jeres liv ved at tage imod Jesus Kristus og de tjenere, som han har kaldet, og ved at følge hans evangeliske plan. Medmindre de forskellige folkeslag vender deres hjerte til Gud og hans lære og plan, vil vi visselig se de konsekvenser, der er åbenbaret i skrifterne.

Mine elskede brødre og søstre, vi er pålagt et ansvar for at forberede Kirken og os selv på de dage, der vitterligt vil komme, hvis folk i verden fortsætter med at ignorere og tilsidesætte Gud, vor himmelske Fader, og hans elskede Søn, Herren Jesus Kristus. Skrifterne er tydelige omkring konsekvenserne ved at vende sig fra Gud.

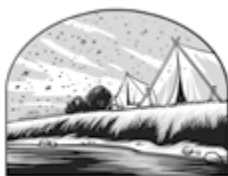
Vi elsker jer. Det er mit privilegium at opfordre vor himmelske Fader til at velsigne jer. Må I nyde fred. Må I nyde glæde i hjertet. Må I have modet til at omvende jer, hvis I har brug for det. Hvis der er noget i jeres liv, der ikke er godt, må Herren så velsigne jer med modet til at omvende og ændre jer, allerede fra i dag. Må Herren give jer styrke til at vende jeres hjerte til ham, at elske ham og at tjene ham, så I må gå sikkert frem igennem dette jordeliv, og forberede jer på den dag, hvor I bliver omsluttet i vor himmelske Faders og hans elskede Søns arme.

Som et særligt vidne om Kristus, vidner jeg for jer om, at jeg ved, at Jesus er Kristus. Han er Guds Søn. De ting, jeg har sagt, er sande, og jeg håber, at I vil modtage min epistel i den ånd, det er talt. Jeg vidner om, at dette er Jesu Kristi Kirke.

Må Gud velsigne jer mine elskede brødre og søstre, når vi gør alt, vi kan, for at berede os på den dag, hvor denne verdens Frelser og Forløser vil komme igen som vores Herre og Konge. ■

Fra talen »En epistel til de hellige i Saltsø-området i Utah,«, der blev holdt ved en multistavs-konference den 11. september 2016.





KAPITEL 3

Herrens ord og vilje

Redaktørens bemærkning: Dette er et uddrag af kapitel 3 fra bind 2 af De hellige: Ingen uhellig hånd. (Bind 2 bliver udgivet i begyndelsen af næste år). I efteråret 1846 boede omkring 2.500 af Kirkens medlemmer, heriblandt præsident Brigham Young, i Winter Quarters, en midlertidig bosættelse for de sidste dages hellige på vestsiden af Missourifloden. Mange af de hellige lider af sygdomme der.

Blandt lidelserne i Winter Quarters fik Brigham besked om, at en pøbelhobe på omkring tusind mænd havde angrebet det lille samfund af hellige, der stadig var i Nauvoo. Omkring 200 hellige kæmpede imod, men de blev slået i kamp i løbet af nogle få dage. Byens ledere forhandlede en fredelig evakuering af de hellige, hvoraf mange var fattige og syge. Men da de hellige forlod byen, chikanerede pøblen dem og gennemsøgte deres hjem og vogne. En pøbelhob indtog templet, vanhelligede dets interiør og hånede de hellige, der flygtede til lejre på den anden side af floden.²⁸

Da Brigham hørte om de flygtendes desperation, udsendte han et brev til Kirkens ledere og mindede dem om pagten, de havde indgået i Nauvoo om at hjælpe de fattige og hjælpe alle hellige, der ønskede at tage vestpå.

»De fattige brødre og søstre, enker og forældreløse, syge og nødlidende ligger nu på vestbredden af Mississippifloden,« erklærede han. »Nu er tiden inde til at arbejde. Lad ilden fra pagten, som I har indgået i Herrens hus, brænde i jeres hjerte som en uudslukkelig ild.«²⁹

Selvom de hellige i Winter Quarters havde sendt tyve vogne med nødhjælp til Nauvoo to uger forinden og kun havde lidt mad og få forsyninger tilovers, sendte de og bosættelserne i nærheden yderligere vogne, spand af okser, mad og andre forsyninger til Nauvoo. Newel Whitney, Kirkens præsiderende biskop, købte også mel til de fattige hellige.³⁰

Da redningshold fandt flygtningene, var mange af de hellige ramt af feber, dårligt udrustet mod det kolde vejr og udsultede. Den 9. oktober, mens de forberedte sig på at rejse til Missourifloden, så de en flok vagtler fylde himlen og lande på og omkring deres vogne. Mænd og drenge skyndte sig hen til fuglene og greb dem med hænderne. Mange mindes, hvordan Gud også havde sendt vagtler til Moses og Israels børn i deres nød.



»Denne morgen oplevede vi en direkte tilkendegivelse af Guds nåde og godhed,« skrev Thomas Bullock, en sekretær i Kirken, i sin dagbog. »Brødrene og søstrene priste Gud og lovpriste hans navn for at det, der blev sendt ned over Israels børn i ørkenen, også er blevet tilkendegivet os i vores forfølgelse.«

»Alle mænd, kvinder og børn fik vagtler at spise til aftensmad,« skrev Thomas.³¹

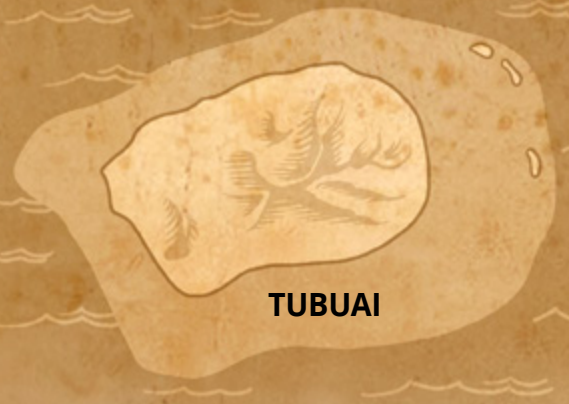
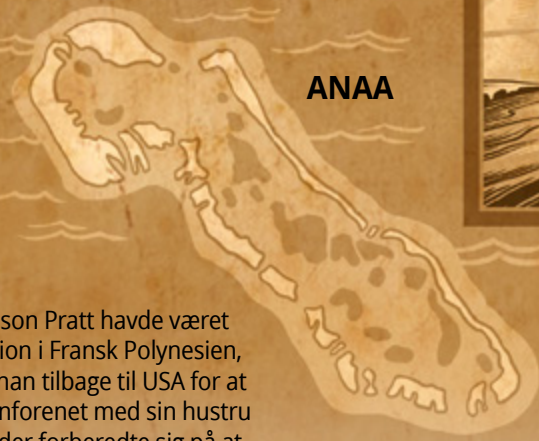
På samme tid, tusinder af kilometer borte på atollen Anaa i Stillehavet, talte en bærer af Det Aronske Præstedømme, der hed Tamanehune, ved en konference, hvor der var over 800 sidste dages hellige. »Der bør sendes et brev til Kirken i Amerika,« foreslog han, »med en anmodning om straks at sende fra 5 til hundrede ældste.« Ariipaea, et medlem af Kirken og en lokal landsbyleder, støttede forslaget,

og de hellige i det sydlige Stillehav rakte samtykkende deres hånd op.³²

Addison Pratt præsiderede over konferencen og var helt enig med Tamanehune. I løbet af de seneste tre år have Addison og Benjamin Grouard døbt over tusind personer. Men i den tid havde de kun modtaget et brev fra nogen af De Tolv, og det havde ikke givet dem nogen instruktioner om at vende hjem.³³

I de seks måneder, der var gået, siden brevet var kommet, havde de to missionærer ikke hørt noget andet fra familie, venner eller kirkeledere. Hver gang der kom en avis til øen ville de gennemse dens sider for nyheder om de hellige. En avis, som de læste, hævdede, at halvdelen af de hellige i Nauvoo var blevet myrdet, mens resten var blevet tvunget til at flygte til Californien.³⁴

Addison, der var ivrig efter at vide, hvad der var sket med Louisa og hans døtre, besluttede sig for at vende tilbage til



Da Addison Pratt havde været på mission i Fransk Polynesien, vendte han tilbage til USA for at blive genforenet med sin hustru Louisa, der forberedte sig på at rejse vestpå med deres børn.

USA. »At kende sandheden, selv hvis den er dårlig,« sagde han til sig selv, »er bedre en at have tvivl og uro.«³⁵

Addisons venner Nabota og Telii, ægteparret der havde tjent med ham på Anaa, besluttede sig for at vende tilbage til Tubuai, hvor Telii var elsket som en åndelig leder blandt sine medsøstre i Kirken. Benjamin planlagde at blive på øen for at lede missionen.³⁶

Da de hellige i Stillehavet hørte om Addisons snarlige afgang, opfordrede de ham til at rejse snart og tage flere missionærer med sig tilbage. Da Addison allerede havde planer om at vende tilbage til øen med Louisa og hans døtre, hvis de stadig var i live, gik han straks med til det.³⁷

Da kulde var ved at lægge sig over Winter Quarters, bad Brigham ofte om at vide, hvordan han skulle forberede Kirken på rejsen til den anden side af Rocky Mountains. Efter næsten et år på ruten havde han lært, at det var afgørende for deres succes at organisere og udruste de hellige til vejen forude. Alligevel havde adskillige tilbageskridt også vist ham, hvor vigtigt det var at stole på Herren og følge hans vejledning. Ligesom på Josephs tid var det kun Herren, der kunne lede sin kirke.

Kort efter årets start følte Brigham Herren åbne sit sind med nyt lys og ny kundskab. I et møde med højrådet og De Tolv den 14. januar 1847 begyndte han at nedskrive en åbenbaring fra Herren til de hellige. Inden Brigham gik i seng, gav Herren ham yderligere instruktioner om den kommende rejse. Brigham tog den ufærdige åbenbaring frem og fortsatte med at nedskrive Herrens vejledning til de hellige.³⁹

Den næste dag præsenterede Brigham følgende åbenbaring til De Tolv. Kaldet »Herrens ord og vilje« fremhævede den behovet for at organisere de hellige i kompagnier under apostlenes ledelse. I åbenbaringen befalede Herren de hellige at sørge for deres eget behov samt at samarbejde på deres rejse, se efter enker, forældreløse og familierne til medlemmer af Mormonbataljonen.

»Lad enhver anvende hele sin indflydelse og ejendom på at flytte dette folk til det sted, hvor Herren vil oprette en af Zions stave«, stod der i åbenbaringen. »Og hvis I gør dette med et rent hjerte, i al trofasthed, skal I blive velsignet.«⁴⁰

Herren befalede også sit folk at omvende og ydmyge sig, behandle hinanden venligt og ophøre med at beruse sig og tale ondt. Hans ord blev fremstillet som en pagt, der ledte de hellige til at »vandre i overensstemmelse med alle Herrens ordinancer« og holde de løfter, de aflagde i templet i Nauvoo.⁴¹

»Jeg er Herren jeres Gud, ja, jeres fædres Gud, Abrahams og Isaks og Jakobs Gud«, erklærede han. »Jeg er den, der førte Israels børn ud af Egyptens land, og min arm er strakt ud i de sidste dage.«

Ligesom israelitterne skulle de hellige prise Herren og påkalde hans navn i svære tider. De skulle synge og danse med en taksigelsesbøn i deres hjerte. De skulle ikke frygte fremtiden, men stole på ham og bære deres trængsler.

»Mit folk må prøves i alt,« erklærede Herren, »så de kan blive beredt til at modtage den herlighed, som jeg har til dem, nemlig Zions herlighed.«⁴²

Resten af vinteren fortsatte apostlene med at søge åbenbaring, mens de forberedte sig på at sende kompagnier med



GREAT SALT
LAKE-DALEN

WINTER QUARTERS

NAUVOO

vogne over Rocky Mountains. Under deres ledelse skulle en lille fortrop forlade Winter Quarters i foråret, krydse bjergene og etablere det nye samlingssted for de hellige. For at adlyde Herrens befaling og opfylde profeti, ville de rejse et banner for folkene og påbegynde arbejdet på et tempel. Større kompagnier primært bestående af familier ville følge efter dem kort tid efter og adlyde Herrens ord og vilje på deres rejse.⁴⁸

De Tolvs Kvorum og De Halvtreds' Råd havde, inden de forlod Nauvoo, tænkt på at slå sig ned i Salt Lake-dalen eller Bear River-dalen mod nord. Begge dale lå på den anden side af Rocky Mountains og beskrivelser af dem var lovende.⁴⁹ Brigham havde i et syn set det sted, hvor de hellige ville slå sig ned, men havde kun en generel ide om, hvor det var. Han bad stadig om, at Gud ville lede ham og fortroppen til det rette samlingssted for Kirken.⁵⁰

Om eftermiddagen den 16. april 1847 begyndte fortroppen deres rejse under en kold og mørk himmel. Vi har i sinde at berede vejen til frelse for de ærlige i alle nationer, eller ofre alt i vores forvaltning,« erklærede apostlene i et afskedsbrev til de hellige i Winter Quarters. »I Israels Guds navn vil vi sejre eller dø i forsøget.«⁵³ ■

Læs resten af kapitlet på [saints.ChurchofJesusChrist.org](https://saints.churchofjesuschrist.org) eller i den digitale udgave af denne artikel i appen *Evangelisk bibliotek* eller på [liahona.ChurchofJesusChrist.org](https://liahona.churchofjesuschrist.org).

Ordet Emne i noterne indikerer, at der er yderligere information at finde på [saints.ChurchofJesusChrist.org](https://saints.churchofjesuschrist.org).

NOTER

28. James Whitehead to Brigham Young, 18. aug. 1846, Brigham Young Office Files, CHL; George Alley to Joseph Alley, 26. jan. 1847, George Alley, Letters, CHL; Mace, *Autobiography*, s. 138-145; »Articles of Accommodation Treaty Agreement«, 16. sep. 1846, Chicago Historical Society, Collection of Manuscripts about Mormons, CHL; Bullock, Journal,

sep. 1846; Historical Department, *Journal History of the Church*, 18. sep. 1846; Leonard, *Nauvoo*, s. 606-616.

29. Historian's Office, *History of the Church*, bind 16, 24. og 27. sep. 1846, s. 49, 51; Brigham Young til »the High Council at Council Point«, 27. sep. 1846, Brigham Young Office Files, CHL.

30. Historian's Office, *History of the Church*, bind 16, 14. sep. 1846, s. 34; 27. sep. 1846, s. 52; 5. okt. 1846, s. 7-8; 6. okt. 1846, s. 11.

31. Bullock, *Journal*, 9. okt. 1846; Historian's Office, *History of the Church*, bind 16, 5. og 9. okt. 1846, s. 7-8, 14-15.

32. Society Islands Conference Report, 24. sep. 1846, i Historian's Office, *Minutes and Reports (local units)*, CHL; Addison Pratt, *Journal*, 3. feb. 1846; 24. sep. 1846; nov. 1850. Addison lader til i sin dagbogsrapport i november 1850 at angive datoen på konferencen forkert. **Emne:** Fransk Polynesien

33. Addison Pratt, *Journal*, 5. mar. 1846; 17. apr. 1846; 14. nov. 1846; Woodruff, *Journal*, 26. nov. 1844.

34. Grouard, *Journal*, s. 145; se også Addison Pratt, *Journal*, 6. feb. 1847.

35. Addison Pratt, *Journal*, 7. nov. 1846.

36. Addison Pratt, *Journal*, 13. og 17. nov. 1846; 14. og 17. nov. 1846; 9. jan. 1847; Addison Pratt til »My Dear Family«, 6. jan. 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; Grouard, *Journal*, s. 165-166.

37. Grouard, *Journal*, s. 172; Addison Pratt, *Journal*, nov. 1850; Addison Pratt til »My Dear Family«, 6. jan. 1846, Addison Pratt Family Collection, CHL; se også Addison Pratt, *Journal*, 13. jan. 1847.

39. Historian's Office, *History of the Church*, bind 17, 14. jan. 1847, s. 18-19; Willard Richards, *Journal*, 14. jan. 1847; se også Bennett, *Mormons at the Missouri*, s. 148-157. **Emne:** Brigham Young

40. L&P 136:1-11 (Revelation, 14. jan. 1847, Revelations Collection, CHL); Historian's Office, *History of the Church*, bind 17, 15. jan. 1847, s. 19.

41. L&P 136:4, 8, 19, 23-27, 32 (Revelation, 14. jan. 1847, Revelations Collection, CHL).

42. L&P 136:17, 21-22, 28-31 (Revelation, 14. jan. 1847, Revelations Collection, CHL); se også 2 Mos 2:23-25; 4:31; 6:6-7; 15:1.

48. Woodruff, *Journal*, 4. sep. 1847; Historian's Office, *History of the Church*, Bind 17, 6. og 21. mar. 1847, s. 65-66, 72; Lee, *Journal*, 15. og 27. feb. 1847; Council of the Twelve Apostles to »the Brethren at Winter Quarters«, 16. apr. 1847, Brigham Young Office Files, CHL; se også L&P 136 (Revelation, 14. jan. 1847, Revelations Collection, CHL).

49. Council of Fifty, »Record«, 9. sep. 1845, og 11. jan. 1846, i *JSP*, CFM:472, s. 513.

50. Lee, *Journal*, 13. jan. 1846, s. 79; George A. Smith, i *Journal of Discourses*, 20. juni 1869, 13:85; Council of the Twelve Apostles to »the Brethren at Winter Quarters«, 16. apr. 1846, Brigham Young Office Files, CHL; Norton, *Reminiscence and Journal*, 28. juli 1847; Erastus Snow, i *Journal of Discourses*, 14. sep. 1873, 16:207; se også Thomas Bullock to Henrietta Rushton Bullock, 9. juni 1847, Henrietta R. Bullock Collection, CHL.

53. Woodruff, *Journal*, 14.-16. apr. 1847; Clayton, *Diary*, 16. apr. 1847; Council of the Twelve Apostles to »the Brethren at Winter Quarters«, 16. apr. 1847, Brigham Young Office Files, CHL.



**Eldste Adilson
de Paula Parrella**

De Halvfjerds

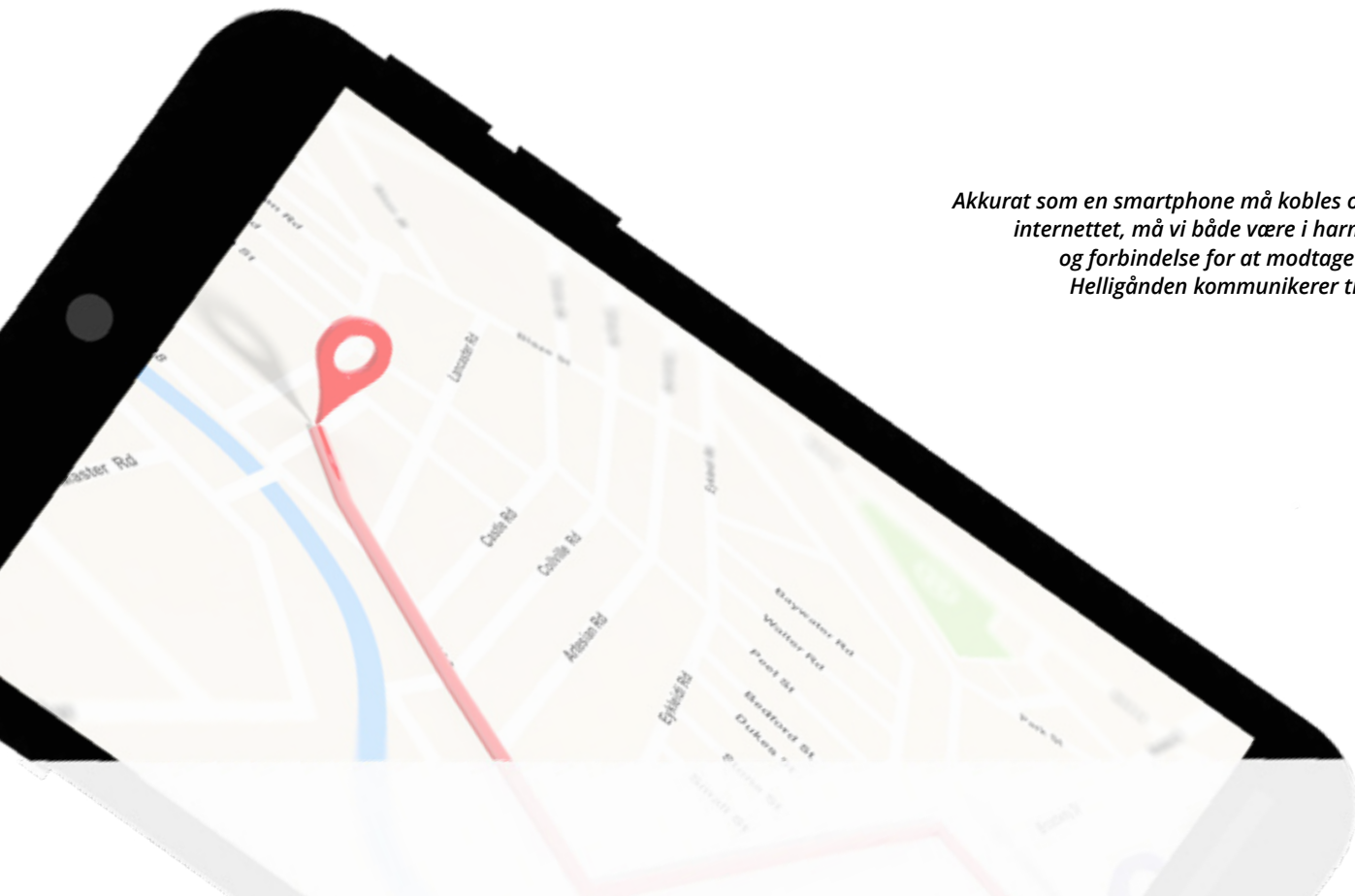
Modtagelse og anerkendelse af himmelsk vejledning

Gud er villig til at give os vejledning, men vi må være villige og rede til at modtage den.

Som unge missionærer på missionærskolen i Brasilien havde vi en dag til opgave at tage ud på gaderne i São Paulo som makkerpar og indbyde folk til at blive undervist af missionærerne. Efter nogle få timer kom vi tilbage på missionærskolen og holdt et vidnesbyrds møde.

Mange talte om de tilskyndelser, de havde fået om at tage til en bestemt gade eller henvende sig til en bestemt person. De oplevelser lød fantastiske. Men da jeg ikke havde haft en lignende oplevelse, følte jeg, at jeg måske ikke var god nok, eller forberedt nok, til at være missionær.

Mismodig søgte jeg hjælp hos missionærskolens ledere. De hjalp mig med at forstå, at Gud *er* villig til at give os instruktioner gennem Helligånden, og selvom min erfaring måske ikke var den samme som de andres, måtte jeg stadig gøre mig fortjent til Åndens vejledning. Akkurat som en radio må indstilles til en bestemt station eller en smartphone må kobles op til internettet, må vi både være i harmoni og have forbindelse for at modtage det, Helligånden kommunikerer til os.



Akkurat som en smartphone må kobles op til internettet, må vi både være i harmoni og forbindelse for at modtage det, Helligånden kommunikerer til os.

Åndelig overlevelse

Præsident Nelson er kommet med følgende advarsel: »I den kommende tid vil det ikke være muligt at overleve åndeligt uden Helligåndens vejledende, anvisende, trøstende og konstante indflydelse.«¹

Han opfordrede os til »at øge [vores] nuværende åndelige evne til at modtage personlig åbenbaring, for Herren har lovet, at »om I [søger], skal I modtage åbenbaring på åbenbaring, kundskab på kundskab, så I må lære at kende hemmeligheder og fredelige ting – det, som bringer glæde og evigt liv« (L&P 42:61).«²

Herren forventer, at vi på vores rejse her på jorden gør »meget af egen fri vilje og udvirke[r] megen retfærdighed« (L&P 58:27). Men nogle ting kan dog kun udrettes med himmelens hjælp. Helligånden vil åbenbare os, hvad vi må gøre for at blive på – og gå fremad på – vejen til lykke i dette liv og for at arve evigt liv. »For se, jeg siger jer igen, at hvis I vil træde ind på vejen og modtage Helligånden, vil den vise jer alt det, som I skal gøre« (2 Ne 32:45).

Herrens mønster

Skrifterne forklarer, hvordan Herren giver os personlig åbenbaring: »Jeg vil tale til dig i dit sind og i dit hjerte ved Helligånden, som skal komme over dig, og som skal bo i dit hjerte« (L&P 8:2).

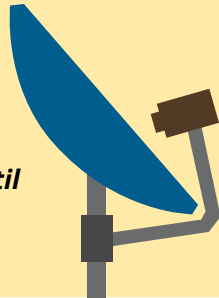
Herren siger også: »Stol på den Ånd, der leder til at gøre det gode« (L&P 11:12). Sommetider vil Ånden lede os til at gøre godt gennem tanker, ideer, en række ideer, tilskyndelser til at afholde os fra at begynde at gøre noget, indsigt eller forståelse, udlægning af ting vi ikke kan lære ved egen evne alene, erindring om ting der var glemt og så videre.³

I Galaterbrevet 5:22-23 læser vi, at Helligånden ofte kommunikerer gennem følelser som kærlighed, glæde, fred, tålmodighed, venlighed, godhed, trofasthed, mildhed og selvbeherskelse. Den hjælp, vi modtager fra Helligånden, vil ofte komme som tilpasset instruktion til vores specifikke behov, men husk, at sådan vejledning vil tilskynde os til at gøre godt (se Moro 7:13) og vil altid være i harmoni med de levende profeters lærdomme og de hellige skrifter.

Modtag og godtag

Måske er en af de største udfordringer, vi møder i jordelivet, den at vide, hvordan man modtager, genkender og handler på tilskyndelser og vejledning fra Helligånden. Følgende kan måske hjælpe os.

Lektion 1: Herren er villig til at give os personlig åbenbaring, men vi må være rede til at modtage den.

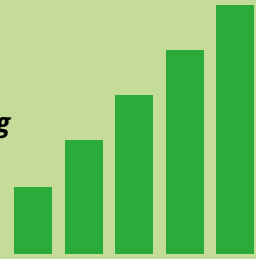


»En af de ting, som Ånden gentagne gange har indprentet i mit sind siden min nye kaldelse som Kirkens præsident, er, hvor villig Herren er til at åbenbare sin hensigt og vilje«, har præsident Nelson sagt. »Muligheden for at få åbenbaring er en af Guds største gaver til hans børn.«⁴

På missionærskolen lærte jeg, at jeg måtte være rede til at modtage, hvad end Herren ønskede at sende mig, til hans tid og på hans måde. Jeg lærte, at indblanding kan bevirke, at vi bliver så afledt, at vi ikke er i stand til at se, når Herren taler til os, eller lytte nøje til det budskab, som han ønsker, at vi hører.

Ældste David A. Bednar fra De Tolv Apostles Kvorum har sagt: »Efterhånden som vi ønsker og inviterer Helligånden ind i vores liv og lærer at give agt på de enkle tilskyndelser hurtigt, kan vi også lukke verdens forstyrrende støj ude og fokusere klart på Helligåndens tilskyndelser.«⁵

Lektion 2: Vi er nødt til at studere og lære, hvordan Åndens sprog virker.



Ældste Ronald A. Rasband fra De Tolv Apostles Kvorum har sagt: »Ånden ... kommunikerer [oftest] ved hjælp af følelser. I mærker den i ord, som er velkendte for jer, som giver mening for jer, som tilskynder jer ...

Disse følelser er milde, et lille skub til at handle, gøre noget, sige noget eller handle på en bestemt måde.«⁶

Det at lære at modtage åbenbaring fra Helligånden kan sammenlignes med at lære et nyt sprog. Til at begynde med forstår vi kun lidt eller slet ingenting. Men når vi fortsætter med at arbejde hårdt, lærer vi visse ord, derefter sætninger og så hele meninger. Til sidst opdager vi, at vi forstår, hvad der bliver sagt. For at lære Åndens sprog kræves der:

- Et ønske om at lære.
- Studium i skrifterne og de levende profeters ord om, hvordan man modtager åbenbaring.
- Opmærksomhed mod åndelige indtryk.
- At man beder Gud om at sende vejledning gennem Helligånden.
- At man er villig til at modtage – at man ikke ignorerer eller tager den instruktion, der bliver givet, let.
- At man adlyder tilskyndelserne.
- At man oprigtigt stræber efter at modtage yderligere vejledning.

Lektion 3: Vor himmelske Fader har sin egen måde og tid at give os åbenbaringer på.



Dette indebærer tre principper:

1. *Gud kan og vil lade os vide, hvad vi skal gøre for at udvikle os.* Vor himmelske Faders gerning er at hjælpe os til at opnå evigt liv (se Moses 1:39). »[Han] bekymrer ... sig ikke kun om at trøste os, men endnu mere om, at vi udvikler os til et højere stad⁷, har præsident Henry B. Eyring, andenrådgiver i Det Første Præsidentskab, sagt.

Det betyder, at vor himmelske Fader bekymrer sig om de skridt, vi tager her på jorden. Han ved, hvilke beslutninger vi må tage og hvilke handlinger, vi må udføre for, at vi »kan blive Guds sønner [og døtre]« (Moro 7:48). »Han ønsker, mere end I kan forestille jer, at I når jeres bestemmelse – at vende ærefuldt tilbage til jeres himmelske hjem«, har ældste Dieter F. Uchtdorf fra De Tolv Apostles Kvorum sagt.⁸

2. *Sommetider forstår vi ikke årsagen til himmelske instruktioner.* Gud vil lejlighedsvist sende os instruktioner, som vi ikke forventer. Jeg husker, at jeg sad ved et nadvermøde, da der kom et tydeligt indtryk i mit sind. Indtrykket var ikke en stemme eller en hvisken, men en klar tanke, der indikerede noget, jeg skulle gøre. Jeg havde ikke forventet at modtage sådan instruktion under nadvermødet.

Jeg vendte mig mod min hustru og fortalte hende om den tilskyndelse, jeg havde fået. Hun mente, at jeg skulle handle på den, selvom vi ikke forstod, hvilken årsag der lå bag.

Da vi handlede på den instruks, fik vi, også som tiden gik, adskillige vidnesbyrd om, at den vejledning, vi havde modtaget, gav os større fred og sikkerhed, at vi blev på en vej, der førte til udvikling.

3. *Vi må være villige til at handle efter Guds vilje.* Gud ved i sin almægt og visdom, hvad der er bedst for os. Hans vilje vil ud fra et guddommeligt perspektiv vise os en bedre vej. Men den vil ofte udfordre os. I alt dette, som i alle ting, er Herren Jesus Kristus vores fuldkomne eksempel. Han gjorde Faderens vilje til sin. Da Frelseren led for vores synder, bad han: »Min fader, hvis det er muligt, så lad dette bæger gå mig forbi. Dog, ikke som jeg vil, men som du vil« (Matt 26:39).

Vi må også være villige til at sætte Guds vilje over vores egne ønsker. Når vi godtager hans vilje og gør det, forbereder vi os på at modtage yderligere vejledning. Ældste Bednar har sagt, at »når vi ærer vores pagter og holder befalingerne, når vi stræber endnu mere vedvarende efter at gøre godt og blive bedre, kan vi vandre i tillid til, at Gud leder vores skridt.«⁹

Modtag himmelsk hjælp

Vores evige udvikling afhænger af at modtage personlig vejledning fra Helligånden. Må vi være opsatte på at følge præsident Nelsons råd om at søge vejledning for vores liv. Når vi tror og stoler på, at Gud ønsker at sende os vejledning gennem Helligånden, vil vi, når vi ærligt centrerer vores liv om at søge himlens hjælp, modtage den vejledning, vi har brug for. ■

NOTER

1. Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, *Liahona*, maj 2018, s. 96.
2. Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, s. 95.
3. Se David A. Bednar, »Åbenbaringsens ånd«, *Liahona*, maj 2011, s. 87-90.
4. Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, s. 94.
5. David A. Bednar, »Receiving, Recognizing, and Responding to the Promptings of the Holy Ghost« (tale på Ricks College, 31. aug. 1999).
6. Ronald A. Rasband, »Guds gode Helligånd«, *Liahona*, maj 2017, s. 94.
7. Henry B. Eyring, »Min fred efterlader jeg jer«, *Liahona*, maj 2017, s. 17.
8. Dieter F. Uchtdorf, »Efterlev evangeliet med glæde«, *Liahona*, nov. 2014, s. 123.
9. David A. Bednar, »Åbenbaringsens ånd«, s. 90.

Et skridt ad gangen

Perfektion kan lyde skræmmende – især når vi gør det til standard for vores ufuldkomne selv. Jeg mener bare, alle laver noget rod nogle gange og fortryder fejltagelser. Ofte kan den fortrydelse hjælpe os til at foretage de nødvendige ændringer, men hvis vi bruger for megen tid på dvælen ved behovet for at blive bedre og bedre, kan de tanker blive nedbrydende. I sin artikel på side 44 hjælper Nathan os til at se, hvad perfektion i virkeligheden er, og hvordan vi kan nå dertil gennem retscaffen levevis, en lille ting ad gangen.

Det kan også ofte virke, som om vi står alene med vores kamp for at forbedre os, men det gør vi ikke! Vor himmelske Fader og Jesus Kristus er der for hver eneste en af os. Hvis I nogensinde føler, at I ikke er gode nok, så læs Joëlles artikel på side 42 om, hvordan forståelse af Frelserens forsoning hjalp hende med at overvinde sin perfektionisme.

Ofte kan perfektionisme holde os fikseret på ting som renlighed, som Amber bekymrede sig over, eller visse aspekter ved evangeliet, som Aarons kamp for at blive en Guds mand (begge er digitale artikler). Men ligesom disse unge voksne fandt ud af, kan man stadig føle Ånden og være en Guds mand eller kvinde, selvom man ikke er perfekt.

Vil I høre flere gode nyheder? Opdraget »Så vær da fuldkomne« (Matt 5:48) betyder måske ikke helt det, I tror, at det betyder. Læs Davids digitale artikel for at lære mere om nogle tiltag til at overvinde perfektionisme.

Når vi stræber efter at forbedre os, må vi have in mente, at Herren ønsker, at vi blive inspireret og opløftet – ikke modløse. Vi kan være alt for hårde ved os selv (se min digitale artikel), og vi bør huske at være venlige mod os selv på vores rejse mod fuldkommenhed.

Fokuser på vor himmelske Fader og Frelseren. De kender jeres guddommelige værd og med tiden, kan de hjælpe jer til at blive bedre, end I nogensinde havde troet muligt. Et skridt ad gangen.

Med kærlig hilsen
Heather Claridge



BEDSTE RÅD ...

Unge voksne giver deres bedste råd om at overvinde perfektionisme:

»Jeg siger sådan her til mig selv: Jeg er her for at lære at fokusere på det, der er vigtigt, så jeg kan vende tilbage til Gud.«

– *Paola Vargas fra Aguascalientes i Mexico*

»Fuldkomne mennesker har ikke brug for en Frelser. Gud giver os svagheder, så vi kan sætte vores lid til Kristus.«

– *Mckenna Clarke fra Virginia i USA*

»I kirken lærte jeg, at fuldkommenhed ikke kommer i dette liv, men i det næste. Frelseren er det fuldkomne eksempel for os. Følg ham i dette liv, så I kan blive fuldkomne en dag.«

– *Vennela Vakapalli fra Andhra Pradesh i Indien*

Hvad er det bedste råd, I nogensinde har fået om tilgivelse? Send os jeres respons på liahona.ChurchofJesusChrist.org inden 30. september 2019.

FORTÆL JERES HISTORIE

Har I en forrygende historie at fortælle? Eller vil I gerne læse artikler om bestemte emner? Så hører vi gerne fra jer! Indsend jeres artikler eller feedback på liahona.ChurchofJesusChrist.org.

OM UNGE VOKSNE SKRIBENTERNE

Joëlle Spijkerman vil gerne grine og smile, og hun bliver ofte overentusiastisk over livet. Hun elsker evangeliet, børn og musik, og for tiden studerer hun til skolelærer i indskoling. Et af hendes mål er at dele sit lys med alle omkring hende.



Nathan Read er vokset op i Tasmanien i Australien. Han har en bachelorgrad i økonomisk analyse og arbejder for nuværende for den australske regering. Ved siden af sit arbejde og kaldelsen som seminarlærer i sin menighed, medvirker han i lokale musicalopsætninger og nyder at læse gode bøger.



Heather White Claridge var det barn, der sov med en stak bøger under hovedpuden, så hun blev naturligvis redaktør. Hun har boet overalt i USA, og har tilegnet sig forskellige færdigheder på vejen (som Taekwondo og glasmaling). Hendes yndlingsårstid er efteråret – mest på grund af, at man kan hoppe i de knasende blade.



Amber Weston er hjemmegående mor til fire smukke børn. Hendes favoritperson er hendes mand, og hendes favorithobby er at føre dagbog i punktform. Hun tager sin dagbog med sig alle vegne, så hun kan føre optegnelse over alle de smukke (og ikke så smukke) stunder, livet giver hende.



I DETTE AFSNIT

42 Jeg er ikke fuldkommen ... endnu

Joëlle Spijkerman

44 Perfektionisme: En farlig »find-fejlen« leg

Nathan Read

48 Fuldkommen gennem Kristus



KUN DIGITALT

Vi er for hårde ved os selv

Heather White Claridge

Kunne jeg føle Ånden i mit rodede hus?

Amber Weston

Selv med jeres mangler, kan I være sande mænd og kvinder af Gud

Aaron Williams

Jer: Et værk under opførelse

David Dickson



Find disse artikler og mere:

- På liahona.ChurchofJesusChrist.org.
- I **UV-ugentligt** (under »Unge Voksne« i appen Evangelisk bibliotek)
- På facebook.com/liahona

Kampen mod perfektionisme hjalp mig til at forstå Frelserens forsoning bedre.

Jeg er ikke fuldkommen ... endnu

Joëlle Spijkerman

3 Nefi 12:48 siger Jesus: »Derfor ønsker jeg, at I skal være fuldkomne, ligesom jeg, eller jeres Fader som er i himlen, er fuldkommen.« Dette skriftsted har altid slået mig hårdt, fordi jeg har kæmpet med perfektionisme hele mit liv. Og lige så storartet som det er at ønske at gøre mit bedste i alting, så kan perfektionisme være den rene gift. I lang tid følte jeg mig aldrig god nok, hver gang jeg havde lavet en fejl eller tilmed når noget gik godt.


Krævede for meget af mig selv

Jeg har altid krævet meget af mig selv, især på gymnasiet. Og jeg kom ofte til kort, fordi jeg prøvede at gøre så mange ting på en gang for at bevise, at jeg var god nok. Et år besluttede jeg mig for at lære standarddans, tage musikundervisning og gå med i et musikensemble. Jeg troede, at jeg var nødt til at gøre så meget, jeg kunne, for at udvikle mig og mine talenter. Men på et vist tidspunkt var jeg nødt til at opgive det hele, for det blev alt for meget for mig. Jeg var så hård ved mig selv. Jeg følte mig som en taber, og det at tabe var noget af det, jeg var mest bange for.

Jeg ved, at jeg ikke er den eneste, der kæmper med perfektionisme. Så mange af os prøver at gøre vores bedste hver dag og føler os skuffede, når vi ikke fuldfører alting perfekt. Men trods vores indsats, kan ingen af os nogensinde blive helt perfekte her på jorden. Så hvordan kan vi stræbe efter fuldkommenhed, når enhver indsats synes så nyttesløs? Ældste Jeffrey R. Holland fra De Tolv Apostles Kvorum har givet et svar på det: »Så vær da fuldkomne – i sidste ende.«¹

Det er godt at stræbe efter fuldkommenhed, men det kan blive negativt, hvis vi lader os overvælde af det. Med alt det, livet kræver af os fysisk, mentalt, følelsesmæssigt, ja selv åndeligt, er det vigtigt, at vi ikke brænder vores lys i begge ender ved ikke at lade os nøje med mindre end det perfekte. Og det er endnu mere vigtigt at tænke på, hvad vor himmelske Fader beder os om. Han beder os ikke om at brænde ud ved at prøve at gøre alt for meget.

Herren siger i Lære og Pagter 10:4: »Løb ikke hurtigere eller arbejd mere, end du har fået styrke og kræfter til for at sætte dig i stand til at oversætte,



men vær flittig indtil enden.« Det kan vi anvende i vores liv. Vor himmelske Fader ønsker, at vi skal være lykkelige, og det vil vi blive, hvis vi gør, hvad han beder os om på den bedste måde, som vi kan. Også selvom vores indsats ikke er fuldkommen endnu.

Perfektion betyder at »fuldende«

Ordet *perfekt* stammer fra det latinske ord *perfectus*, der består af to dele

per (»helt«) og en afledning af *facere* (»gøre«). Så perfektion betyder faktisk »fuldendthed.« Og vi kan ikke blive fuldkommengjort uden Jesus Kristus (se Moro 10:32). Jeg tror, at mange af os tænker, at vi ikke er gode nok. Og det er vi heller ikke! Det vil sige, det er vi ikke uden Kristus. Som Ammon sagde: »Jeg ved, at jeg intet er; hvad min egen styrke angår, er jeg svag; derfor vil jeg ikke prale af mig selv, men

jeg vil prale af min Gud, for med hans styrke kan jeg gøre alt« (Alma 26:12).

Med Jesus Kristus kan vi altid stræbe efter at blive bedre, tilmed i den grad, at vi vil blive fuldendte og komplette en dag, fordi han kompenserer for vores ufuldkommenheder. »Ja, kom til Kristus, og bliv fuldkommengjort i ham, og fornægt jer selv al gudløshed; og hvis I fornægter jer selv al gudløshed og elsker Gud af al jeres kraft, sind og styrke, da er hans nåde tilstrækkelig for jer, så I ved hans nåde kan blive fuldkomne i Kristus« (Moro 10:32).

Med årene har jeg indset, at jeg ikke helt forstod og fattede, hvad Frelserens forsoning betyder for mig. Jeg tænkte, at jeg var nødt til at optræde pletfrit her på jorden, og at jeg alene måtte regne ud, hvordan jeg løftede den opgave. Men nu ved jeg, at vi aldrig er helt alene. Hvis vi bestræber os på at fokusere på Jesus Kristus og har ham i vores hjerte og sind, vil vores svagheder ændre sig til styrke – akkurat som min kamp mod perfektionisme ændrer sig. Jeg ved, at jeg ikke er fuldkommen. Men Kristus kan hjælpe os med at overvinde enhver svaghed, synd, udfordring eller frygt. Han forstår os og ved, hvordan han skal komme os til undsætning. Jeg håber, at vi alle må nyde hans uendelige kærlighed. Og indse at selvom vi ikke er fuldkomne endnu, vil vi blive det en dag, hvis vi stræber efter at følge ham. ■

Forfatteren bor i Holland.

NOTE

1. Jeffrey R. Holland, »Så vær da fuldkomne – i sidste ende«, *Liahona*, nov. 2017, s. 40.

Perfektionisme

EN FARLIG
»FIND-FEJLEN«
LEG

Der er tider, hvor vi ikke føler os gode nok. Men vi må sikre os, at vi vurderer os selv rigtigt.



Nathan Read

Da jeg var yngre, kunne jeg godt lide at lave opgaven »Find fem fejl« i vores lokale avis. Det var to næsten identiske billeder ved siden af hinanden, og udfordringen bestod i at finde de små forskelle på billederne. Hvis man koncentrerede sig nok om de enkelte elementer ved billederne, kunne man finde de fleste, om ikke alle forskellene. Formålet med denne aktivitet var ikke at påskønne billederne eller at gøre det andet billede rigtigt, formålet var at identificere enhver mangel i den ufuldendte kopi af det første billede.

En udbredt udfordring for unge voksne er at føle, at vi ikke kan måle os med den standard, som vi forestiller os, at vi burde. Vi sammenligner i stigende grad os selv med hinanden og ser en påbegyndende en fin karriere, en anden få perfekte karakterer på sit studie, endnu en med en større vennekreds og andre, som vi opfatter som venligere, klogere og mere gavmilde og yndefulde end os. Og de er sandsynligvis også yngre end os! Det er bestemt let at lege »find-fejlen« mellem os selv og folk omkring os, og vi er uvægerligt i stand til at lave en lang liste over årsager til, at andre mennesker er »bedre«, end vi er.

Denne måde at tænke på er især farlig, hvis vi tror, at vores selvværd afgøres af vores bedrifter, egenskaber eller akkumulation af verdslig velstand. Desuden identificerer vores »find-fejlen« leg sjældent de styrker og kristuslignende egenskaber, vi har udviklet i vores liv og udelader den grundlæggende sandhed, at vi alle har potentialet til at blive fuldkomne

som Kristus ... en skønne dag. Da Frelseren erklærede: »I skal være fuldkomne, ligesom jeg, eller jeres Fader som er i himlen, er fuldkommen« (3 Ne 12:48), tror jeg, at han stræbte efter at få os til at løfte blikket og give os håb – for trods alt er hans opfordring både et kald til omvendelse og et udtryk for hans tillid til, at vi kan opnå det, han beder os om. Den store udfordring for os er at hæve os over det naturlige menneskes tendens til at være misundelig, fornærmet, opgivende og tvivlende og i stedet vælge ydmyghed, omvendelse, tro og håb.

Retfærdig nu, fuldkommen senere

En del af det at overvinde den negative »perfektionisme«, som modstanderen falbyder, er at forstå, hvad perfektion egentligt er. I en tale af præsident Russell M. Nelson omkring emnet fuldkommenhed, forklarer han, at det oprindelige græske ord for *fuldkommen* i Matthæus 5:48 betyder »komplet«. ¹Ingen af os vil blive »komplette« i dette jordeliv, fuldendtheden vil komme i evighederne.

Når vi synes, fuldkommen lyder overvældende, kan vi tage enkelte skridt på vejen mod fuldkommenhed, når vi for



**Vær retfærdig
nu, forvent
fuldkommenhed
senere**



**Se hen til
Kristus**

**Forvent
fejl og elsk
omvendelse**



**Vogt jer for
stolthed og
hovmod**



eksempel betaler fuld tiende, kan vi overholde budget om tiende *perfekt*. Når vi beder dagligt, kan det være, at vi bliver *fuldkomne* til at vælge at bede hver dag. Hvert skridt på vejen mod fuldkommenhed (også kaldet pagtsstien) er udformet for at give os glæde. Regelmæssig selvransagelse vil bekræfte, om vi gør fremskridt, og at vor Fader er tilfreds med den åndelige fremdrift i vores liv.

Retfærdighed og fuldkommenhed er ikke synonyme. Hvor fuldkommenhed er et resultat, er retfærdighed et mønster for tro og omvendelse, som vi vælger hver dag. Hvis fuldkommenhed er et bestemmelsessted, så er vores pagter vores pas, og retfærdighed de enkelte trin på rejsen. Hvis det er vores

perspektiv på fuldkommenhed, kan vi håbe på det gode, der kommer, når vi tålmodigt og vedholdende udvikler retfærdige mønstre.

Forvent fejl, elsk omvendelse

På det sidste har jeg reflekteret over en udtalelse af ældste Lynn G. Robbins fra De Halvfjerds: »Omvendelse er ikke [Guds] nødplan i tilfælde af, at vi skulle fejle. Omvendelse *er* hans plan, idet han ved, vi vil fejle.«² Dette liv er en prøvestand, der er blevet givet os som forberedelse til evigheden. Omvendelse forbereder os ved at ændre måden, vi ser os selv på, og fører os nærmere på Gud og Frelseren. Vi bør forvente at fejle eller begå fejl, sandsynligvis dagligt, det bør ikke komme

som en overraskelse, ej heller bør det lede til fortvivlelse. Rent faktisk bør vi være glade, når vi indser vores mangler eller fejltag, når vi har muligheden for at arbejde sammen med Kristus om at vende vores svagheder til styrker.

Så selvom fuldkommenhed er målet, omfatter den sti, vi tager, omvendelse og fremgang hver dag med et smil på læben og taknemmelighed i hjertet.

Se hen til Kristus

Det var ældste Neal A. Maxwell (1926-2004) fra De Tolv Apostles Kvorum, der sagde: »Det vi vedholdende ønsker os, er det, som vi over tid til sidst vil blive og hvad vi vil modtage i evigheden.«³ Vores daglige valg afgør, hvem vi bliver. Hvis vores hjertes



ønske er at blive som Frelseren, og vores motivation er kærlighed til ham, vil vores valg afspejle det ønske, og vi vil ændre os.

Når vi støder på forhindringer, når vi begår fejl, og vi falder for fristelse, kan vi reagere ved at se væk fra Kristus eller også kan vi se hen til Kristus med tro, håb, tålmodighed, et sønderknust hjerte og en angerfuld ånd. Løsningen eller svaret på vores svære omstændigheder vil altid være at finde i Kristus og hans evangelium. Når vi ser hen til Kristus, vil han undervise og forandre os.

Mange af livets udfordringer falder i to kategorier: Dem vi vil overvinde i dette liv, og dem vi vil overvinde i det næste, det kan være et handicap, depression og

angst eller en konstant fristelse. Kristus har kraften til at gøre os hele. Han har kraften til at forandre os. Når vi vælger ydmyghed, accepterer vi Herrens timing, og hvis vi aktivt søger hans hjælp og vejledning, vil vi finde styrke, guddommelig opmuntring og fred.

Vogt jer for stolthed og hovmod

Modstanderen tilbyder aldrig gode løsninger på vores udfordringer. Når vi opdager vores fejl og svagheder, vil han opfordre os til at gemme dem for andre, for vi ønsker at fremstå så pletfri som muligt. Det er en form for stolthed. Kristus tilbyder altid gode løsninger på vores udfordringer, men det gør dog ikke hans løsninger lette. Herren opfordrer os for eksempel til at stole på ham, når vi deler evangeliet, hvor Satan siger, at vi ikke skal dele evangeliet, fordi vi ikke er veltalende. Men Herren lover, at han vil give os »i samme øjeblik, hvad [vi] skal sige« (L&P 100:6). Ja, modstanderen fodrer vores tvivl, hvor Herren fodrer vores tro.

Frem for at beskæftige os med at lege »Find-fejlen« og »Skjul svagheden« vil Kristus have os til at se hen til ham og engagere os i »Lav om på svagheden«. Stolthed er helt grundlæggende konkurrerende, livet blev dog aldrig skabt til at være en konkurrence. Når vi vælger Kristus som vores forbillede, ven og støtte, kan vi lægge vores skadelige sammenligninger til side og finde fred på vejen mod fuldkommenhed.

Husk, at vi alle møder udfordringer i form af ufuldkommenhed og dens

medfølgende svagheder. Hvis vi ser andre kæmpe, kan vi være en positiv styrke til at løfte dem op. Hvis vi ser andre opnå noget, kan vi tilbyde oprigtig lykønskning. Men på intet tidspunkt vil det gavne os at prøve at afgøre, om vores retfærdighed eller succes med held kan sammenlignes med andres eller ej. Andre kan måske ikke se vores værd, men det kan Gud, for ham er vores værd uendeligt. Vi vil altid være hans børn. Han elsker os ubetinget, og han er tilfreds med vores retskafne indsats for at blive som ham.

Jesus Kristus er ikke en fraværende tilskuer til vores liv. Han er nærværende, opmærksom og han arbejder for at redde os og føre os tilbage til et himmelsk hjem. Det er i hans styrke, at vi kan gøre alt og gennem ham, at intet er umuligt. I dette liv, som er kendetegnet af ufuldkommenhed, er Herren vores håb og forbillede, og han vil ikke dømme os ved at sammenligne os med vores brødre og søstre. Han ser vores hjerte, og han vil blæse vind i vores sejl på vores stadige rejse mod at blive fuldendte. Lad os handle i tro og se hen til Kristus med håb i hans løfte om, at vi i sidste ende kan »bliv[e] fuldkommengjort i ham« (Moro 10:32). ■

Forfatteren bor i Tasmanien i Australien.

NOTER

1. Se Russell M. Nelson, »Fuldkommengørelse venter«, *Stjernen*, jan. 1996, s. 86.
2. Lynn G. Robbins, »Op til syvoghalvfjerds gange«, *Liahona*, maj 2018, s. 22.
3. Se Neal A. Maxwell, »Efter vores hjertes ønsker«, *Stjernen*, jan. 1997, s. 20.

Fuldkommen *gennem Kristus*

»Kom til Kristus,
og blev fuldkommengjort i ham«
(Moro 10:32).

»Fuldkommenhed ... venter alle,
som elsker ham og holder
hans bud. Det er den slutning,
som vi skal holde ud til. Det er den
evige fuldkommengørelse, som Gud
har i vente til os hver især«
– Russell M. Nelson, »Fuldkommengørelse
venter«, *Stjernen*, jan. 1996, s. 88.



FOTO INDE I BESØGSCENTRET VED TEMPLET I ROM: MASSIMO CRISCIONE



UNGE VOKSNE

**HVAD BETYDER
FULDKOMMENHED
EGENTLIGT?**

*Hvis I kæmper med ikke
at føle jer gode nok,
er disse artikler til jer.*

40



UNGE

**BRUG DENNE MÅNEDS
KONFERENCENOTESBOG
TIL AT FORBEREDE,
LYTTE TIL OG LÆRE AF
GENERALKONFERENCEN!**

BØRN

**SPIL DETTE SPIL,
MENS I LYTTER TIL
GENERALKONFERENCEN!**

LL10

JESU KRISTI
KIRKE
AF SIDSTE DAGES HELLIGE



Lille Liahona



Læs om
Kirken i
Rusland!

Se side LL6-LL9



Præsident
Russell M.
Nelson

Tre måder at komme ud af det med andre på

Jesus lærte folk, hvordan de skulle komme ud af det med hinanden.

Tip #1: Elsk mennesker.

Jesus gav de to store bud, det første: »Du skal elske Herren din Gud af hele dit hjerte og af hele din sjæl og af hele dit sind« (Matt 22:37), og det andet: »Du skal elske din næste som dig selv« (Matt 22:39).

Buddet om at elske Gud og vores næste går hånd i hånd. Mennesker er virkelig brødre og søstre, for Gud er virkelig vores Fader.

Tip #2: Tilgiv dem.

Jesus lærte os, at vi skal tilgive alle, »for at også jeres fader i himlene kan tilgive jeres overtrædelser« (Mark 11:25).

Tip #3: Behandl andre, som I gerne selv vil behandles.

Jesus gav os den gyldne regel: »Alt, hvad I vil, at mennesker skal gøre mod jer, det skal I også gøre mod dem« (Matt 7:12).

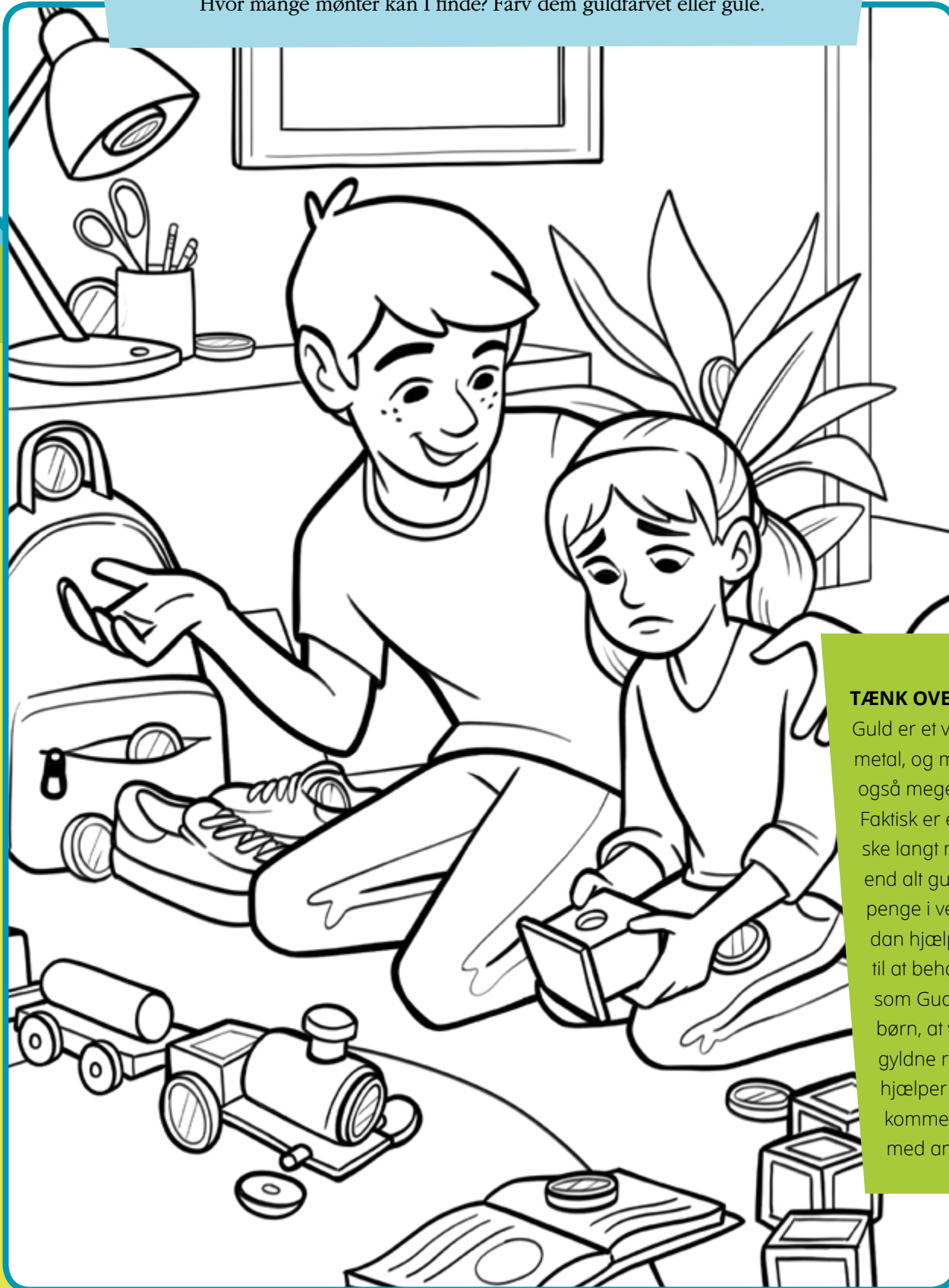
Det er let at forstå, hvorfor vi bør behandle andre, som vi selv ønsker at blive behandlet. Det er fordi, at hver eneste af Guds sønner og døtre er dyrebare (se Matt 25:40). ●

Tilpasset fra »Salige er de, som stifter fred«, Liahona, nov. 2002, s. 39-42.



Efterlev den gyldne regel

Hvor mange mønter kan I finde? Farv dem guldfarvet eller gule.



TÆNK OVER DET.

Guld er et værdifuldt metal, og mennesker er også meget værdifulde! Faktisk er et menneske langt mere værd end alt guld eller alle penge i verden. Hvordan hjælper det os til at behandle andre som Guds dyrebare børn, at vi følger den gyldne regel? Hvordan hjælper det os til at komme godt ud af det med andre?

»*Altid han svarer mig*« (Børnestjernen, mar. 1991, s. 5)

Joes søster Sariah var syg. Ikke den slags sygdom, hvor man hoster eller har ondt i maven. Mor og far sagde, at hun måske havde diabetes.

Joe vidste ikke, hvad var diabetes var, men det lød skræmmende. Så havde mor og far forklaret, at det er, når et menneskes krop har svært ved at bruge det sukker, der er i den mad, de spiser. Sariah skulle være et par dage på hospitalet for, at man kunne finde ud af, om hun havde diabetes.

Sommetider gik Sariah Joe på nerverne. Hun forsøgte at lege med hans venner. Hun havde endda smidt

fjernbetjeningen til hans videospil væk engang. Men han elskede hende alligevel højt. *Jeg vil ikke have, at hun skal være syg*, tænkte han og kunne mærke tårerne pressesede sig på.

Joes søstre hjalp Sariah med at blive klar til at komme på hospitalet. Mary fandt Sariahs rygsæk. Hannah pakkede hendes pyjamas. Lilly fandt et blødt tæppe. Joe ville også gerne hjælpe, men han vidste ikke hvordan.

Snart efter var Sariah pakket klar.

»Lad os bede, inden vi tager af sted,« sagde far. »Joe, vil du gøre det?«

Diabetes-dilemmaet

Eliza Broadbent

Baseret på en virkelig hændelse
Forfatteren bor i Utah i USA.





Joe nikkede. »Vor kære himmelske Fader,« begyndte han. »Vil du ikke nok velsigne Sariah, så hun ikke har diabetes. Vil du velsigne hende, så hun er okay.« Mens Joe bad, fik han det lidt bedre.

Da hele familien samledes til knus, fik Joe en ide.

»Vent!« sagde han. Han gik op på sit værelse og fandt den bærbare musikspiller, han havde fået i fødselsdagsgave. Han sørgede for, at Sariah yndlingsange var på den.

»Her,« sagde han og rakte den til Sariah. »Den kan du tage med på hospitalet.« Hun smilede og holdt den tæt ind til sig, mens hun gik ud til bilen.

Næste dag tog mor Joe og hans søstre med hen på hospitalet for at besøge Sariah. Joe var nervøs, da de gik igennem hospitalet. »Lad hende ikke have diabetes,« bad han for nok hundrede gang.

Da de kom hen til den stue, hvor Sariah lå, sad hun op i sengen med slanger i armen. Hun smilede lidt, da hun så dem allesammen.

»Vi har fået prøvesvarene,« sagde far. »Lægerne siger, at Sariah har type 1 diabetes. Vi må ændre noget på den mad, vi spiser sammen som familie og hjælpe hende med at tage medicin. Men ellers er hun okay.«

Joe fik en knude i maven. Han gik ud på gangen og satte sig ved siden af døren. Han begravede hovedet i sin hænder.

»Hvad er der galt, Joe?« spurgte mor, mens hun satte sig ved siden af ham.

»Jeg bad for, at Sariah ikke skulle have diabetes,« sagde Joe. »Hvorfor besvarede vor himmelske Fader ikke min bøn?«

Mor lagde armen om Joe. »Vor himmelske Fader besvarer altid vores bønner. Det er bare ikke altid på den måde, vi gerne vil have. I stedet for at tage det svære væk, svarer han os sommetider med at give os fred og hjælpe os til at være stærke. Jeg ved, at vor himmelske Fader vil hjælpe Sariah.«

Joe nikkede langsomt. Han følte ikke fred eller styrke lige nu. Men han huskede den gode følelse, han havde haft, da de bad familiebøn.

De gik sammen tilbage på stuen. Joes søstre spillede et kortspil, ligesom de gjorde derhjemme. Og alle så de glade ud, selv Sariah.

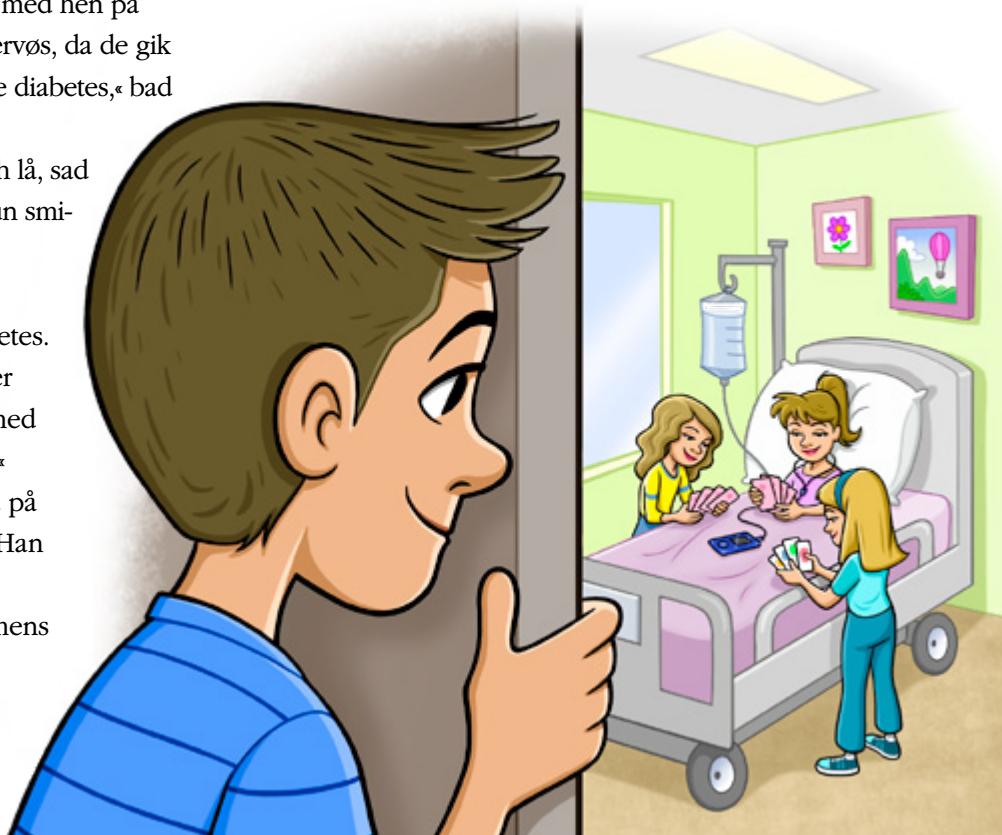
Så lagde Joe mærke til noget. Sariah havde høretelefoner rundt om halsen og hans musikspiller i skødet.

»Hun bliver ved med at høre de sange, du fandt til hende,« sagde mor. »Det hjælper hende til at være rolig.«

Joe blev helt varm indeni. Han vidste, at vor himmelske Fader allerede hjalp dem. ●

SPØRGSMÅL TIL JER

Hvordan synes I, at vor himmelske Fader besvarede Joes bønner?



Hej
fra
Rusland!



Hej,
vi hedder Paolo
og Margo.



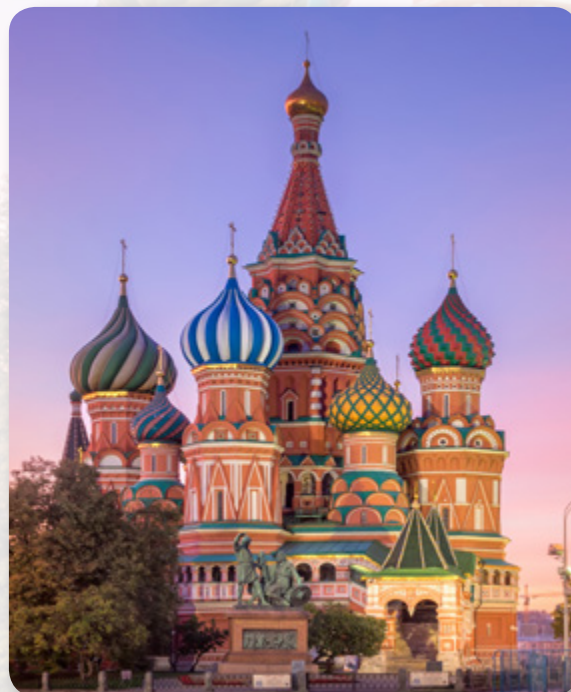
Besøg Rusland
sammen med os!



Rusland er det største land
i verden! Det spreder sig over to
kontinenter: Europa og Asien.
Det russiske nationaldyr er den
brune bjørn.



Det russiske alfabet kaldes det
kyrilliske alfabet. Her ser I et skilt
på en kirkebygning i Rusland
og en russisk Mormons Bog.



Det her er Vasilij-katedralen, et af de mest
berømte steder i Rusland. Mange mennesker
i Rusland er medlemmer af den russisk-
ortodokse kirke. De er kristne, hvilket betyder,
at de tror på Jesus Kristus, ligesom os!



I Rusland kaldes første skoledag for Kundskabens dag. Børnene synger og danser og har blomster med til deres lærer.



Suppe er meget populært i Rusland! Denne dreng spiser en kålsuppe, der kaldes *sjtji*.



Sidste år bekendtgjorde præsident Nelson, at der ville blive bygget et tempel i Rusland. Medlemmerne i Rusland blev meget glade! Det vil blive det første tempel i det kæmpestore land.

Tak, fordi I udforskede Rusland med os. Vi ses næste gang!



Mød nogle af vores venner fra Rusland!



Jeg elsker at bære mit vidnesbyrd i kirken. Jeg kan lide at læse skrifterne. Jeg elsker templet og glæder mig til at komme derind.

Eva er 8



Jesus elsker mig, og jeg elsker ham. Jeg taler om ham i skolen, og mine venner kender ham også. Jeg elsker at synge primary-sange for mine venner.

Efim er 7

Er I fra Rusland? Så skriv til os! Vi vil mægtigt gerne høre fra jer.

Frøprinsessen tilgiver

*Katya vil gerne sætte et skuespil op,
men Sonya prøver at tage over!*

Charlotte Larcabal

Kirkens Tidsskrifter
(Baseret på en virkelig hændelse)

»Vær barmhjertige, som jeres fader er barmhjertig« (Luk 6:36).

Katya bar en stor kasse, da hun gik ud af lejligheden og ud i solskinnet. Det var sommer, og i nogle få måneder ville vejret være varmt her i hendes by i Rusland. Hun satte kassen fra sig på en bænk, hvor hendes venner Dima og Sonya sad og ventede.

»Her er alt, vi har brug for til vores skuespil!« sagde Katya. Hun åbnede kassen og hev en plastikkrone og forskelligt stof i lilla, blå og røde farver frem. Med en vis kreativitet kunne det blive gode kostumer.

»Hvad skal det være for et skuespil?« spurgte Dima.

Katya smilede. »Jeg synes, at vi skal opføre »Frøprinsessen!« Det var hendes yndlingseventyr. Katya smilede, mens hun forestillede sig selv spille den smukke Vasilisa.

Sonya greb det blå stof fra kassen og viklede det omkring sig. »Jeg vil være Vasilisa!« sagde hun.



»Vent!« sagde Katya. »Det var min ide. Det betyder, at jeg bør være Vasilisa.«

»Du kan godt være hende,« sagde Sonya. Men så begyndte hun at fnise. »Mens hun er en frø!«

Katya rynkede på næsen og hev det blå stof fra Sonya. »Det er mit stykke!«

Sonya satte hænderne i siden. »Ingen gider spille med dig, hvis du skal bestemme det hele. Du er en bedre frø end prinsesse.«

Katya kunne mærke tårerne i øjnene. Hun greb sin kasse og løb indenfor, hele vejen op ad trapperne til familiens lejlighed. Hun smækkede døren i bag sig.

»Hvad er der galt?« spurgte mama. Katya brast i tårer.

»Sonya ødelægger det hele!« Katya fortalte mama hele historien. »Hun sagde, at jeg var en frø!«

»Åh, Katyusha,« sagde mama. Mama kaldte Katya for Katyusha.

»Det er jeg ked af. Det var ikke særlig sødt af hende.«

I det samme blev der banket på døren. Mama gik ud for at åbne, men Katya løb ind på sit værelse. Hun hørte nogen tale, og så kaldte mama på hende. »Kunne du tænke dig at tale med Sonya? Hun vil gerne sige noget til dig.«

»Nej!« råbte Katya.

Hun kunne høre dem tale igen, og så blev døren lukket.

»Jeg tror, at Sonya er ked af det,« sagde mama.

»Jeg er ligeglad,« sagde Katya. Hun gravede hovedet længere ned i puden.

Mama stod i døren et minuts tid. »Du ved sommetider, når jeg er rigtig vred, har jeg ikke lyst til at tilgive andre. Sommetider er jeg nødt til at bede vor himmelske Fader om hjælp til at ønske at tilgive.« Så gik hun.

Katya var for vred til at tilgive. Sonya havde såret hende! Men ... det føltes heller ikke ret godt at være vred.

Hun sukkede og knælede ned ved siden af sin seng. Katya vidste, at vor

himmelske Fader ønskede, at hun tilgav Sonya. Det var det rigtige at gøre. Men måske ønskede vor himmelske Fader, at Katya tilgav, for det også ville få Katya til at få det bedre.

»Vor kære himmelske Fader, hjælp mig til at tilgive Sonya,« sagde hun. »Jeg har ikke rigtig lyst til det, men jeg har heller ikke lyst til at være vred.«

Hun afsluttede sin bøn og trak vejret dybt. Katya kunne mærke, at hendes vrede fortog sig lidt. Det kunne hun godt klare. Hun kunne tilgive. Hun gik hen til lejligheden, hvor Sonya boede og bankede på.

Sonya åbnede og begyndte at tale med det samme. »Katya, jeg er ked af det, jeg sagde.«

»Jeg tilgiver dig,« sagde Katya. »Og jeg er ked af, at jeg hev alle mine kostumer tilbage. Du ville også være god som Vasilisa. Vi kan skiftes til at spille hende.«

Sonya smilede. »Okay. Skal vi øve nu? Så henter jeg Dima!«

Katya smilede igen. »Jeg henter kostumerne!« ●



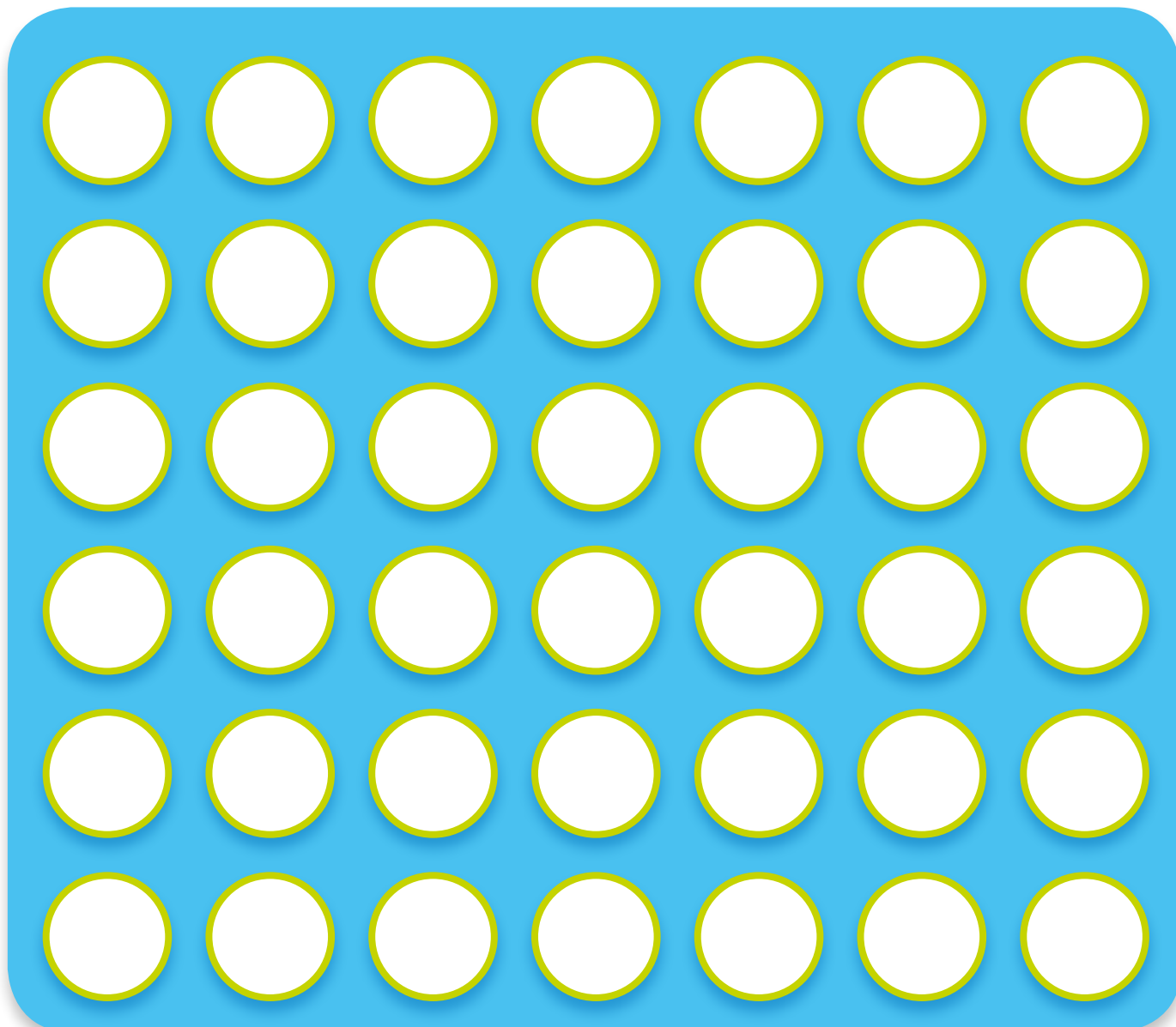
Gå efter fire til denne konference!

Spil dette spil med en makker under konferencen. Vælg først *X* eller *O*. Lyt så efter ordene på listen nedenfor.

Når I hører et af ordene, skiftes I til at skrive jeres bogstav (*X* eller *O*) i et af felterne.

Begynd på den nederste række på spillebrættet. Derefter skal hvert bogstav lægges på et andet bogstav.

Den, der først får fire på striben, vinder! ●



Børn
Befaling
Tro

Familie
Gud
Jesus

Kærlighed
Bøn
Præstedømmet

Åbenbaring
Skrifterne
Tempel

Profet
Apostel

Jeg skal snart til templet for første gang, og jeg er nervøs for tempelinterviewet. Hvilken slags spørgsmål vil biskoppen stille?

– Den nervøse i Nivå



Kære nervøse!

Listen nedenfor viser, hvilke ting din biskop eller grenspræsident vil tale med dig om. Du kan stille ham spørgsmål, hvis der er noget, du ikke forstår, hvad betyder. Du kan også tage en af dine forældre med, hvis du vil.

Vi elsker dig!

Lille Liahona



- Tror du på vor himmelske Fader, Jesus Kristus og Helligånden?
- Støtter du Kirkens ledere (som profeten, apostlene og din biskop)?



- Holder du dit sind og dit legeme rent?
- Gør du dit bedste for at holde de pagter, du indgik, da du blev døbt?
- Holder du buddene?

- Er du ærlig?
- Betaler du en fuld tiende?



Selvom du ikke skal til templet lige med det samme, kan du stadig få en tempelanbefaling, hvis du er i Unge Piger eller har Det Aronske Præstedømmet. Det hjælper dig til at huske at forblive værdig til at tage i templet!

- Overholder du visdomsordet?
- Synes du, at du er værdig til at indtræde i Herrens hus?



Slægtsforskning, skridt for skridt

**Hej,
jeg hedder
Mei.**

Jeg fandt dette
billede i en gammel
æske. På bagsiden
så jeg navnet
Fumiko.



Så vi kiggede i æsken igen
og fandt et gammelt brev,
som Fumiko havde skrevet
og flere billeder. Det var sjovt
at lære mere om hende.



Min mor sagde, at det
var et billede af min
tipoldemor Fumiko. Jeg
ville gerne finde ud af
mere om hende.

Vi gik ind på FamilySearch.org og føjede Fumiko til vores stamtræ. Vi tilføjede hendes fødselsdag og den dato, hvor hun og hendes mand, Hiroshi, blev gift.



Vi lagde også Fumikos billeder op. Hvis billedet nu skulle blive væk eller gå i stykker, kan min familie altid finde det på nettet.



Fumiko blev aldrig døbt, mens hun levede, men nu er jeg gammel nok til at tage til templet og blive døbt for hende.



Da jeg kom hjem,

skrev jeg om det i min dagbog. Jeg håber på at møde tipoldemor Fumiko en dag. Jeg vil gerne lære mere om hende og hele min familie!

I kan også lave slægtsforskning – selvom I bor langt væk fra templet.

- ▶ Skriv eller tegn billeder i jeres dagbog om jeres liv.
- ▶ Spørg jeres forældre eller bedsteforældre om deres liv.
- ▶ Upload billeder på **FamilySearch.org** ved brug af en computer, en smartphone eller en tablet.
- ▶ Læs om spørgsmålene ved et tempelanbefalings-interview på side LL11. Hvordan kan I blive tempelværdige nu?

Vi kopierede Fumikos navn og information. Så tog vi til templet, og jeg blev døbt for hende!





José kunne ikke vente med at skulle i templet. Men hvorfor var han så nervøs?

Fred i templet

José Rodríguez

(Baseret på en virkelig hændelse)

»Jeg elsker Herrens tempel, der skal jeg hen en dag«
(Børnenes sangbog, s. 99).

»Tillykke, José,« sagde biskop García. Han rakte mig min nye tempelanbefaling.

»Tak!« sagde jeg. Jeg gav ham hånden og gik ud af kontoret stirrende på det hvide papir. Jeg kunne tage til templet for at udføre dåb!

Mine *abuelos* (bedsteforældre) sad og ventede på gangen. Mine forældre kom ikke i kirke så ofte, så jeg tog normalt i kirke med abuela og abuelo. De gav mig begge et knus.

»Glæder du dig til din første tempeltur i næste uge?« spurgte abuelo, da vi gik ud af kirkebygningen.

»Ja!« sagde jeg. Men jeg havde også en sjov, snurrende følelse i min mave.

»Det bliver så rart at tage af sted sammen som familie,« sagde abuela med et stort smil.

Jeg smilede igen, men den sjove følelse ville ikke gå væk.

Da tempelturen nærmede sig, blev jeg mere nervøs. Til sidst talte jeg med abuela om det.

Hun var ved at skære grøntsager i køkkenet, men hun stoppede, da jeg kom ind. »Hvad er der galt?« spurgte hun og tørrede sine hænder i et håndklæde. »Du ser bekymret ud.«

Jeg sukkede og satte mig ved bordet. »Jeg glæder mig rigtig meget til at tage til templet. Men jeg er også nervøs.«

Abuela nikkede, som forstod hun, hvad jeg følte. »Du behøver ikke bekymre dig. Der vil være folk til at hjælpe dig hvert skridt af vejen.«

Mens hun talte, følte jeg en varm trøstende følelse sprede sig fra top til tå. Jeg vidste, at det ville blive en særlig dag.



SPØRGSMÅL TIL JER

Hvorfor synes I,
at templet er et
særligt sted?

Snart oprandt dagen for tempelturen. Jeg tog mit søndagstøj på og børstede mit hår. Abuela kom ind på mit værelse.

»Hvordan har du det?« spurgte hun.

»Spændt! Jeg kan dårlig vente med at skulle i templet.«

Abuela satte sig i fodenden af min seng og trak et stykke papir op af lommen.

»Dette er et tempelordinancekort,« sagde hun. »Det er for min bror. Han betød noget særligt for mig. Men han døde, inden han kunne blive døbt. Vil du udføre dåb for ham i templet i dag?«

Abuela rakte mig papiret. Jeg læste navnet: Ramon Rodriguez. Jeg kunne se, at Abuela elskede sin bror, og jeg var glad for, at hun betroede mig at blive døbt for ham.

»Selvfølgelig, abuela. Tak!« Jeg lagde forsigtigt kortet i min lomme.

Mens vi sad i bussen på vej mod templet i Santo Domingo, fortalte abuela mig om, da hun første gang

tog til templet med abuelo. Dengang måtte de tage hele vejen til Peru, for der var ikke noget tempel i Den Dominikanske Republik.

En time senere ankom vi til templet. Biskop García var der også. Jeg spærrede øjnene op, da vi gik op til bygningen. Den var så smuk! Jeg stoppede op for at læse ordene over døren: »Helliget Herren – Herrens hus«.

Da jeg gik igennem dørene, vidste jeg, at jeg gik ind et særligt sted. Alle mine bekymringer syntes at smelte væk. Alt var stille og roligt.

Efter jeg havde skiftet til hvidt tøj, stod jeg i dåbsbassinet med biskop García. Jeg lyttede nøje efter, da han sagde ordene i dåbsbønnen. Da han nævnte Ramons navn, blev mit legeme fyldt med fred.

Biskop García sænkede mig ned i vandet. Da jeg kom op, smilede jeg. Jeg kunne ikke vente til, jeg skulle gøre det igen! ●

Forfatteren bor i National District i Den Dominikanske Republik.



Ældste Rasband besøger Kap Verde



Apostlene rejser rundt i verden for at drage omsorg for mennesker og undervise dem om Jesus Kristus.



Ældste Ronald A. Rasband og hans hustru, søster Melanie Rasband, har besøgt Kap Verde. Det er et smukt land, der består af 10 øer ud for Afrikas kyst.



Ældste Rasband besøgte en skole for mindre børn. Mange af dem har ikke forældre, der kan tage sig af dem. De stod i række for at give ham hånden. Ældste Rasband elskede det. Han og søster Rasband har 27 børnebørn!



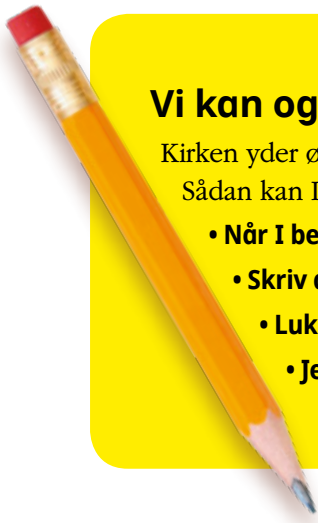
De besøgte også en gård. Medlemmer af Kirken lærer, hvordan man opdrætter grise og andre dyr, så de kan forsørge deres familie.



Folk var begejstrede for at høre ældste Rasband tale. Det var første gang, at en apostel besøgte deres land!



»Gud elsker jer. Frelseren elsker jer.«



Vi kan også hjælpe!

Kirken yder økonomisk støtte til den skole, som ældste Rasband besøgte. Sådan kan I dele jeres penge med børn som dem!

- Når I betaler tiende, kan I lægge nogle ekstra penge i konvolutten.
- Skriv det ekstra beløb under den linje, hvor der står »Humanitær hjælp«.
- Luk konvolutten og giv den til jeres biskop eller grenspræsident.
- Jeres penge hjælper folk rundt om i verden på mange måder!

Fire børn donerede penge til Kirkens humanitære fond. Følg figurernes bane for at se, hvad hver enkelt barns penge gik til.



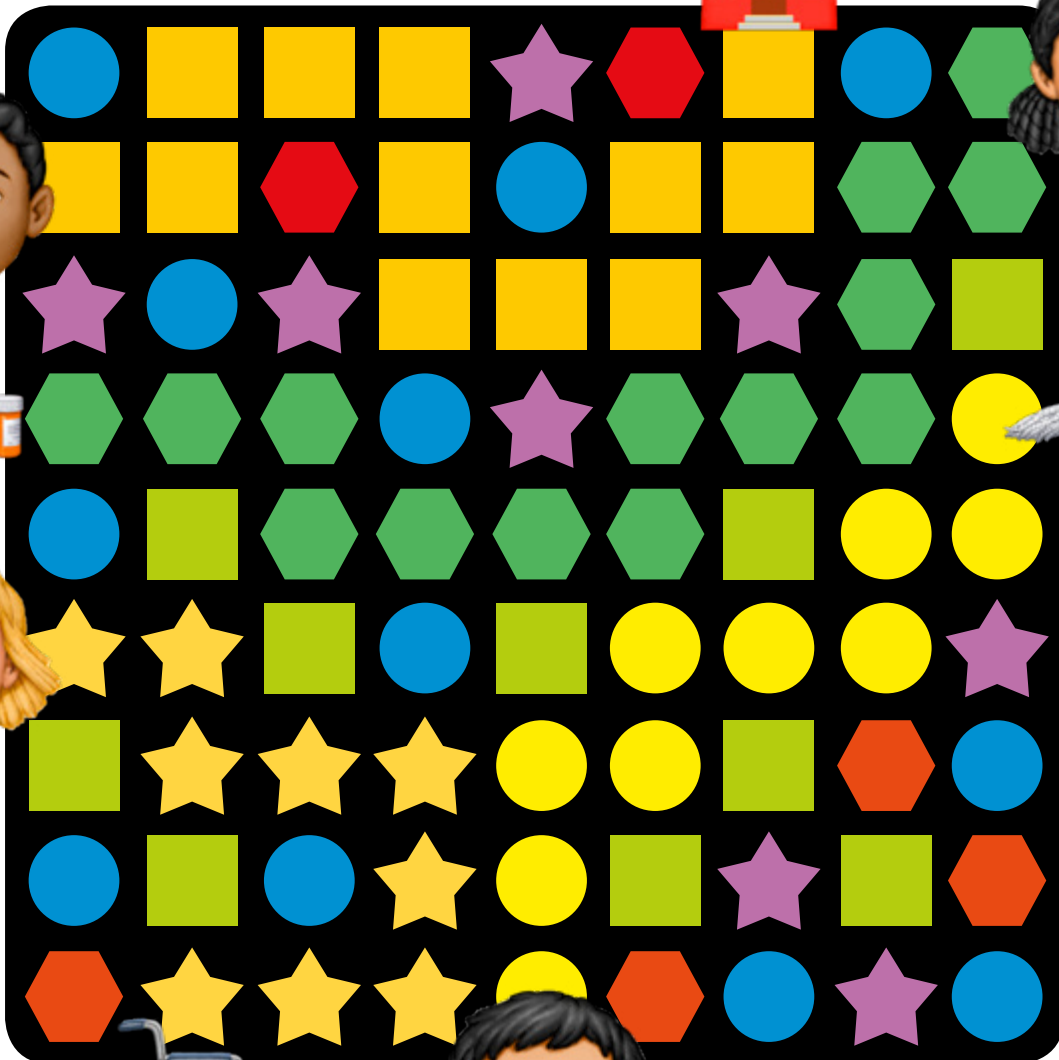
Skoler



Fødevarer og medicin



Hjælp efter oversvømmelse og jordskælv.



Kørestole



Vis og fortæl



Jeg elsker at bede. Da noget legetøj blev væk, bad jeg, og Gud hjalp mig med at finde det. Nogle gange beder jeg før klasser og fodboldskampe. Jeg holder af, når vi beder som familie, og når jeg bliver bedt om at bede i Primary. Jeg elsker at bede, for jeg ved, at vor

himmelske Fader hører mig og besvarer mine bønner.

Kirill er 9

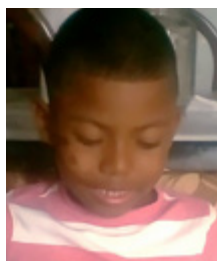


Jeg ved, at Jesus lever, og han ofrede sit liv for os. Jeg ved, at Jesus er vor Frelser og Forløser.

Maria er 10



Talus P. er 9 år og fra Virginia i USA



Jeg kan godt lide at læse i Mormons Bog hver aften og altid bede om at vide, at den er sand.

Aaron P. er 7 år og fra Esmeraldas i Ecuador



Jeg deler mine farver med mine klassekammerater.

Mira L. er 6 år og fra Central Luzon i Filippinerne



Ældste
Allen D. Haynie
De Halvfjerds

Barberingsfejlen

»Vi tror, at vi skal være ærlige« (TA 1:13).

Da jeg var ca. ni år, ville jeg gerne have et overskæg. Jeg tænkte, at jeg kunne få det ved at barbere mig i ansigtet hver dag. I adskillige dage brugte jeg min fars skraber til at barbere mig. En dag så min far, at jeg barberede mig. Han advarede mig imod at gøre det, for jeg kunne komme til skade.

Jeg må desværre indrømme, at jeg ikke adlød min far. Den næste dag barberede jeg mig igen. Da jeg barberede mig, gled skraberen ud af mine tilsæbede fingre. Den lavede en dyb flænge over min læbe. Jeg var ret bange, da jeg satte et plaster på min læbe. Men jeg var endnu mere bange for, hvad min far ville sige.

Da han kom hjem den aften og så mit sår, blev han overrasket og bekymret. Han spurgte, hvordan det var sket.

»Tja,« sagde jeg, »jeg løb hen ad fortovet, og jeg faldt lige på næsen.«

Jeg løj! Først havde jeg ikke hørt efter, og nu var jeg uærlig! Den aften kunne jeg ikke falde i søvn. Det var sent, men jeg var nødt til at fortælle far sandheden. Jeg fandt ham i stuen.

»Far, jeg løj for dig,« sagde jeg. »Jeg faldt ikke. Jeg skar mig med skraberen. Undskyld.«

Min far var stille et øjeblik. Så sagde han stille: »Du hørte ikke efter, sønnike. Og det er ikke godt. Men jeg er stolt af, at du besluttede at fortælle mig sandheden.«

Den lektie – og arret – har jeg haft glæde af lige siden. Om det er over for jeres himmelske Fader eller jeres venner og familie, så vær altid et forbilde på ærlighed og sandhed. ●



Paulus' breve

Marissa Widdison
Kirkens Tidsskrifter



Apostlen Paulus hjalp med at lede Kirken, efter Jesus døde.
Dengang var der ingen telefoner eller noget internet.
Derfor skrev Paulus breve til Kirkens medlemmer.

Paulus skrev til folk i byen Korinth.
Han fortalte dem, at de skulle tilgive
andre. Han bad dem om at være
tålmodige. Han skrev om Jesus.



Paulus skrev til folk, der boede et sted
der hed Galatien. Han fortalte dem,
at de skulle elske deres næste. Han
fortalte dem, hvordan Ånden føles.

Paulus' breve var så vigtige,
at de blev en del af Bibelen.

I kan læse dem i
Det Nye Testamente.





I kan lære noget af Paulus' belæringer. Jeg vil lytte til det, profeten og apostlene lærer os i dag! ●

Jeg elsker Bibelen!



Kære forældre

Det har været et spændende år med hensyn til templer rundt om i verden. Der er blevet indviet templer i Italien, Den Demokratiske Republik Congo, Brasilien, Haiti og Portugal. Adskillige andre templer er blevet genindviet. Dette blad indeholder adskillige artikler om templer. Jeres børn kan:

- Læse om spørgsmålene ved et tempelanbefalingsinterview (side LL11).
- Se, hvad Mei lærer om et medlem af familien, der har brug for at få udført tempelordinancer (side LL12-LL13).
- Læse en historie om et barns første tempeltur (side LL14-LL15).

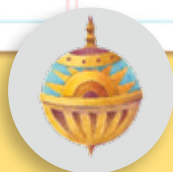
Kan jeres børn finde alle de gange, ordet *tempel* bruges i dette blad? De kan øve sig i at skrive sætningen: »Jeg elsker Herrens tempel« og tegne et billede af jeres familie ved templet. Vi vil mægtigt gerne se jeres billeder!

Hvordan har templet velsignet jer?

Lille Liahona

Sådan sender I jeres barns kunstværk eller oplevelse til *Liahona*

Gå ind på liahona.ChurchofJesusChrist.org og klik på »Submit an Article or Feedback«. Eller send en e-mail til liahona@ChurchofJesusChrist.org tillige med jeres barns navn, alder, hjemby og denne tilladelse: »Jeg [indsæt jeres navn] giver tilladelse til, at Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige må udgive mit barns indsendelse i Kirkens tidsskrifter, på hjemmesider og på de sociale medier.« Vi ser frem til at høre fra jer!



Find den skjulte Liahona indeni!

INDHOLD

- LL2** Det Første Præsidentskab: Tre måder at komme godt ud af det med andre på
- LL4** Diabetes-dilemmaet
- LL6** Hej fra Rusland!
- LL8** Frøprinsessen tilgiver
- LL10** Sjovt: Gå efter fire til denne konference!
- LL11** Hvad tænker du på?
- LL12** Slægtsforskning, skridt for skridt
- LL14** Fred i templet
- LL16** Apostle over hele verden: Ældste Rasband besøger Kap Verde
- LL18** Vis og fortæl
- LL19** Barberingsfejlen
- LL20** Historier fra skriften: Paulus' breve
- LL23** Malebogsside: Jeg elsker Bibelen!