

# Liahona



PRÆSIDENT EYRING:

## Josephs eksempel

ET MØNSTER FOR  
PERSONLIG ÅBENBARING,  
s. 12

8 sandheder,  
som blev gengivet ved det  
første syn, s. 18

Fejr genoprettelsen med  
disse aktiviteter, s. 22.

En ti-dollarseddels varige  
værdi, s. 28.

KIRKEN  
ER  
HER

# Palmyra i staten **New York**





FOTOGRAF: ANNE MICHELLE BAILEY

I gengivelsens spæde begyndelse fandt der mange vigtige begivenheder sted i og omkring Palmyra, begyndende med det første syn i lunden ved familien Smiths hjem (kopi vist til venstre).

Hektar skov, som familien Smith købte i 1817.



100



100.000

Besøger den hellige lund hvert år

Fra familien Smiths hjem til Cumorahøjen



5 KM

5.000

eksemplarer af Mormons Bog blev trykt hos Grandin Print Shop i Palmyra

Medlemmer, da Kirken blev officielt organiseret i Fayette i New York, 48 km fra Palmyra.



6

1820

Det første syn

1823

Englen Moroni besøgte Joseph Smith

1830

Mormons Bog blev trykt, og Kirken blev officielt organiseret den 6. april

2000

Templet i Palmyra i New York blev indviet den 6. april



Læs mere om Kirkens historiske steder på [history.ChurchofJesusChrist.org](http://history.ChurchofJesusChrist.org).



Omsorg gennem slægtshistorie

8



Fejring af genoprettelsen.

22



Otte sandheder fra det første syn

18

Det første syn: Et mønster for personlig åbenbaring  
*Præsident Henry B. Eyring*

12



## På hellig grund

I år fejrer vi 200-året for Joseph Smiths første syn i den smukke hellige lund. Det indledte genoprettelsen af Jesu Kristi evangelium. Den mirakuløse begivenhed ændrede historiens gang, deriblandt alle vores liv. Men det vigtigste for mig er, at den er blevet personlig og livsændrende.

Da jeg har tjent med min mand i New York/Pennsylvania Historic Sites Mission, har jeg tilbragt meget tid med at gå i den hellige lund. På familien Smiths

gård i Palmyra i New York, har jeg haft privilegiet af at vise besøgende fra hele verden og i alle livets stadier rundt.

Vi kan alle lære af familiens Smiths og andre tidligere medlemmers eksempel. Joseph Smiths første syn lærer os, hvordan man modtager åbenbaring, som præsident Eyring forklarer på side 12. Andre generalautoriteter bærer vidnesbyrd om sandfærdigheden af det syn på side 18.

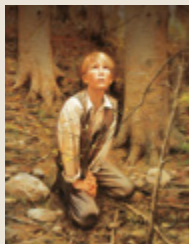
Det er min ydmyge bøn, at vi i forbindelse med fejringen af det første syn, vil tænke over alle de velsignelser, vi har modtaget som en del af denne vedvarende genoprettelse af Jesu Kristi evangelium.

Søster Karen Russon Neff

# Indhold

- 5 **Hvad sker der, efter vi dør?** 🕒
- 6 **Trosskildringer**  
**Esther Cox – Louisiana i USA** 🕒  
Esther stoler på, at vor himmelske Fader i sin kærlighed vil skærme hendes familie, deriblandt den søn hun næsten mistede.
- 8 **Principper for omsorg**  
**Omsorg gennem slægtshistorie**  
Forbindelse til vores forfædre kan åbne hjerter og gøre varigt indtryk.
- 12 **Det første syn: Et mønster for personlig åbenbaring**  
*Præsident Henry B. Eyring*  
Det kan åbne for mere åbenbaring i vores liv at følge Joseph Smiths eksempel.
- 18 **Otte sandheder fra det første syn**  
Profeter vidner om gengivne sandheder.
- 22 **Fejring af genoprettelsen** 🕒  
Aktivitetsforslag til familier og andre grupper.
- 24 **Kom og følg mig: Mormons Bog** 🕒  
Brug disse ugentlige artikler til at gøre jeres studium af Mormons Bog endnu bedre denne måned.
- 28 **Lever du et ti dollar-liv?**  
*Biskop Gérald Caussé*  
Sådan kan I se den evige værdi af noget.
- 32 **Sidste dages hellige røster** 🕒  
En ulykke får hende til at tvivle på fremtiden; et ægtepar får en speciel bog; en mand vil bare gerne hjem; det redder et ægteskab at søge Gud.
- 36 **Mine noter til konferencen**  
Oktoberkonferencen 2019 🕒
- 38 **Velsignelser ved selvhjulpethed**  
**Ånden gjorde forskellen** 🕒  
Molly fandt to hovedingredienser til at åbne sit eget bageri.
- 40 **Hvordan taler jeg med mine børn om mentalt helbred?** 🕒  
Sådan kan I tage hul på samtalen.

🕒 Hurtiglæst



På omslaget  
Mit hjertes ønske,  
af Walter Rane

## Afsnit

### Unge voksne

# 42

Går I igennem en **svær tid**? Livet er ikke let, men **vor himmelske Fader har en plan** for enhver af os. I denne måned fortæller unge voksne om, hvordan de **finder håb og heling** i modgang.



### Unge

# 50

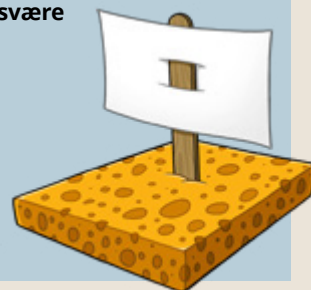
Læs om, hvad det **første syn lærer jer om, hvem I er**; ligesom Nefi opdager en ung mand **værdien af hårdt arbejde**; Joseph Smith viser, **hvordan vi kan modtage svar fra Gud**.



### Børn

## Lille Liahona

Byg et skib, **som Nefi** gjorde. Læs om medlemmer af Kirken i Brasilien. **Lær, hvordan man håndterer svære følelser**.



## FEBRUAR MÅNEDS DIGITALE ARTIKLER



### Tre sandheder jeg har lært ved at studere Joseph Smith

Jessica Nelson

En ung historiker deler sin indsigt i spørgsmål omkring Kirkens historie.



### Sådan fandt jeg tro, da jeg følte, at jeg havde mistet alt

Jennifer Enamorado

Et medlem i Honduras fortæller om, hvordan hun trængte sig frem efter en ulykke, der ændrede hendes liv.



### Vendte mine hvorfor'er til hvordan'er

Lydia Tava'esina Pickard

En ung missionær i Australien fortæller, hvordan et spørgsmål ændrede hendes syn på livets prøvelser.



### Vor himmelske Fader lader os sommetider vente på åbenbaring – og det er i orden.

Meg Yost

En ung voksen fortæller om Guds godhed og sandhed omkring timingen af svar på vores bønner.

#### FEBRUAR 2020, ÅRGANG 169, NR. 2 LIAHONA 16717 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, Ulysses Soares

**Redaktør:** Randy D. Funk

**Vejledere:** Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Sharon Eubank, Walter F. González, Larry S. Kacher, Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Vern P. Stanfill

**Adm. direktør:** Richard I. Heaton

**Leder af Kirkens Tidsskrifter:** Allan R. Loyborg

**Forretningsfører:** Garff Cannon

**Chefredaktør:** Adam C. Olson

**Vicechefredaktør:** Ryan Carr

**Udgivelsesassistent:** Camila Castrillón

**Redaktion:** 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, José Chavez, Thomas G. Cronin, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marrisona 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@ChurchofJesusChrist.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.ChurchofJesusChrist.org; med post til Liahona, Fl. 23, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150-0023, USA; eller med e-mail til liahona@ChurchofJesusChrist.org

Liahona (et ord fra Mormons Bog, som betyder »kompass« eller »vejviser«) udgives på albansk, armensk, bislama, bulgarsk, cambodjansk, cebuano, dansk, engelsk,

estisk, fiji, finsk, fransk, græsk, haitiansk, hollandsk, indonesisk, islandsk, italiensk, japansk, kinesisk, kinesisk (forenklet), kiribati, koreansk, kroatisk, lettisk, litauisk, malagassisk, marshallsisk, mongolsk, norsk, polsk, portugisisk, rumænsk, russisk, samoansk, slovensk, spansk, svensk, swahili, tagalog, tahitiansk, thai, tjekkisk, tonga, tysk, ukrainsk, ungarsk, urdu og vietnamesisk. (Antal numre pr. år varierer fra sprog til sprog).

© 2020 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@ChurchofJesusChrist.org.

**For readers in the United States and Canada:** February 2020 Vol. 169 No. 2. LIAHONA (USPS 311-480) Danish (ISSN 1522-9165) 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.

## LÆS MERE

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

- Finde seneste nummer.
- Se indhold, der kun findes digitalt.
- Søge i tidligere numre.
- Indsende jeres historier og feedback.
- Tegne abonnement eller give et som gave.
- Styrke jeres studium med digitale værktøjer.
- Dele yndlingsartikler 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 på liahona.ChurchofJesusChrist.org eller til:

Liahona, floor 23

50 E North Temple Street

Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

## HVAD SKER DER, EFTER VI DØR?



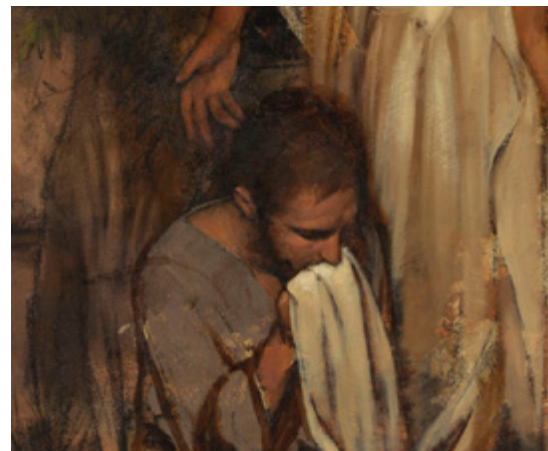
### 1. Ånde verdenen:

»De retfærdiges ånder bliver modtaget i en tilstand af lykke, som kaldes paradys, en tilstand af hvile, en tilstand af fred« (Alma 40:12).



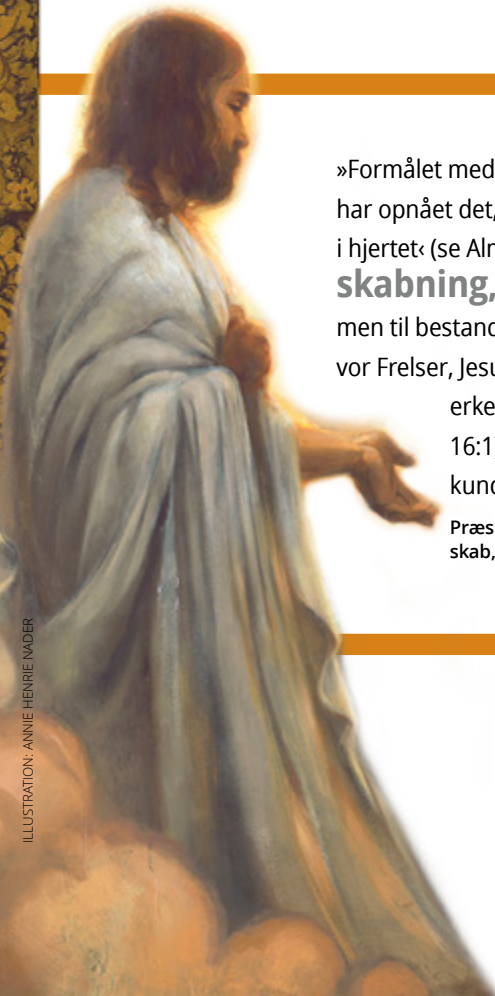
### 2. Opstandelse:

»Sjælen skal blive bragt tilbage til legemet og legemet til sjælen, ja, og hvert lem og led skal blive bragt tilbage til sit legeme, ja, end ikke et hår på hovedet skal gå tabt, men alt skal blive bragt tilbage til dets rette og fuldkomne skikkelse« (Alma 40:23).



### 3. Dommen:

»Når alle mennesker er overgået fra denne første død til livet, i og med at de er blevet udødelige, skal de stå foran Israels Helliges dommersæde« (2 Ne 9:15).



»Formålet med denne endelige dom er at afgøre, hvorvidt vi har opnået det, som Alma beskriver som en »mægtig forandring i hjertet« (se Alma 5:14, 26), hvor **vi er blevet en ny skabning**, så vi ikke mere har tilbøjelighed til at gøre ondt, men til bestandigt at gøre godt« (Mosi 5:2). Den, der afgør det, er vor Frelser, Jesus Kristus (se 2 Ne 9:41). Efter hans dom vil vi alle erkende, at »hans straffedomme er retfærdige« (Mosi 16:1), fordi han i sin alvidenhed har fuldkommen kundskab om alle vores handlinger og ønsker.«

Præsident Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det Første Præsidentskab, »Renset ved omvendelse«, *Liahona*, maj 2019, s. 93.



### 4. Herlighedsgrader:

»Derfor skal alt blive bragt tilbage til dets rette orden, enhver til sin naturlige skikkelse – dødelighed oprejst til udødelighed, forgængelighed til uforgængelighed – oprejst til uendelig lykke for at arve Guds rige, eller til uendelig elendighed for at arve Djævelens rige« (Alma 41:4).



## Esther Cox

Louisiana i USA



*Det var blot endnu en dag med oversvømmelse, efter intense regnskyl havde ramt det sydlige Louisiana. Men da Esther Coxs toårige søn, Matthew, faldt ned i den dybe, hurtige strøm i en nærliggende grøft, blev det den værste dag i hendes liv. Da Esthers mand, George, fandt Matthew, havde han været i vandet i 15 minutter.*

LESLIE NILSSON, FOTOGRAF

De kaldte Matthews tilstand for »nærdrukning med hypoksi«, hvilket betyder hjerne-skade på grund af iltmangel. Det var den værste dag i mit liv, men vor himmelske Fader gav ham tilbage til mig. Han er stadig min lille dreng. Jeg har passet ham i 20 år. Vi har vores op- og nedture, men han er en velsignelse. Han er skøn. Og vor himmelske Fader har hjulpet mig igennem det hele.

Der er ingen kærlighed, som den et menneske med særlige behov viser. Vi elsker hinanden meget højt. Vi har et særligt bånd. Gud velsigner mig. Det gør han virkelig.

### LÆS MERE

Se mere om Esthers trosrejse, inklusive flere billeder, i Evangelisk bibliotek eller i onlineversionen af denne artikel på [ChurchofJesusChrist.org/go/2206](https://ChurchofJesusChrist.org/go/2206).

Læs mere om familier bag folk med særlige behov på [ChurchofJesusChrist.org/go/2207](https://ChurchofJesusChrist.org/go/2207).

# Principper for omsorg

## OMSORG GENNEM SLÆGTSHISTORIE

**A**t hjælpe nogle med deres slægtsforskning er en stærk måde at drage omsorg på. Når I forbinder andre med deres forfædre gennem historier og detaljer, så fylder I et tomrum i deres hjerte, som de ikke altid ved, at de har (se Mal 3:23-24).

Uanset om det drejer sig om et livslangt medlem af Kirken eller nogle, der aldrig har hørt om Jesu Kristi gengivne evangelium, så har alle Guds børn en længsel efter at vide, hvad de er rundet af.

Det tager ofte ikke så lang tid at gøre et dybt og varigt indtryk, som vi viser i de følgende beretninger.





ILLUSTRATIONER: JOSHUA DENNIS; BAGGRUNDSBILLEDER: MOBILTELEFON FRA GETTY IMAGES

## Fandt familie i 9000 meters højde

**D**a jeg sad på et fly hjemad forleden, sad jeg ved siden af Steve, som fortalte mig om sit liv. Han havde bestået sin high school-eksamen, gået ind i militæret som kommunikationsspecialist i en alder af 18 og var snart efter begyndt at arbejde i Det Hvide Hus, hvor han sørgede for kommunikationsstøtte til den amerikanske præsident. Fra han var 18 til han var 26, havde han tjent to amerikanske præsidenter. Hans historie var fascinerende!

»Steve,« sagde jeg, »du er nødt til at skrive disse historier ned til dine efterkommere! De har brug for at høre disse historier fra dit perspektiv.« Han var enig.

Så tilskyndede Ånden mig til at spørge ham om, hvad han vidste om sine forfædre. Steve vidste lidt om sin mors familie, blandt andet historien om, hvordan hans familie engang havde spist middag med Abraham Lincoln, da han rejste landet tyndt i forbindelse med sin præsidentkampagne i 1860.

Han vidste dog meget lidt om sin fars familie. Han ville gerne vide mere. Jeg hev min telefon frem og åbnede FamilySearch-appen. »Steve, vi kan finde din familie med det samme!«

Jeg koblede mig på flyets Wi-Fi. Jeg lagde min mobil på bakkebordet foran mig, så vi begge kunne se. Vi søgte i FamilyTree. I løbet af nogle minutter stirrede vi begge på hans oldefars og oldemors vielsesattest.

»Det er dem,« sagde han. »Nu husker jeg hendes efternavn!«

En ånd af begejstring blev øst ud over os. Vi arbejdede på at oprette profiler på hans mindre kendte forfædre i de næste 45 minutter. Han bad mig om at love ham, at vi kunne fortsætte vores søgen sammen i Colorado. Vi udvekslede kontakt-oplysninger, da flyet skulle lande.

Her var vi 9000 meter oppe i luften med en lille enhed på størrelse med min hånd, og ledte efter en mand og kvinde, der var blevet gift for 100 år siden, og som han og familien



havde glemt. Ufatteligt! Men vi fandt dem. Familier blev forbundet. Historier blev husket. Der blev følt taknemmelighed for teknologien og værktøjerne. Det var intet mindre end et mirakel.

**Jonathan Petty er fra Colorado i USA**

## Opskrift på omsorg

Ashley, en søster jeg drager omsorg for, og jeg har begge kogebøger fra vores bedstemødre. Hendes stammer fra hendes oldemor, og min har jeg samlet, da jeg arvede min farmors opskriftskasse, da hun døde.

Ashley og jeg valgte begge en opskrift fra vores kogebøger, og vi mødtes efter arbejde en aften for at prøve dem. Hun valgte en opskrift på en blondie dessert, så den lavede vi først og satte i ovnen. Jeg havde valgt en »pink chip dip« – som var en klassiker til familien Greenwoods sammenkomster. Ashleys datter Alice hjalp os med at prøvesmage maden. Da Ashley ikke syntes, at hendes børn skulle spise hele kagen, skar hun den ud og afleverede den hos de søstre, hun drager omsorg for.

Det jeg bedst kunne lide ved vores opskriftaften var, at mens vi lavede mad og bagte, talte vi om alle de regulære omsorgsemner – det vi kæmpede med. Men vi talte også om vores bedstemødre og mødre, som vi begge var meget knyttet til.

**Jenifer Greenwood er fra Utah i USA**



## Omringet af ny familie

Maria havde ikke været så aktiv i mere end 20 år. Nogle måneder forinden havde vi tilbragt nogle timer med hende hjemme hos os, og søgt efter hendes familie i folketællinger og andre optegnelser. På et tidspunkt brast hun i tårer og sagde: »Jeg har lært mere om min familie på to timer, end jeg har vidst hele mit liv!«

Da vi skulle til at tage afsked, viste vi hende funktionen »Relatives around me« på FamilyTree appen. Det viste sig, at både min mand og jeg var fjernt beslægtet med Maria. Så brast hun i tårer igen og sagde, at hun havde tænkt, at hun var alene. Hun havde ingen anelse om, at hun havde familie i området. Nogle få uger senere mødtes Maria med vores biskop. Nu arbejder hun på at kunne komme i templet, og hun har mødt mange »nye« fætre og kusiner i vores menighed!

**Carol Riner Everett er fra North Carolina i USA**





## Specifikke måder at hjælpe på

Slægtshistorie kan åbne muligheder for at drage omsorg, når der ellers virker helt lukket. Her er et par idéer, I kan prøve af.

- Hjælp dem med at uploade billeder på FamilySearch.
- Hjælp dem med at optage og uploade lydoptagelser med familiehistorier, især nogle der passer med billeder.
- Lav et viftediagram eller et andet slægtshistorisk dokument, I kan udskrive og give som gave.
- Lær dem, hvordan man fører sin egen historie ved at skrive dagbog på en måde, de kan lide. Lyddagbog? Fotodagbog? Videoklip? Der er mange muligheder for dem, der ikke foretrækker den traditionelle dagbog.
- Tag til templet sammen for at udføre ordinancer for jeres forfædre. Eller tilbyd at udføre ordinancer for deres aner, hvis de har flere navne, end de selv kan klare.
- Kom sammen for at dele familietraditioner.
- Tag et kursus i slægtsforskning sammen. ■



### OPFORDRING TIL HANDLING

Tænk på dem, I drager omsorg for. Hvordan kan I bruge slægtsforskning til at velsigne dem?

### FORTÆL OM JERES OPLEVELSER

Send os jeres erfaringer med at drage omsorg for andre, eller hvordan andre har draget omsorg for jer. Gå ind på [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org) og klik på »Submit an Article or Feedback«.





**Præsident  
Henry B. Eyring**  
Andenrådgiver  
i Det Første  
Præsidentskab

# Det første syn

## Et mønster for personlig åbenbaring

Profeten Joseph Smith viste os igennem sin oplevelse i den hellige lund, hvordan vi kan gøre det at modtage personlig åbenbaring til en del af vores daglige liv.

**200**-årsdagen for det vi kalder for »Joseph Smiths første syn« er en stor mulighed for os til at øge vores tro på hans profetiske mission og lære af hans eksempel til selv at blive bedre til at modtage personlig åbenbaring fra Gud.


Da den 14-årige Joseph Smith gik ud i en lille lund i Palmyra i New York i USA, vidste han, at Gud kommunikerer med sine dødelige børn. Han troede på de ord, han havde læst i Bibelen:

»Men hvis nogen af jer står tilbage i visdom, skal han bede om at få den af Gud, som giver alle rundhåndet og uden bebrejdelser, og så vil han få den.

Men han skal bede i tro, uden at tvivle; for den, der tvivler, er som en bølge på havet, der rejses og brydes af vinden« (Jak 1:5-6).

Joseph Smith handlede frygtløst på det løfte, ligesom vi alle kan. Præsident Russell M. Nelson har sagt dette om vores mulighed: »Hvis Joseph Smiths sublime oplevelse i den hellige lund lærer os noget, så er det, at himlene er åbne, og at Gud taler til sine børn.«<sup>1</sup>

Gud holder sit løfte om at kommunikere med sine børn, mens de lever på jorden, hvis de spørger og kvalificerer sig til at modtage den kommunikation. Profeten Joseph



Smith viste os igennem sin erfaring med det første syn og den store strøm af åbenbaring, der kom til ham i forbindelse med genoprettelsen, hvordan vi kan modtage personlig åbenbaring som en del af vores daglige liv.

»Når vi er rede til at komme til ham, er han rede til at komme til os,« lærte Joseph os.<sup>2</sup>

### Himlene er åbne

Det er op til os at handle, så vi kan modtage de budskaber af sandhed, som vor himmelske Fader er rede til at sende os som åbenbaring, og anerkende det, som han allerede har sendt. Joseph Smiths erfaring er et eksempel på dette. Han havde sandsynligvis læst Jakobs Brev og andre bøger i Bibelen flere gange, ligesom vi har. Men en dag forstod han ved Helligåndens indflydelse det budskab, der førte ham ud i den hellige lund. Her er hans beretning om opdagelsen af et budskab fra Gud, der var blevet sendt lang tid forinden:

»Mens jeg led under de kolossale vanskeligheder, som var forårsaget af striden mellem de forskellige samfund af religionsentusiaster, læste jeg en dag Jakobs Brev, første kapitel og femte vers, hvori der står: *Hvis nogen af jer står tilbage i visdom, lad ham da bede Gud derom, som giver alle mennesker rundhåndet og uden bebrejdelser, og så skal den blive givet ham.*

Aldrig har et skriftsted gjort stærkere indtryk på noget menneskes hjerte, end dette dengang gjorde på mig. Det syntes med stor kraft at trænge ind i hvert af mit hjertes følelser. Jeg grundede over det igen og igen, da jeg vidste, at hvis nogen havde brug for visdom fra Gud, så var det mig; for jeg vidste ikke, hvad jeg skulle gøre, og medmindre jeg kunne få mere visdom, end jeg da havde, ville jeg aldrig finde ud af det, for de forskellige sekters religionslærere forstod det samme skriftsted på så forskellig måde, at al tillid til at kunne afgøre spørgsmålet ved at henvise til Bibelen blev tilintetgjort« (JS-H 1:11-12).

Joseph Smiths erfaring er et mønster, vi kan følge til at forstå personlige budskaber fra Gud. Hvorfor trængte et skriftsted ind i enhver af hans hjertes følelser med stor kraft? Og hvorfor overvejede han det igen og igen?

Der kan være mange grunde til, at Gud kunne tale så kraftigt til den unge Joseph, men en primær årsag var, at hans hjerte var rede.

### Et sønderknust hjerte er et forberedt hjerte

Joseph havde et knust hjerte af mindst to årsager. Han ønskede tilgivelse for sine synder og svagheder, som han vidste, at han kun kunne opnå gennem Jesus Kristus. Og han var desperat efter at vide, hvilken af de stridende kirker der var den sande, og hvilken han skulle slutte sig til.

Joseph var blevet forberedt med tro på, at Jesus er Kristus, hans Frelser. Med den tro og et ydmygt hjerte, var han rede. Han sagde om sine følelser på det tidspunkt: »Jeg anråbte Herren om nåde, for der var ingen andre, hvortil jeg kunne gå for at modtage nåde.«<sup>3</sup>

Han var forberedt, som vi kan blive, til at gøre krav på løftet i Jakobs Brev. Den strøm af åbenbaring, der kom, gjorde Herren i stand til at ændre Josephs liv og velsigne livet for alle vor himmelske Faders børn og deres familie, der har levet eller som kommer til at leve på denne jord.

En ophøjet velsignelse for jer og mig er, at vi af Josephs eksempel kan lære, hvordan vi modtager lys og kundskab fra Gud. Ved at følge Josephs eksempel, kan vi bringe varig glæde til dem, vi elsker og tjener for Herren. Og derefter kan deres eksempel viderebringe velsignelsen personlig åbenbaring i en endeløs kæde, som vi ikke kan se, men som vor himmelske Fader kan.

### Forbereder os på åbenbaring

Josephs eksempel på forberedelse til at modtage personlig åbenbaring var enkel og let at efterligne, men det er ikke nødvendigvis et enkelt sæt trin, hvor det ene fører til det andet. I er hver især et af Guds unikke børn, så I har forskellige



indlæringssevner og forskellige måder at lære sandheden på. Og alligevel kan man af Josephs eksempel se, hvordan et par få åbenbaringer af lys og sandhed er afgørende for at forberede sig til fortsat personlig åbenbaring. Det faktum kendte Herren, da han gav os nadverbønnerne som det forbedelsesmønster på at modtage personlig åbenbaring gennem Helligånden.

Det er måske anderledes for jer, men når jeg hører ordene »O Gud, du evige Fader« (L&P 20:77, 79) fyldes jeg af en varm følelse af kærlighed. Ordene i nadverbønnerne minder mig om, hvordan jeg følte det, da jeg kom op af dåbsbassinet i Philadelphia i Pennsylvania i USA, da jeg var otte år gammel. Jeg vidste, at Jesus var min Frelser, og jeg følte glæden ved at være ren. Sommetider mindes jeg et maleri af ham på korset, og hvor han kommer ud af graven. For det meste er det en følelse af taknemmelighed og kærlighed til ham, der fylder mig.

Når jeg hører ordene, om jeg altid vil »erindre ham og holde hans befalinger,« føler jeg et ydmygt behov for omvendelse og tilgivelse. Når jeg så hører løftet om, at jeg altid må have hans Ånd hos mig (se L&P 20:77), føler jeg, at det er sandt. Og hver gang føler jeg lethed, fred og tillid til, at jeg kan høre åbenbarede budskaber fra Gud.

Den fjortenårige Joseph Smith havde ikke nadverbønnerne, da han blev beredt til de personlige åbenbaringer, der kom i den hellige lund og resten

af hans liv. Men han fulgte et mønster, som vi alle kan følge for at kvalificere os til vedvarende personlig åbenbaring:

- Han studerede de ord, Gud allerede havde åbenbaret i skrifterne.
- Han overvejede det, han læste og følte.
- Han vendte ofte og omhyggeligt tilbage til skrifterne.
- I den tro han fik ved at studere og granske, besluttede han sig for at bede.
- Da åbenbaringen kom, modtog han sandhed og lys, han levede efter den sandhed, han var blevet givet og søgte mere sandhed.
- Han vendte tilbage til skrifterne og modtog yderligere åbenbaring fra Gud, som han nedskrev.
- Han fortsatte med at bede og adlyde og modtog således mere lys og vejledning.



Præsident Nelson har beskrevet den vidunderlige mulighed, der åbner sig, når vi følger Joseph Smiths eksempel: »På samme vis, hvad vil jeres søgen åbne for jer? Hvilken visdom mangler I? Hvad føler I et presserende behov for at vide eller forstå? Følg profeten Josephs eksempel. Find et roligt sted, hvor I regelmæssigt kan gå hen. Ydmyg jer for Gud. Udøs jeres hjerte for vor himmelske Fader. Vend jer til ham for svar og trøst.«<sup>4</sup>

### **Satan modsætter sig åbenbaring**

Når I følger Joseph Smiths eksempel, vil I studere hans eksempel på mod og udholdenhed nøje. I møder måske ikke den samme modstand, han mødte i den hellige lund, når I beder, men det vil være klogt at huske på den. Joseph beskrev modstanden på denne måde:

»Efter at jeg var kommet ud til det sted, som jeg tidligere havde udvalgt mig, og efter at jeg havde set mig omkring og sikret mig, at jeg var alene, knælede jeg ned og begyndte at opsende mit hjertes ønsker til Gud. Næppe havde jeg gjort dette, førend jeg straks blev grebet af en magt, der fuldstændig overvældede mig og havde en så forbavsende virkning på mig, at den bandt min tunge, så jeg ikke kunne tale. Tæt mørke samlede sig omkring mig, og det forekom mig en tid, som om jeg var dømt til pludselig undergang.

Men ved at anvende alle mine kræfter på at anråbe Gud om at udfri mig af den fjendes magt, som havde grebet mig, og i netop det øjeblik, da jeg var rede til at synke ned i fortvivlelse og overgive mig til undergang – ikke

til en indbildt tilintetgørelse, men til den magt, der blev udøvet af et virkeligt væsen fra den usynlige verden, og som havde en så forunderlig magt, som jeg aldrig før havde følt hos noget væsen – netop i dette forfærdelige øjeblik så jeg en lyssøjle lige over mit hoved, som var stærkere end solens glans, og som dalede gradvis ned, indtil den faldt på mig« (JS-H 1:15-16).

Den forfærdelige modstand, der varede ved hele Josephs liv, kom af, at Lucifer ønskede at standse den åbenbaring, der ville føre til genoprettelsen af Jesu Kristi evangelium. Jeres bønner om åbenbaring fra Gud vil møde mindre modstand, men I er nødt til at følge Josephs eksempel på mod og udholdenhed.

Satan vil sandsynligvis bruge mere diskrete metoder for at modarbejde jeres indsats for at modtage og bibeholde personlig åbenbaring. En måde vil være ved at sende jer løgne, hans metode bag falsk åbenbaring. Han vil prøve at nå jer med budskaber, der har til formål at få jer til at tro, at der ikke er nogen Gud, ingen

opstanden Jesus Kristus, ingen levende profeter eller åbenbaring, at Joseph Smith blev ført bag lyset, og at jeres følelser og Helligåndens hvisken er »af et vanvittigt sind[s]« vrangforestillinger (Alma 30:16).

Han vil lancere de løgne for jer, ligesom han angreb Joseph Smith, i det selv samme øjeblik, I skal til at bede, og igen efter I har modtaget åbenbaring. Jeg har fundet to måder at undslippe de angreb på.

For det første, udsæt aldrig en tilskyndelse til at bede. Giv ikke plads til, at der opstår tvivl. Præsident Brigham Young (1801-1877) sagde engang, at for den person, der venter, til han føler sig i humør til at bede, er der mindre sandsynlighed for, at han beder.<sup>5</sup>

For det andet, skriv hurtigt de budskaber ned, som I modtager fra Gud. Jeg har opdaget, at det åndelige indtryk, der var klart i et øjeblik, kan være sløret eller væk få minutter senere. Selv midt om natten har jeg lært at stå op og skrive indskydelserne ned. Ellers går de måske tabt.

På dette område lærer Joseph os en anden ting. Han nedskrev oplevelsen med det første syn flere gange, og han beskrev den for adskillige mennesker i årenes løb. Ligesom andre profeter, måtte selv profeten Joseph lære vigtigheden af og vanskeligheden i at beskrive åbenbaret sandhed med ord.

## Åbenbaring velsigner vores efterkommere

Ligesom Joseph Smith kan vi velsigne vores børn og vores børns børn med åbenbaringsord, som vi modtager fra Gud. Eftersom vi er

individer med unikke behov, er det måske kun noget af den åbenbaring vi modtager til os selv, der kan anvendes af dem, vi skal stå til ansvar for hos Gud. Men det nedskrevne bevis på, at Gud har talt til os, kan for dem være den samme velsignelse, som profeten Joseph gav os.

Det første syn viser os, at himlene er åbne. Gud hører vores bønner. Han åbenbarer sig selv og sin Søn for os. Helligånden taler til hjertet hos dem, der er beredt til at høre og føle den stille, sagte røst. Vi kan give den viden og det budskab videre til dem, vi elsker og som vil følge os.

Takket være vor menneskekærlige Fader i himlen, der elsker os, hører vores bønner og i vor tid sagde om Frelseren: »*Det er min elskede Søn. Hør ham!*« (JS-H 1:17). Takket være Herren Jesus Kristus, der genoprettede sin kirke gennem profeten Joseph Smith. Og takket være Helligånden, der er ivrig efter at være vores faste ledsager.

Jeg vidner om, at svaret på barnets bøn er »ja.«

*Himmelske Fader, er du virk'lig der?*

*Hører du og besvarer hver en bøn jeg be'r?*<sup>6</sup>

Jeg beder til, at vi, ligesom profeten Joseph Smith og vores levende profeter i dag, vil acceptere invitationen fra vores kærlige himmelske Fader, fra vor Frelser og fra Helligånden til at modtage lys og sandhed igennem personlig åbenbaring hver dag i vores liv. ■

### NOTER

1. Se Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, *Liahona*, maj 2018, s. 95.
2. *Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith*, 2007, s. 39.
3. Joseph Smith, i »First Vision Accounts«, 1832 Account, Gospel Topics Essays, [ChurchofJesusChrist.org/topics/essays](http://ChurchofJesusChrist.org/topics/essays).
4. Se Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, s. 95.
5. Se *Kirkens præsidenters lærdomme: Brigham Young*, 1997, s. 45.
6. »Barnets bøn«, *Børnenes sangbog*, s. 6-7





# Otte sandheder fra det første syn

**E**n klar forårmorgen for 200 år siden viste Gud Faderen og hans Søn, Jesus Kristus, sig for den unge Joseph Smith i en stille skovlysning i et landligt område i staten New York. Denne mirakuløse begivenhed gjorde ende på århundredes usikkerhed og spekulation omkring Guds beskaffenhed, behovet for fortsat åbenbaring og andre evige sandheder, der for længst var blevet glemt eller sløret af åndeligt mørke.

Præsident James E. Faust (1920-2007), andenrådgiver i Det Første Præsidentskab, omtalte det første syn som »muligvis den mest enestående begivenhed på jorden siden Kristi opstandelse,« udledte otte sandheder, der blev gengivet til jorden ved denne bemærkelsesværdige begivenhed.<sup>1</sup> Idet vi fejrer 200-året for det første syn, kan vi overveje disse sandheder og de mange vidnesbyrd fra nutidsprofeter, der ikke alene vidner om vitterligheden af det første syn, men også om de sandheder, det afdækkede.



### 1. Gud vor Fader er et personligt væsen, og mænd og kvinder blev skabt i hans billede.

» I de minutter det [første syn] varede, hvor mange det end var, så lærte Joseph Smith mere om Guds væsen end alle de største lærde gennem alle tider havde lært.« – **Præsident Gordon B. Hinckley (1910-2008)**<sup>2</sup>

» **G**ud vor Fader har ører, så han kan høre vores bønner. Han har øjne, så han kan se vores gerninger. Han har en mund, så han kan tale til os. Han har et hjerte, så han kan føle barmhjertighed og kærlighed. Han er virkelig. Han lever. Vi er hans børn, som er skabt i hans billede.« – **Præsident Thomas S. Monson (1927-2018)**<sup>3</sup>

### 2. Jesus er en person, der er separat og særskilt fra Faderen.

» Joseph Smith så i sit første syn to særskilte personer, to væsener, og tydeliggjorde derved, at den på den tid fremherskende overbevisning om Gud og Guddommen ikke var sand.

I modsætning til overbevisningen om, at Gud er et uforståeligt og ukendt mysterium, så er sandheden, at Guds beskaffenhed og vores forhold til ham er noget, vi kan lære om, og er nøglen til alt andet i vores lære.« – **Præsident Dallin H. Oaks, førsterådgiver i Det Første Præsidentskab**<sup>4</sup>

### 3. Faderen erklærer, at Jesus Kristus er hans søn.

» **V**i bærer, som hans behørigt indsatte apostle, vidnesbyrd om, at Jesus er den levende Kristus, Guds udødelige Søn. Han er den store kong Immanuel, som i dag står ved sin Faders højre hånd. Han er verdens lys og liv og håb. Hans

vej er den sti, der fører til glæde i dette liv og evigt liv i den kommende verden« – »**Den levende Kristus: Apostlenes vidnesbyrd**«<sup>5</sup>

### 4. Jesus videreformidlede den åbenbaring, der findes i Bibelen.


» **S**iden faldet er al åbenbaring kommet gennem Jesus Kristus, som er Det Gamle Testaments Jahve ... Faderen [Elohim] har aldrig talt direkte og personligt med mennesker siden faldet, og han har aldrig vist sig, undtagen når det har været for at præsentere og bære vidnesbyrd om Sønnen« – **Præsident Joseph Fielding Smith (1876-1972)**<sup>6</sup>



### 5. Jakobs løfte om at adspørge Gud om visdom blev opfyldt.

» **P**rofeten Joseph Smith satte en ramme for os, som vi kan følge for at få svar på vores spørgsmål. Udløst af løftet i Jakob om, at hvis vi står tilbage i visdom, skal vi spørge Gud, tog drengen Joseph sit spørgsmål direkte til vor himmelske Fader ...

På samme vis, hvad vil jeres søgen åbne for jer? Hvilken visdom mangler I? Hvad føler I et presserende behov for at vide eller forstå? Følg profeten Josephs eksempel. Find et roligt sted, hvor I regelmæssigt kan gå hen. Ydmyg jer for Gud. Udøses jeres hjerte for vor himmelske Fader. Vend jer til ham for svar og trøst.« – **Præsident Russell M. Nelson**<sup>7</sup>



**6. Joseph lærte, at der virkelig findes et faktisk væsen fra en usynlig verden, der prøver at tilintetgøre ham.**

» Satan, Lucifer eller løgnens fader – kald ham, hvad I vil ... er selve personificeringen af ondt. Hans motiver er i alle tilfælde ondsindede, og han vrider sig ved tilsynkomsten af forløsende lys og den blotte tanke om sandhed ... Han er for evigt modstander af Guds kærlighed, Jesu Kristi forsoning og værket til fred og frelse. Han vil bekrige den når som helst og hvor som helst, han kan.«

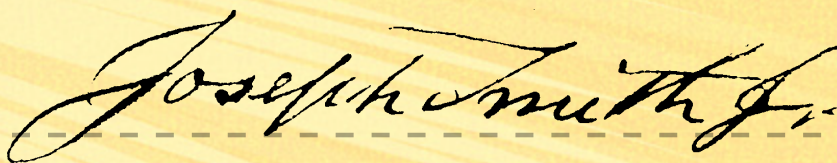
– Ældste Jeffrey R. Holland fra De Tolv Apostles Kvorum<sup>8</sup>

**7. Der var sket et frafald fra den kirke, som Jesus Kristus havde oprettet – Joseph fik besked på ikke at slutte sig til nogen af de forskellige kirker, for de underviste i menneskers lære.**

» Fráfaldet fra den oprindelige kirke, der blev organiseret af Kristus ... der blev profeteret om af dem, der i begyndelsen var med til at oprette Kirken. Paulus skrev til de thessalonikiske kristne, der ivrigt så frem til Frelserens andet komme, at »først skal nemlig fráfaldet komme« (2 Thess 2:3)« – Præsident M. Russell Ballard, fungerende præsident for De Tolv Apostles Kvorum<sup>9</sup>

**8. Joseph Smith blev et vidne om Gud og hans søn, Jesus Kristus.**

» Joseph Smiths vidnesbyrd om Jesus er, at han lever, for han så ham, ja, ved Guds højre hånd; og [han] hørte røsten aflægge vidnesbyrd om, at han er Faderens Enbårne« (L&P 76:23; se også v. 22). Jeg opfordrer alle, som hører eller læser denne tale, til gennem bøn og skriftstudium at søge det samme vidnesbyrd om Jesu Kristi guddommelige karakter, hans forsoning og opstandelse.« – Ældste D. Todd Christofferson<sup>10</sup> ■



**NOTER**

1. James E. Faust, »Den storslåede åbenbaring ved Palmyra«, *Den danske Stjerne*, okt. 1984, s. 125.
2. Se Gordon B. Hinckley, »Inspirerende tanker«, *Stjernen*, aug. 1997, s. 5.
3. Thomas S. Monson, »I Know That My Redeemer Lives«, i Conference Report, apr. 1966, s. 63.
4. Dallin H. Oaks, »Guddommen og frelsesplanen«, *Liahona*, maj 2017, s. 100.
5. »Den levende Kristus: Apostlenes vidnesbyrd«, *Liahona*, maj 2017, forsidens inderside.
6. Joseph Fielding Smith, *Lærdomme om Frelse*, 3 bind, 1977-1980, 1:33.
7. Se Russell M. Nelson, »Åbenbaring for Kirken, åbenbaring for vores liv«, *Liahona*, maj 2018, s. 95.
8. Jeffrey R. Holland, »Modigt må vi kæmpe«, *Liahona*, nov. 2011, s. 44.
9. M. Russell Ballard, »Hvordan er det med os?«, *Liahona*, juli 2000, s. 39.
10. Se D. Todd Christofferson, »Kristi lære«, *Liahona*, maj 2012, s. 89.

**FAMILIEDRØFTELSE**

- Hvorfor er det vigtigt for os hver især at have vores eget vidnesbyrd om det første syn?
- Fortæl om et tidspunkt, hvor I følte, at jeres bønner blev besvaret eller I følte jer forvissede om, at Gud lyttede.
- Bær jeres vidnesbyrd om Joseph Smith og lad andre i familien gøre det samme.



# Fejring af **GENOPRETTELSEN**

Forslag til lette aktiviteter for familier og andre grupper

**F**or 200 år siden gik en 14-årig dreng ud i en skov med sine spørgsmål. Svarene han modtog slog dørene op for genoprettelsen af Herrens kirke. Til minde om det kan følgende forslag tilpasses til brug af familier, grupper af unge, menigheder eller grene.

## **Musikalsk præsentation med en fortælling**

Find sange og skriftsteder, som I kan sætte sammen for at fortælle historien om genoprettelsen. Det kan være fra Joseph Smiths – Historie, andre skrifter og salmer om genoprettelsen fra salmebogen og Børnenes Sangbog. Indbyd folk til at hjælpe med at læse skriftsteder og fremføre musikken. Overvej, om muligt at lade en 14-årig dreng læse Joseph Smiths ord.

## **Kunstudstilling**

Indbyd folk til at lave kunst om genoprettelsen. Det kan være malerier, illustrationer, skulpturer, fotografier og så videre. Bed dem om at vælge en begivenhed eller et tema i genoprettelsen til

deres kunstværk. Fastlæg et tidspunkt og et sted, hvor de alle kan udstilles og indbyd andre til at komme og se.

## **Hellig lund aktivitet**

Find et roligt sted, hvor I kan være uforstyrrede, ligesom Joseph gjorde. Tænk på et sted ude i naturen, hvis der er et sted tæt nok på jeres hjem. Læs Joseph Smiths beretning om, da han gik ud i skoven for at bede. Bed de deltagende om at fortælle om, hvordan de fik et vidnesbyrd om gengivelsen af evangeliet eller erfaringer med, at vor himmelske Fader besvarede deres bønner.

## **Særligt foredrag**

Bed nogle om at forberede en præsentation om genoprettelsen. Taleren kan være en kirkeleder, en dygtig lærer eller en, der er godt inde i Kirkens historie. Inviter venner eller naboer med for at høre om genoprettelsen, og hvad den betyder for os.

## **Skrifternes styrke**

Saml alle med deres personlige eksemplarer af skrifterne. Joseph Smith



studerede skrifterne, og han troede på, at han ville finde svar. Læs Jakob 1:5 sammen. Joseph sagde, at disse ord »syntes med stor kraft at trænge ind i hvert af [hans] hjertes følelser« (JS-H 1:12). Inviter de deltagende til at fortælle om skriftsteder, der har haft en stærk virkning på dem eller som har givet dem svar på deres spørgsmål.

### Optog

Organiser et enkelt optog med forskellige mennesker eller grupper, der repræsenterer forskellige begivenheder, åbenbarede sandheder eller velsignelser ved genoprettelsen. Hvis omstændighederne gør det muligt, så bed hver person eller gruppe om at fortælle om vigtigheden af den begivenhed, sandhed eller velsignelse, de repræsenterer. Måske skal I kun lave et optog for børn.

### Filmtid

Kom sammen for at se den korte video »Ask of God: Joseph Smith's First Vision« på [ChurchofJesusChrist.org](http://ChurchofJesusChrist.org). Drøft, hvad I kan lære om bøn af Josephs eksempel. Tal om, hvordan det føles at kommunikere med vor himmelske Fader.

### HISTORIER

Kan I fortælle beretningen om Joseph Smiths første syn? Klip de 10 nedenstående citater ud, bland dem og prøv så at lægge dem i rette orden. Gør det til et spil ved at lave flere kopier og se, hvem der kan blive først færdig eller har færrest fejl. Tjek jeres svar ved at læse Joseph Smiths–Historie 1:7-20. Find så en makker og fortæl beretningen eller bær jeres vidnesbyrd om den for en ven. (Rette rækkefølge: 3, 9, 8, 5, 7, 1, 10, 6, 2, 4.)

1. Joseph beder højlydt for første gang i sit liv.
2. Jesus Kristus sagde til Joseph, at han ikke skulle tilslutte sig nogen af de eksisterende kirker.
3. Medlemmer af Josephs familie slutter sig til en af de kristne kirker.
4. Joseph fortæller sin mor, at han ved, at de kirker, hans familie har sluttet sig til, ikke er sande.
5. Joseph beslutter at bede og spørge Gud om visdom.
6. Vor himmelske Fader og Jesus Kristus viser sig.
7. Joseph går ind i skoven.
8. Joseph læser Jakob 1:5 i Bibelen.
9. Joseph spekulerer over, hvilken kirke der er sand.
10. Satan angriber Joseph, så han ikke kan tale. ■

# Hvad krævede det at bygge skibet?

Det var ingen smal sag for Nefi at bygge et skib. Han havde ingen byggetegninger, intet katalog at bestille materialer fra og intet værktøj. Men han havde tro, en stærk arbejdsmoral og instruktioner fra Herren (se 1 Ne 17:8).

## Drøftelse

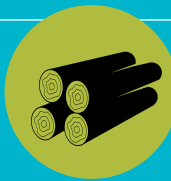
Hvad er sammenhængen mellem tro på Herren og hårdt arbejde?

Lehi og Sarijas familie rejste mod det forjættede land, hvilken rejse er I på som familie?

Hvilken indsats kræver det at nå jeres mål?

## Tømmer

Eftersom tømmer ikke er typisk forekommende på den arabiske halvø, måtte Nefi sandsynligvis gå op i bjergene (se 1 Ne 18:1) for at finde tømmer og slæbe det ned til stranden. Det har nok krævet mange ture at samle træ nok.



## Værktøj

For at lave træskærringsværktøj måtte Nefi finde og udvinde malm – en meget hård proces der omfattede at bryde sten for at finde mineraler, sprænge klippestykker og smelte mineraler ved ekstrem høj varm og blæsebølge for at kunne smede metallet (se 1 Ne 17:9-11).



## Tro

Nefi havde tro på, at Gud kunne lægge havet tørt, hvis han ville. Men han havde også tro på, at Herren kunne hjælpe ham med at opnå det tilsyneladende umulige (se 1 Ne 17:50-51).



# Hvilke velsignelser gjorde faldet muligt?

**A**dam og Evas beslutning om at spise af den forbudne frugt var en afgørende del af vor himmelske Faders plan. Uden faldet ville vi ikke have adgang til nogle af vor himmelske Faders mest udsøgte velsignelser. Overvej følgende:

**1.** Vores liv på jorden (se 2 Ne 2:20, 25)

**2.** Familie (se 2 Ne 2:19-20, 22-23)

**3.** Kundskab om godt og ondt (se 2 Ne 2:26)

**4.** Vækst og udvikling (se 2 Ne 2:11, 22)

Hvordan kan vi udtrykke vores taknemmelighed til vor himmelske Fader for disse velsignelser? ■

**9.** Evigt liv (se 2 Ne 2:27)

**8.** Opstandelse (se 2 Ne 2:8).

**6.** Frihed til at vælge mellem rigtigt og forkert (se 2 Ne 2:16, 16, 26-27).

**7.** Forløsning gennem Jesu Kristi forsoning (se 2 Ne 2:5-10, 26)

**5.** Evnen til at føle glæde og lykke (se 2 Ne 2:23-25; 5:27)



10.-16. FEBRUAR

## 2 Nefi 6-10

# Hvordan overvinder vi døden?

**V**ed Adam og Evas fald kom den fysiske og åndelige død ind i verden (se 2 Ne 9:6).

### Drøftelse

Hvordan giver Frelserens forsoning jer håb? (Se forslag i 2 Ne 9:7, 19-23)

### Åndelig død

Synd, »åndens død«, adskiller os fra Gud (se 2 Ne 9:8-10).



### Fysisk død

Når vores jordiske liv ender, stifter vi bekendtskab med »legemets død«, eller adskillelsen af legeme og ånd (se 2 Ne 9:4-7, 10).

### Løsningen

Kristi forsoning overvinder den fysiske og åndelige død, så vi kan genindtræde i Guds nærhed (se 2 Ne 9:11-12, 21-23). Efter opstandelsen vil vores ånd og legeme blive genforenet. For at blive værdige til evigt liv, må vi have tro på Gud, omvende os fra vores synder og trofast efterleve evangeliet.

DEN OPSTANDENE KRISTUS, AF J. KIRK RICHARDS

TROMPETEN LÛDE, AF KIRK RICHARDS

17.-23. FEBRUAR

2 Nefi 11-25

# Hvem var Esajas?

Frelseren sagde: »Betydningsfulde er Esajas' ord« og befalede os at studere dem (se 3 Ne 23:1). Mange af Esajas' lærdomme er symbolsk for Jesu Kristi jordiske tjenestegerning og på Jesu Kristi andet komme. Hans ord er så værdifulde, at Nefi i 2 Nefi 12-24 skriver dem ned, så de folk, der læser dem »må blive opløftet i hjertet og fryde sig« (2 Ne 11:8).

**ESAJAS** tjente som profet fra **740-701 f.Kr.** Næsten 40 år! Esajas var måske ikke den hvidhårede gamle mand, vi ofte forestiller os, da han blev kaldet. I kan læse om hans kaldelse i 2 Nefi 16.

**HAN HAVDE EN FAMILIE.** I kan læse om hans hustru, »profetinden«, og det navn Herren sagde, at han skulle give sin nyfødte søn 2 Nefi 18:3.

Han var **RÅDGIVER FOR KONG HIZKIJA.** Esajas nød stor indflydelse i Jerusalem. Hvordan kan det have hjulpet ham i hans rolle som profet?

Esajas er den **MEST citerede profet**

i skrifterne. 32 procent af Esajas' Bog er citeret i Mormons Bog; tre procent mere er omformuleret.

(Se *Det Gamle Testamente 1. Kongebog-Malakias, Elevens hæfte*, 2003, s. 133).

Hvad er jeres yndlingskriftsted fra Esajas?

Navnet *Esajas* betyder **»HERREN ER FRELSE.«** Det understreger sandelig om! Hvordan påvirker det at påtage sig Kristi navn jeres beslutninger?

UGE  
**4**





**Biskop  
Gérald Caussé**  
Præsiderende  
biskop

# Lever du et **TI DOLLAR-LIV?**

**F**or år tilbage, da jeg var stavspræsident i Paris i Frankrig, fik jeg at vide, at præsident Gordon B. Hinckley (1910-2008) ville komme til Paris et par dage, og jeg skulle køre ham rundt. Jeg skulle hente ham i lufthavnen og køre ham til hans hotel, så han kunne hvile sig. Den næste dag skulle jeg køre ham forskellige steder hen, som han ville besøge. Et sted, han gerne ville besøge, var en amerikansk militærkirkegård, hvor hans bror, der var død af influenza under første verdenskrig, lå begravet.

Men da jeg hentede præsident Hinckley, virkede han ikke særlig træt. Han viftede med sin stok og sagde: »Præsident Caussé! Lad os komme i sving!«

Han ville gerne direkte ud på kirkegården. Desværre havde jeg aftalt med lederen der, at vi kom dagen efter, så da vi ankom, var der lukket, og der var ikke en sjæl.

Næste dag havde vi så travlt, at vi ikke havde tid til at komme tilbage på kirkegården. Den aften stak præsident Hinckley mig en 10-dollarseddel og sagde: »Jeg er ked af, at jeg ikke kunne nå på kirkegården. Jeg ville være meget taknemmelig, hvis du kunne købe nogle blomster og lægge dem på min brors grav.«

Jeg købte blomster, men jeg brugte ikke den seddel. Den følgende søndag eftermiddag tog jeg med min familie hen og lagde blomster på graven. Vi tog et billede af os som familie foran graven med alle blomsterne og sendte det til præsident Hinckley.

Jeg har stadig den 10-dollarseddel. Den ligger i mine skrifter. Hvis jeg spurgte om, hvilken værdi den seddel har, ville de fleste svare: »Ti dollars.« Men for mig er den langt mere værd. Sedlen var ti dollars værd, men den er uvurderlig for mig nu. Den er et minde om en stund, jeg havde med en Guds profet.

Ser I efter den  
timelige eller den  
evige værdi i ting?



### Giv jeres liv evigt mål og mening

I livet er der mange ting, der har en meget begrænset, timelig værdi. Der er mange mennesker, der lever det, jeg vil kalde et »ti-dollar«-liv. Det er de folk, der siger: »Spis, drik, og vær lystig, for i morgen dør vi« (2 Ne 28:7).

Men værdien af hvert et minut af livet her på jorden har en enorm indvirkning på det, der rækker ud over dette liv og ind i evighederne. Den modsatte indstilling til »spis, drik og vær lystig« er at »saml[e sig] skatte i himlen« (Matt 6:20).

Her er blot nogle få eksempler på at tillægge ting evig betydning:



**1 Templet** For de fleste er det blot endnu en smuk bygning. Den er smuk, men for os er det Herrens hus, hvor vi kan modtage ordinancer og indgå pagter, der gør os i stand til at leve med vores familie for evigt.



**2 Mormons Bog** De fleste vil sige, at det bare er en bog med en god historie. Men for os er det Guds ord.



**3 Tiende.** De fleste vil sige, at det er penge, I giver til jeres kirke. Men for os er det ikke bare penge. Det er et udtryk for tro og lydighed mod Herrens bud. Og den repræsenterer velsignelser, vi kan modtage, når vi er trofaste.

**4 Visdomsordet.** En masse folk vil sige, at det er en fysisk lov. Det er rigtigt, men det er mere end det. Vi ved, at dersom vi holder visdomsordet, vil Herrens Ånd være med os.

### Find balancen mellem det timelige og åndelige

De timelige og åndelige sider af vores liv er tæt knyttet sammen, og vi bør ikke forsøge at adskille dem. De materielle aspekter bør omsættes i tjeneste med et evigt formål.

Herren har sagt: »For mig er alle ting åndelige« (L&P 29:34). Han har også sagt, at »mennesket er ånd. Elementerne er evige, og ånd og element, uadskilleligt forbundet, modtager en fylde af glæde; og når de er adskilt, kan mennesket ikke modtage en fylde af glæde« (L&P 93:33-34). Uden et legeme kan vores ånd ikke blive fuldkommen, og det er årsagen til, at opstandelsen findes. Ophøjelse er det harmoniske forhold og foreningen af det timelige og det åndelige.

### Træf beslutninger med Ånden

Valg om tilsyneladende timelige eller materielle ting bør træffes med Herrens Ånd. Herren har et evigt perspektiv. Han kender alt fra begyndelsen til enden. Han elsker os til fuldkommenhed – mere end vi elsker os selv. At søge hans vilje

frem for vores egne, vil gøre vores liv lykkeligere og bedre. Vi kan kende hans vilje gennem hans Ånd, der kommer gennem bøn, læsning og granskning af skrifterne og at rådføre os med vores familie.

Så, hvordan kan vi kende hans Ånd? Herren har sagt:

»Og det, der ikke opbygger, er ikke af Gud, og er mørke. Det, der er af Gud, er lys; og den, der modtager lys og forbliver i Gud, modtager mere lys; og det lys vokser sig klarere og klarere indtil den fuldkomne dag« (L&P 50:23).

Med andre ord er det, der opløfter os, opbygger os, bringer os glæde, der skaber lys i vores liv, inspireret af Gud. Sommetider bliver vores tanker tilmed inspireret af Gud.

Jeg har truffet beslutninger på grundlag af åndelige indtryk, hvor mit intellekt sagde noget andet. De har altid vist sig at være mit intellekt overlegent.

For eksempel da min hustru og jeg besluttede os for at blive gift og blev enige om at give vores ægteskab et evigt perspektiv – altid at være aktive i Kirken, blive viet i templet og



**5 Ægteskabelig intimitet.** De fleste mennesker betragter det blot som fysisk nydelse. Men mellem en mand og en kvinde, der er gift, og særligt for dem, der er besejlet i templet, er det mere end det. Det handler om at få en familie og udtrykke kærlighed og enhed i ægteskabet.



**6 Uddannelse og arbejde.** De fleste vil sige, at det er sådan vi får et behageligt liv og sørger for vores families behov. Men vi tror, at det også handler om selvhjulpethed, der er et åndeligt princip. Vi kan udøve vores handlefrihed til at blive selvstændige og hjælpe andre.

så videre. De valg har været til enorm velsignelse og har givet vores ægteskab varighed og dybde.

På det tidspunkt i mit liv havde jeg et højt lønnet job med stort ansvar og anerkendelse. En dag sagde min hustru: »Du har så travlt på dit arbejde. Du bør bede og tænke over, om du skal finde et andet job, der kunne give dig større rådighed til at tjene Herren.« Vi bad og modtog bekræftelse på, jeg burde skifte job. Men jeg var stadig lidt tøvende. Da jeg bad om det, gav jeg Herren navnet på det eneste firma, jeg kunne overveje at arbejde for, hvis jeg sagde mit job op.

Tre uger senere blev jeg kontaktet af et rekrutteringsfirma og kom til jobsamtale. Mod slutningen sagde konsulenten, at hans klienter havde efterspurgt en ny leder. Det var det firma, jeg havde nævnt i min bøn. Det er et lille firma, der kun har sådanne åbninger hvert tiende år eller deromkring. Det var et mirakel.

Jeg sagde drillende til min hustru: »Jeg har en god nyhed og en dårlig. Den gode nyhed er, at jeg bliver ansat af det

firma. Den dårlige nyhed er, at jeg tror, at Herren har noget i vente for mig.«

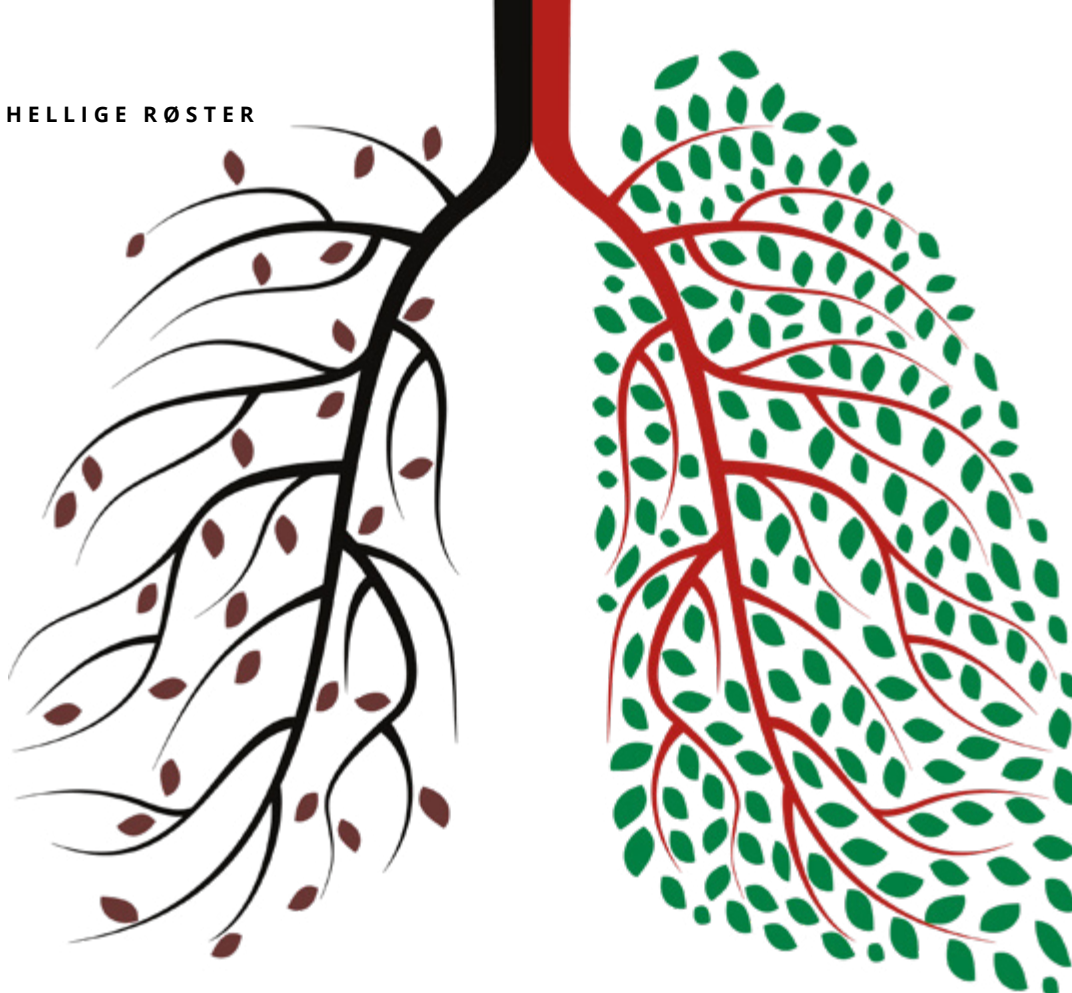
Jeg skrev kontrakt med firmaet om fredagen. Om lørdagen blev jeg kaldet som stavspræsident.

Min hustru og jeg satte større værd på Åndens tilskyndelser og at tjene Gud end på materielle velsignelser eller tilfredsstillelse af intellektuelle eller sociale ambitioner. Vi søgte Herrens vilje og modtog den åndelige bekræftelse, at alt ville ordne sig. Det var en af de største oplevelser i mit liv.

### **Se den virkelige værdi**

Jeg har aldrig fortrudt at sætte det åndelige frem for noget anden overvejelse. Sommetider kan det føles som et offer, men jeg har lært, at det er det eneste, der tæller i det lange løb. Lev ikke et »ti dollar«-liv? At tilpasse vores liv formålet med vores eksistens er en opskrift på glæde og lykke, ikke blot i dette liv, men også i det tilkommende. ■

**M**ed kun en fungerende lunge og en skævt rygrad, følte jeg ikke, at min fremtid ville blive så lys, som jeg havde forestillet mig.



## Han ønsker, jeg skal være lykkelig

**D**a jeg i al hast blev ført til skadestuen, fordi begge mine lunger var klappet sammen, troede jeg, at det blev enden på mit liv. Jeg var endnu ikke klar, hverken følelsesmæssigt eller åndeligt, på enden, men min krop sagde stop. Det var svært for min familie at se mig i den tilstand, men de forblev stærke, og jeg blev velsignet med at overleve.

Men kampen sluttede ikke der. Siden da har jeg måtte leve med kun en lunge og en krum rygsøjle. Hver dag er smertefuld og svær. Engang tænkte jeg, at det var bedre, hvis jeg bare døde frem for at blive ved med at have ondt. Jeg følte mig svag, ikke kun fysisk, men også mentalt og åndeligt.

Jeg mistede håbet og min selvtillid. Jeg begyndte at støde de mennesker i mit liv fra mig, som var opmuntrende. Men min familie opgav mig aldrig. De elskede mig og tog sig af mig, og mine venner fortsatte med at støtte mig. Alligevel følte jeg stadig, at min fremtid ikke ville blive så lys, som jeg havde forestillet mig.

En aften sad jeg noget nedtrykt for mig selv. Jeg afgjorde, at jeg havde brug for at læse min patriarkalske velsignelse. Tårerne vældede frem i det øjeblik, jeg læste første linje, »vor himmelske Fader bekymrer sig for dig og elsker dig. Han ønsker, at du skal være lykkelig i dette liv.«

I det øjeblik indså jeg, at vor himmelske Fader virkelig har en meget lys fremtid i vente for mig og vidunderlige velsignelser, jeg kan se frem til, så længe jeg går ad den sti, han ønsker, at jeg følger.

Vor Fader i himlen vidste, at vi alle ville komme til at kæmpe, så han sendte sin Søn, Jesus Kristus, for at lide for og trøste os. Så stor en kærlighed har de til os. Jeg kæmper måske stadig hver eneste dag i mit liv her på jorden, men jeg ved, at deres kærlighed til mig altid vil være der, og alle deres løfter vil blive opfyldt, hvis jeg følger dem. ■

**Precious Guiuo fra Rizal i Filippinerne**

# Mormons Bog var vores missionær

Efter vores nevø kom ud for en alvorlig ulykke, talte min hustru, Ana María, og jeg om vores ønske om at kende sandheden blandt så mange forskellige religioner og overbevisninger. En eftermiddag satte jeg mig på min seng og bad: »Herre, vil du ikke nok lade mig finde ud af, hvilken kirke der er sand.«

Fem minutter efter ringede telefonen. Det var en ven, der ringede for at invitere min hustru og jeg hjem til sig for at høre om nogle ernæringsprodukter. Vi tog derhen, og mens vi var der, gav vores ven os en Mormons Bog. På titelbladet var der en personlig hilsen: »Jeg håber, denne bog hjælper jer til at komme Herren Jesus Kristus nærmere.«

Næste dag kiggede jeg på bogen og bad igen: »Herre, fortæl mig om denne bog er sand. Jeg ønsker ikke at støde dig ved at læse noget dårligt.«

Jeg begyndte at læse. Mens jeg læste, følte jeg, at jeg kendte folkene i Mormons Bog. Da jeg nåede til slutningen, var jeg så knust over udryddelsen af nefitterne, at jeg græd. Jeg havde læst hundredvis af bøger, men ingen bog havde rørt mig, som Mormons Bog gjorde. Jeg vidste, den var sand.

En søndag bad jeg Ana María om at tage med hen til en nærliggende kirkebygning for Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige. Jeg troede ikke, at hun ville tage med, men det gjorde hun. Vi kunne lide det, vi hørte. Bagefter spurgte nogle medlemmer af menigheden, om de måtte sende missionærerne hjem til os. »Ja, selvfølgelig,« svarede vi.

Snart efter kom missionærerne med en Mormons Bog i hånden og sagde, at de havde et budskab at dele med os. »Det er en smuk bog,« sagde jeg. Jeg har allerede læst den.« Det overraskede dem. Så overraskede Ana María mig. »Og jeg er i gang med at læse den,« sagde hun. »Jeg er kommet til Mosija.«

Hun havde fundet bogen på bordet, hvor jeg havde efterladt den hver dag, inden jeg tog på arbejde. Senere overraskede hun mig igen, da hun sagde, at

da jeg havde bedt vor himmelske Fader om vejledning nogle få uger tidligere, havde hun bedt om det samme et andet sted i vores hjem.

Jeg fortalte missionærerne, at jeg var klar til at blive døbt. De underviste os, og to uger senere blev min hustru og jeg døbt og bekræftet som medlemmer. Vi er så taknemmelige for, at Herren sendte os Mormons Bog for at vide, hvilken kirke der er sand. ■

**Raúl Hernandez fra Texas i USA**



**D**a jeg havde bedt vor himmelske Fader om vejledning nogle få uger tidligere, havde hun bedt om det samme et andet sted i vores hjem.

# Jeg vil gerne hjem

Da min mand og jeg spiste frokost i en lokal sandwichbutik, kom der en mand ind, som så noget forpjusket, fortabt og forvirret ud. Da han kom hen til vores bord, blev jeg overrasket over, at han ikke bad om penge. Han spurgte blot om vej til Flagstaff i Arizona. Min mand og jeg vejledte ham. Han takkede os og forsvandt.

Efter frokost tog vi hjemad. Snart efter så jeg manden gå imod en tankstation. Jeg fik en stærk tilskyndelse til at hjælpe ham og bad min mand om at svinge ind på tankstationen. Jeg fandt manden og præsenterede mig. Han var ked af det og hans øjne var trætte. De dybe furer i hans ansigt vidnede om et hårdt liv.

Jeg spurgte, hvordan han havde tænkt at komme til Flagstaff. Han svarede, at han ville gå. Det vidste jeg var umuligt, for Flagstaff lå mere end 200 km derfra. Jeg gav ham nogle penge og

sagde, at han skulle gå ind på den fast-foodrestaurant, der lå ved siden af, og få noget mad, så ville jeg vende tilbage og køre ham til busterminalen og købe ham en billet til Flagstaff.

Jeg gik tilbage til vores bil og fortalte min mand, hvad der var sket. På grund af hans helbredstilstand, ringede jeg til en veninde og bad hende om at tage tilbage med mig. Det gik hun med til. Vi samlede lidt forsyninger, mad og vand. Så kørte vi hen til restauranten og hentede manden.

Da vi nærmede os busterminalen, begyndte den stakkels mand at gentage: »Jeg vil gerne hjem.« Jeg spurgte, om han havde hjemme i Flagstaff. Det havde han ikke, men hans datter, som han ikke havde talt med i flere år, boede der. Han forklarede, at han var blevet løsladt fra fængsel to uger tidligere. Han og en anden løsladt fange var blevet smidt af ved busterminalen og fået

en billet hver. Den anden fange havde stjålet hans billet og den smule penge, han havde. Lige siden havde han gået rundt på gaden. Ingen ville hjælpe ham.

»Jeg vil gerne hjem,« sagde han igen.

Vi ankom til busterminalen. Jeg købte en billet til ham og gav ham nogle penge og de forsyninger, vi havde samlet. Han takkede os og satte sig ned. Da vi kørte derfra, blev jeg ved med at høre mandens ord, »jeg vil gerne hjem« for mig.

Er det ikke det, vi alle ønsker os? Vi er alle væk fra det kærlige hjem, vi forlod, da vi kom til jorden. Vi kan alle fare vild, så Jesus Kristus viste os, hvilken vej vi skal følge, og gennem sit sonoffer betalte han den ultimative pris for vores synder. Akkurat som denne mand ikke selv var i stand til at komme hjem, kan vi heller ikke vende tilbage til vores himmelske hjem uden vor Frelser. ■  
**Audrey Simonson er fra Arizona i USA**

*Jeg så ham gå mod tankstationen  
Jeg fik en stærk tilskyndelse til at  
hjælpe ham.*

# Herren havde andre planer for os



Jeg plejede at tage hjemmefra kl. 8 om morgenen og vende hjem ved midnat efter at have arbejdet hele dagen og været på skolen om aftenen. Den meget begrænsede tid jeg havde sammen med min mand, Daniel, brugte vi til at skændes. Det stod slemt til. Vi stod på nippet til at gå fra hinanden.

En søndag aften efter vi havde skændtes, sagde Daniel: »Måske skulle vi prøve at komme Gud nærmere.« Næste dag, mens Daniel var hjemme og passe vores søn, bankede missionærerne på vores dør.

Da missionærerne begyndte at besøge os, var jeg ikke enig med dem i noget som helst. Men efter nogle få lektioner begyndte vi at mærke noget. Vi vidste ikke, hvad det var, men vi beskrev det som noget »magisk«, en følelse af fred og harmoni. Den varede ved, selv efter missionærerne var taget af sted. Vi indså, at vi havde brug for meget mere af den følelse i vores hjem.

Inspireret af missionærernes budskab om familiens betydning, kom Daniel og jeg tættere på hinanden. Jeg havde håbet, at det at gå i skole ville føre til en bedre stilling på mit arbejde. Men vi besluttede at fokusere på vores familie, bruge mere tid sammen og få flere børn. Jeg droppede skolen, sagde mit job op og begyndte at arbejde som sekretær for Daniel i hans skadedyrsbekæmpelsesfirma.

Mindre end tre måneder efter missionærernes første besøg var vi blevet døbt og bekræftet. Vores liv ændrede sig totalt. Vi begyndte at efterleve tiendeloven. Vi begyndte at bede derhjemme og på arbejdet med Daniels ansatte. Vi fik kaldelser i Kirken. Daniels firma voksede, og han måtte ansætte flere.

Et år efter vores dåb, tog vi til templet for at blive besejlet. Nogle

dage efter vores besejling opdagede jeg, at jeg var gravid.

Søndagene er ikke lette for os. Daniel skal tidligt af sted til høringsmøde. Jeg skal gøre tre børn klar til kirke alene. Men vi har meget tid sammen i ugens løb. Så selvom vi ikke altid er sammen om søndagen, når vi tjener Herren, ved vi godt, at vi er velsignet.

Vi har fået et vidnesbyrd om, at når vi gør vores del, kan Herren hjælpe os, og velsignelserne følger. Vi har modtaget så meget mere, end vi nogensinde turde håbe på med vores egne planer. Herren havde noget bedre i tankerne til os. ■

**Claudia Zepeda er fra Coquimbo-regionen i Chile**





»NÅR VI FØLGER  
GUDS RØST OG  
**HANS PAGTSSTI,**  
VIL HAN STYRKE OS I  
VORES PRØVELSER.«

Ældste Jorge M. Alvarado,  
»Når vores tro er blevet  
prøvet«, s. 50.

## BLIV HOS MIG

»Det mest frydefulde syn og den skønneste lyd i livet er, at Jesus ikke bare kommer forbi, men han kommer *til os*, stopper op *ved os*, og lader os tage bolig *hos ham*.«

Ældste Jeffrey R. Holland,  
»Meldingen, meningen og  
mængden«, s. 8.

## GRAV DYBERE

### Hvad vil det sige at være en discipel?

»Det at være discipel ... handler [ikke] om at gøre tingene perfekt,« sagde ældste Dieter F. Uchtdorf, »det handler om gøre dem bevidst« (»Jeres store eventyr«, s. 87). Det er vores valg, sagde han og andre talere ved generalkonferencen, snarere end vores evne, der viser, hvem vi virkelig er.

- »Er vi sande tilhængere af ham, der gav alt for os? ... Jeg beder indtrængende alle, der hører og læser disse ord: Vær venlig ikke at udsætte jeres totale engagement til en dag, der aldrig kommer« (ældste Terence M. Vinson, »Frelserens sande disciple«, s. 11).
- »Hellige er de, der har indgået den evangeliske pagt gennem dåb og stræber efter at følge Kristus som hans disciple. »De helliges glæde« angiver derved glæden ved at blive kristuslignende« (ældste D. Todd Christofferson, »De helliges glæde«, s. 15).

- »Jeg indbyder jer til at forpligte jer til en livslang proces med at være disciple. Indgå og hold pagter. Kast jeres gamle vaner ud i de dybe, brusende vandfald. Begrav fuldstændig jeres oprørsvåben, hvor ingen skæfter stikker frem« (ældste Dale G. Renlund, »Urokkelig forpligtelse over for Jesus Kristus«, s. 25).
- »Vores løfte om altid at erindre Frelseren giver os styrke til at stå for sandhed og ret - hvad enten vi er i en stor forsamling eller alene, hvor ingen kender vores handlinger, bortset fra Gud« (Lisa L. Harkness, »Er hans navn«, s. 61).
- »Jesu Kristi sande disciple elsker Gud og hans børn uden forventning om noget til gengæld. Vi elsker dem, der skuffer os, dem, der ikke kan lide os. Enhver af dem, der latterliggør, mishandler eller forsøger at såre os« (ældste Dieter F. Uchtdorf, s. 88).

*Alle sidenumre kommer fra  
Liahona i november 2019.*

## GØR KIRKE »SEKS DAGE LÆNGERE!«

»At studere skrifterne med *Kom og følg mig* som vejledning styrker vores omvendelse til Jesus Kristus og hans evangelium. Vi bytter ikke blot en time mindre i kirken om søndagen med en time mere med skriftstudium derhjemme. At lære om evangeliet er en konstant indsats gennem hele ugen. En søster delte indsigtsfuldt følgende: »Målet er ikke at gøre kirken en time kortere, det er at gøre kirken seks dage længere!«

**Mark L. Pace, »Kom og følg mig – Herrens modstrategi og proaktive plan«, s. 46.**



## HVORDAN ...

### modtager man åbenbaring

»Kirkens nye program for børn og unge er bygget på at lære at søge åbenbaring, finde det, som Herren vil have os til at gøre og derefter handle på den vejledning,« sagde søster Michelle Craig, førsterådgiver i Unge Kvinders hovedpræsidentskab. Hun fortalte om fire måder, hvorpå vi kan øge vores åndelige evne til at modtage åbenbaring.

1. Skab tid og plads til at høre Guds røst.
2. Handl med det samme.
3. Få jeres ærinde fra Herren.
4. Tro på og hav tillid til, at Gud leder jer.

Se Michelle Craig, »Åndelig evne«, s. 19-21.

# Ånden gjorde forskellen

Michael R. Morris

Kirkens Tidsskrifter

Takket være et kursus igennem Selvhjulpenhedstjenesten og Helligåndens vejledning fandt Molly Kohrman modet til at starte sit eget firma.

**H**vordan finder en person med eksamen i genoptræning og 10 års erfaring inden for det psykiatriske område på, at åbne en dessertbutik og sælge farverige brownies, blondies og is?

For Molly Kohrman er svaret enkelt. I 2017 tog hun et 12-ugers kursus igennem Selvhjulpenhedstjenesten om, hvordan man starter og driver sin egen virksomhed. Kurset gav hende mod til at forfølge en drøm.

»Jeg tog på bagekursus i Washington, D.C., og på kokkeskole i Utah,« siger hun. »Da staven meddelte, at der ville blive oprettet selvhjulpenhedskurser, tænkte jeg, at jeg nok skulle se på det. Jeg har altid drømt om at starte mit eget. Jeg har taget andre kurser om at drive forretning. Det kunne ikke skade at tage et mere.«

Kurset var helt anderledes end de andre klasser eller bagekurser, Molly havde været på. Det, der gjorde det til noget helt specielt, var Helligåndens nærhed og den kammeratlige ånd blandt deltagerne.

»Forretningsdrøftelserne var gode og nyttige,« siger hun, »men det var den

åndelige side af forretningsdrøftelserne, der gjorde den store forskel for mig.«

## Talent og tumult

»Jeg var i stor vildrede,« siger Molly. »Jeg spekulerede på, om det at bruge hele min opsparing og al min tid og energi på at starte en forretning var den bedste måde at bruge mine ressourcer på, lige på det tidspunkt, hvor jeg arbejdede med forebyggelse af selvmord.«

Under kursusforløbet talte Molly og de andre deltagere om Herrens ønske om, at de hellige opnår succes og vælger en næringsvej, der giver dem glæde. Hun spurgte gruppen: »Hvordan ser I på det at bruge sine talenter på tunge vigtige sager i modsætning til det bare at bruge sine talenter til at gøre det, man ønsker at gøre?«

Mens gruppen drøftede spørgsmålet, indså Molly, at hun ikke bare skulle sælge brownies. Skulle hun lykkes med forretningen, måtte hun ansætte folk, have økonomiske ressourcer til at donere til værdige formål, og når hun engang kunne arbejde lidt færre timer, kunne hun påtage sig frivilligt arbejde.

Det var først under den drøftelse, jeg rigtig forstod det. Det trængte ikke ind, før jeg var i et lokale med ligesindede mennesker,« siger hun. »Vi befandt os alle på forskellige stadier af forretningsprocessen og forskellige steder i livet, men Ånden var der, og vejledte afgjort vores drøftelser – i hver eneste klasse. Jeg indså, at hvis det at starte min egen virksomhed virkelig var det, jeg ønskede, ville vor himmelske Fader støtte mig.«

## Brownies og velsignelser

Omkring halvvejs inde i kurset, begyndte Molly at bage og dele sine brownies med de andre ti medlemmer af selvhjulpenhedsgruppen.

»De var ikke ellevilde med den til at begynde med, og nogle af dem gav virkelig god feedback,« fortæller hun. »Jeg begyndte at afprøve forskellige smage, glasurer og kompositioner. Mod slutningen af kurset havde jeg en ret god ide om, hvad jeg ville.«

Molly siger, at det var helt afgørende for hende at mødes med gruppen hver uge, de stod til regnskab for hinanden,

lærte hvordan og hvem man beder om hjælp og vejledte hinanden til fornødne ressourcer.

»Under al den tid vi var sammen, følte jeg mig velsignet og støttet af de andre i min gruppe,« siger hun. »Klassen hjalp mig til at blive bevidst om ting, jeg var nødt til at finde ud af.«

Efter Molly åbnede sin browniebutik i efteråret 2018, opdagede hun hurtigt, at det at drive en forretning kræver mere tid, end hun havde forestillet sig. Men et princip, som hun husker fra sit selvhjulpnehedskursus, velsigner hende fortsat.

»Vi talte om, hvordan det ville lægge beslag på det meste af vores tid, men det ville gøre en forskel, hvis vi afsatte tid til Ånden,« siger hun. »Det er sandt, har jeg opdaget. Hvis jeg pludselig føler mig overvældet og stresset, lytter jeg til skrifterne eller en generalkonferencetale, mens jeg arbejder alene om morgenen, og det letter mit sind og giver mig fred.«

Den følelse af fred og begejstrede, glade og

tilfredse kunder holder Molly kørende - selv efter lange arbejdsdage.

»Jeg kunne ikke have åbnet forretning uden vor himmelske Faders hjælp,« siger hun. »Og uden hjælp og støtte fra mange andre mennesker, havde det ikke være muligt. Det er sådan en dejlig mulighed. Det har jeg længe ønsket at gøre.«

»Jeg er blevet velsignet med en mulighed for at prøve,« takket være selvhjulpnehedsklassen. ■



# Hvordan taler jeg med mine børn om **mentalt helbred?**

*Artiklen er udarbejdet i samarbejde med rådgivere fra Familietjenesten*

## **Fem måder at indlede en samtale på**

- Ubehagelige følelser er en del af livet. Det er i orden at føle sig vred, ked af det eller bekymret nogle gange. Disse følelser betyder ikke altid, at man har gjort noget forkert.
- I ved, hvordan lægen hjælper en, hvis man har brækket et ben? Der er også mennesker, der hjælper folk med svære tanker og følelser. Vi bør bede om hjælp, når vi har brug for det.
- Fejltrin er en del af måden, vi lærer og vokser på her på jorden. Ingen er fuldkomne! Vor himmelske Fader elsker os, selv når vi får rodet os ud i noget forkert. Han ønsker, at vi alle bliver ved med at prøve.
- Visse aktiviteter som at trække vejret dybt, tale med nogen, dyrke sport eller tegne – kan være en hjælp, når man føler sig oprevet. Vi bør ikke gøre noget, der volder skade på dyr, os selv eller andre mennesker.
- Sommetider føler folk sig oprørte eller bekymrede over noget, og det går ikke bare over. Nogle mennesker har andre

problemer med, hvordan deres sind fungerer. Det er ikke deres skyld. Vi bør være venlige og hjælpsomme og behandle dem, som Jesus Kristus ville.

### Taletips

- Det er vigtigt at spørge ind til jeres børns tanker og følelser, og så høre ordentligt efter. Spørgsmålene kan være: Hvad har du gået og tænkt på her på det sidste? Er der noget, der ændrer sig i dit liv? Har du følt noget nyt eller anderledes for nylig? Har du spørgsmål, som du gerne vil tale med nogen om?
- Jeres børns spørgsmål er vigtige. De kan hjælpe jer til at vide, hvad jeres børn er rede til at lære om. I stedet for bare at dumpe alt, I ved om et emne, på et barn på en gang, så besvar spørgsmålet med helt grundlæggende information. Det lader dem selv reagere. Hvis de ikke har flere opfølgende spørgsmål, er den grundlæggende information måske nok lige nu. Hvis de har flere spørgsmål, er de måske klar til flere detaljer.
- Undgå diskussioner med jeres børn om, hvad de fortæller, at de føler, selvom de følelser ikke matcher, hvordan I opfatter situationen.
- Sommetider er det lettere at skrive end at tale. Hvis samtalen ikke glider glat, så prøv at lade jeres barn skrive eller tegne, hvad de føler.

### Forslag til aktiviteter



- Til yngre børn, tegn ansigter for at afspejle forskellige følelser og hjælp jeres barn med at sætte ord på følelser.



- Brainstorm med jeres børn om, hvilke ting de kan lave, når de føler sig oprørte.



- Tænk på nogle, der er kede af det eller kæmper med noget. Hvad kan jeres familie gøre for at vise dem kærlighed?



- Læs og tal om historier i *Liahona*, hvor medlemmer af Kirken har oplevet at få deres tro prøvet.

### Jeg har brug for hjælp!

Hvis I føler, at jeres barns følelser og adfærd er helt ude af kontrol eller deres mentale helbred er i fare, så tag kontakt til en professionel psykolog eller terapeut. (Der kommer en artikel nedenfor med råd til den proces). Jeres biskop kan sætte jer i kontakt med Familietjenesten eller andre ressourcer i jeres område. Desuden er der på [mentalhealth.ChurchofJesusChrist.org](https://www.mentalhealth.ChurchofJesusChrist.org) en liste over gratis krisehjælp og andre ressourcer. I er elskede, og I er ikke alene! ■

### YDERLIGERE RESSOURCER

- »Seks måder at få det bedre på« (feb. 2020 *Lille Liahona*)
- »Find den rette behandler til at hjælpe jer med jeres mentale helbred« (jan. 2019 *Liahona*, kun digitalt artikel)
- »Snak om svære emner« (mar. 2015 *Liahona*)

## I dette afsnit

44 Paralyseret men ikke pessimistisk  
Julieta Olmedo

48 Søgte hjælp efter min vens selvmord  
Brixton Gardner

## Kun digitalt

Vendte mine spørgsmål til svar  
Lydia Tava'esina Pickard

Sådan fandt jeg tro, da jeg følte, at jeg havde mistet alt  
Jennifer Enamorado

Find disse artikler og mere:

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

## 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! I kan indsende jeres artikler eller feedback på [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org).

## Perspektiv i mørke og triste tider

Vi har alle haft tunge og triste dage, hvor vi følte, at ingenting gik rigtigt. I sådanne stunder **kan vi spørge: »Hvorfor mig? Hvorfor nu? Hvordan skal jeg dog klare det her?«** Heldigvis **er vi ikke ladt alene i stikken.** Vi kan regne med vor himmelske Faders kærlige vejledning.

Da jeg var yngre, plejede jeg at klage og brokke mig over den modgang, jeg mødte – indtil der skete noget, der påvirkede mit liv for altid: Jeg kom ud for en ulykke, hvor jeg desværre mistede fingrene på min venstre hånd. Selvom det var en svær prøve, **lærte den oplevelse mig at stole på vor himmelske Fader.** Og på trods af alting, lærte jeg at være optimistisk, taknemmelig og aldrig at give op. Noget i mig ændrede sig totalt, og jeg følte, hvordan vor himmelske Fader rækker sin kærlighed til os og leder os igennem alle de svære ting, vi møder på livets vej. I kan læse min historie i den digitale udgave af dette nummer.

I sin artikel på side 44, minder Julieta os også om, at vi kan være glade, selv midt i altfortærende ild og se fremtiden i møde med tro. I en kun digitalt artikel minder Lydia os om at **se efter formålet med vores prøvelser.** Prøvelser er til for at hjælpe os til at blive vor himmelske Fader lig. Og på side 48 bærer Brixton vidnesbyrd om, at selvom Frelseren kan hele vores sår, deriblandt mentale udfordringer, er det sommetider nødvendigt – og helt sikkert okay – at række ud efter andres hjælp.

Jeg ved af hele mit hjerte, at **enhver vanskelighed – enhver mørk og dystert stund i vores liv – kan lede hen mod et helligt formål,** og at det formål er at forædle og forandre os, så vi en dag i sidste ende kan blive fuldkommen som vor himmelske Fader.

Kærlig hilsen

Jennifer



FOTOGRAFIA: GETTY IMAGES

UNGE VOKSNE

---



# Paralyseret men ikke pessimistisk

---

Efter jeg var blevet skudt og lammet, gjorde min tro det umulige muligt.



## Julieta Olmedo

Lige siden jeg var en lille pige, har jeg elsket sport, især fodbold. Jeg spillede når som helst, jeg kunne, og jeg drømte om at repræsentere Argentina til OL eller VM.

Mine drømme brast en dag, da jeg var 15 år gammel. Jeg havde lige været på besøg hos min syge seminarlærer og var på vej hjem på cykel, da to bander i mit kvarter begyndte at skyde mod hinanden. En vildfaren kugle ramte mig i ryggen.

Da jeg vågnede op på hospitalet næste dag, opdagede jeg, at jeg var lam fra livet og ned.

## Spørgsmålet man stiller, når der sker noget dårligt

Mens jeg kom mig, spurgte familie og venner, hvordan jeg havde det. Jeg kunne se, at de alle var kede af det på mine vegne, så jeg beroligede dem ved at sige, at jeg var okay. Det hjalp mig at trøste andre, men jeg vidste, at jeg ikke ville komme til at gå igen, og jeg måtte lære at leve som lam.

På det tidspunkt var jeg begyndt at komme til seminar og blive aktiv i Kirken igen. Seminar var den grundpille, der støttede mig til at komme tilbage og ikke blive vred på vor himmelske Fader over det, der var sket mig.

Til seminar lærte vores lærer os, at når der sker noget dårligt, bør vi ikke spørge »*hvorfor* sker det her for mig?« Hun sagde, at det, vi burde spørge om, var: »Hvad kan jeg lære af dette?«

Det var svært at komme videre og altid være positiv, men min seminarlærers spørgsmål indgød mig en masse styrke. Når jeg mistede håbet, og tvivlen tårnede sig op i mit sind, vendte jeg altid tilbage til spørgsmålet: »Hvad kan jeg lære?« Det hjalp mig til at stå op hver dag, og det reddede mig, når jeg havde lyst til at give op.

Hvad angår den mand, der skød mig, velsignede vor himmelske Fader mig til ikke at føle vrede mod ham. Han kom senere for retten og blev idømt fængselsstraf. Han skrev til mig, mens han sad der, og bad mig om tilgivelse og fortalte, at han havde ændret sin adfærd. Jeg fortalte ham, at jeg ikke følte bitterhed mod ham, og jeg var glad for, at han havde ændret kurs.

## Fandt en ny lidenskab

I nogle år efter jeg var blevet skudt, havde jeg ikke lyst til ret meget. Jeg savnede at dyrke

sport, og dengang vidste jeg ikke, at mange sportsgrene kan tilpasses handicappede. Da jeg opdagede det, vendte min begejstring for sport tilbage. Hvis en sportsgren var ny for mig, prøvede jeg at lære den. Og jeg udviste den samme lidenskab mod den, som fodbolden havde fået, inden jeg blev lam.

Snart fandt jeg en sport, som jeg elskede lige så højt som fodbold – kørestolsbasketball. Med tiden blev jeg – efter en masse spil og meget træning – udvalgt til at repræsentere Argentina internationalt. Jeg elsker konkurrencesport på det niveau mellem internationale hold.

Jeg spillede på vores kvindelandshold i kørestolsbasketball ved Para-South American Games i Chile i 2014, hvor vi vandt guld. Da vi kæmpede i South America Championships i Colombia, vandt vi en sølvmedalje i 2015. Jeg har også deltaget i Parapan American Games i Canada i 2015, hvor vi kvalificerede os til de Paralympiske lege året efter i Rio de Janeiro i Brasilien. Da vi senere havde kvalificeret os til VM spillede vi i Hamburg i Tyskland i 2018. Og i august 2019 spillede vi ved Parapan American Games i Lima i Peru.

## Velsignelserne, der hjalp mig til at holde ud.

Jeg kan stadig miste modet, og hver dag har sine udfordringer, som jeg må overvinde. Men jeg takker vor himmelske Fader for den vidunderlige familie og de venner, han har givet mig. Han har ført så mange vigtige mennesker ind i mit liv, der har hjulpet mig med at tackle denne svære prøve. Familiens støtte er afgørende for

---

Når jeg mistede håbet, og tvivlen tårnede sig op i mit sind, vendte jeg altid tilbage til spørgsmålet: »Hvad kan jeg lære?«





at klare udfordringer – ikke blot vores fysiske udfordringer, men også vores mentale, følelsesmæssige og åndelige.

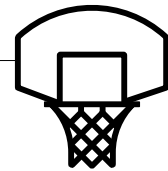
Fordi jeg har evangeliet i mit liv, påskønner jeg de mange velsignelser, min Fader har givet og fortsat giver mig. Jeg ved, at han elsker mig. Uden tro på ham og Jesus Kristus havde jeg ikke været i stand til at udholde denne prøve.

Ja, jeg kan ikke komme frem uden en kørestol, men selv i min kørestol har jeg alligevel oplevet, at mange af mine barndomsdrømme er gået i opfyldelse. Jeg siger til folk: »Tro på vor himmelske Fader. Han er med os. Med hans hjælp kan vi overkomme vores udfordringer. Mist ikke jeres tro. Hold fast i evangeliet. Sæt mål, og I vil nå dem. Vor himmelske Fader vil hjælpe jer.«

Udover at støtte mig i mine udfordringer og mine mål hjælper min tro mig også til at efterleve principperne i Jesu Kristi evangelium. Det kan indebære fristelser at deltage i turneringer,

---

Med hans hjælp kan vi overkomme vores udfordringer. Mist ikke jeres tro. Hold fast i evangeliet. Sæt mål, og I vil nå dem. Vor himmelske Fader vil hjælpe jer



---

men jeg husker at holde evangeliets principper og mine standarder, det hjælper mig at til at træffe gode valg.

Jeg prøver at hjælpe andre gennem mit eksempel. Jeg drikker ikke. Jeg ryger ikke. Der er andre ting, jeg ikke gør, som andre sportsfolk gør. Det kan være svært at dele mit vidnesbyrd eller skrifterne, men jeg prøver at undervise andre gennem det jeg gør og ikke gør.

## Vor himmelske Fader har alle svarene.

Sommetider bliver vi vrede på vor himmelske Fader, fordi der sker noget skidt for os eller folk, vi elsker, men selvom vi ikke altid har alle svarene på vores prøver, så har han.

Vor himmelske Fader giver os ikke udfordringer, som vi ikke kan klare. Som min seminarlærer sagde, sker de dårlige ting af en årsag. Og sommetider kan de svære ting ende med at blive en velsignelse for os og andre. Hvis vi holder fast i vores tro, når prøverne er sværest, vil vores eksempel på tro måske styrke andre, der har brug for hjælp i deres trængsler og til at komme videre. ■

*Forfatteren bor i Córdoba i Argentina.*

# Søgte hjælp efter min vens selvmord

Jeg tænkte, at jeg selv kunne bekæmpe depressionen, men da jeg endelig bad om hjælp, ændrede alt sig.

## Brixton Gardner

**E**n dag på arbejdet for et par somre siden, fik jeg meddelelse om, at en af mine gode venner var død på grund af selvmord. Jeg blev chokeret – helt ærligt vidste jeg ikke, hvordan jeg skulle reagere. Jeg husker, at jeg sad helt stille ved mit skrivebord, ude af stand til at tænke eller gøre noget.

Alle mulige tanker og følelser skyllede ind over mig og gjorde mig forvirret. Men jeg blev ved med at sige til mig selv, at jeg var okay, og jeg ville komme over det. I de følgende måneder, skyllede en overvældende bølge af depression og tristhed dog ind over mig. Der var mange tårer og søvnløse nætter. Nogle morgener kunne jeg ikke engang komme ud af sengen. Jeg troede ikke, at mine bønner blev hørt eller besvaret. Det føltes tomt og uinspirerende at læse i skrifterne. Alt føltes håbløst, og intet virkede til at blive bedre.

I meget lang tid var jeg bange for at fortælle nogen, hvad jeg følte. Folk kendte til mit tab og tilbød at tale eller støtte mig, men jeg afslog altid. »Jeg vil ikke generere dem,« tænkte jeg. »Desuden har de nok at kæmpe med. Hvorfor skal de belemres med mine bekymringer?«

En søndag blev min sorg næsten for tung at bære. Jeg kunne ikke sidde stille under nadvermødet. Da mødet endelig var forbi, for jeg ud i hallen for at komme ud af bygningen. Lige inden jeg nåede døren, løb jeg ind i en kvinde fra min menighed, der havde mistet sin søn på grund af selvmord nogle år forinden. Da vi fik øjenkontakt, sagde Ånden til mig, at det var på tide, at jeg sagde noget om, hvordan jeg havde det.

Det var skræmmende, men med skælvende stemme stoppede jeg hende og spurgte: »Må jeg snakke lidt med dig? Jeg har brug for hjælp.«

Hun lyttede til mig, mens jeg forklarede, hvad der var sket, og hvad jeg følte. Og uden tøven tog hun mig i armen og så på mig med tårer i sine øjne. »Jeg vil gerne have, at du skal vide, at det her ikke er din skyld, og at du er meget elsket,« sagde hun.

Ingen af os kunne lade være med at græde, mens vi snakkede. For mig føltes det, som om tågen lettede. Endelig kom der en form for lys ind i mit liv. Alt, hun sagde til mig i hallen den dag, var svar på mine bønner.

Det jeg lærte i det øjeblik var, at det at tale om mine følelser endelig lod mig starte på en

helingsproces. Af en eller anden årsag havde jeg overbevist mig selv om, at jeg kunne klare alt alene, og jeg ikke havde brug for hjælp. Selvom jeg ikke kunne se det, var jeg omgivet af mennesker, der elskede og ønskede at hjælpe mig.

Jeg har lært, at når vi siger, at vi skal være »af ét hjerte og ét sind« (Moses 7:18), så betyder det, at din hjertesorg er min hjertesorg, og mine smerter er også jeres smerter. Det betyder ikke alene at give hjælp, når der er brug for det, men også at vi er villige til modtage hjælp, når vi har brug for den. Det har gjort en verden til forskel, at jeg blot lod andre hjælpe mig, og har i sidste ende gjort, at jeg kan komme mig helt.

Her nogle få år efter denne oplevelse kan jeg ærligt sige, at jeg aldrig har været lykkeligere. Med en masse hårdt arbejde og i sidste ende ved Guds nåde er jeg blevet stærkere, end jeg var, inden alt dette skete. Bøn, tjeneste, sårbarhed, ydmyghed, terapi, utallige velsignelser og så meget mere har hjulpet mig hertil, hvor jeg er i dag. Jeg skylder vor himmelske Fader en masse og mine nære venner for at hjælpe mig igennem dette. Hvor er jeg taknemmelig for, at jeg rakte ud efter hjælp – det var nøglen til heling. ■



**Brixton Gardner** er vokset op i Californien i USA og studerer nu på

Brigham Young University. Han har været på mission i British Columbia i Canada, og han elsker fitness, at lave mad (og spise) efter nye opskrifter og finde ny god musik.



## Først tænkte jeg, at seminar ville blive svært.

Jeg måtte skifte skole, og seminar lå tidligt om morgenen. Jeg troede ikke, at det ville fungere, for jeg havde mange lektier og andre ting at se til.

Men da jeg begyndte at komme til seminar, åbnede tiden sig bare for mig. Nu har jeg altid tid nok til mine lektier. Og jeg glæder mig altid til at stå op den næste dag og skulle til seminar. Mine venner og jeg støtter hinanden og lærer en masse, mens vi er der.

Den glæde, jeg føler til seminar, ligner den glæde, jeg føler, når jeg er i templet. Inden jeg blev 11 år, havde alle mine søskende og venner været i templet, men jeg havde ikke.

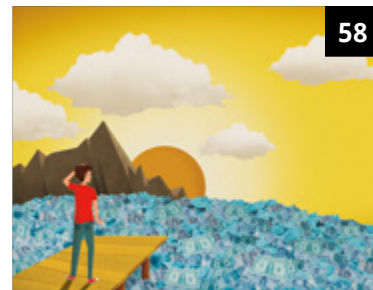
Da jeg endelig blev gammel nok til at komme indenfor og udføre dåb, følte jeg stor glæde. Selvom min familie og mine venner havde beskrevet følelsen af at være i templet for mig, blev jeg så glad for selv at kunne opleve det.

**Sofia D.**, er 14 år og fra Colombia



# UNGE

## I DETTE AFSNIT



### 52 **Genoprettelsens mirakel for jer**

*Ældste Dale G. Renlund*

### 56 **Kom og følg mig: Mormons Bog**

Mød de fire Josefer fra 2 Nefi og 3 Nefi.

### 58 **Jeg skulle bygge et skib**

*Ældste Juan Pablo Villar*

### 61 **Vidnesbyrd om Jesus Kristus**

### 62 **Spørgsmål og svar:**

Nyder I kirken? Hvorfor har vi brug for Mormons Bog?

### 64 **Det sidste ord:**

Jeg havde haft et syn  
*Joseph Smith*

# GENOPRETTELSENS MIRAKEL FOR JER



**Ældste  
Dale G. Renlund**  
De Tolv Apostles  
Kvorum

*Takket være det gengivne evangelium kan I vide, hvem I virkelig er, og hvad Gud forventer af jer.*

**I MUSICALEN SPILLEMAND** på en tagryg beskriver hovedpersonen, Tevje, en af goderne ved samfundstraditioner, der lyder: »Og på grund af vores traditioner, ved enhver af os, hvem vi er, og hvad Gud forventer af os.«<sup>1</sup> I behøver ikke at forlade jer på tradition for at vide det. På grund af genoprettelsen kan I vide, hvem I er, og hvad Gud forventer af jer. Skulle I ikke være sikre på det endnu, så har I både ret og pligt til at gøre krav på den kundskab.

Der er gået 200 år, siden den 14-årige Joseph Smith modtog det første himmelske syn, der indledte genoprettelsen. Joseph gik ind i skovene i nærheden af sit hjem i staten New York i USA, fordi han bekymrede sig for sin sjæls velfærd og ønskede at vide, hvilken kirke han skulle tilslutte sig. Han ønskede at vide, hvem han var, og hvad Gud forventede af ham. Han modtog de svar, han søgte, men han lærte så meget mere den dag og de efterfølgende 24 år. På grund af gengiven sandhed kan I ikke alene vide, hvorfor Gud skabte jer, men I kan også lære om jeres ultimative skæbne. Ligesom Joseph Smith kan I selv få svar.

## **HVEM ER I?**

I er elskede børn af Gud, kendt og elsket af ham. Det lærte Joseph, da Gud Faderen og Jesus Kristus gav sig til syne for ham i 1820. Joseph skrev: »Den ene af dem talte til mig, kaldte mig ved navn og sagde, mens han pegede på den anden: *Det er min elskede Søn. Hør ham!*« (JS-H 1:17).

Gud kendte Joseph. Det samme gælder for jer. Gud kender jer. Han har kendt jer i lang tid, og han har elsket jer lige så længe, som han har kendt jer. Han kender



jeres guddommelige potentiale til at udvikle jer og blive ophøjet med ham. Det betyder, at I har potentialet til at blive som ham.<sup>2</sup>

»Familien: En proklamation til verden« fortæller om denne evige gengivne sandhed: »Alle mennesker – mænd og kvinder – er skabt i Guds billede. Hver enkelt er en højt elsket søn eller datter af himmelske forældre, og som sådan besidder hver enkelt guddommelige egenskaber og muligheder.«<sup>3</sup> Denne sandhed kan virke indlysende for dem, der længe har været medlemmer af Kirken. Det gælder ikke for rigtig mange prominente kristne teologer, der hævder, at målet med jer primært er, at I skal tilbede, beundre og ære Gud, og at Guds eneste formål med at skabe jer var, at I kunne hylde, dyrke og tjene ham.

Gennem Joseph Smith åbenbarede Gud, at hans gerning og herlighed er at tilvejebringe udødelighed og evigt liv for mennesket.<sup>4</sup> Selvom herliggørelsen af jer herliggør ham, er Guds mål og hensigt at skabe det miljø, der tillader jer at udvikle jer. Resultatet af jeres udvikling kan blive varig glæde. Kong Benjamin bad sit folk om at »tænke på den velsignede og lykkelige tilstand for dem, der holder Guds befalinger. For se, de er velsignede i alt, både timeligt og åndeligt; og hvis de holder trofast ud til enden, bliver de modtaget i himlen, så de derved kan bo hos Gud i en tilstand af aldrig ophørende lykke« (Mosi 2:41)

Gud varetager jeres bedste interesse. Han er venlig og kærlig. Han ved,



at for at I kan udvikle jer, var I nødt til at komme til jorden, modtage et legeme og af egen erfaring lære rigtigt fra forkert. Han ønsker ikke, at I forbliver et barn eller ung for evigt, ligesom han heller ikke ønsker at forvandle jer til et blindt lydigt dreseret kæledyr. Nej, han ønsker, at I vælger at følge ham, og at I modnes gennem jeres erfaringer med at blive voksne og blive arving til alt, han har.<sup>5</sup> Det er jeres guddommelige bestemmelsessted.

Disse sandheder er grundlæggende for den gengivne lære, der begyndte med, at Joseph Smith ytrede en enkel bøn.

### HVAD FORVENTER GUD AF JER?

Gud har to primære forventninger til jer. For det første forventer han, at I lærer om og følger hans plan. For det andet forventer han, at I hjælper andre med at lære om og følge hans plan.

I blev undervist i Guds frelsesplan i forudtilværelsen og accepterede den. Det er ikke sikkert, at det var en let beslutning. En tredjedel af vor himmelske Faders børn afviste planen. Men I ønskede at komme til jorden, modtage et legeme og bruge jeres handlefrihed til at følge den plan. Gud vidste, og det vidste I også, at I ville begå fejl og synd, når I først kom på jorden. Disse syndere ville for altid afholde jer fra at leve i Guds nærhed, medmindre I kunne blive forløst fra jeres synder. Guds plan sørgede for, at Jesus Kristus blev jeres Forløser. Jesus Kristus sonede for jeres synder og fejltrin for at Guds frelsesplan kunne træde i kraft for jer.<sup>6</sup> Han betalte den maksimale pris, så han kan »gøre krav på den ret, som han har til at vise barmhjertighed« mod jer (Moro 7:27).

Guds plan tog også højde for, at I fik gaven handlefrihed, så I kan kende »godt fra ondt« (2 Ne 2:5). I kan »handle på egne vegne« (se L&P 58:28) og er i stand til selv at træffe beslutninger. Men når I træffer dårlige valg eller begår fejl, forventer Gud, at I

**PÅ GRUND AF GENGIVEN SANDHED  
KAN I IKKE ALENE VIDE, HVORFOR  
GUD SKABTE JER, MEN I KAN  
OGSÅ LÆRE OM JERES ULTIMATIVE  
BESTEMMELSESTED.**

bruger jeres handlefrihed til at omvende jer. Omvendelse er gjort mulig gennem Jesu Kristi forsoning, og den er nødvendig for, at I kan blive rene for Gud.<sup>7</sup>

I omvender jer, når I vender jer til Gud og udøver tro på Jesus Kristus. På betingelse af omvendelse gør Jesu Kristi forsoning jer i stand til at blive fritaget for den straf, I ellers ville få. I viser, at I har omvendt jer ved at være lydige mod evangeliets love og ordinancer. Og når I omvender jer, bliver I forædlet, rene og helliggjort.

Som Gud sagde til Adam: »Dette er frelsesplanen for alle mennesker ved min Enbårnes blod« (Moses 6:62). På grund af vores tro på Kristus og vor himmelske Faders plan, kan vi »nyde det evige livs ord i denne verden og evigt liv i den tilkommende verden, ja, uddødelig herlighed« (Moses 6:59).

Den anden centrale ting, Gud forventer af jer, er, at I hjælper andre til lære hans plan at kende og følge den. Når I forstår, at Gud og hans Søn, Jesus Kristus, elsker jer, vil I nære et naturligt ønske om at dele denne sandhed med andre. At dele Jesu Kristi evangelium omtales også som »Israels indsamling.« Præsident Russell M. Nelson har sagt:

»Mine kære usædvanlige unge, I blev sendt til jorden på netop dette tidspunkt, den mest afgørende tid i verdens historie, for at bidrage til at indsamle Israel. Der sker *intet* på denne jord lige nu, der er vigtigere end det. *Intet* har større konsekvenser. Absolut *intet*.

Indsamlingen bør betyde *alt* for jer. Det er den mission, I blev sendt her til jorden for at udføre.«<sup>8</sup>

Opfyldelse af denne pagtslige forpligtelse vil give jer glæde<sup>9</sup> og bidrage til jeres personlige ophøjelse.<sup>10</sup>

Fordi Jesu Kristi evangelium blev gengivet til jorden, kan I vide, hvem I er, og hvad Gud forventer af jer. Vi fejrer genoprettelsen, der begyndte i skovene tæt på familien Smiths gård i staten New York for 200 år siden, på grund af den

spændvidde og betydning den har for jer. Josephs oprigtige bøn åbnede for en strøm af åbenbaring, der fortsætter til denne dag gennem hans apostle og profeter. Jesus Kristus leder sin kirke og sit værk på jorden, så I kan nå jeres guddommelige potentiale for igen at kunne leve med jeres himmelske Fader. ■

#### NOTER

1. Joseph Stein, Jerry Bock, Sheldon Harnick, *Fiddler on the Roof*, 1964, s. 23.
2. »Gud selv, der befandt sig midt mellem ånder og herlighed, fordi han var mere intelligent, fandt det passende at indstifte love, hvorved de øvrige kunne få lov til at bevæge sig fremad som han selv ...så de kan blive ophøjet med ham selv« (*Kirkens præsidenters lærdomme: Joseph Smith*, 2007, s. 208).
3. »Familien: En proklamation til verden«, *Liahona*, maj 2017, s. 145.
4. Se Moses 1:39.
5. Se Dale G. Renlund, »Vælg i dag«, *Liahona*, nov. 2018, s. 104.
6. Se Es 53:3-12. Esajas nævner Kristi stedfortrædende lidelse for synd ti gange.
7. Gud har sagt: I »må omvende [jer], ellers kan [I] på ingen måde arve Guds rige, for intet urent kan bo der eller bo i hans nærhed.« »Således må I fødes på ny ind i Himmeriget ved vand og ved Ånden og blive rensset ved blod, nemlig ved [Guds] Enbårnes blod, så I kan blive helliggjort fra al synd« (Moses 6:57, 59).
8. Russell M. Nelson, »Zions ungdom«, verdensomspændende foredrag for unge, 3. juni 2018, [HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org](https://www.ChurchofJesusChrist.org).
9. Se L&P 18:15-16.
10. Se L&P 4:2, 4; 31:5; 36:1; 60:7; 62:3 og 84:61.

# MØD DE FIRE JOSEF'ER *fra 2 Nefi 3*

*Vidste I, at en profet ved navn Josef talte om Joseph Smith for næsten 4000 år siden?*

**S**e, om I kan holde rede på alle de Josef'er, der nævnes i 2 Nefi 3: Lehi fortæller sin søn Josef om nogle profetier, som Josef i Egypten fik om Joseph Smith, der var opkaldt efter sin far, Joseph.

Tag et kig på tidslinjen nedenfor for bedre at forstå, hvem de forskellige Josef'er var, og hvor de levede.

## Hvad sagde Josef i Egypten om Joseph Smith?

Herren inspirerede Josef i Egypten til at se mange århundreder ud i fremtiden. Han udtalte følgende sandheder om Joseph Smith:

- **»En seer**, som skal være en udsøgt seer for mine lænders frugt, skal Herren min Gud lade fremstå« (v. 6).



### Omkring år 1700 f.Kr.

Josef, Jakobs søn, (der fik det nye navn Israel), boede i Egypten. Han fik to sønner, Efraim og Manasse.

### Omkring år 600 f.Kr.

Lehi, der var efterkommer af Manasse, forlod Jerusalem og rejste adskillige år i ørkenen. Der fik han og hans hustru, Sarija, en søn ved navn Josef.



- **»Han skal** være mægtig ligesom Moses, som jeg har sagt, jeg vil lade fremstå for jer til at udfri mit folk« (v. 9).
- **»Ham** vil jeg give magt til at bringe mit ord ud til dine lænders efterkommere -- og ikke alene til at udbringe mit ord, siger Herren, men til at overbevise dem om mit ord, som allerede skal være udbredt blandt dem [som Bibelen]« (v. 11).
- **»Og fra** svaghed skal han blive gjort stærk på den dag, da mit værk skal begynde blandt hele mit folk for at genrejse dig, o Israels hus, siger Herren« (v. 13).
- **»Den seer** vil Herren velsigne, og de, der forsøger at slå ham ihjel, skal blive udslettet« (v. 14).

- **»Han skal få navn** efter mig; og det skal være efter hans fars navn« (v. 15).

### Hvordan var Joseph Smith ligesom Josef af Egypten?

Josef af Egypten blev udpeget af Farao til at føre tilsyn med madlagre for at imødegå dårlige tider med hungersnød. Da sulten satte ind, kom folk fra Egypten og alle andre vegne fra til Josef for at købe mad. Tilmed hans brødre kom til Egypten fra det hellige land for at købe mad. Farao lod Josefs brødre og far købe mad og bo i Egypten. Det reddede dem fra at sulte.

På Joseph Smiths tid led folk af en sult efter Guds ord, de hungrede efter Jesu Kristi sande evangelium. Joseph

### Hvordan kendte Lehi til Josef af Egypten?

Efter Lehi og hans familie havde forladt Jerusalem, bød Herren dem at vende tilbage og få fat i de bronzeplader, som Laban havde. Disse plader indeholdt skrivelser af Det Gamle Testaments profeter, deriblandt Josef i Egypten.

Smith var den profet, Herren kaldte til at redde os fra den sult – ved at gengive sit evangelium og præstedømme, så vi kunne modtage de ordinancer, der er nødvendige for vores åndelige frelse. ■



#### År 1771 e.Kr.

Joseph Smith sen. blev født i Massachusetts.

#### År 1805 e.Kr.

Joseph Smith jun. blev født den 23. december 1805 i Vermont i USA. Ved det første syn i 1820 så han vor himmelske Fader og Jesus Kristus. Han oversatte og udgav Mormons Bog adskillige år senere, ligesom Josef af Egypten havde sagt, at han ville (se 2 Ne 3:11).



# Jeg skulle **BYGGE** et **SKIB**

*Nefis oplevelse hjalp mig til at se,  
hvordan jeg skulle håndtere  
udfordringer i mit eget liv.*



ILLUSTRATIONER: AXEL RANGEL



**Ældste**  
**Juan Pablo Villar**  
De Halvfjerds

**D**a jeg fortalte mine forældre, at jeg gerne ville på mission, blev de ikke glade. Min storebror, Ivan, og jeg var de eneste medlemmer af Jesu Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige i vores familie. Jeg kom ind i den, da jeg var 18, og her et år efter, ville jeg tjene som fuldtidsmissionær. Selvom mine forældre i sidste ende lod mig tage af sted, advarede min far mig om, at det ikke var sikkert, at han kunne betale for, at jeg kom på universitetet, når jeg vendte tilbage.

Men jeg vidste, at dersom jeg tjente Herren, ville han hjælpe mig.

Under hele min mission frydede det mig, når jeg så mennesker tage imod Jesu Kristi evangelium og gå fremad mod frelse. Da jeg vendte hjem, begyndte jeg på mine studier igen. Men snart efter sagde min far, som han havde advaret om: »Jeg kan ikke betale mere.«

*Hvorfor? tænkte jeg. Jeg havde tjent som missionær, jeg gjorde det, Herren ønskede af mig, så hvorfor skete dette for mig?*

### **Studium og arbejde**

Så huskede jeg noget, jeg havde læst i Mormons Bog. Nefi, der havde fulgt alle befalinger, blev befalet at bygge et skib, noget han aldrig havde gjort før (se 1 Ne 17:8, 49-51). Jeg følte, at jeg måtte bygge et »skib«. Det var et kæmpe problem, som jeg ikke vidste, hvordan jeg skulle løse, så jeg bad om inspiration.

Snart efter talte Ivan med mig. »Juan Pablo, jeg har hørt, at far ikke kan betale din skolegang,« sagde han.

»Det er sandt,« svarede jeg. »Jeg tror, løbet er kørt for mig!«

Ivans svar var enkelt, men det inspirerede mig. »Du ved godt, at du både kan læse og arbejde på en gang, ikke?« sagde han. »På den måde kan du betale dit undervisningsgebyr.« Det var første gang, jeg indså, at jeg kunne gøre begge dele! Snart efter fandt jeg et deltidsjob, der gjorde mig i stand til at fortsætte med mine studier.

Jeg tænkte igen på Nefi og skibet: »Se, jeg, Nefi ... byggede [ikke] ... skibet på menneskers måde; men jeg byggede det på den måde, som Herren havde vist mig« (1 Ne 18:2).

Hvis jeg bare havde lyttet til mig selv, ville jeg have opgivet at få en uddannelse. Men Herren inspirerede mig, igen min brors ord, til at fortsætte. Når vi møder udfordringer i livet, tænker vi sommetider, at Herren ikke velsigner os. Men nu kan jeg klart se, hvordan Herren velsignede mig med en mulighed for at vokse og udvikle mig.

### **Giv ikke op!**

Mens jeg studerede, blev jeg også gift. Jeg var tæt på at skulle tage eksamen, da jeg indså, at jeg ikke brød mig særligt om det, jeg studerede. Jeg havde lyst til at bare at droppe det. Men min hustru sagde: »Du kan ikke bare droppe ud. Du ved ikke, hvad Herren har forberedt til dig, så du er nødt til at gøre det færdigt.«

Jeg tænkte endnu engang på Nefi. Til trods for, at hans brødre mishandlede

ham, gav han ikke op. Nefi så i stedet for hen til Gud og priste ham. »Jeg murrede ikke imod Herren over mine trængsler,« skrev han. Senere blev han sluppet fri, »og det skete, at jeg, Nefi, styrede skibet, så vi igen sejlede mod det forjættede land.

Og det skete, at efter at vi havde sejlet i et tidsrum af mange dage, ankom vi til det forjættede land« (1 Ne 18:16, 22-23).

Jeg lyttede til min hustrus råd og gjorde min uddannelse færdig. Men jeg begyndte at arbejde indenfor et helt andet område.

Et par år senere fik et jeg stærk indtryk af, at jeg måtte forbedre min uddannelse, og jeg følte, at jeg måtte tage en kandidatgrad. Da jeg begyndte ansøgningsprocessen, var noget af det første, jeg skulle svare på, om jeg havde en bachelorgrad. I det øjeblik kom jeg hurtigt i tanke om min hustrus ord: »Du ved ikke, hvad Herren har forberedt til dig, så du er nødt til at gøre det færdigt.« Hvis jeg ikke havde gjort min bachelor færdig, havde det ikke været muligt for at få en kandidatgrad.

### **Profeter vejleder os**

Hver gang jeg læser Mormons Bog, stiller jeg mig selv spørgsmålet: Hvad ønsker denne profet, der skrev for tusindvis af år siden, at jeg skal vide, og hvordan skal jeg anvende det i mit og min families liv? For eksempel har Nefi lært mig, at vi er nødt til at være klar, når Herren kalder, stole på ham og tjene ham trofast.

Jeg ved uden tvivl, at når Herren kalder jer, vil han åbne en udvej, akkurat som han gjorde for Nefi (se 1 Ne 3:7). ■



# VIDNESBYRD OM JESUS KRISTUS



## HAN LEVER!

- Jesus Kristus rejste sig fra graven (se Matt 28:6).
- Han har et legeme af kød og knogler (se Luk 24:39; L&P 130:22).
- Hans opstandne legeme er herliggjort og udødeligt.



## DERES INDBYGGERE ER FØDT SOM GUDS SØNNER OG DØTRE

Nogle andre verdener er beboet. Vi ved ikke meget om disse folk (se Moses 1:35), men vi ved, at de er børn af vor himmelske Fader og bliver frelst gennem Jesu Kristi forsoning.



»Og se, efter de mange vidnesbyrd, som er blevet givet om ham, er dette det vidnesbyrd, det seneste af dem alle, som vi giver om ham: **AT HAN LEVER!** For **VI SÅ HAM**, ja, ved Guds højre hånd; og **VI HØRTE RØSTEN** aflægge vidnesbyrd om, at han er Faderens Enbårne – at ved ham og gennem ham og af ham, bliver og **BLEV VERDENERNE SKABT**, og deres

## VI SÅ HAM.

- Gud har altid brugt at kalde øjenvidner (se ApG 5:32).
- Han kaldte Joseph Smith som et sidste dages vidne om den levende Kristus.



## INDBYGGERE ER FØDT SOM GUDS SØNNER OG DØTRE.

Lære og Pagter 76:22-24; fremhævelse tilføjet.

## VERDENER BLIVER OG BLEV SKABT

Under vor himmelske Faders vejledning skabte Jesus Kristus »utallige verdener« (Moses 1:33).



## VI HØRTE RØSTEN

En himmelsk stemme, ofte vor himmelske Faders røst, har til andre tider vidnet om, at Jesus Kristus er Guds Søn (se Matt 3:17; 3 Ne 11:7; JS-H 1:17).



»Det er min elskede Søn.«

# Hvordan kan jeg nyde at være i kirke, når jeg har et problem med folk derhenne?

»Vi er alle ufuldkomne, vi sårer og bliver såret. Vi udsætter ofte hinanden for prøvelser med vores personlige særheder. I Kristi legeme er vi nødt til at nå videre end til begreber og ophøjede ord og opnå virkelige, praktiske erfaringer, mens vi lærer at ›leve sammen med andre i ... kærlighed‹ (L&P 42:45).«

Ældste D. Todd Christofferson fra De Tolv Apostles Kvorum, »Hvorfor Kirken«, *Liahona*, nov. 2015, s. 109.



## I kan kun bestemme over jer selv

Jeg kan ikke kontrollere folk omkring mig, heller ikke andre medlemmer, men jeg kan bestemme over mig, og hvordan jeg reagerer på situationer. Jeg har indset, at det at gå i kirke er et anliggende mellem mig og Gud, og ikke mellem mig og nogen anden. Jeg mindede mig selv om, at det ikke var fair over for Gud eller mig selv, at jeg holdt op med at efterleve evangeliet.

*Erica Y. er 18 år og fra Hawaii i USA*

## Respektér alle

Vi har alle forskellig baggrund og forskellig opdragelse med os. Man ved aldrig, hvad folk går igennem.

*Logan B. er 15 år og fra Oregon i USA*

## Tal med dine ledere

Man bør ikke komme i kirke på grund af en person. Man bør komme på grund af sin tro på Kristus. Jeg anbefaler også at tale med sin biskop.

*Asher D. er 15 år og fra Washington i USA*

*Svarene er ment som hjælp og vejledning, men de er ikke officielle udtalelser om Kirkens lære.*



### Elsk som Jesus gjorde

Jesus Kristus sagde:

»I skal elske hinanden.

Som jeg har elsket jer ...

Deraf kan alle vide, at I er mine disciple« (Joh 13:34-35). Det har hjulpet mig til at forstå, at jeg er nødt til at elske andre, uanset hvordan de er, akkurat som Frelseren elsker mig med alle mine ufuldkommenheder og fejl.

*Emma F. er 15 og fra Chaco i Argentina*

### Nyd din menighedsfamilie

Selvom jeg har kæmpet med sårethed eller vrede i forbindelse med medlemmer af Kirken, har jeg mere og mere indset, hvor meget folk der bryder sig om mig. Det har hjulpet mig til at nyde kirken på grund af den glæde min menighedsfamilie giver mig. Der vil altid være nogle der, der elsker dig.

*Sophia D. er 16 år og fra Bristol i England*

### Hvad tænker I?

»Der er en masse i skrifterne, jeg ikke forstår. Hvordan får jeg mere ud af at læse i skriften?«

Indsend jeres svar, og hvis I ønsker det, et billede i høj opløsning inden den 15. marts 2020 på [liahona.ChurchofJesusChrist.org](http://liahona.ChurchofJesusChrist.org) (klik på »Submit an Article or Feedback«).

Svarene kan redigeres af hensyn til længde og tydelighed.



## Hvordan forklarer jeg mine venner, hvorfor vi har brug for Mormons Bog?

Vi tror på, at Mormons Bog blev forberedt af Herren til vor tid, og at den er nødvendig for os. Her er nogle få grunde til det (forklaret af præsident Russell M. Nelson):

- Den indeholder svar på nogle af livets mest tungtvejende spørgsmål.
- Den forkynder Kristi lære.
- Den uddyber og tydeliggør mange af de »tydelige og dyrebare« sandheder, der var gået tabt i Bibelen (se 1 Ne 13:29-33).
- Den giver den fyldigste og mest myndige forståelse af Jesu Kristi forsoning, man kan finde noget sted.
- Den lærer os om indsamlingen af det spredte Israel.
- Den udstiller modstanderens taktik (se 2 Ne 22-33)
- Den maner falske religiøse overleveringer i jorden.
- Den ophæver den fejlagtige opfattelse af, at åbenbaring ophørte med Bibelen, og at himlene er lukket i dag.

(Fra Russell M. Nelson, »Mormons Bog: Hvad ville jeres liv være uden?«, *Liahona*, nov. 2017, s. 62).

# Jeg havde haft et syn

**Profeten Joseph Smith (1805-1844)**

Kirkens første præsident

---

*I foråret 1820 overvejede den 14-årige Joseph Smith, hvilken kirke han skulle tilslutte sig. Han vendte sig til skriften for at få et svar. I Jakob 1:5 læste han, at vi skal spørge Gud, hvis vi står tilbage i visdom.*

**L**angt om længe kom jeg til den slutning, at jeg enten måtte forblive i mørke og vildrede, eller også måtte jeg gøre, som Jakob anviser, det vil sige at bede Gud derom ...

Så i overensstemmelse med ... min beslutning ... gik jeg ud i skoven for at gøre forsøget. Det var en herlig, klar morgen, tidligt om foråret i atten hundrede og tyve ...

Efter at jeg var kommet ud til det sted, som jeg tidligere havde udvalgt mig, og efter at jeg havde set mig omkring og sikret mig, at jeg var alene, knælede jeg ned og begyndte at opsende mit hjertes ønsker til Gud. Næppe havde jeg gjort dette, førend jeg straks blev grebet af en magt, der fuldstændig overvældede mig ... Tæt mørke samlede sig omkring mig, og det forekom mig en tid, som om jeg var dømt til pludselig undergang.

Men ved at anvende alle mine kræfter på at anråbe Gud om at udfri mig af den fjendes magt,

som havde grebet mig, og i netop det øjeblik, da jeg var rede til at synke ned i fortvivlelse og overgive mig til undergang ... så jeg en lyssøjle lige over mit hoved, som var stærkere end solens glans, og som dalede gradvis ned, indtil den faldt på mig ...

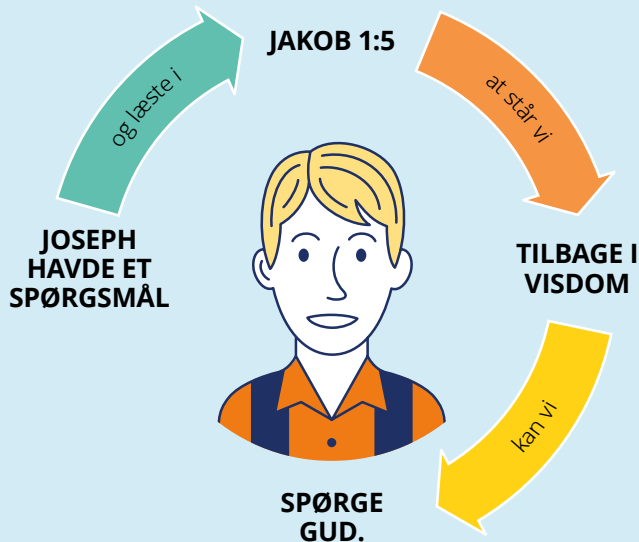
Da lyset hvilede på mig, så jeg to personer, hvis glans og herlighed trodser enhver beskrivelse, stående over mig i luften. Den ene af dem talte til mig, kaldte mig ved navn og sagde, mens han pegede på den anden: *Det er min elskede Søn. Hør ham! ...*

Jeg havde virkelig set et lys, og midt i det lys så jeg to personer, og de talte virkelig til mig, og skønt jeg blev hadet og forfulgt, fordi jeg sagde, at jeg havde set et syn, så var det dog sandt ... jeg vidste det, og jeg vidste, at Gud vidste det, og jeg kunne ikke fornægte det, ej heller vovede jeg at gøre det. ■

*Fra Joseph Smith–Historie 1:13-17, 25.*

# ET MØNSTER FOR AT SØGE SANDHED

Hvordan kan vi vide, hvad der er sandt? Profeten Joseph Smith viste os et forbillede, vi kan følge.



Josephs søgen førte til gengivelsen af Jesu Kristi evangelium. Hvad vil jeres søgen føre til?



## Hvor henvender I jer, når I har spørgsmål?

Præsident Russell M. Nelson har fortalt, hvordan vi kan følge profeten Josephs eksempel:



»Find et stille sted. Ydmyg jer for Gud.



Bed i Jesu Kristi navn om jeres bekymringer, jeres frygt, jeres svagheder – ja, selve jeres hjertes længsler.



Og lyt så!



Nedskriv de tanker, som kommer til jer.



Følg op med de handlinger, I bliver tilskyndet til at gøre.»

»Ønsker Gud virkelig at tale til jer? **JA!**«

(Fra aprilkonferencen 2018).

---

**FEJRING AF 200-ÅRET  
FOR DET FØRSTE SYN**

*Joseph Smiths første syn er lige så vigtigt for os i dag, som det var for 200 år siden. Flere artikler i dette nummer forklarer hvorfor.*



UNGE VOKSNE

**NÅR LIVET IKKE ER  
RETFÆRDIGT**

42

UNGE

**GENOPRETTELSEN  
OG JER**

52, 61,  
64

SØGER I SANDHEDEN?

**FØLG DETTE  
MØNSTER**

65

TIL FORÆLDRE

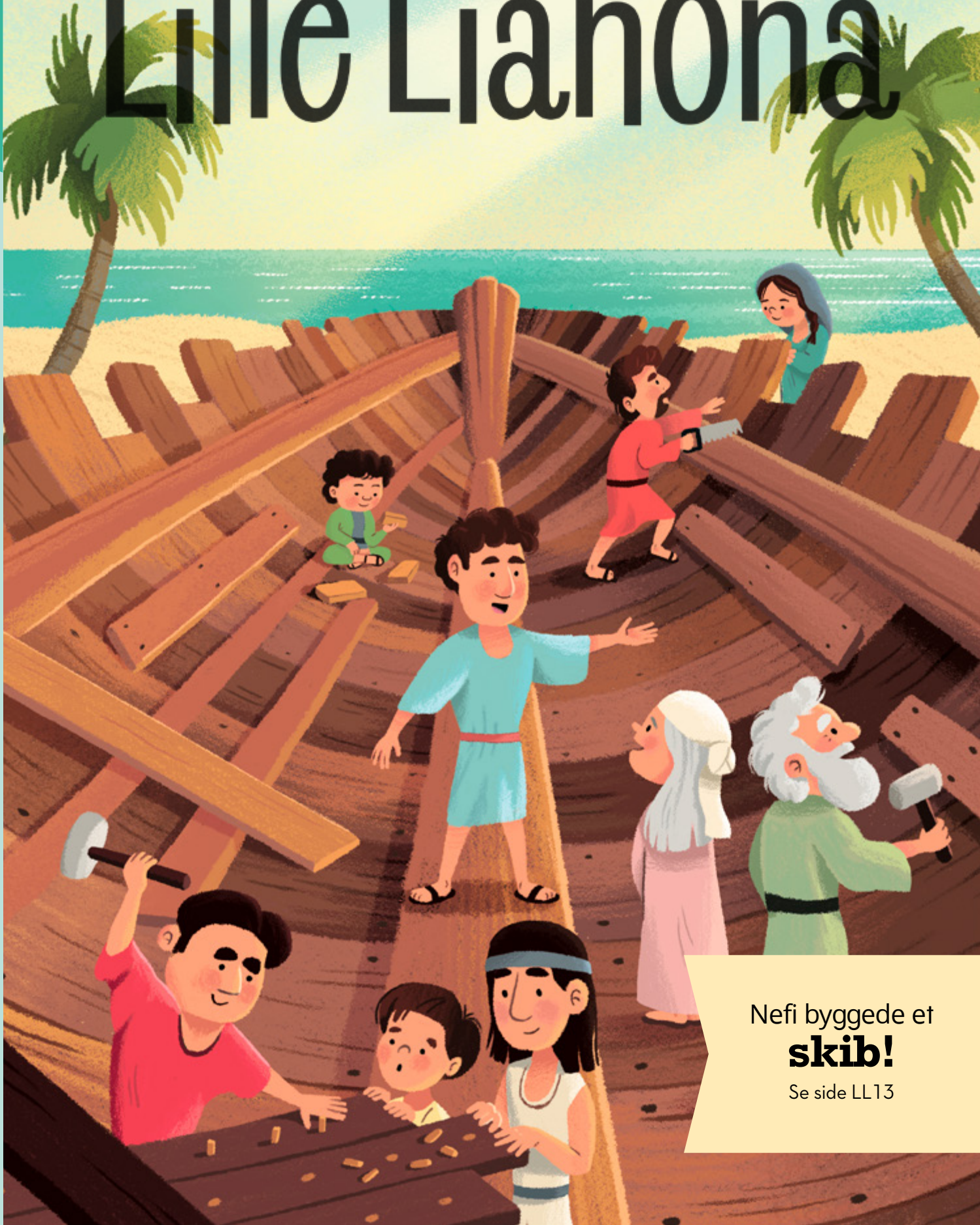
**BØRN OG  
NEDTRYKTHED**

40, LL6



JESU KRISTI  
KIRKE  
AF SIDSTE DAGES HELLIGE

# Lille Liahona



Nefi byggede et  
**skib!**

Se side LL13



**Præsident  
Henry B. Eyring**  
Andenrådgiver i Det  
Første Præsidentskab

# GÅ og GØR

**D**a jeg voksede op, var mange mennesker arbejdsløse og hjemløse. Hjælpeforeningspræsidenten i vores lille gren var en ældre kvinde fra Norge. Hun vidste, at Gud ønskede, at hun tog sig af dem i nød. Så hun bad naboerne om gammelt tøj. Hun vaskede og strøg tøjet. Så lagde hun

det i papkasser på sin overdækkede bagveranda. Når nogle havde brug for tøj, sagde hendes naboer: »Gå hen til huset nede ad gaden. Der bor en dame, der vil give dig, hvad du har brug for.«

Denne søster fandt ud, hvad Gud ønskede, at hun gjorde, og så gjorde hun det! Hun hjalp hundredvis af vor himmelske Faders børn, der var i nød.

I Mormons Bog lærer Nefi os at følge Guds bud, uanset hvor svært det synes at være. Han sagde: »Jeg vil tage af sted og gøre det, som Herren har befalet« (1 Ne 3:7)

I viser jeres tillid til Herren, når I lytter til ham og gør, hvad han end beder om. ●



*Fra »Stol på Gud, og gå så hen og gør det, Liahona, nov. 2010, s. 70-73*

Hvad kan I gøre for at hjælpe nogle i dag?

# Jeg vil gå med Jesus

*Inderligt* ♩ = 80-88

Tekst og musik: Stephen P. Schank

B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$  E $\flat$

1. Je - sus gik med vis - dom frem på sand - heds vej.  
 2. Jeg går frem med Je - sus, prøv - ver dag for dag.  
 3. Jeg vil tro - fast van - dre, lyt - te til hans kald.

B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$  Cm $^7$  F B $\flat$  E $\flat$

Vi - ste kær - lig - hed og tro, ung som du og jeg. Je - sus vil mig le - de,  
 Lo - ver føl - ge i hans spor, kæm - pe for hans sag. Står ved Her - rens si - de,  
 Han mig ej for - la - der, selv ved mod - gang, fald. Je - sus gi'r mig styr - ke,

B $\flat$  E $\flat$  Cm B $\flat$  E $\flat$  F

vi - ser al - tid vej, kal - der mig på ve - jen til at gå med ham.  
 sik - ker i hans favn, ef - ter bed - ste ev - ne vi - ser om - sorg, gavn.  
 han op - mun - trer mig, kal - der mig at van - dre e - vigt på hans vej.

*Kor* B $\flat$  E $\flat$  F B $\flat$  Gm Cm $^7$

Når jeg går med Je - sus mod mit him - mel - hjem, han med kær - lig - hed mig le - der til

F $^7$  B $\flat$  Gm Cm $^7$  D $^7$  Gm

tro at van - dre frem. Gi'r mig Ånd og styr - ke til e - vigt mål at nå.

E $\flat$  B $\flat$  Cm $^7$  F $^7$  B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$  E $\flat$  B $\flat$

Jeg vil gå med Je - sus, og han med mig vil gå.

# Bliv ved, Josie!

**Juliann Doman**

(Baseret på en virkelig hændelse)

»Lad ... os ... holde ud i det løb, der ligger foran os«  
(Hebr 12:1).

Josie gabte, mens hun satte farten ned på sit løb til Jgang. I dag var dagen for det store løb! Hun havde set frem til denne dag i månedsvis. Men fremfor begejstring under opvarmningen følte Josie sig bare træt.

»Hvad sker der?« spurgte hendes storesøster, Christine. Hun satte sig med Josie i græsset, så de kunne strække benene ud.

»Jeg er rigtig træt i dag,« sagde Josie og rakte efter sine tæer.

Hun havde været syg og hjemme fra skole i flere dage. Så aftenen inden havde hun siddet længe oppe for at indhente lektierne.

»Jeg håber ikke, jeg bliver en belastning for holdet,« sagde Josie.

»Du skal bare gøre dit bedste,« sagde Christine. »Det ser ud til, at de er ved at være klar til start!«

Pigerne jogglede over til deres holdkammerater. Mens de tog opstilling ved siden af de andre løbere, lukkede Josie sine øjne og trak vejret dybt. Hun vidste, at hendes hold satsede på, at hun løb stærkt, som hun almindeligvis gjorde. Tiden for de fem bedste løbere på deres hold ville afgøre, om de kom i finalen. Hun nåede knap i stilling, før startskuddet lød. *Bang!* Løberne sprang fra start og sprintede fremad.

Josie brugte sine arme og forlængede sine skridt. Hun vidste, at hun var nødt til at lægge sig forrest fra starten, hvis hun ville komme først i mål. Til at begynde med kunne Josie godt følge med de andre løbere. Men når hun prøvede at løbe hurtigere, kunne hun ikke.

Josies vejtrækning blev tungere. Hun kunne ikke få sine ben til at bevæge sig hurtigere. Løberne bagved hende begyndte at overhale. Almindeligvis var



det Josie, der overhalede. *Måske, skal jeg bare give op,* tænkte hun.

Josie så ned i jorden, da hun hørte endnu en løber overhale hende. »Bliv ved, Josie!« sagde løberen, mens hun løb forbi. Josie så op. Så smilede hun. Det var en af hendes holdkammerater.

»Du kan godt!« sagde en anden holdkammerat, da hun løb forbi. En efter en opmuntrede Josies holdkammerater hende til at fortsætte, mens de løb forbi.

Josie kunne mærke en vilje. Hun kom nok ikke ind blandt top fem, men hun kunne stadig gøre løbet færdigt. Hun koncentrerede sig om sine skridt og holdt ikke op, før hun nåede målstregen.

»Jeg er ked af, hvis jeg ... ikke hjalp til ... at vi kom videre til næste løb,« sagde hun, mens hun gispede efter vejret.

»Vores hold *er* gået videre!« sagde Josies træner, da hun løb over til pigerne. Alle på holdet jublede, og Christine slog armene om Josie i et stort kram.

Da Josie knælede ned for at bede den aften, tænkte hun på, hvordan hendes holdkammerater havde hjulpet hende. Deres ord gav hende styrke til at fortsætte, da hun ønskede at give op.

Josie så på billedet af Jesus over hendes seng. *Jesus gør det samme for os, tænkte hun.* Hun smilede, mens hun tænkte på, hvordan Frelseren heppede på hende. »Bliv ved, Josie! Jeg er her for at hjælpe dig.«

Josie takkede vor himmelske Fader for hans hjælp i livets løb. Hun følte, at hun kunne klare alt, når Jesus heppede på hende. ●

*Forfatteren bor i Colorado i USA.*



# Seks måder at få det bedre på

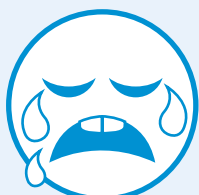
Her er nogle ting, man kan prøve, når man er i dårligt humør eller ked af det. Farvelæg det ansigt, der viser, hvad du føler, eller tegn et nyt ansigt. Farvelæg så ideerne til at få det bedre.



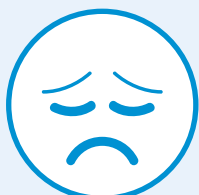
Jeg er vred!



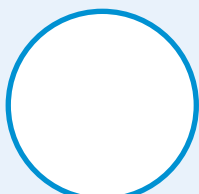
Jeg er bange.



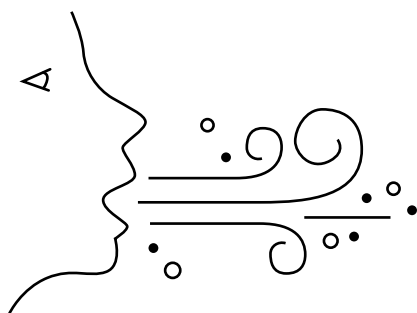
Jeg er ked af det.



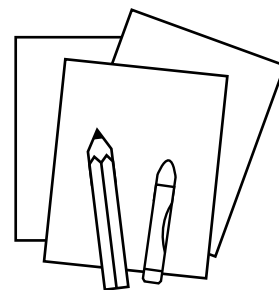
Jeg er bekymret.



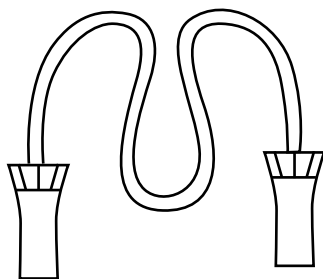
Jeg er \_\_\_\_\_.



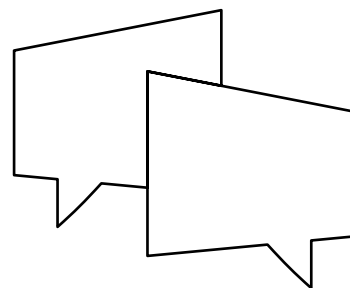
Træk langsomt vejret ind og ud.  
Slap af i kroppen.



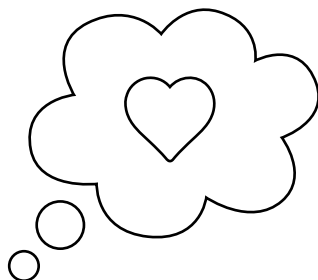
Skriv i en dagbog eller farv et billede om, hvad du føler.



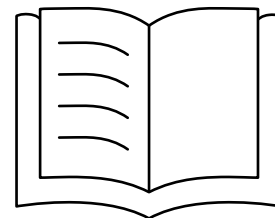
Prøv en aktivitet, der får kroppen i gang.



Tal med nogle om, hvad du føler.



Vær god mod dig selv. Prøv at tænke venligt om dig selv.



Bed en bøn og læs et par skriftsteder.  
Gud elsker dig uanset hvad!



»Vi taler om Kristus,  
vi fryder os i Kristus«

(2 Nefi 25:26).



Hej  
fra  
Brasilien!



**Vi hedder  
Margo og Paolo.**

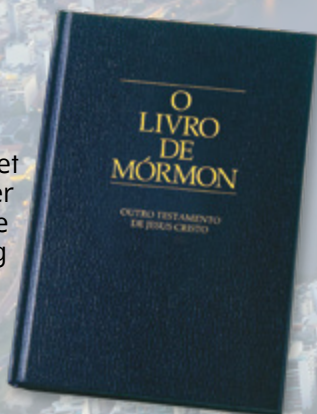
Vi rejser rundt i verden for at lære  
om Guds børn. Besøg Brasilien  
sammen med os!



Snart vil der være  
11 templer i  
Brasilien! På side  
LL10 kan I læse  
om en brasiliansk  
drengs første tur  
til templet.

**Brasilien** er det største  
land i Sydamerika. Der bor  
flere end en million med-  
lemmer af Kirken der.

Hovedsproget  
i Brasilien er  
portugisisk. Dette  
er en Mormons Bog  
på portugisisk.





Fodbold er den mest populære sport i Brasilien.

Amazonfloden er verdens længste flod. Og regnskoven i Amazonas er den største i verden! Den er hjemsted for mange fascinerende dyr.



Der står en gigantisk statue af Jesus Kristus på en bjergtop uden for byen Rio de Janeiro.

## Mød nogle venner fra Brasilien!



Jeg kan godt lide at gå i kirke med min lillesøster og min familie. Jeg føler Frelserens kærlighed, når jeg sidder med min familie til nadvermøde. Sådan har jeg det også i Primary. Jeg ved, at Jesus lever og elsker os.

**Yago V. er 4 år og hans søster, Laís, er 2 år og fra Minas Gerais i Brasilien.**



Inden jeg blev døbt, var jeg bange for at drukne, for jeg kan ikke svømme. Min far sagde, at jeg kunne stole på, at Jesus ville være med mig. Det gav mig mod, og jeg vidste, at jeg ikke var alene. Min dåbsdag var en af de bedste dage i mit liv.

**Ana Luiza M. er 9 år og fra Paraná i Brasilien**

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



**Er I fra Brasilien? Så skriv til os! Vi vil mægtigt gerne høre fra jer!**

# Et tempel til Ítalo

Han kunne ikke vente, til han en dag kunne komme indenfor.

## Sadey Ludlow

(Baseret på en virkelig hændelse)

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

Ítalo glædede sig til menighedens tempeltur. De skulle til templet i Recife i Brasilien. Det lå 15 timers kørsel væk!

Ítalo, hans storebror Henrique, og deres forældre tog tidligt hjemmefra om morgenen. Mens de kørte, blev Ítalo ved med at tænke på noget, mor havde sagt til ham. »I år kan du se, hvor smukt templet er udefra,« havde hun sagt. »Næste år vil du være gammel nok til at se, hvor smukt det er indefra.«

Ítalo havde ikke været ved noget tempel før. Men han havde set, hvordan de byggede et nyt tempel i Fortaleza, hvor de boede. Det var utroligt!

De gjorde stop for at spise frokost. Ítalo fik sin livret, *feijoada*, stuede sorte bønner med ris og appelsin. Mens han spiste, kunne han ikke lade være med at tænke på templet. Når templet i Fortaleza endelig blev indviet, ville det blive et sted, hvor hans familie kunne komme igen og igen. Så ville de ikke skulle køre så langt.

Solen var på vej ned, da Ítalo og hans familie ankom til templet i Recife. »*Que bonito!*« sagde Ítalo. »Hvor smukt!« Han kunne ikke holde op med at smile.

Næste morgen fulgte mor Ítalo hen til børnenes venteområde. »Selvom du ikke kan komme ind i templet endnu,« sagde hun, »så prøv alligevel at se, om du kan mærke en særlig ånd på templets grund.«





Så gik resten af Ítalos familie ind i templet.

Der var nogle flinke tempeltjenerne, der holdt øje med Ítalo og de andre børn, mens de ventede ved templet. De læste historier fra *Livro de Mórmon* (Mormons Bog). »At læse skrifterne var en god måde at blive klar til templet på,« tænkte Ítalo. Han følte sig rolig og tryk. *Mor har ret*, tænkte han. *Der er fredfyldt her*.

Så tog tempeltjenerne Ítalo og de andre børn med på en gåtur på templets område. Det var der, at Ítalo lagde mærke til ordene over indgangen til templet. »*Santidade ao Senhor. A casa do Senhor*,« stod der. »Helliget Herren - Herrens hus.«

*Der er ikke noget at sige til, at der så fredfyldt her*, tænkte han. *Det er Guds hus*.

Da tempelturen var forbi, vendte Ítalo og hans familie hjemad igen. Han ville gerne huske det, han havde følt ved templet. Hvordan skulle han gøre det?

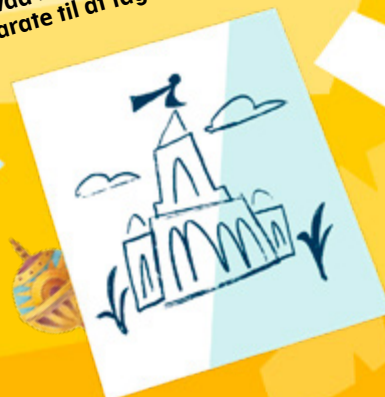
Sommetider følte Ítalo, at han bedre kunne tegne, hvordan han havde det, end han kunne beskrive det. Så han tegnede en tegning af templet. Den viste han mor og far.

»Den vil minde mig om, hvor jeg gerne vil hen,« sagde han. Han beholdt tegningen på sit værelse, så han kunne se på den hver dag.

»Jeg vil være klar,« sagde han. »For jeg vil indenfor en dag!« ●  
*Forfatteren bor i Utah i USA.*



Hvad kan I gøre for at blive parate til at tage i templet?



# Skriftsteds- skibe

Mange skriftsteder  
omtaler skibe og både!  
Hvad lærer I af disse  
historier?



## Hvem er jeg?

Match hver person nedenfor med deres historie.

- 1** Gud advarede om, at han ville oversvømme jorden. Han sagde, at jeg skulle bygge et stort skib, der blev kaldt en ark, så min familie og dyrene kunne overleve.
- 2** Vi var på en båd med Jesus, da det blæste op med storm. Jesus stilnede stormen og bølgerne.
- 3** Min bror og jeg byggede skibe til at rejse til et forjættet land. Jeg bad Gud om at få sten til at lyse, så de kunne lyse op i vores skibe.
- 4** Vores båd kunne ikke komme i land, fordi havnen var frosset til. Jeg anførte vores gruppe i bøn til Gud om hjælp. Isen revnede lige nok til, at vores skib kunne komme igennem.



Lucy Mack Smith



Jesu disciple



Noa

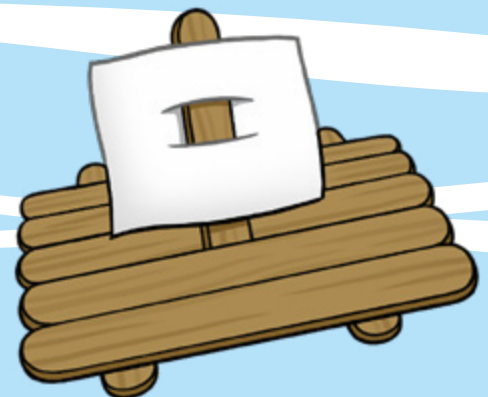
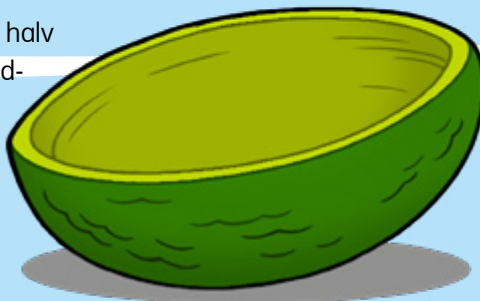


Jereds bror

## Byg din egen båd

Her er nogle forslag til, hvordan man bygger forskellige slags både. Hvad kan I komme i tanke om?

- Brug skallen fra en halv avocado som hoveddelen af et skib.



- Lim eller tape træpinde sammen til et skibsdæk.

## Nefi bygger et skib

Brug dette manuskript til at lave skuespil over dele af 1 Nefi 17.

**Fortælleren:** Efter Nefi og hans familie var rejst igennem ørkenen, kom de til et hav. Vor himmelske Fader gav Nefi besked på at lave redskaber og bygge et skib.



*[Nefi bygger. Laman og Lemuel kommer ind på scenen.]*

**Nefi:** Brødre, kom og hjælp mig med at bygge vores skib!

**Laman:** Nej! Du ved ikke, hvordan man bygger et skib.

**Lemuel:** Du er lige så tåbelig som vores far.

**Nefi:** Herren vil lede os til et forjættet land, ligesom han førte Moses' folk. Jeg er ked af, at I ikke tror på Guds løfter.

**Laman:** *[vender sig vredt mod Lemuel]* Lad os smide ham i havet!

*[Laman og Lemuel prøver at fange Nefi, men Nefi træder tilbage.]*

**Nefi:** Jeg kan gøre alt, hvad Gud befaler mig at gøre.

*[Nefi rækker sin hånd frem mod Laman og Lemuel. De begynder at ryste og falder på knæ.]*

**Laman:** Jeg kunne mærke Herrens kraft!

**Lemuel:** Det kunne jeg også! Det fik mig til at ryste!

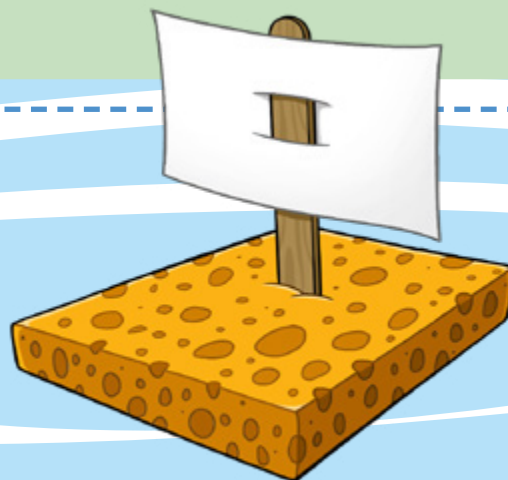
*[Nefi hjælper dem på fødderne.]*

**Nefi:** Jeg håber, I vil tro på Gud. Lad os hjælpe hinanden med at gøre dette skib færdigt.

**Fortælleren:** Nefi og hans familie byggede skibet færdigt og sejlede til det forjættede land.



- Fold en båd i papir.



- Brug pinde og papir til at udsmykke en flydesvamp.

# Mormons Bog puslespil

Fyld de tomme felter, så alle seks billeder kommer i hver række (på tværs), hver kolonne (op og ned) og hvert blå felt.



Hvad minder disse symboler jer om ved historien om Nefi og hans familie?

	<b>Hint:</b> Hvilket symbol mangler der her?				

# Vis og fortæl



Jeg kan gode lide at invitere mine venner med mig i kirke eller til aktiviteter.

**Jacob K. er 12 år og fra New South Wales i Australien**



Jeg var meget glad for at træde ned i dåbens vande. Min bror, der havde tjent som missionær, døbte mig.

**Astrid V. er 8 år og fra Arequipa i Peru**



**Lynn P. er 11 år og fra Santa Cruz i Bolivia**



Vi har familie på Tonga, så vi blev kede af det, da de blev ramt af en cyklon. Vi tænkte på at sende vandrenser, så de kunne få rent drikkevand. Vi arbejdede hårdt og tjente penge nok til at sende tre kasser med vandrenser! Vores familie på Tonga havde nok til at dele med naboerne.

**Kalea og Christopher L. er begge 8 år og fra Saskatchewan i Canada**



Primarybørn i **San Luis provinsen i Argentina**, øvede sig på Primary-programmet og glædede sig til at præsentere det!



Primarybørn i **Ping Chen distriktet i Taiwan**, har lagt bløde bolde i en container som symbol på bønner, de bad, skriftsteder de læste og når de følte Guds kærlighed. Hver uge talte de om, hvad de havde lavet, følt, bedt om eller lært. De fik mange minder om Guds kærlighed!

# Find det!

Omkring halvdelen af Brasilien er dækket af regnskov. Kan I finde og farve alle 12 dyr og insekter i denne scene fra regnskoven? Der er hjælp at hente på bagsiden.



Slå op på side LL8 for at lære mere om Brasilien.

Sommetider er jeg bange for at prøve noget nyt.  
Hvad nu hvis jeg ikke kan finde ud af det?  
– Bange i Bangkok

## Kære bange!

Alle mennesker, der er rigtigt gode til noget, var også engang nybegyndere! Man kan ikke være ekspert i første forsøg, og det er i orden. Det er en del af eventyret! Hvis du klokker i det, prøver du bare igen. Livet handler om at lære og vokse.

Du kan godt!

Lille Liahona

**Følg stregerne for at lære mere om, hvordan disse mennesker blev ved med at prøve.**

### Præsident Dallin H. Oaks

Apostel og tidligere højesteretsdommer i Utah



Fik at vide af sin første violinlærer, at han aldrig blev god.



### Bessie Coleman

berømt pilot



Hun blev aldrig præmieelev, populær i skolen eller leder for noget som helst, da hun var yngre.

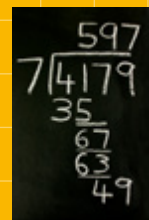


### Jean B. Bingham

Hjælpeforeningens hovedpræsident



Måtte kæmpe i skolen, især med svære regnestykker.



### Ludwig van Beethoven

verdensberømt komponist



Hun blev afvist på alle flyskoler, hun søgte ind på i USA.



Vil I gerne prøve noget nyt?. *Børnenes vejledning* kan hjælpe jer med at sætte et mål. I må ikke give op, hvis I ikke når det lige med det samme.

# Hvad er der i æsken?



**Lori Fuller Sosa**

Kirkens Tidsskrifter (Baseret på en virkelig hændelse)

**A**va vred sig på stolen. Hun hørte sin primarylærer tale. Men Ava kunne ikke koncentrere sig. Hun kunne kun tænke på æsken under søster Obis stol.

Den var pakket ind i skinnende blå papir. Der var en guldsløje på toppen. Hvad kunne det være? Ava stak hovedet *langt* ned. Hun stirrede på æsken. Hun ville ønske, hun



kunne se igennem det skinnende papir. Hun kunne knap vente med at se, hvad der var inde i den.

Endelig trak søster Obi æsken frem. Hun satte den på skødet.

»Inde i denne æske er der en af vor himmelske Faders største skabninger,« sagde søster Obi. »Kig i den. Og giv den videre uden at sige noget.« Hun gav æsken til Noah.

Noah lettede langsomt på låget. Han stirrede ned i æsken. Han smilede. Så gav han æsken videre til June.

Ava så, at det blev alles tur til at kigge. En for en åbnede hendes venner æsken. De kiggede ned i den. De smilede.

Hvad kunne være så vigtigt for vor himmelske Fader? Og hvordan kunne noget så særligt passe ned i en lille æske?

Endelig var det Avas tur. Hun løftede det skinnende låg og kiggede ned i. Det var et spejl! Ava så på spejlet i æsken. Hun kunne se sit ansigt.

Ava så, at hendes øjne blev store. Var *hun* en af vor himmelske Faders største skabninger? Elskede vor himmelske Fader hende *så* højt?

Ava smilede. Hun følte sig varm og glad indeni. Det var som et stort kram. Et stort kram fra vor himmelske Fader. Han *elskede* hende! Hun var en af hans største skabninger. ●

Hvad så Ava i æsken?

Hvad lærte hun?

# Nefis knækkede bue



En dag i ørkenen knækkede Nefis bue, som han brugte til jagt. Hans familie blev bekymret. De vidste ikke, hvordan de skulle få mad uden den.



Nefi havde tro.  
Han lavede en ny  
bue og pil. Hans  
far, Lehi, bad Gud  
om hjælp.

De så på liahonaen. Det var en  
særlig kugle, Herren havde givet  
dem. Når de holdt buddene,  
viste liahonaen dem vej.



Nefi blev igen i  
stand til at skaffe  
sin familie mad!



Når der sker noget dårligt eller trist, vil jeg ikke give op. Min himmelske Fader vil hjælpe mig med at løse problemer. ●

*Læs om denne historie i 1 Nefi 16.*

# Nefi stolede på Gud



*Hvordan kan du være lige så tappert som Nefi?*

# Kære forældre

**Nefi var trofast.** Jeres børn kan lære om ham i denne måneds magasin. På side LL2 taler præsident Eyring om, hvordan vi kan følge Nefis eksempel. Brug side LL12-LL13 til at opføre et skuespil om, da Nefi byggede et skib. På side LL20-LL23 kan I læse om Nefis knækkede bue. Spørg jeres børn om, hvordan de vil beskrive Nefi. Hvilke ord kan beskrive jeres familie?

Forbliv trofaste!

*Lille Liahona*



Se side LL16

## SÅDAN INDSENDER I JERES BØRNS KUNSTVÆRKER ELLER OPLEVELSER TIL LIAHONA

Klik ind på [liahona.ChurchOfJesusChrist.org](http://liahona.ChurchOfJesusChrist.org) (klik på »Submit an Article or Feedback«).

Eller send en e-mail til os på [liahona@ChurchOfJesusChrist.org](mailto:liahona@ChurchOfJesusChrist.org) tillige med barnets navn, alder og hjemby og denne tilladelse: »Jeg [indsæt jeres navn], giver tilladelse til, at Jesu-Kristi Kirke af Sidste Dages Hellige bruger mit barns indlæg i Kirkens tidsskrifter, på Kirkens hjemmesider og platforme på de sociale medier. Vi ser frem til at høre fra jer!



**Find den skjulte Liahona indeni!**

## INDHOLD

- LL2** Budskab fra Det Første Præsidentskab: Gå og gør
- LL4** Bliv ved, Josie!
- LL6** Seks måder at få det bedre på
- LL7** En lys idé
- LL8** Hej fra Brasilien
- LL10** Et tempel til Ítalo
- LL12** Skriftstedsskibe
- LL14** Sjovt: Mormons Bog puslespil
- LL15** Vis og fortæl
- LL16** Sjovt: Find det
- LL17** Hvad tænker du på?
- LL18** Hvad er der i æsken?
- LL20** Historier fra skriften: Nefis knækkede bue
- LL23** Farveside: Nefi stolede på Gud