

Liahona

Visar oss alla vägen till Jesus Kristus



HÅLL BARNEN
NÄRA
HJÄRTAT

HARMONI I HEMMET

En erfarenhet av äldste Holland, s. 8

ATT TJÄNA FÖRÄLDRAR

Lösa problem tillsammans, s.12, 16



Freetown, Sierra Leone

Freetown, Sierra Leones huvudstad och största stad, har fler än en miljon invånare. Det är också ett kraftcentrum för kyrkan med tre stavar, ett seminarie- och institutprogram, åtta släktforskningscenter och snart också ett tempel. Kyrkan har funnits i Sierra Leone sedan 1988 och har



22 787 medlemmar



79 församlingar



1 mission.

Likvärdiga makar

I inlandsstaden Kenema tvättar stavspresidenten Jonathan Cobinah och hans fru Amarachi Nneka Cobinah kläder tillsammans. "Vi hjälper varandra som likvärdiga makar", säger Jonathan. "Det är det som 'Familjen: Ett tillkännagivande för världen' lär oss att göra."





"Var vid gott mod, små barn, för jag är mitt ibland er."

LÄRAN OCH FÖRBUNDEN 61:36



KRISTUS OCH BARNEV, AV MINERVA TEICHERT

Hur evangeliet stärker våra familjer

För flera år sedan bestämde vi i familjen oss för att packa väskorna, lämna vårt hem och bege oss ut på ett äventyr utanför vårt hemland. Medan vi förberedde oss för resan samrådde vi ofta med varandra för att se till att alla var överens om beslutet eftersom det skulle påverka var och en på olika sätt.

Förutom att vi packade för våra fysiska behov talade vi om hur vi skulle "packa" för våra andliga behov genom att ta med oss våra vanor att be, studera skrifterna och delta i kyrkans möten. Vi bodde i flera olika områden och det var väldigt bra för oss att gå i kyrkan på platser som skilde sig från de vi var vana vid och umgås med de heliga där. På sidan 22 kan ni läsa mer om Dubai som var en av dessa platser samt de moraliska värderingar vi helt oväntat hade gemensamt med våra muslimska grannar.

Vårt medlemskap i kyrkan skapar ett nätverk av kärlek och stöd, en evangeliefamilj som vi alla är en del av. Min granne Jamie är ett jättebra exempel på att tjäna mina barn. Ett exempel var när min dotter väntade på att få komma till missionärsskolan och jag arbetade dagtid. Då tog Jamie henne till templet några gånger när jag inte kunde.

- På sidan 16 kan ni läsa om andra sätt att stötta föräldrar genom tjänande.
- På sidan 8 kan ni läsa äldste Jeffrey R. Hollands råd om hur vi håller våra barn nära.
- På sidan 12 kan ni läsa om olika sätt att förbättra era familjeråd.

Ha roligt med det här numret medan ni funderar på hur ni kan använda evangelieprinciper för att ta hand om era egna barn och andra som finns i era liv.

Med vänlig hälsning,

Carol Chomjak



”Var och en av oss som bor på den här vackra planeten delar ett heligt ansvar att ta hand om alla Guds barn ... , vilka de än är och var de än är.”

– Biskop Gérard Caussé, s. 21

HUVUDARTIKEL

Officiell tidskrift för
Jesu Kristi Kyrka av
Sista Dagars Heliga

Juni 2021
Årgång 45 Nr 6
Liahona 17470 180

OMSLAG



Fotografi från
AdobeStock

INNEHÅLL

- 6 Evangeliets grunder**
Vad är gudomen?
Åldste Jeffrey R. Holland
Vi får inte dra oss undan våra barn.
Vi måste fortsätta anstränga oss.
- 8 Håll barnen nära hjärtat**
Åldste Jeffrey R. Holland
Vi får inte dra oss undan våra barn.
Vi måste fortsätta anstränga oss.
- 12 Fyra sätt att förbättra familjeråd**
Elizabeth Pinborough
Tips på hur ni kan samarbeta bättre som
familj för att lösa problem och uppnå
större enighet.
- 14 Till föräldrar**
Gudomen och att älska andra
- 16 Stödverksamhetens principer**
**Hur vi kan stödja föräldrar
genom tjänande**
- 18 Tvingade att lämna sina hem: Att
kristuslikt tjäna tvångsflyttade
människor**
av Emily Abel och Aubrey Parry
Principer för att kristuslikt tjäna flyktingar
och andra behövande.
- 22 Vår gudsdyrkan i Dubai**
Carol Chomjak
Vi var överraskade att ha så mycket
gemensamt med dem vi mötte.
- 26 Sista dagars heliga berättar**
Berättelser om tro från medlemmar runt
om i världen.
- 30 Trofast åldrande**
Tillsammans eller åtskilda
Rod Jeppsen
När barnen är vuxna och har flyttat
hemifrån behöver par utveckla ett
tillförlitligt, känslomässigt band.

Första presidentskapet: Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring
De tolv apostlarnas kvorum: M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares
Redaktör: Randy D. Funk
Rådgivande: Marcos A. Aidukaitis, Michelle D. Craig, Becky Craven, Sharon Eubank, Cristina B. Franco, Walter F. González, Jeremy R. Jaggi, Jan E. Newman,

Adrián Ochoa, Michael T. Ringwood, Bradley R. Wilcox
Verkställande chef: Richard I. Heaton
Chef för kyrkans tidskrifter: Aaron Johnston
Verksamhetschef: Garff Cannon
Redaktionschef: Adam C. Olson
Biträdande redaktionschef: Ryan Carr, C. Matthew Flittton, Mindy Selu
Tidskriftsassistent: Enish C. Dávila
Text och redigering: Garrett H. Garff, Chakell Wardleigh Herbert, Michael R. Morris, Eric B. Murdock, Richard M. Romney, Margaret Willes
Art director: Tadd R. Peterson

Design: Fay Andrus, Joshua Dennis, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Susan Lofgren, Scott M. Mooy, Aleni Regehr
Samordnare av immateriella rättigheter: Collette Nebeker Aune
Produktionschef: Ammon Harris
Produktion: Ira Glen Adair, Andrea Bird, Julie Burdett, José Chavez, Bryan W. Gygi, Ginny J. Nilson, Marissa M. Smith
Tryckerichef: Steven T. Lewis
Prepress: Joshua Dennis, Ammon Harris
Distributionschef: Nelson Gonzalez
Översättning: Översättningstjänst Mariatorget 1A 118 48
STOCKHOLM:
Tfn 08-556 029 80

E-post: myhrbergj@churchofjesuschrist.org
För prenumeration och priser utanför USA och Kanada, gå till store.churchofjesuschrist.org eller kontakta kyrkans lokala distributionscenter eller församlings- eller grensledare.
Ansvarig utgivare för Liahona: Jerker Myhrberg
Ansvarig för Kyrkonytt: Gösta Körlof
Redaktör: Terez Nilsson
Kromhult 202
241 65 Harlösa
Tfn: +46708-430416
E-post: terez.nilsson@gmail.com
Distribution

KOM OCH FÖLJ MIG

25 Kvinnor i början av återställelsen:

Telii använde sina talanger för att sprida evangeliet

Ryan W. Saltzgiver

En höjdpunkt i en stillahavsöbos liv.

34 Läran och förbunden 60–70

Veckovisa artiklar som stöd i dina studier av Läran och förbunden.

38 Det som kommer från ovan är heligt

Äldste Jorge M. Alvarado

Inget av Guds bud, inklusive tionde, bör behandlas lättvindigt.

UNGA VUXNA

42 Helande från alla svårigheter – ett steg i taget

Helande kan ibland ta tid, men det är alltid möjligt genom Kristus.

46 Var fanns mitt omedelbara mirakel?

Erika Lamb

Dina utlovade välsignelser kommer så småningom.

48 Mer för dig!

Se vilka andra digitala artiklar som finns för unga vuxna den här månaden.

INFÄLLDA LOKALA SIDOR

Hitta artiklar om ditt område i kyrkan, infällda efter tillgång, mitt i *Liahona*.

DIGITALA ARTIKLAR

Följande artiklar finns i det här numret i Evangeliebiblioteket:

Erfarenheter jag fick av att vara volontär i ett flyktingläger

Carly Harris

Telii: Vän, lärare och ledare

Ryan W. Saltzgiver

YTTERLIGARE LÄSFORMAT

Hitta nummer av tidskriften i ljudformat, digitalt format och utskriftsformat på **liahona.ChurchofJesusChrist.org**. Använd länken på den sidan för att dela frågor, feedback eller upplevelser.

Du kan också nå oss via e-post på **liahona@ChurchofJesusChrist.org** eller via vanlig post på: Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT
84150-0023, USA



Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, avdelningen för medlemsuppteckningar och statistik, Sveagatan 8A 441 32 Alingsås

Prenumerationsinformation

Prenumeration eller ändring av adress sker genom att kontakta kundtjänsten.

Tel: 08-500 655 20

E-post: rcstockholm@churchofjesuschrist.org

Internet: store.churchofjesuschrist.org

Priset för en helårsprenumeration är

SEK 90:00 som insättes på bankgiro

5270-5092. Ange Liahona och språk.

Skicka manuskript och frågor online till liahona.churchofjesuschrist.org; via post till Liahona, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA eller via e-post till liahona@churchofjesuschrist.org.

Liahona (en term i Mormons bok som betyder "kompass" eller "vägvisare") publiceras på albanska, armeniska, bislama, bulgariska, cebuano, danska, engelska, estniska, fiji, finska, franska, grekiska, isländska, indonesiska, italienska, japanska, khmer, kinesiska (förenklad), kiribati, koreanska, kroatiska, lettiska, litauiska, malagassiska, marshalliska, mongoliska, nederländska, norska, polska, portugisiska, rumänska, ryska, samoanska, slovenska, spanska, svenska, swahili, tagalog, tahitiska, thai, tjeckiska, tonga, tyska, ukrainska, ungerska, urdu och vietnamesiska. (Hur ofta den utkommer varierar för olika språk.)

© 2020 Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the United States of America.

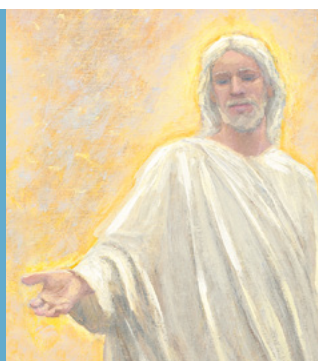
Copyrightinformation: Om inget annat anges kan material från *Liahona* kopieras för privat, icke kommersiellt bruk (inklusive för ämbeten i kyrkan). Den här rättigheten kan när som helst återkallas. Visuellt material får inte kopieras om förbehåll anges intill konstverket. Copyrightfrågor bör ställas till Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 5, Salt Lake City, UT 84150, USA; e-post: cor-intellectualproperty@churchofjesuschrist.org.

For Readers in the United States and Canada: March 2021 Vol. 146 No. 3. LIAHONA (USPS 311-480) Swedish (ISSN 1522-9246) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (Visa, MasterCard, American Express) may be taken by phone. (Canada Poste 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.

Vad är gudomen?

Vår himmelske Fader, Jesus Kristus och den Helige Anden är tre åtskilda personer med ett syfte.



En tidningsredaktör frågade en gång profeten Joseph Smith vad medlemmarna i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagens Heliga trodde på. Profeten svarade genom att skriva ner 13 trosförklaringar som vi kallar trosartiklarna. Den första lyder: "Vi tror på Gud den evige Fadern, på hans Son Jesus Kristus och på den Helige Anden" (TA 1:1). Dessa tre bildar det vi kallar gudomen.

Gud den Evige Fadern

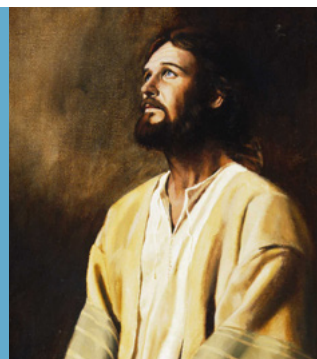
Gud har en uppståndens kropp av kött och ben. Han är våra andars Fader. Han älskar vart och ett av sina barn med en fullkomlig kärlek. Gud är fullkomlig, har all makt och vet allt. Han är rättvis, barmhärtig och vänlig. Vi levde som andar med Gud innan vi föddes. Han sände oss till jorden för att vi ska lära oss och utvecklas. Guds största önskan är att alla hans barn ska återvända för att bo hos honom igen efter döden. Gud lär oss att vi måste följa Jesus Kristus för att kunna återvända till Guds närhet.

Jesus Kristus

Jesus Kristus har också en uppståndens kropp av kött och ben. Han är Guds förstfödde Son. Innan vi föddes valde Gud honom till att bli vår Frälsare. Det betyder att Jesus kom till jorden för att vara ett exempel för oss, undervisa sitt evangelium, försona för våra synder och rädda oss från döden. Tack vare Jesus Kristus kan vi få förlåtelse för våra synder när vi omvänder oss. Jesus Kristus genomled också mycket så att han skulle kunna förstå och hjälpa oss. Jesus Kristus dog och fick sedan liv igen vilket gjorde det möjligt för alla att leva igen.

Den Helige Anden

Den Helige Anden är den ende medlemmen av gudomen som inte har en fysisk kropp. Han är en ande. Den Helige Anden kan tala direkt till våra andar. Han bär vittne för oss att Gud är verklig och att Jesus Kristus är vår Frälsare. Den Helige Anden agerar som Guds budbärare så att vi kan känna känslor av kärlek, vägledning eller tröst. När vi döps och konfirmeras tar vi emot den Helige Andens gåva. Efter vårt dop förblir den Helige Anden alltid hos oss när vi följer Guds bud.



Joseph Smiths första syn

Människor har med tiden känt förvirring angående gudomen. De har varit oense om hur Gud, Jesus Kristus och den Helige Anden är. Det är en av anledningarna till att Joseph Smiths första syn var så viktig. Han såg att vår himmelske Fader och Jesus Kristus har kroppar och är två åtskilda personer.

Åtskilda men förenade

Skrifterna och nutida profeter lär oss att Gud, Jesus Kristus och den Helige Anden är åtskilda personer med ett syfte: vår odödlighet och vårt eviga liv (se Mose 1:39). Precis som medlemmar i en grupp samarbetar de för att hjälpa oss varje dag. Vi kan känna oss närmare dem när vi omvänder oss från våra synder och väljer rätt.

Skriftställen om gudomen

- Vår himmelske Fader och Jesus Kristus är ett i syfte (se Joh. 10:30).
- Vår himmelske Fader talade till sin Son (se Matt. 3:16-17).
- Jesus Kristus talade till sin Fader (se Joh. 11:41).
- Jesus Kristus bad att vi en dag skulle bli "ett" (se Joh. 17:11).
- Joseph Smith såg vår himmelske Fader och Jesus Kristus (se JS-H 1:17).
- Den Helige Anden bär vittne om att Jesus Kristus är vår Frälsare (se Joh. 15:26).

ORD ATT MINNAS

Vi hoppas att ni har tyckt om att lära er om gudomen. Här är fler evangelieord från det här numret:

Prästadömsvälsignelser: helande och tröstande välsignelser från Gud genom män som har prästadöms myndighet (se s. 25).

Tionde: att vi donerar en tiondel av vår inkomst för att bygga upp Guds rike på jorden (se s. 39).

Fasta: att vara utan mat eller vatten i 24 timmar för att komma närmare Gud (se s. 45).



**Äldste
Jeffrey R.
Holland**

i de tolv
apostlarnas
kvorum

HÅLL BARNEN nära hjärtat

Vi får inte dra oss undan våra barn. Vi måste fortsätta kämpa, fortsätta försöka nå dem, fortsätta be, fortsätta lyssna.

Redaktörens anmärkning: När ni läser kapitel 68 i Läran och förbunden den här månaden kan ni uppmärksamma Herrens råd till föräldrar i verserna 25–28. För att hjälpa oss komma ihåg det enorma ansvar föräldrar har skulle vi än en gång vilja publicera denna minnesvärda upplevelse som äldste Holland, då rektor för Brigham Young University, berättade om under prästadörets möte på generalkonferensen i april 1983. Han hade med sig sin tonårige son Matt.

Det står alltmer klart att vi måste lära våra familjer evangeliet personligen, leva efter dessa lärdomar i våra hem eller löpa risken att alltför sent upptäcka att en primärlärare eller prästadömsrådgivande eller seminarielärare inte *kunde* göra för våra barn det vi själva inte *gjorde* för dem.

Jag vill ge er en smula uppmuntran beträffande detta stora ansvar. Det jag omhuldar i mitt förhållande till [min son] Matt är att han, tillsammans med sin mor och syster och bror, är min närmaste, käraste vän. Jag är hellre här vid detta prästadömsmöte i kväll tillsammans med min son än med någon annan manlig kamrat i denna värld. Jag älskar att vara med honom. Vi pratar en hel del. Vi skrattar en hel del. ... Jag ber för honom och har gråtit med honom och jag är oerhört stolt över honom. ...

I början av vårt äktenskap kämpade min unga familj och jag oss igenom mastersprogrammet vid ett universitet i New England. [Min fru] Pat var Hjälpförningens president i vår församling och jag verkade i stavspresidentskapet. Jag studerade på heltid och undervisade på halvtid. Vi hade två små barn, lite pengar och en hel del stress. Ja, vi levde väl ungefär som ni gör.



En kväll kom jag hem efter några långa timmar i skolan och kände, som uttrycket lyder, att hela världen vilade på mina axlar. Allt tycktes synnerligen krävande, nedslående och mörkt. Jag undrade om det någonsin skulle bli ljusare. Då, när jag kom in i vår lilla studentlägenhet, rådde en ovanlig tystnad i rummet.

"Vad står på?" frågade jag.

"Matthew har någonting han vill berätta för dig", sa Pat.

"Matt, vad är det du vill säga till mig?" Han lekte tyst med sina leksaker i ett hörn av rummet och gjorde sitt bästa för att inte höra mig. "Matt", sa jag lite högre, "har du någonting att berätta för mig?"

Han slutade leka, men tittade inte upp genast. Sedan vändes dessa två enorma, tårfyllda bruna ögon mot mig, och med en smärta bara en femåring kan känna, sa han: "Jag lydde inte mamma i kväll, och jag sa emot henne." Med de orden brast han ut i gråt, och hela hans lilla kropp skakade av sorg. Ett barnsligt felsteg hade begåtts, en smärtsam bekännelse hade avgivits, en femårings tillväxt fortsatte, och kärleksfull försoning kunde ha blivit en underbar erfarenhet.

Allt kunde ha varit jättebra – om det inte hade varit för mig. Jag skäms mer än jag kan säga över hur jag reagerade. Jag tappade humöret. Det var inte Matts fel – det var tusen andra saker i mitt sinne, men det visste inte han, och jag hade inte självdisciplin nog att medge det. Han fick alltsammans över sig.

Jag talade om för honom hur besviken jag var och hur mycket mer jag tyckte att jag kunde ha förväntat mig av honom. ... Sedan gjorde jag något jag aldrig tidigare gjort i hans liv – jag sa till honom att gå direkt till sängs och att jag inte skulle komma och be kvällsbön med honom eller berätta en godnattsaga. Under kvävda snyftningar gick han lydigt till sin säng, där han knäböjde – ensam – för att be kvällsbön. Sedan blötte han ner sin lilla kudde med tårar som hans pappa borde ha torkat bort.

Om ni tror att det var en



tryckande tystnad när jag kom in, så skulle ni ha varit med nu. Pat sa inte ett ord. Det behövdes inte. Det kändes fruktansvärt!

Då vi senare knäböjde vid vår egen säng ljöd min ömkliga bön om välsignelser över min familj fruktansvärt ihålig i mina öron. Jag ville stiga upp med detsamma och gå till Matt och be honom om förlåtelse, men han sov fridfullt sedan länge.

Det tog längre tid för *mig* att bli befriad, men till sist somnade jag och började drömma, vilket jag sällan gör. Jag drömde att Matt och jag packade två bilar för att flytta. Av någon anledning var hans mamma och lillasyster inte med. När vi packat färdigt vände jag mig mot honom och sa: "Ok, Matt, du kör den ena bilen så kör jag den andra."

Den här femåringen kröp mycket lydigt upp i förarsätet och försökte greppa den stora ratten. Jag gick bort till den andra bilen och startade motorn. Då jag körde iväg vände jag mig om för att se hur det gick för min son. Han försökte – han försökte verkligen. Han försökte nå pedalerna, men kunde inte. Han vred också på olika reglage och tryckte på knappar och försökte starta motorn. Han syntes nästan inte över instrumentpanelen, men samma enorma, tårfyllda vackra bruna ögon stirrade återigen ut mot mig. Då jag körde iväg ropade han: "Pappa, lämna mig inte. Jag vet inte hur man gör. Jag är för liten." Och så körde jag iväg.

En kort stund senare i min dröm insåg jag plötsligt i ett fruktansvärt ögonblick vad jag hade gjort. Jag stannade bilen, kastade upp dörren och började springa så fort jag kunde. Jag lämnade bil, nycklar, ägodelar och allt – och jag sprang. Vägbeläggningen var så het att mina fötter brände och tårar hindrade mina ansträngningar att se min pojke någonstans vid horisonten. Jag sprang, bad, vädjade om att bli förlåten och att hitta min pojke trygg och säker.

Då jag rundade en kurva helt slut av fysisk och känslomässig utmattning, såg jag den främmande bilen jag sagt åt Matt att köra. Den stod prydligt uppställd på sidan av vägen, och han skrattade och lekte i närheten. En äldre man var med honom, han lekte och hade roligt åt hans lekar. Matt såg mig och ropade ungefär så här: "Hej, pappa. Kom hit. Vi har kul." Han hade tydligen redan förlåtit och glömt det hemska jag gjort mot honom.

Men jag fruktade den äldre mannens blick, som följde varje rörelse jag gjorde. Jag försökte säga "tack" men hans ögon var fyllda av sorg och besvikelse. Jag mumlade en krystad ursäkt och främlingen sa bara: "Du borde inte ha lämnat honom ensam att göra något så svårt. Ingen skulle ha begärt det av dig."

Därmed var drömmen slut och jag satte mig rakt upp i sängen. Min kudde var nu blöt av svett och tårar. Jag kastade av mig täcket och sprang till den lilla campingsängen där min son sov. Där på knä och i tårar höll jag honom i mina armar och talade till honom medan han sov. Jag sa till honom att alla pappor begår misstag men att det inte är deras avsikt. Jag sa till honom att det inte var hans fel att jag hade haft en jobbig dag. Jag talade om för honom att när pojkar är fem eller femton år så glömmar pappor ibland bort det och tror att de är femtio. Jag sa till honom att jag ville att han skulle vara liten länge, länge, för alltför snart skulle han växa upp och vara en man och skulle inte längre leka på golvet med sina leksaker när jag kom hem. Jag sa till honom att jag älskade honom och hans mamma och hans syster mer än någonting annat i hela världen och att vad som än hände i livet, så skulle vi möta det tillsammans. Jag sa till honom att jag aldrig mer skulle hålla tillbaka min kärlek eller förlåtelse från honom, och jag bad att han aldrig skulle hålla den tillbaka från mig. Jag sa att det var en ära att få vara hans pappa och att jag skulle försöka av hela mitt hjärta att bli värdig ett så stort ansvar.

Nå, jag har inte visat mig vara den fullkomlige pappan jag lovade bli den där kvällen, men jag vill fortfarande bli det och jag försöker fortfarande. Jag tror på detta kloka råd från president Joseph F. Smith: "... om ni håller era [barn] nära ert hjärta, tar dem i er famn och om ni får dem att känna att ni älskar dem ... och håller dem nära er, så går de inte alltför långt bort från er."¹

Vi får inte dra oss undan våra barn. Vi måste fortsätta kämpa, fortsätta försöka nå dem, fortsätta be, fortsätta lyssna. Vi måste hålla dem "i vår famn". ■

SLUTNOT

1. *Kyrkans presidenters lärdomar: Joseph F. Smith (1999), s. 253.*

Fyra sätt att förbättra familjeråd



Hur kan ni samarbeta som familj för att lösa problem och få större enighet?

Elizabeth Pinborough

Det händer mycket i familjer. Barn blir sjuka. Saker behöver lagas. Arbete, aktiviteter och kyrkan tävlar om er tid. Det kan vara överväldigande!

Så hur kommer ni närmare varandra i familjen med allt som pågår?

Vår himmelske Fader har tack och lov gett oss ett mönster för familjeliv och kommunikation som kallas familjeråd. Här är fyra sätt som gör att de fungerar för er familj.

1. Råd är samtal, inte föreläsningar

President M. Russell Ballard, tillförordnad president för de tolv apostlarnas kворum, har sagt: "Familjeråd har alltid behövts. De är i själva verket eviga. Vi tillhörde ett familjeråd i förutgången, när vi bodde hos våra himmelska föräldrar som deras andebarn."¹

Våra familjeråd följer samma modell som detta himmelska råd.

Mödrar och fäder rådgör tillsammans och med sina barn. Ensamstående vuxna kan rådgöra med familjemedlemmar och vänner de litar på. Att hålla råd är en uppsättning principer som medför mer problemlösande kraft till ert hem. Ni kanske tänker: "Hur ska jag kunna göra det med *mina* barn? De är inte särskilt intresserade av att höra min åsikt."

Om ni hanterar ett familjeråd som en föreläsning så kanske ni går miste om alla dess möjligheter. Men det går att skapa en glad atmosfär där alla känner sig som en del av lösningen.

Tips: De nya handböckerna för barn och ungdomar² kan vara bra resurser när ni rådgör med era barn. Använd er tid tillsammans till att planera aktiviteter, sätta mål för skriftstudier och arbeta på personlig utveckling.

2. Råd skapar band

Att samråda ofta hjälper er förstå vad som försiggår med varje

familjemedlem. Alla bör engageras för att hjälpa till att hitta förebyggande lösningar och sätta egna mål. När familjer samarbetar för att fatta beslut kommer alla enskilda att må bra och familjen som helhet blir mer enig.

Vissa råd kan planeras medan andra kan ske naturligt. Bestäm vad som fungerar bäst för er familj.

Tips: Titta på eller läs president Ballards konferenstal "Familjeråd".³ Be er familj om förslag på hur ni kan hålla effektivare råd i er familj. För anteckningar och använd det ni lär er under kommande råd.

3. Ni kan fira och samarbeta

Familjeråd handlar inte bara om att lösa allvarliga problem. Tänk om din fru precis har befordrats på jobbet? Ni kan fira hennes framgång under nästa familjeråd. Er familj kanske jobbar på att uttrycka tacksamhet. Låt alla turas om att säga något de är tacksamma för.



Se till att familjerådet blir något som alla ser fram emot. Om alla familjemedlemmar, även den allra yngsta, vet att de blir hörda och värderade så deltar de gladeligen.

Tips: Välj ett särskilt föremål som varje familjemedlem kan hålla i medan de pratar. Se till att alla får möjlighet att prata och att alla andra lyssnar.

4. Mindre internet, mer personlig tid

Överväg att låta alla lägga ifrån sig sina digitala enheter när ni har familjeråd. När ni pratar ansikte mot ansikte med barnen, utan något som distraherar er, kommer de att känna sig uppskattade. När ni ber med och

för varandra bjuder ni in Anden i era hem. Ingen behöver lösa problem på egen hand. Ni ger dem föredömet att söka Guds hjälp när problem uppstår.

Tips: Ni kan läsa artikeln "Family Councils" i Gospel Topics.⁴ Vår himmelske Fader vill vägleda oss i våra beslut och dagliga problem. Lyssnar ni på Anden under era familjeråd?

Om ni redan håller familjeråd kan ni fundera över hur ni kan förbättra dem. Om ni inte har börjat än så är i dag det perfekta tillfället att försöka. Börja enkelt och se hur era familjeråd blir till glada stunder då familjemedlemmar lär sig av och stöttar varandra. ■

SLUTNOTER

1. M. Russell Ballard, "Familjeråd", *Liahona*, maj 2016, s. 63.
2. Se BarnochUngdomar.JesuKristiKyrka.org.
3. M. Russell Ballard, "Familjeråd", *Liahona*, maj 2016, s. 63–65.
4. Gospel Topics, "Family Councils", topics.ChurchofJesusChrist.org.

Gudomen och att älska andra

Kära föräldrar!

Månadens nummer innehåller ämnen som gudomen, föräldrars roll, förlåtelse och att tjäna alla Guds barn – oavsett var de kommer ifrån eller vart de är på väg. Följande artiklar kan hjälpa er när ni undervisar om dessa principer hemma.



SAMTAL OM EVANGELIET

Gudomen

Använd "Evangeliets grunder" på sidan 6 för att lära era barn om gudomen. Vilka är vår himmelske Faders, Jesus Kristus och den Helige Andens enskilda uppgifter? Hur samarbetar de för att uppnå sina syften? Hur kan er familj samarbeta med större enighet för att uppnå stora saker?

Familjeråd

Vi har lärt oss att familjeråd alltid har behövts och är eviga (se M. Russel Ballard, "Familjeråd", *Liahona*, maj 2016, s. 63). Artikelnen på sidan 12 innehåller några riktlinjer för effektiva familjeråd. Hur kan era familjer använda dessa?

Föräldraskap

På sidan 8 berättar äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kvorum hur han lärde sig något viktigt om att komma närmare sin son. Ni kan läsa den här artikeln med er make eller maka och diskutera hur ni kan



bli bättre på att hålla era barn nära hjärtat.

Nå ut till flyktingar

Vi har blivit ombedda att under bön tjäna dem som fördrivits från sina hem, bl.a. flyktingar, som bor i våra områden. Läs artikelnen på sidan 18. Samtala om vad människorna i ert område kan behöva och gör upp planer på att tjäna och bli vän med dem.

Stöd för Kom och följ mig

Se sidorna 34–37 för material som stöder er familjs studier av Läran och förbunden den här månaden.

ROLIGA FAMILJESTUDIER

Snurra på minuten

Läran och förbunden 64:33

1. Låt alla sätta sig i en ring. Prata om enkla vänliga handlingar som familjemedlemmar kan göra för varandra.
2. Lägg en penna i mitten av ringen.
3. Turas om att snurra pennan.
4. Den som pennan pekar på måste göra så många vänliga saker som möjligt på en minut.
5. Fortsätt tills alla har fått göra det åtminstone en gång var.

Diskussion: Vilka vänliga saker kan vi göra för våra grannar, församlingsmedlemmar eller oss själva? Hur kan också små, enkla handlingar leda till något stort?

Insänt av Mitzi Shoneman

I MÅNADENS NUMMER AV TIDSKRIFTEN VÄGLEDNING FÖR DE UNGA

"Du kan sprida evangeliet på ett naturligt sätt"

Ibland kan det kännas skrämmande att berätta om evangeliet för andra. Den här artikeln innehåller två berättelser som lär ungdomar hur det kan vara roligt och lätt att vara missionär! Berätta för din familj och diskutera andra sätt att berätta för andra om evangeliet.

"Stå starka"

I den här artikeln berättar syster Lisa L. Harkness, första rådgivare i Primärföreningens generalpresidentskap, om tre principer från Josua 24:15 om hur man kan stå stark i evangeliet.

Frågor och svar

Är det svårt att få kontakt med din tonåring? Prova att läsa tankarna

och förslagen från ungdomar i hela världen om hur de bygger upp sin relation med sina föräldrar. Diskutera som familj hur ni kan förbättra er. I den här artikeln finns också en fråga om egenvärde och hur Herren vill att

vi ska vara ödmjuka utan att slå ner på oss själva.

För skojs skull

Den här avdelningen handlar om att ha skoj! Se om du och din tonåring kan lösa gåtans mysterium eller klara bildpusslet.



I TIDSKRIFTEN VÄNNEN DEN HÄR MÅNADEN

Kom och följ mig för barn

Hitta veckovisa förslag för familjestudier och aktiviteter i "Kul med skrifterna". För yngre barn hittar ni förslag till lektioner i *Kom och följ mig* i avdelningen För de små.

Månadens berättelse ur skrifterna

Läs om de två systrarna Mary Elizabeth och Caroline Rollins mod när de räddade sidor ur Befallningarnas bok från en arg pöbel.

Inbjudan från Hjälpande händer

Hjälp era barn göra månadens

aktivitet från Team Hjälpande händer! Hitta också ett speciellt budskap från syster Sharon Eubank, första rådgivare i Hjälpföreningens generalpresidentskap, om andra barn som tjänar runtom i världen.

Lär er om uthållighet

Lär era barn om uthållighet med månadens dagbokssida.

Tjänande hemma

Läs "En bön för Papi" för att ta reda på hur en flicka från Guatemala kände sig inspirerad att tjäna sin pappa.

Hur vi kan stödja föräldrar genom tjänande

Föräldrar behöver kärlek och stöd i sina gudomliga roller som mödrar och fäder.



Föräldrar ställs inför unika och ofta svåra utmaningar. Det kärleksfulla stödet från stödbröder och stödsystor kan vara oerhört viktigt för både föräldrars och barns välmående. Gud välsignar våra ansträngningar när vi söker efter sätt att stärka föräldrarna och barnen i våra liv.

Anne och Kara var båda nya i församlingen när Anne kallades att tjäna Kara och hennes unga familj. De blev snart vänner. Anne som var nygift tyckte om att hjälpa Kara med hennes fyra små döttrar som var allt från nyfödd till sju år gamla. En dag fick Karas baby en skallfraktur som behövde opereras.

Anne hoppade in som barnvakt tills barnens mormor kunde komma dit och ta hand om dem. När deras mormor kom pratade Anne med henne för att se vad hon kunde

behöva hjälp med och tog sedan med sig middag till dem den kvällen. Hon såg också till att grannarna tog dit måltider för några dagar.

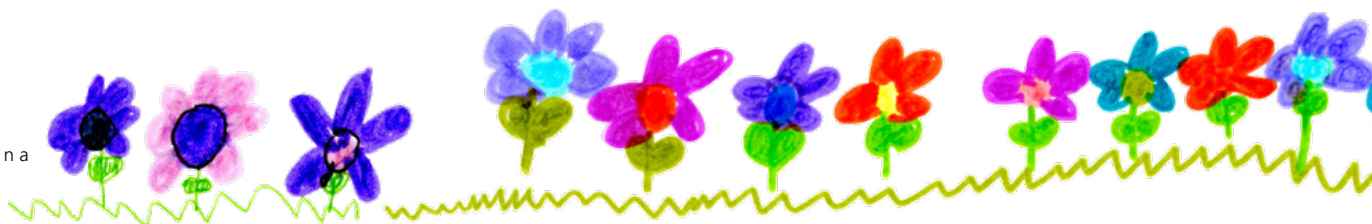
När Anne nästa dag gick dit för att se hur Karas familj hade det såg hon att en av Karas döttrar var orolig för sin lillasyster, så Anne bjöd hem henne för att baka kakor så att de kunde umgås på tu man hand. Anne sms:ade också till församlingsrådet så att de visste vad som hade hänt och berättade att hon skulle hålla dem uppdaterade om situationen. Den påföljande veckan medan babyn fick sin behandling höll Anne församlingsrådet uppdaterat och såg till att familjen hade det de behövde. Annes hjälp gjorde att Kara kunde känna lugn och ro som förälder i en svår och skrämmande situation.

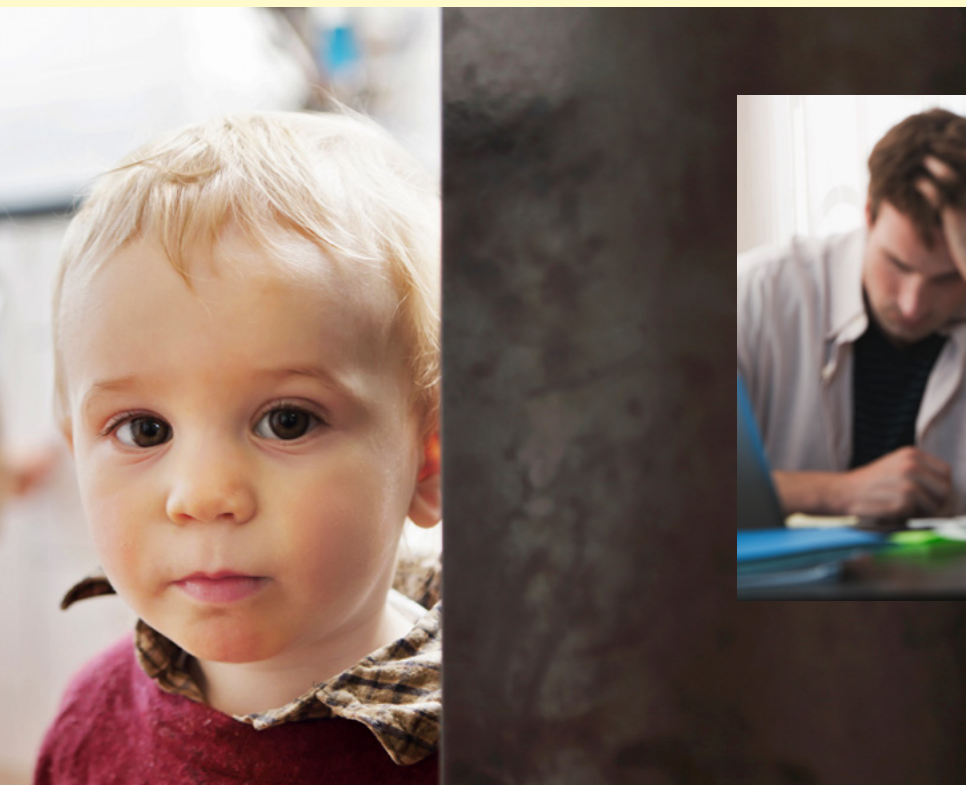
Stödverksamhetstips för att stödja föräldrar

1. Minska den avsevärda stressen som föräldrar känner.

Om familjen upplever stress kan er relation dämpa den stress som gör det svårt för föräldrarna att utgöra en stabil och kärleksfull närvaro i sina barns liv. Olika sätt att hjälpa till kan vara att

- försöka förstå var stressen kommer ifrån och vara ett bollplank medan du lyssnar noga och följer maningar
- lära ut jobbsökarfärdigheter, se över deras budget eller hitta utbildningar eller fortbildningar
- hjälpa dem hitta resurser som kan vara bra, som till exempel oberoendekurser, eller hjälpa dem fylla i blanketter för ekonomisk hjälp eller tjänster.





2. Stärk föräldrars förmåga att hantera sitt ansvar.

- se till att de har tillgång till *några* av kyrkans resurser som kan vara till specifik hjälp i deras situation
- schemalägga regelbundna tillfällen då du ger dem känslomässigt stöd i form av ett lyssnande öra och tröst
- frilägga tid för en förälder att ta hand om sig själv.

3. Hjälp dem utveckla uthållighet och hopp genom att

- ge uttryck för hopp och tro på Kristus och leda dem till honom för att få frid och stöd
- hjälpa dem uppskatta det vackra i föräldraskapets svåra, röriga stunder och försäkra dem om att de inte är ensamma när de har det svårt

- visa dem kärlek och bekräftelse för det enorma arbete de utför.

4. Underlätta för dem att ha roligt.

En av de svåraste utmaningarna för föräldrar som har det jobbigt är att uppbåda tillräckligt med energi till att leka och ha roligt med sina barn. Du kan hjälpa till genom att

- planera en middag eller spelkväll
- fira stunder som är viktiga för dem, såsom födelsedagar, storhelger eller andra viktiga händelser
- bjuda in dem till era egna planerade aktiviteter. ■

ÖVRIGT MATERIAL

- Hitta resurser om psykisk hälsa, funktionsnedsättningar och andra ämnen på [ChurchofJesusChrist.org/study/life-help](https://www.churchofjesuschrist.org/study/life-help).





Tvingade att lämna sina hem:

Att kristuslikt tjäna tvångsförflyttade människor

Tvångsförflyttade människor behöver mer än resurser – de behöver meningsfulla relationer och tjänande.

av Emily Abel och Aubrey Parry
Kyrkans tidningar

Att behöva fly från sitt hem måste vara det mest traumatiska man kan uppleva i livet. Stegrande våldsamheter, ekonomiska svårigheter och politiska oroligheter kan tvinga familjer att överge sina hem utan någon tid att ta med sig värdefulla tillhörigheter eller nödvändigheter. Familjer splittas ofta under den svåra resan under det att de reser hundratals kilometer för att nå säkerhet. Barn kan uppleva eller bevittna extrem matbrist och kroppslig skada. Dessa människor kan bara hoppas att deras ansträngande resa har en trygg slutdestination.



En syriansk familj får hjälp i Libanon. Kriget i Syrien har gjort 11 miljoner syrianer hemlösa. Frälsaren var själv en gång flykting och är väl medveten om dem som genomgår den här prövningen.

Det senaste årtiondet har åtminstone 100 miljoner människor tvingats fly sina hem och sökt asyl antingen i eller utanför sina hemländer.¹ Med en sådan allvarlig statistik är dessa tvångsförflyttade människors



En volontär från Latter-day Saint Charities besöker ett flyktingläger i Jordanien. Hjälparbetare följer principer i den humanitära koden vilken också kan vägleda oss när vi tjänar flyktingar och andra tvångsflyttade människor.

svårigheter djupt oroande. Genom att titta på Frälsarens exempel kan vi hitta personliga sätt att tjäna de behövande.

Förstå att vi har en gemensam historia

För sista dagars heliga bör tvångsflyttade människor utgöra mer än bara ett nyhetsinslag – vi bör se dem som vår nästa (se Matt. 22:39) som vi, liksom Frälsaren, delar en gemensam historia med. "Deras berättelse *är* vår berättelse, för inte alltför länge sedan", sa äldste Patrick Kearon i de sjuttios presidentskap.²

Vi behöver inte blicka alltför långt tillbaka för att se en tid då sista dagars heliga

med våld tvingades från sina hem och levebröd. Vi kan också se hur några av deras nya grannar gjorde skillnad under deras resa. När de heliga drevs från delstaten Missouri tog invånarna i Quincy i Illinois emot dem och gav dem hjälp. Dessa människor gav exempel på kristuslikt tjänande och "räddade sista dagars heliga från att drabbas av ännu högre dödstal".³

Frälsaren fick också uppleva hur det var att vara flykting under sitt jordiska liv. Brett Macdonald på Latter-day Saint Charities har sagt följande om sina besök i flyktingläger runtom i världen: "Jesus och hans föräldrar var flyktingar i Nordafrika under en tid; man kan känna hans inflytande och oerhörda intresse för dem som lider."⁴

Att följa en humanitär kod i dag

I dag har vi möjligheten att nå ut och erbjuda samma hjälp som 1800-talets medlemmar i kyrkan en gång fick av sina grannar. Men våra bröder och systrar som har flyttats från sina hem i dag behöver mer än resurser eller pengar – de behöver meningsfulla relationer och kristuslikt tjänande.

Många humanitära organisationer, inklusive Latter-day Saint Charities, följer en humanitär etisk kod som kan hjälpa oss tjäna tvångsflyttade människor. Även om koden tillämpas på humanitär hjälp mer generellt finns det evangelieprinciper inom den som kan hjälpa oss att bättre "[lyfta] upp händerna som hänger ner och [styrka] de matta knäna" (L&F 81:5).

VAD KAN JAG GÖRA FÖR ATT TJÄNA MÄNNISKOR SOM HAR TVÅNGSFÖRFLYTTATS?

- Fokusera på relationer. Om det finns tvångsförflyttade människor i din närhet – lär känna dem personligen.
- Fråga dig själv: "Om den här personen var en familjemedlem eller närstående, hur skulle min syn på den här personen förändras?"
- Prata med tvångsförflyttade människor om deras planer för framtiden.
- Fråga vad som skulle hjälpa dem mest.
- Erbjud dig att hjälpa tvångsförflyttade människor att lära sig språket i sitt värdland och andra nödvändiga färdigheter.
- Lär känna dina grannar så att ni kan tjäna tillsammans.



Genom att fokusera på att bygga relationer kan vi upptäcka meningsfulla sätt att tjäna. Vänster: En medlem i kyrkan ger en flyktingkvinna ett speciellt lapptäcke som tillhörde hennes adopterade son. Nederst: Vi kan hjälpa flyktingar lära sig om den lokala kulturen vilket omfattar att laga mat som de inte känner till.

Mänsklighetsprincipen

Mänsklighetsprincipen lär oss att när vi tjänar så strävar vi efter att se varje person som ett barn till Gud. Det här kan låta enkelt, men det kan vara svårt att komma ihåg när människor ser annorlunda ut, handlar, pratar eller tror annorlunda än vi gör.

Som en hjälp för dig att se det gudomliga i varje person kan du fråga dig själv: "Om den här personen var en familjemedlem eller närstående, hur skulle min syn på den här personen förändras?"

Den här frågan blev väldigt personlig för en sista dagars helig kvinna när hennes Hjälpförening höll en babyafton för en flyktingkvinna i deras område.

Hennes hjälpföreningspresidentskap kontaktade en lokal integrationsförening för flyktingar för att hitta en mamma som de kunde hjälpa. När de hade fått kontakt med en mamma och hennes familj besökte presidentskapet deras hem för att fråga hur de bäst skulle kunna hjälpa dem. (En viktig del av mänsklighetsprincipen är att hedra flyktingarnas handlingsfrihet genom att fråga hur de skulle vilja bli hjälpta och sedan lyssna uppriktigt.)

Hjälpföreningens president föreslog en babyafton och förklarade att det är ett sätt att fira födelsen av ett nytt barn och ge presenter



som babyn och mamman kan behöva. Flyktingfamiljen höll med om att det skulle vara till hjälp för dem.

När församlingen började planera babyaftonen upptäckte en syster att hon var lite svag för dem som måste komma till ett nytt land efter sin egen erfarenhet av att adoptera en baby från Guatemala. Under den långa adoptionsprocessen sysselsatte sig den här systemen med att göra ett lapptäcke till sin nya baby. När hon jämförde sin erfarenhet av att adoptera sin son med den här nya flyktingbabyn så ville hon få kontakt med den här familjen genom att ge dem lapptäcket hon hade gjort.

På babyaftonen förklarade kvinnan sin koppling till flyktingmamman och beskrev hur hennes lille son också fick komma till ett nytt land och hur de kärleksfullt hade svept in honom i täcket när han kom. Hon gav flyktingkvinnan täcket och sa: "Jag hoppas att din nya baby kommer att älska det också."

Principen om opartiskhet

President Russell M. Nelson har sagt:

"Gud älskar inte en ras mer än en annan. ... Han inbjuder *alla* att komma till honom,

'svart som vit, träl som fri, man som kvinna' [2 Ne. 26:33]. ...

I dag uppmanar jag våra medlemmar överallt att gå i spetsen för att överge fördomsfulla inställningar eller handlingar.”⁵

President Nelsons ord hjälper till att förklara principen om opartiskhet. I vårt tjänande bör vi inte göra någon skillnad baserad på nationalitet, ras, kön, religion, samhällsklass eller politiska åsikter. Vi tjänar andra även om de inte är som vi.

Vi ser ett exempel på opartiskhet i Kristi liknelse om den barmhärtige samariern i Lukas 10. Samariern, som var utstött i den judiska kulturen, tvekade inte att hjälpa någon med en annan bakgrund. Han funderade också på den skadade mannens framtid och försökte göra allt han kunde för att försäkra sig om att han skulle återhämta sig.

Efter att Kristus hade återgett den här liknelsen lärde han sina lärjungar att den barmhärtige samariern behandlade den skadade mannen som sin nästa genom att visa honom barmhärtighet. Kristus uppmanade dem sedan: ”Gå du och gör som han” (Luk. 10:37).

Principen om oberoende

Oberoende inom humanitär hjälp innebär att vi tjänar utan en egen agenda. Vi bör i stället försöka uppmuntra oberoende och självständighet. Det kan innebära att hjälpa tvångsförflyttade människor att hitta sätt att använda sina kunskaper i sina nya områden eller hjälpa dem lära sig färdigheter som att tala ett nytt språk eller träffa andra genom lokala kulturella sedvänjor. När människor blir mer oberoende har de större kontroll över sina beslut och kan vara till gagn för samhället på ett bättre sätt med sina egna kunskaper.

Nicole, en medlem från USA, frågade några flyktingar i sitt grannskap vad de ville lära sig för att bli mer oberoende i samhället. De svarade att de ville lära sig laga amerikansk mat. Nicole ordnade ett tillfälle med andra systrar i församlingen som skulle lära flyktingarna baka bröd och bullar och gav dem vad de behövde för att göra det hemma. Genom att lära flyktingarna att laga maten själva hjälpte Nicole dem att bli mer oberoende eftersom de anpassade sig efter nya matlagningstekniker.⁶

Vi kan också främja oberoende genom att låta de behövande hjälpa varandra. Vi kan erbjuda stöd, men om de som är behövande tar initiativet att hjälpa sig själva och andra så skapar de band med dem som de arbetar med. Det hjälper dem att bygga upp sin gemenskap och ge kraft till varandra.

Att tjäna mer som Frälsaren

Som kyrkans presiderande biskop Gérald Caussé har sagt: ”Var och en av oss som bor på den här vackra planeten delar ett heligt ansvar att ta hand om alla Guds barn ... , vilka de än är och var de än är.”⁷ Det mest meningsfulla tjänandet sker oftast när vi fokuserar på individerna i våra samhällen.

En medlem som har upptäckt välsignelserna av att bygga personliga relationer med flyktingar sa: ”Att bara vara villig att nå ut, hjälpa och älska dem kan göra stor skillnad. Och när du väl lär känna en familj så inser du att alla har sin egen berättelse.”⁸ När vi lär oss om andra människors berättelser hjälper det oss att se dem som Guds barn och tjäna dem mer som Frälsaren. ■

Författarna ger ett tacksamt erkännande till Sharon Eubank och Samantha Butterworth från Latter-day Saint Charities som har bidragit till den här artikeln.

SLUTNOTER

1. FN:s flyktingkommissariat (UNHCR), ”1 Per Cent of Humanity Displaced: UNHCR Global Trends Report”, 18 juni 2020, [unhcr.org](https://www.unhcr.org).
2. Patrick Kearon, ”Tillflykt undan stormen”, *Liahona*, maj 2016, s. 111.
3. Jeffrey R. Holland, ”The Mormon Refugee Experience” (utdrag), 12 sep. 2016, newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
4. E-postkorrespondens med Brett Macdonald, 10 sep. 2020.
5. Russell M. Nelson, ”Låt Gud råda”, *Liahona*, nov. 2020, s. 94.
6. Se Nicole Johansen, ”Baking Class for Congolese Refugees”, [ChurchofJesusChrist.org](https://newsroom.ChurchofJesusChrist.org).
7. Gérald Caussé, i ”Bishop Caussé Gives Keynote Address at UN Conference in Geneva”, 17 sep. 2019, newsroom.ChurchofJesusChrist.org.
8. Se Aubrey Eyre, ”Reach Out and Help Resettled Refugees, Says Relief Society General President” (nyheter), 21 juni 2019, [ChurchofJesusChrist.org](https://newsroom.ChurchofJesusChrist.org).

VÅR GUDSDYRKAN i Dubai

Inte en enda gång kände jag mig illa till mods över att vara medlem av Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga i ett muslimskt land.

Carol Chomjak

Jag och min familj kom till Dubai i Förenade Arabemiraten hösten 2013 och vi såg fram emot att besöka kyrkan. Vår erfarenhet av att besöka kyrkan på olika platser har alltid varit tryggt förutsägbart. Vi älskar att kunna gå in genom porten för första gången och redan veta vad som ska hända och genast bli del av en grupp människor som vi aldrig har mött tidigare.

Våra förväntningar infriades när vi blev en del av den här kärleksfulla gruppen av utländska sista dagars heliga från många olika länder, och vår tro och hängivenhet växte under vår tid i Dubai. Jag kommer aldrig att glömma min tid i Dubai och de underbara människor jag mötte till följd av att kunna gå i kyrkan och dyrka på det sätt som jag alltid haft förmånen att kunna göra. Jag hoppas att ledarna i UAE förstår vilken gåva de har gett oss genom att låta oss leva enligt vår tro.

Det som *var* oväntat var hur mycket min tro växte till följd av att leva och umgås med människor som inte var medlemmar i min kyrka. Jag har aldrig bott på en plats där Gud har varit så central i nästan alla människors liv.

Tala om förtröstan på Gud

Det var härligt och uppfriskande att kunna prata om inflytandet från Gud och religion i mitt liv utan att andra avfärdade det jag sa eller blev förnärmade. Jag kände så eftersom nästan alla jag mötte i Dubai pratade på samma sätt som jag vilket skapade ett omedelbart band när vi pratade.

När jag och en annan mamma satt vid poolen och väntade på att våra barn skulle bli klara med simträningen berättade jag hur jag kämpade med några problem och kände mig missmodig. Den här muslimska mamman svarade med att uppmuntra mig och försäkra



BAKGRUNDSFOTON AV DUBAI FRÅN GETTY IMAGES

FOTON AV FAMILJEN CHOMIAK MED TILLSTÅND AV FÖRFATTAREN



Jag, min man Aaron och våra barn besökte Jumeirah Beach på Persiska vikens kust.



Vårt stavscenter i Abu Dhabi.



Camping i "Det tomma kvarteret", världens största sandöken.



mig om att Gud vakade över oss och skulle hjälpa oss med våra svårigheter. Inte hennes Gud. Inte min Gud. Vår Gud.

Min dotter och jag var på väg till tunnelbanan en dag när vi vänligt erbjöds skjuts av en emiratisk kvinna som berättade för oss om sin son som hade medicinska problem vilket gjorde att de måste resa till USA för att få behandling. Under tiden hon återgav sin berättelse framträdde hennes tro och förtröstan på Guds vilja och vaksamma omsorg. Jag sa att jag skulle be för henne och hennes familj vilket hon tog emot med förståelse och kärlek.

Förstådd och accepterad

Att träffa andra familjer som hemundervisade sina barn gjorde alltid att vi kände en sådan trygghet och gemenskap. Nästan varje religion fanns representerad i den gruppen. När vi pratade om Gud, bön och gudsdyrkan kände sig varje person förstådd och accepterad av alla. Även bland andra kristna finns det många religioner. När jag träffade andra kristna som hemundervisade sina barn kändes det underbart att bli så totalt accepterad, oavsett vilken specifik religion jag tillhörde eller vad jag trodde. Vi hade gemensamma moraliska värderingar och sedvänjor på grund av vår hängivenhet mot Gud.

När jag pratade med en hinduisk mamma vars barn hade min dotter som privatlärare hörde jag hur central hennes tro och religion var för henne när hon berättade om hur hon tillbringade sina dagar i meditation och gudsdyrkan.

Gemensamma värderingar

Och till sist måste jag säga hur mycket jag tyckte om att bo på en plats som accepterade de värderingar jag och min man lärde våra barn. Vi lär våra barn att ta hand om sin hälsa genom att inte dricka alkohol eller använda droger. Vi lär våra barn att vara moraliska och anständiga i sin klädsel och sitt yttre. Något av det bästa vi upplevde under våra första dagar efter vår ankomst till Dubai var skylten på dörren till köpcentret som klargjorde hur man förväntade sig att besökare klädde och uppförde sig. Min familj och jag sa genast att det kändes som ett utdrag om värderingar från häftet *Vägledning för de unga*. Vi älskade det!

Inte en enda gång kände jag mig illa till mods över att vara en kvinna som trodde på Kristus och fruktade Gud i Dubai. Jag kände mig tvärtom uppmuntrad och stärkt i min tro av dem jag mötte. Jag har inte känt det så totalt på någon annan plats som jag har bott på.

När min familj hörde tillkännagivandet av ett tempel i Förenade Arabemiraten på generalkonferensen i april 2020 tappade vi hakan och kunde bara stirra på varandra i total häpnad. Vi var överlyckliga att det ska komma ett tempel till Mellanöstern! Jag är så lycklig för de många medlemmarna i kyrkan som bor i det området. Jag är så tacksam för ledarna i UAE som låter det här heliga huset stå bland deras heliga hus – deras vackra moskéer som är utspridda över hela området. Det här är verkligen en betydelsefull och oförglömlig tid. ■

Författaren bor i Utah, USA.

Telii använde sina talanger för att sprida evangeliet

Ryan W. Saltzgeber

Kyrkans historiska avdelning

I likhet med Telii kan var och en av oss hitta sätt att tjäna andra, undervisa om evangeliet och stå upp för vår tro.

I maj 1844 bjöd Telii och hennes man Nabota in Addison Pratt, en sista dagars helig missionär från USA, att bo i deras hem på ön Tubuai i Stilla havet. Telii och Nabota undervisade äldste Pratt i deras språk och lärde honom hur de levde på ön. De gav honom husrum och mat och Telii tog också hand om hans kläder.

Många nyfikna människor besökte äldste Pratt i Telii och Nabotas hem. Telii och Nabota lyssnade när han tolkade skrifterna, undervisade om evangeliebegrepp och gav välsignelser. Telii såg flera människor bli helade av prästadömsvälsignelser och började ta med alla som hon visste var sjuka så att äldste Pratt kunde välsigna dem.

Telii och Nabota var bland de första invånarna på Tubuai som blev medlemmar i kyrkan. De blev äldste Pratts närmaste vänner där och



hjälpste honom predika evangeliet. Telii översatte sista dagars heliga psalmer och skrifter och anpassade dem till *himene*, en lokal sångstil. Många kvällar samlade hon människor för att lära dem sina sånger. Det var under ett av dessa möten, vilka ibland varade till midnatt, som hennes släktingar och vänner först fick höra evangeliebegrepp och skriftställen. Snart döpte sig många.

När protestantiska missionärer sedan kom till Tubuai för att tillrätta-visa de människor som hade gått med i kyrkan stod Telii upp mot dem och ”försvarade sin position så väl

med hjälp av skrifterna” att de inte kunde motbevisa det.¹

Telii och Nabota var fast beslutna att berätta om evangeliet och stödja missionärerna. De reste med äldste Pratt och andra missionärer och predikade runtom på öarna. På varje plats lärde Telii andra sina sånger, gav mat och stöd till sina grannar och förde de sjuka till missionärerna så att de kunde få välsignelser. ■

Du kan läsa mer om Teliis tjänande i den digitala versionen av det här numret eller i den globala historien om Franska Polynesien i Evangeliebiblioteket.

SLUTNOT

1. Addison Pratts dagbok, 16 sep. 1845, kyrkans historiska bibliotek, Salt Lake City.

Den Liahona som Gud visade mig

av Godwin Aonohemba Timiun, Benue, Nigeria

Först tyckte jag att det lät hädiskt att säga att Jesu Kristi Kyrka hade blivit återställd.

Som doktorand i Australien reste jag ofta från min bostad till närliggande restauranger i Melbournes centrala affärsdistrikt. Under en av mina resor såg jag ett kort med en bild av Jesus Kristus på marken. En röst inom mig insisterade på att jag skulle plocka upp det.

Jag lydde och läste noggrant kortet. Sedan såg jag mig om efter en bättre plats där jag kunde lämna den lilla bilden av Frälsaren men hittade ingen. Följaktligen tog jag med mig kortet hem och satte det i min bokhylla.

Tre dagar senare mötte jag två missionärer när jag var på väg att äta lunch. Vi bestämde en tid då de

kunde undervisa mig och de gav mig ett kort som liknade det jag redan hade funnit. När jag var hemma igen jämförde jag de två korten. Båda kom från missionärernas kyrka.

När missionärerna besökte mig bar de sina vittnesbörd om Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Först kände jag mig lite illa till mods över deras vittnesbörd. Det kändes hädiskt att säga att Jesu Kristi kyrka hade blivit återställd och var den enda sanna kyrkan på jorden, men två saker fångade mitt intresse.

För det första läste jag i skrift-
erna "att vörda HERREN
är början till vishet"
(Ps. 111:10).

Jag ville ha vishet och skulle vilja ha vördnad för Herren så att jag kunde få vishet. Jag resonerade som så att jag inte skulle kunna vörda Herren utan att känna honom. Så det missionärerna undervisade mig om var därför viktigt eftersom jag behövde kunskap om Herren.

För det andra drog jag slutsatsen att Herren hade lett mig så att jag hittade kortet och plockade upp det. Under de år jag bodde i Melbourne såg jag aldrig ett liknande kort på marken. Jag kom därför fram till att korten inte kastades bort lättvindigt.

När jag undervisades av missionärerna blev jag gladare och överväldigades av den kunskap jag fick genom de nya lärdomarna. Jag döptes snart. Jag är nu beseglad till min hustru och mina barn för tid och evighet och i dag har jag samma vittnesbörd som missionärerna bar för mig: Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga har återställts genom profeten Joseph Smith. Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga är den enda sanna kyrkan på jorden och den leds av en levande profet. ■





Angela Andrea Fernandez Rios

Antofagasta, Chile

Varje liten förbättring gjorde oss glada. Snart började Agatha röra på huvudet. Sedan började hon sitta upp. När hon började le visste vi att vår tro och våra böner hade besvarats. Och när hon sa "mamma" för första gången blev jag så lycklig.

UPPTÄCK MER

- Läs Angelas berättelse på ChurchofJesusChrist.org/go/62127.

FOTO LESLIE NILSSON

Mina okända välsignelser

av Nerissa A. Molejon, Quezon City, Filippinerna

Det krävdes svårigheter för att jag skulle förstå hur min himmelske Fader välsignar mig.

När jag kom till mitt tredje område i Filippinernamissionen Bacolod City hade regnperioden precis börjat. Mitt område var en liten, fin stad omgiven av bondgårdar i nordvästra Negros, en ö söderut.

I december 2014 drabbades området av tyfonen Ruby. Förödelserna var inte så stora i vårt område, men grusvägarna blev leriga och hala. Trots det ogynnsamma vädret fortsatte vi att arbeta.

Ett av våra mest lovande områden var ett litet samhälle i utkanten av staden. Alla de vi undervisade och våra nyomvända där var bönder. Eftersom de arbetade på sockerrörsfälten dagtid så undervisade vi dem på eftermiddagarna och kvällarna.

För att komma till samhället måste vi gå över leriga fält och akta oss för hundar, grodor, ormar och myggor. Vi tog alltid med oss ficklampor

och paraplyer. Kyrkans medlemmar följde med oss hem när det hade blivit mörkt.

Ibland kände jag att jag ville ge upp. Jag var inte säker på att jag orkade gå genom leriga sockerrörsfält varje dag, så jag bad om hjälp. Svaret kom: "Köp stövlar!"

Min kamrat och jag köpte varsitt par. Jag var så glad över att ha stövlar, men min upprymdhet försvann snart eftersom de var så tunga och obekväma. De gjorde att jag svettades om fötterna och hindrade mig från att gå snabbt.

En kväll efter våra lektioner gick vi hem och bytte om till vanliga promenadskor. Sedan gav vi oss iväg till ett annat möte i staden. Medan jag gick kände jag mig *viktlös*. Jag var glad över att kunna ha mina plastskor igen. Jag undrade varför jag plötsligt

kände mig tacksam för skor som jag hade burit under hela min mission.

Svaret kom samtidigt som jag tänkte: Stövlarna gjorde skillnad. Fram till dess hade jag inte förstått hur sköna mina plastskor hade varit.

Plötsligt kom jag att tänka på alla svårigheter och prövningar jag hade haft under min mission. Mina plastskor hade varit en vardaglig, uppskattad vän. Medan jag försökte förstå mina blandade känslor hörde jag en röst säga: "Du går igenom prövningar och svårigheter i livet så att du kan lära dig känna igen välsignelser och vara tacksam för dem."

Jag insåg att jag behövde uppleva svårigheter så att jag kunde uppskatta min himmelske Faders välsignelser. Under mina prövningar förstod jag mina välsignelser och blev tacksam för dem. ■

En privat stund med Frälsaren

av Annelise Gardiner, Idaho, USA

Det här hände bara en gång i livet – eller gjorde det det?

Ropen ekade mellan träden när människor sprang för att undvika lava och nedfallande stenar. Jag stod bakom kulisserna och lyssnade på soundtracket som dånade ur högtalarna tvärs över kullen.

Den sommaren deltog jag i föreställningen Hill Cumorah som skildrade flera händelser från Mormons bok. Jag hade fått roller som skördedansare (se 1 Ne. 18:23–24) och en icketroende (se 3 Ne. 1:4–21), men alla, inklusive personalen, deltog i den kommande scenen.

En strålkastare lyste på en figur klädd i vitt som tycktes sväva över den högsta platsen på scenen. Han var självklart inte Frälsaren – bara en frivillig student, precis som jag. Men i den stunden på scenen så föreställde jag mig att det var Frälsaren som stod där i stället.

Jag föreställde mig att han gick fram till mig och att jag såg in i hans ögon. Andliga känslor översköljde

mig. I den stunden fick jag en smak av hur det måste vara att se min verkliga Frälsare. Jag värdesatte den här unika, andliga händelsen.

Sex månader senare ändrade ett uttalande av biskop W. Christopher Waddell, då andre rådgivare i presiderande biskopsrådet, mitt perspektiv: "Varje söndag kan vi uppleva något som liknar det som de som överlevde den stora förödelser vid Frälsarens korsfästelse upplevde och som beskrivs i Mormons bok."¹

Jag var helt förbluffad. Var det möjligt att jag kunde känna, varje vecka, samma sak som jag hade känt på scenen den kvällen? Ju mer jag tänkte på det, desto mer insåg jag att när vi tar del av sakramentet är det en privat stund med Frälsaren, precis som att knäböja framför honom och känna

märkena efter spikarna i hans händer och fötter.

Vi behöver inte delta i en föreställning för att känna Frälsarens kärlek och förstå eller visualisera en privat stund med honom. Vi kan göra det varje vecka. Varje söndag väntar han på att få visa oss sin kärlek och förståelse. Vi behöver bara komma till honom. ■

SLUTNOT

1. W. Christopher Waddell, "Are You Ready?" (tal under andakt vid Brigham Young University, 5 nov. 2019), s. 6, speeches.byu.edu.



Tillsammans eller åtskilda

Rod Jeppsen
Psykoterapeut

När jag rådgör med par som inte längre har barn som bor hemma beskriver de ofta den upplevelsen så här: "Det hände så snabbt! Det känns som att det bara var i går vi väntade vårt första barn och helt plötsligt är barnen vuxna och utflugna. Åren flög förbi! Nu tittar vi på varandra och säger: 'Vad har vi gemensamt?'"

Ingen magisk lista

Ni tänker kanske: Den här artikeln är precis vad jag behöver! Eller: Det här är precis vad min make/maka behöver! Ni längtar kanske efter en lista med banbrytande förslag på hur man hanterar livet när barnen har lämnat hemmet. Men jag upptäckte en sanning under åren då jag rådgjorde med par: en kreativ lista med förslag på saker ni kan göra eller sätt varpå ni kan skapa gemensamma band igen fungerar för det mesta inte långsiktigt – *om det inte finns en säker, emotionell koppling.*

Vare sig vi bor i Ulan Bator i Mongoliet eller São Paulo i Brasilien så är vi alla söner och döttrar till Gud. Vi är mänskliga och har känslor. Vi kanske uttrycker känslor på olika sätt beroende på vår kultur eller uppfostran, men alla känner dem – ensamhet, avvisande, rädsla, ledsamhet, glädje och lycka. Även i kulturer där familjer bor i generationsöverskridande hem glider föräldrarna isär när barnen blir vuxna.

Par med utflugna barn säger ofta till mig: "Vi har ingenting gemensamt längre." Och om de bara fokuserar på vad en individ tycker om gentemot vad den andra individen vill göra så stämmer det vanligtvis. *Utan ett känslomässigt band kan vi ofta vara i samma rum som vår make/maka och ändå känna oss ensamma.*

Så vad kan ett par göra så att de båda har blicken vänd framåt snarare än åt olika håll? Vi börjar med att diskutera bakgrunder.

Bakgrunden påverkar äktenskapet

Alla har olika bakgrunder. Vi har erfarenheter av föräldrar, syskon, släkt, vänner och kollegor som formar och påverkar det vi gör och förväntar oss

Vilken väg
kommer ni två
att gå nu när
boet är tomt?





ILLUSTRATIONER: CAROLYN VIBBERT

av ett äktenskap. Till exempel: stod våra vårdnadshavare nära varandra rent känslomässigt när vi växte upp eller var de reserverade? Med utgångspunkt i vår bakgrund kan vi ställa två viktiga frågor:

- Hur nära känslomässiga band är vi villiga att skapa med vår make/maka?
- Är vi villiga att släppa in vår make/maka i vårt känslomässiga utrymme?

När vi fokuserar på vår make eller makas beteende snarare än att förstå bakgrunden till det utvecklade beteendet så bidrar vi ofta till stelhet och håller mildheten borta. Att ha insikt i och medkänsla för de jobbiga upplevelser vår make/maka hade när han eller hon växte upp leder ofta till en önskan att visa mer stöd. Medkänsla, mildhet och vänlighet är en bra grund för att dela med sig av känslor. Att lära oss prata om våra känslor med vår make/maka är en katalysator för att skapa känslomässig trygghet och band.

President Russell M. Nelson gav oss rådet: "*Kommunicera* väl med [er] äkta hälft. ... Par behöver tid på tu man hand för att iaktta, samtala och verkligen lyssna på varandra."¹

Rubricera, känn, erkänn och berätta

Det kan vara svårt att berätta om känsliga saker även efter flera års äktenskap. Men de här stegen kan göra det lättare:

1. **Rubricera dina känslor.**

Sätt namn på dem, till exempel "desperation", "förväntan" eller "iver".

2. **Känn dem.** Sakta ner. Fråga: "Var och när känner jag den här känslan?"

3. **Erkänn dem.** Känslor har ett syfte. Skambelägg inte dig själv eller din make/maka för att ni har känslor. Sök hellre din himmelske Faders hjälp och vägledning.

4. **Berätta om dem.** När du berättar om dina känslor för din make/maka, så gör det ofta att ni kommer närmare varandra. Vi läser i Gospel Topics: "Par kan stärka sina äktenskap genom att ta sig tid att prata och lyssna till varandra, vara omtänksamma och respektfulla och ofta ge uttryck för ömma känslor och tillgivenhet."²

Makar i alla åldrar stärker sina relationer när de lär sig identifiera, känna

FOTOGRAFIER FRÅN GETTY IMAGES



igen, förstå och prata om sina känslor med varandra. Det kan vara till hjälp att tillämpa två inspirerade principer: 1) "Man och hustru har ett högtidligt ansvar att älska och vårda sig om varandra" och 2) man och hustru ska "hjälpa varandra som likvärdiga makar".³

Använd en "mjukstart"

Dr. John Gottman, en välkänd äktenskapsforskare, ser att kärnan i ett bra äktenskap är förmågan att diskutera och bearbeta svåra ämnen och känslor. Han utvecklade en modell som han kallar "en mjukstart". Maken eller maken som upplever problemet skapar varsamt ett ramverk inom vilket man diskuterar problemet hellre än att kritisera den andra parten. Det har fyra delar:

1. **Uttryck hur du känner dig.** Fokusera på vad du känner hellre än vad den andra personen gör eller säger. Till exempel: "Jag är orolig, bekymrad, rädd eller ängslig." Uttryck dina känslor med "jag"-uttryck som "jag känner ...".
2. **Prata om en särskild situation eller händelse.** Försök att vara tydlig och koncis. Undvik att värdera eller döma din make/maka. Ta med det du har upplevt och känt till följd av händelsen.
3. **Berätta om ett positivt behov.** Beskriv vad som är viktigt för dig i relationen. Be din make/maka vidta positiva åtgärder för att tillmötesgå dina behov. Var artig i din önskan. "Snälla" eller "jag skulle uppskatta" kan vara till hjälp.
4. **Uttryck tacksamhet.** Beröm din make/maka för det som fungerar för dig.

Tillgivenhetsskador

De flesta av oss är antingen djupt tacksamma för eller har en djup längtan efter känslomässig tillgivenhet från vår make/maka. Som det står i skrifterna: "Men i Herren är kvinnan inte oberoende av mannen eller mannen oberoende av kvinnan" (1 Kor. 11:11). Om vi vänder oss till vår make/maka med ett behov och vår äkta häft av någon anledning inte kan eller vill hjälpa oss komma till ro är risken stor att vi kommer att uppleva det dr Sue Johnson kallar tillgivenhetsskador. De här skadorna skapar negativa reaktioner som uppstår i flera former:

- **Angrepp.** Vi går till angrepp och kritiserar vår make/maka för att de inte funnits där med påståenden som: "Du har aldrig funnits där för mig. Det jag behöver spelar ingen roll för dig."
- **Blidkande.** Vi håller med om vår make/makas åsikt och hoppas att diskussionen inte fortsätter eller blir värre, men ingenting blir löst och resultatet blir vanligtvis ökad förbittring.



- **Försvar.** Vi framlägger bevis, precis som en advokat i rättsalen, för att vi har rätt att reagera som vi gör i nuvarande omständigheter.
- **Tillbakadragande.** Vi drar oss undan och blir tysta. Vi håller oss på avstånd och pratar bara om vardagliga saker utan någon meningsfull närhet.
- **Efterhängsenhet.** Vi behöver den här närheten så intensivt att vi fortsätter att ställa frågor, kräva svar, be om närhet och försöka ha kontroll över det som händer – inte för relationens skull utan för att lugna våra sårade känslor.

De här reaktionerna är inte ovanliga när det känns som att vi har förlorat bandet till den vi älskar. Men de är farliga eftersom de kan leda till en negativ cykel. Först kommer tillgivenhetsskadan, sedan den negativa reaktionen, därefter en negativ

reaktion på den första reaktionen och så fortsätter det. Båda två bidrar till och blir även sårade av den här cykeln.

Fysisk och emotionell närhet

Närhet är såklart en viktig del av äktenskapet. Det kan faktiskt sägas att närhet är en *mångfacetterad* del av äktenskapet. Att känna sig nära varandra, ha faktisk fysisk kontakt och känna ett starkt, känslomässigt band hör alla samman.

Känslomässig närhet är gynnsam för bandet och närheten som fördjupar och berikar sexuell intimitet. Det är svårt för en make eller maka som har låg sexualdrift att engagera sig sexuellt om han eller hon känner ett svagt eller obefintligt band. Av den här anledningen kan regelbunden och meningsfull känslomässig närhet skapa en trygg oas för sexuell närhet.

När vi åldras kan sexuell närhet bli svårare. I vissa fall kan en kunnig läkare eller certifierad terapeut ge insikt och stöd. Men jag tror att det kan vara väldigt värdefullt att bibehålla fysisk kontakt genom så enkla saker som att pussa varandra god natt, att hålla varandra i hand regelbundet eller ge varandra en kärleksfull kram eller omfamning.

En bättre lista

Om du fortfarande längtar efter den där listan med banbrytande förslag på saker att göra eller förslag på att stärka de där banden mellan varandra igen under åren efter att barnen har flyttat så finns det goda nyheter: När ni två behåller det känslomässiga bandet eller återskapar det, blir det mycket lättare att göra en lista som ni båda kan bidra till. Det kommer att vara *er* lista, och eftersom ni skapade den så är det mer troligt att ni gör det. Par som bygger starka känslomässiga band arbetar vanligtvis tätt ihop och kan hitta lösningar för sitt äktenskap, oavsett bakgrunder, hobbyer, intressen eller aktiviteter. ■

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, "Vårda er om äktenskapet", *Liahona*, maj 2006, s. 37.
2. "Marriage", Gospel Topics, topics.ChurchOfJesusChrist.org; se även "Äktenskap", Stå fast i din tro: Liten uppslagsbok om evangeliet [2004], s. 181.
3. "Familjen: Ett tillkännagivande för världen", JesuKristiKyrka.org.





Hur Emily Richards fick "något att säga"



Emily Richards gick upp till den smala talarstolen på mötet för National Woman Suffrage Association i USA:s huvudstad Washington D.C. Hon visste att det här var en av de viktigaste händelserna i hennes liv. Året var 1899 och kvinnors rösträtt i Utah samt månggifte var häftigt omdebatterat. Trots att Emily var nervös kände hon sig redo att tala å sitt hems, sitt köns och sin religions vägnar.

SLUTNOTER

1. Orson F. Whitney, *History of Utah*, (1904), 4:605.
2. Orson F. Whitney, *History of Utah*, 4:605.
3. I *At the Pulpit: 185 Years of Discourses by Latter-day Saint Women*, red. Jennifer Reeder och Kate Holbrook (2017), s. xxii–xxiii.

En källa berättade: "Man var rädd att kvinnan från Utah inte skulle kunna göra sig hörd i salarna – andra talare hade misslyckats med detta – men till allmänhetens förvåning och glädje genomträngde hennes klara stämma byggnaden till dess mest avlägsna hörn och hennes tal var en veritabel triumf."¹

Trots att det inte finns några uppteckningar av det Emily sa den dagen rapporterade en journalist att hon talade omkring en halvtimme. Hennes "presentation var metodisk och vetenskaplig" och framlade fakta och idéer som "avväpna[de] fördomar". Journalisten fortsatte att säga att Emilys ord uttalades i en "anda av mildhet" som den dagen uppmjukade många hjärtan för Utah-territoriet.²

Emily var dock inte alltid en skicklig talare. Hon mindes hur Eliza R. Snow, dåvarande generalpresident för Hjälpföreningen, hade gett henne några råd:

"Första gången [syster Snow] bad mig tala på ett möte kunde jag inte och då sa hon: 'Vi låter det vara, men när du blir ombedd igen, försök då att ha något att säga.'³

Emily tog till sig rådet och försäkrade sig om att hon skulle vara redo att tala när så behövdes. I likhet med Emily Richards måste vi alltid vara redo att "öppna [vår] mun" (L&F 60:2) och förkunna Guds ord.



ILLUSTRATION: KATHLEEN PETERSON



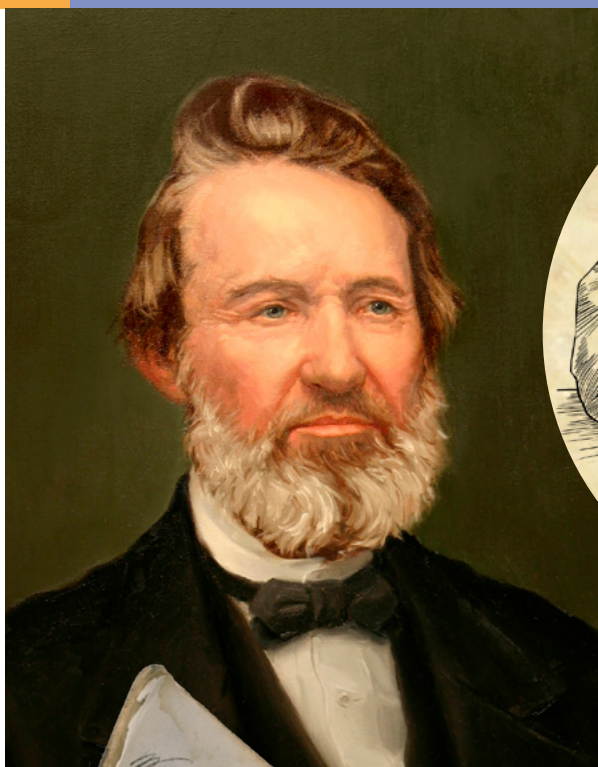
Läran och förbunden 67–70

21–27 JUNI

Kom uppenbarelserna från Gud?

November 1831: William E. McLellin

lyssnade noga medan han satt på kyrkans konferens med Joseph Smith och några andra äldster. Bara några dagar tidigare hade Joseph gett honom en uppenbarelse som besvarade fem frågor som William bara hade nämnt för Gud (se L&F 66). Nu hade medlemmarna på konferensen bestämt sig för att publicera profetens uppenbarelser i en samling vid namn Befallningarnas bok (senare kallad Läran och förbunden).



Utmaningen: En del äldster var inte övertygade om att uppenbarelserna kom från Gud. De tyckte inte att språket var tillräckligt elegant. Som svar på detta påstående gav Herren dem en utmaning: "Utse den som är visast bland er" att skriva uppenbarelser "som är denna lik". Om en av dem kunde göra det kunde äldsterna säga att uppenbarelserna inte var sanna. Om ingen kunde det skulle äldsterna "bär[a] vittne" om att uppenbarelserna kom från Gud (se L&F 67:5–8).

SAMTAL

Hur kan vi få ett vittnesbörd om de uppenbarelser som tas emot av vår tids profeter?

Resultatet: William, en före detta skollärare, antog Herrens utmaning och försökte skriva en uppenbarelse. Han misslyckades.¹ Williams misslyckande stärkte hans vittnesbörd om Joseph Smith som profet. Tillsammans med övriga äldster på konferensen undertecknade William ett uttalande som förkunnade att han "genom den Helige

Anden" visste att uppenbarelserna "gavs genom inspiration från Gud" och att de var "till nytta för alla människor och verklighen sanna".²

SLUTNOTER

1. Se "History, 1838–1856, volym A-1 [23 december 1805–30 augusti 1834]", s. 162, josephsmithpapers.org.
2. Se "Testimony, ca 2 november 1831", s. 121, josephsmithpapers.org; standardiserad stavning.



Läran och förbunden 63–66

7–20 JUNI

Ordet *Sion* används i Läran och förbunden vid olika tillfällen för att ange en fysisk samlingsplats för de heliga (staden Sion, till exempel) eller för att identifiera Herrens folk – ”de renhjärtade” (L&F 97:21). Vår kunskap om de här olika definitionerna kan förstärka vår förståelse av var Sion är och vem som bor där.



SLUTNOTER

1. Ezra Booth, ”Mormonism – No. VI”, *Ohio Star*, 17 nov. 1831, [s. 3].
2. Charles Joseph Latrobe, *The Rambler in North America* (1835), 1:104.
3. Eliza P. Lymans dagbok, februari 1846–december 1885, s. 8–9, Kyrkans historiska bibliotek, Salt Lake City; standardiserad stavning och interpunktion.

Vad är Sion?



Sions stad

Genom profeten Joseph Smith bad Herren år 1831 de sista dagars heliga att samlas och bygga Sion i Independence i Missouri (se L&F 62:2–4; 63:24–48). Här följer några beskrivningar av det från den tiden:

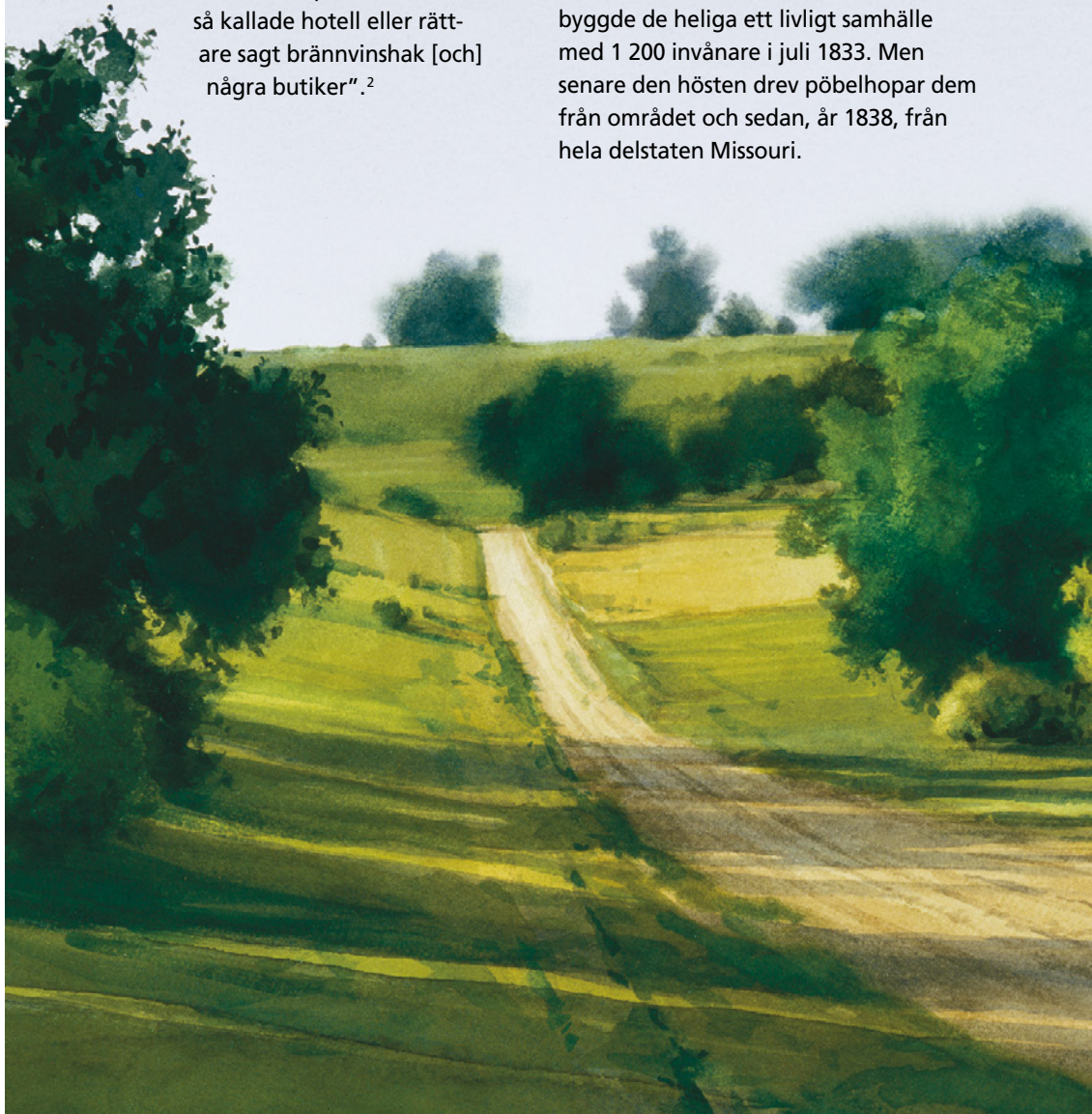
Det var i en region med bara ”två eller tre butiker och femton eller tjugohem som för det mesta var byggda av timmer huggna på bägge sidor”.¹

En annan beskrev Independence som ”löftesrikt” men med bara ”fem eller sex grovhuggna timmerstugor, två eller tre hus med panel, två eller tre så kallade hotell eller rättare sagt brännvinshak [och] några butiker”.²

Eliza Lyman beskrev hur lite hennes familj hade när de flyttade dit: ”Vi ... bodde i ett litet tegelhus som min far hade hyrt över vintern eftersom vi inte hade

haft tid att bygga något. Vi levde väldigt fattigt den vintern eftersom folket i området inte åt mycket annat än majsbröd [och] bacon och drev upp lite annat; så det fanns väldigt lite att köpa, men jag minns att vi hade en tunna honung och de grönsaker vi kunde hitta, men inget vetebröd, för vete kunde inte köpas i området.”³

Från dessa magra omständigheter byggde de heliga ett livligt samhälle med 1 200 invånare i juli 1833. Men senare den hösten drev pöbelhopar dem från området och sedan, år 1838, från hela delstaten Missouri.



VAR ÄR SION I DAG?

"Men i dag sker insamlingen i varje nation. Herren har förordnat att Sion ska upprättas (se L&F 6:6; 11:6) i alla nationer där han har låtit sina heliga födas. Insamlingsplatsen för de brasilianska heliga är i Brasilien. Insamlingsplatsen för de nigerianska heliga är i Nigeria. Insamlingsplatsen för de koreanska heliga är i Korea. Sion är 'de renhjärtade' (L&F 97:21). Det finns där de rättfärdiga medlemmarna finns."

Russell M. Nelson, president för Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga, "Kyrkans framtid: Förbereda världen för Frälsarens andra ankomst", *Liahona*, april 2020, s. 9–10.



HUR GRUNDAR VI SION I VÅR TID?

"Sion är Sion tack vare invånarnas karaktär, egenskaper och trofasthet. Kom ihåg att 'Herren kallade sitt folk SION, eftersom de var av ett hjärta och ett sinne och levde i rättfärdighet, och det fanns inga fattiga bland dem' (Mose 7:18). Om vi ska kunna etablera Sion i våra hem, våra grenar, församlingar och stavar måste vi nå upp till denna norm. Vi måste 1) vara av ett hjärta och ett sinne, 2) enskilt och kollektivt bli ett heligt folk, samt 3) sörja för de fattiga och behövande så väl att vi får bort fattigdomen bland oss. Vi kan inte vänta tills Sion kommer för att detta ska ske – Sion kommer endast när detta sker."

Äldste D. Todd Christofferson i de tolv apostlarnas kvorum, "Kom till Sion", *Liahona*, nov. 2008, s. 38.







Äldste Jorge M. Alvarado

i de sjuttios
kvorum

Det som kommer från ovan är heligt

Herrens bud bör inte behandlas lättvindigt.

När jag var 15 år bestämde jag mig för att pröva tiondelagen. Jag arbetade med att lägga varor i påsar i Ponce i Puerto Rico. Varannan timme fick jag en kvarts rast. Under den rasten brukade jag räkna hur mycket jag fick i dricks, sedan brukade jag lägga undan mitt tionde. Efter att jag började göra det här regelbundet märkte jag att min dricks ökade! Jag vet inte om det här var till följd av ett himmelskt ingripande, men jag visste att jag höll ett bud och att när vi håller bud så får vi förr eller senare välsignelser.

Välsignelser kommer så klart inte alltid på det sätt vi tror. Efter att jag hade betalat tionde ett tag så visste jag att jag gjorde något heligt. Det handlade inte bara om att donera pengar till kyrkan. Det handlade om att behandla det Herren sa med respekt och jag såg till att betala mitt tionde regelbundet och omgående. Jag var glad att göra det jag kunde för att hjälpa till att bygga upp Guds rike.

Jag glömde mitt tionde

Så en söndagsmorgon tog det längre tid än vanligt att vakna. Mina föräldrar ville vara i kyrkan tidigt så när jag till sist vaknade hade jag bråttom. Det var inte förrän jag var i möteshuset som jag insåg att jag hade glömt mitt tionde. Jag får betala det nästa vecka, tänkte jag. Men det kändes inte bra. Jag ville att min himmelske Fader skulle veta att jag var lydig.

Efter mötena kom vi hem och upptäckte att det hade varit inbrott i vårt hem. Smycken, en videokamera, nästan allt av värde hade stulits. Jag sprang till mitt rum och gick igenom byrålådan där jag hade lämnat mitt tionde. Det var också borta. Nu mådde jag verkligen inte bra. Jag tänkte att om jag hade kommit ihåg att ta med mig tiondet till kyrkan så skulle det inte vara borta nu.



Jag sprang till mitt rum och gick igenom byrålådan där jag hade lämnat mitt tionde. Det var också borta.

Sedan kände jag mig manad att säga något till min pappa: "Oroa dig inte. Allt kommer att ordna sig. Personen som gjorde inbrott tog Herrens pengar, så han tog något som var heligt." Jag trodde inte att Herren skulle låta det passera obemärkt.

Men jag tror att Herren ville att jag skulle lära mig vara mer försiktig med det som tillhörde honom. Tjuven greps snart och allt blev hittat, utom mina tiondepengar. För att åtgärda situationen tog jag ut motsvarande summa av mina sparpengar och lämnade dem till biskopen påföljande söndag. Sedan dess har jag alltid försökt se till att betala mitt tionde i tid. Jag vet att tiondet är en av Guds lagar och det betyder att jag bör ta den på allvar.

Ta inte lätt på heliga ting

I Läran och förbunden kapitel 63 undervisar Herren om en helig princip: lydnad. "Se, jag, Herren, låter höra min röst och den ska åtlydas" (v. 5). Det han säger "är heligt och måste talas med försiktighet" (v. 64).

När den här uppenbarelsen togs emot kritiserades Joseph Smith av många som hade vänt sig emot honom. En av dem var Ezra Booth. Booth hade varit pastor i en annan kyrka men bestämde sig för att döpas efter

att ha sett Joseph Smith läka en kvinnas arm med prästadörets kraft.

Men Booth slutade snart tro på det han hade sett. Han började kritisera profeten. Han förstod inte att tecken eller under i sig själva inte skapar en bestående tro. När han började ta lätt på heliga ting gick han vilse och blev en av de "ogudaktiga och upproriska" (v. 2).

För mig är det intressant att när Herren talar om vår lydnad så talar han också om *sina* val. Hans val är inte slumpmässiga eller godtyckliga, de är grundade på lära och principer. I kapitel 82 i Läran och förbunden förkunnar han: "Jag, Herren, är bunden när ni gör vad jag säger" (v. 10).

För mig betyder det att han lovar att om vi är lydiga så kommer han alltid att hålla sina löften. Han kommer att beskydda oss. Han kommer att vägleda oss. Och medan vi inte bör söka efter tecken för att övertyga andra om sanningen eller bevisa vår tro så sker tecken och under och de kommer att ske till följd av tro på Jesus Kristus i kombination med Guds vilja (se L&F 63:9–10). Vår lydnad påverkar faktiskt Herrens förmåga att välsigna oss. För mig är det djupsinnigt.

Hans domar är rättvisa

En annan lydnadens princip är att den förstörelse och dom som utmåts åt de ogudaktiga är rättvis, trots att det kan vara jobbigt att höra eller föreställa sig. Utan undervisad och förväntad lydnad kan det inte vara så. Men eftersom eviga lagar har eviga konsekvenser så kommer också mottagare av konsekvenser att veta att Herrens domar är rättvisa (se Mosiah 16:1). "Allt kött ska veta att jag är Gud" (L&F 63:6).

Belöningarna och straffen är Herrens att utmäta. När han varnar dem som är upproriska gör han det för att han älskar dem, för

att uppmuntra dem att återvända till den rätta vägen medan de fortfarande kan, "för utan tro kan ingen människa behaga Gud" (v. 11).

"Den som håller ut i tro och gör min vilja, han ska segra" (v. 20) och "åt den som lyder mina befallningar ska jag ge mitt rikes hemligheter, och dessa ska i honom bli en källa av levande vatten som väller upp till evigt liv" (v. 23).

"Med ord och med flykt"

Herren sa faktiskt att vi inte bara bör vara lydiga, vi bör uppmuntra andra att vara det också. Han sa att "var och en ska ta rättfärdigheten i sina händer och ... höja en varningens röst till jordens invånare, och både med ord och med flykt förkunna att ödeläggelse ska komma över de ogudaktiga" (v. 37).

"Både med ord och med flykt." Jag älskar den meningen. De som är lydiga kommer att fly världen och samlas i Sion. Det brukade innebära att samlas i kyrkans högkvarter, men i dag betyder det att samlas på rättfärdiga platser, såsom templet. Som president Russell M. Nelson har sagt: "Var och en av oss [behöver] fortgående stärkas

andligt och undervisas på det sätt som är möjligt *endast* i Herrens hus."¹

När vi samlas till Sion bör det vara ett budskap till andra. Människor bör med andra ord lägga märke till att vi inte deltar i vissa saker. Vi lämnar vissa platser och flyr till templen, till möteshus och till våra hem. Det bör vara uppenbart för andra vad vi tar in och inte tar in, vad vi tittar på och inte tittar på, vad vi läser och inte läser och vad vi säger och inte säger. *Vår flykt från världen bör uppmärksammas och det i sig är ett budskap till den olydige.*

Herren förväntar sig också att vi använder våra röster. Även om vi flyr världens ondska måste vi också förkunna evangeliets härlighet. Om vi gör det på normala och naturliga sätt kommer människor att bli nyfikna på varför vi inte deltar i vissa världsliga saker och vi bör ha modet att svara dem, inte av nedlådenhet eller medömkan utan av kärlek och en uppriktig önskan att rädda dem.

Som äldste Dieter F. Uchtdorf i de tolv apostlarnas kvorum har sagt: "Jag ber inte att ni ska stå i gathörn med en megafon och ropa ut verser ur Mormons bok. Vad jag ber er om är att ni alltid ska vara uppmärksamma på tillfällen att ta upp er tro på naturliga och normala sätt med människor – både personligt och online. Jag ber att ni ska 'stå som vittnen' [Mosiah 18:9] om evangeliets kraft alltid – och när det behövs, använda ord."²

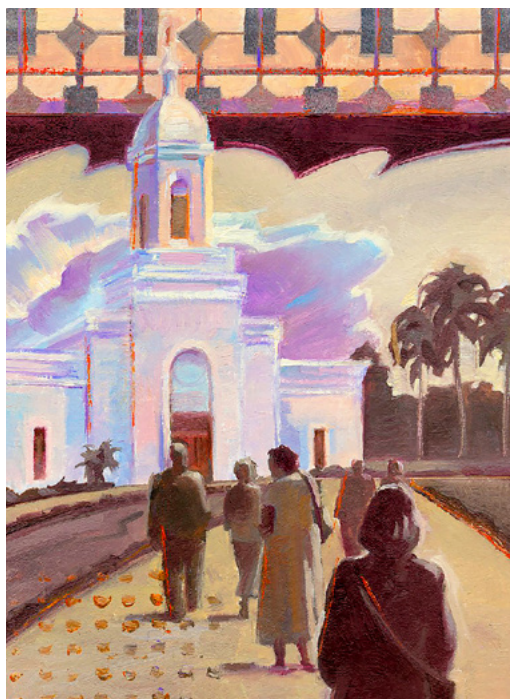
Gör vad är rätt

När jag började betala tionde för många år sedan insåg jag inte hela innebörden av det jag gjorde. Men jag visste att det var rätt och att jag borde ta Guds bud på allvar, för det som kommer från ovan är heligt. Det är intressant att kapitel 63 också nämner ekonomiska beslut och donationer till kyrkan och ger följande löfte från Herren: "Den som är trofast och håller ut ska övervinna världen.

Den som sänder upp skatter till Sions land ska få en arvedel i den här världen och hans gärningar ska följa honom, och likaså en lön i den kommande världen" (v. 47–48). ■

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, "Bli exemplariska sista dagars heliga", *Liahona*, nov. 2018, s. 114.
2. Se Dieter F. Uchtdorf, "Missionsarbete: Säg det du har på hjärtat", *Liahona*, maj 2019, s. 17.



UNGA VUXNA



HELANDE

från alla svårigheter – ett steg i taget

Vare sig du försöker bli helad efter en kamp mot pornografi, problem med psykisk ohälsa, trauman i det förflutna eller något annat så kan den här guiden hjälpa dig finna helande genom Kristus.

Redaktionen vid *Liahona*

Och jag blev botad på en gång!"
"Och jag kände mig aldrig
frestad av pornografi igen!"
"Och min depression försvann
helt. Jag blir inte ens ledsen längre!"

De här påståendena låter lite för bra för
att vara sanna, eller hur?

Alla har läst berättelser med "lyckliga slut"
som kanske låter som de här. Om människor
som kämpar med svåra utmaningar för att
helt plötsligt och fantastiskt övervinna frest-
elserna, svagheter eller prövningarna och
bli fullständigt helade.

När vi läser sådana här berättelser kan vi
absolut känna oss inspirerade och fyllas med
hopp om att vi i vår kamp eller utmaning
också kan bli fullständigt helade, men oftast
kryper sådana här tankar in bakvägen:

"Varför kämpar jag *fortfarande* med det
här när jag har gjort så mycket för att få bukt
med det?"

"Jag gör mitt bästa för att komma till Fräls-
aren, men jag kan fortfarande inte förlåta den
som sårade mig."

"Vid det här laget tror jag inte att jag någon-
sin kommer att få bukt med det."

Våra sinnen försöker övertyga oss om mot-
satsen, men sanningen är den att *alla* kan bli
helade. Det är det löfte som Frälsaren ger oss.
Läkeedom är kanske inget som sker på ett ögon-
blick – faktum är att det troligtvis inte gör det –
men med uppriktig ansträngning och hans hjälp
är det definitivt möjligt. Här följer några förslag
på hur man kan söka Herrens helande kraft, ett
steg i taget.

INSE att helande är en resa

Det första vi behöver förstå när vi är på väg
mot helande är att det handlar om utveckling.
Här följer några sanningar om resan som är
viktiga att komma ihåg:

- När vi vänder oss till Frälsaren under resans gång kan han leda oss till de resurser och den hjälp vi behöver och ge oss kraft och vägledning i vårt arbete. "När Frälsaren vet att du verkligen vill nå fram till honom – när han känner att ditt hjärtas största önskan är att föra in hans kraft i ditt liv – blir du ledd av den Helige Anden till att veta exakt vad du bör göra."¹
- Utveckling uppnås inte på en dag, en månad eller ibland inte ens på årtal. Tidslinjen för helande ser olika ut för alla.
- Vare sig du försöker bli helad från oönskade vanor, beroenden, problem med psykisk ohälsa eller ett trauma behöver du minnas att helande ofta innebär att ändra på hur vi tänker och reagerar, vilket kan vara ingrodda vanor. Och det här tar tid.
- Vi måste ofta lära oss känna igen underliggande problem som exempelvis osunda tankemönster och svåra känslor innan vi försöker övervinna våra problem.
- Helandeprocessen är full av upp- och nedgångar.

Om du känner dig missmodig bör du veta att du inte är ensam – även Nephi kämpade tidvis och gav efter för sina svagheter (se 2 Ne. 4). Efter sin fars död skrev denne profet med orubblig tro om hur frustrerad han var över att kämpa med sorg, smärta och frestelser. Men Nephi vittnar till slut om att han skulle fortsätta försöka och lita på Herren eftersom han visste att han skulle hjälpa honom övervinna hans kamp till slut.

KÄNN kraften i att försöka och att ha rättfärdiga önskningar

Vi väntar oss oftast inte att vägen till helande från svåra upplevelser kan vara full av motgångar, misstag, missmod, otålighet och turbulens. Troligtvis fungerar inte den raka kursen perfekt eller utan ansträngningar den första gången vi provar. Och det är okej. För det är motgångarna som hjälper oss lita mer på Frälsaren.

Herren förväntar sig inte att vi ska övervinna allt nu. Men han *förväntar* sig att vi ska sträva framåt och ha en önskan att bli helade, för det är våra hjärtans uppriktiga önskningar som påverkar hur vi når våra mål och blir de människor vi vill vara. Herren arbetar med våra hjärtans önskningar. Och som president Russell M. Nelson har sagt: "Herren älskar ansträngning, för ansträngning belönar oss med sådant man inte kan få på något annat sätt."²

Så medan du fortfarande kämpar för att inte ge efter för frestelse, när du fortfarande känner de mörka prövningarna i din psykiska ohälsa eller när tankar på tidigare trauman fortfarande håller dig vaken om nätterna – fortsatt helt enkelt att försöka. Ansträng dig, arbeta så att du får uthållighet och håll fast vid tro och hopp på Jesus Kristus.

När du fortsätter försöka *kommer* ditt hjärtas rättfärdiga önskningar att besannas och du kommer att uppleva ett helande mirakel (se Mosiah 2:41).

ÖVA dig på att ha medkänsla för dig själv

Det är normalt att känna att man kämpar för att komma igenom vissa delar av helandeprocessen. Men att vara vänlig och tålmodig med sig själv är lika viktigt som att utföra arbetet för att bli helad. Självförakt har aldrig hjälpt någon att lyckas. Oavsett vilket stadium av helande du befinner dig i så bör du vara vänlig mot dig själv och komma ihåg att Frälsaren alltid har medkänsla för dig. Här är några förslag som kan hjälpa dig öva på att ha medkänsla för dig själv:

- Påminn dig själv om hur lång tid det tar att bli helad och den enorma ansträngning som krävs av dig.
- Inse att många problem kommer från behov som inte har tillgodosetts eller hanteringsstrategier som du lärde dig som barn och att de är svåra att förändra.
- Erkänn att även om du får motgångar så förändras du ändå. Kom ihåg att ditt hjärtas önskningar hjälper dig att göra långvariga förändringar.

- Fokusera på dina framsteg. Se hur långt du redan har kommit. (Hitta ett sätt att följa dina framsteg om du inte redan gör det.)
- Behandla dig själv som du skulle behandla någon du älskar och som försöker bli helad.
- Fundera på vad du har lärt dig och hur dina ansträngningar har hjälpt dig att växa andligen. Vår himmelske Fader har förmågan att vända våra svåra prövningar till erfarenheter som är till hjälp för oss (se L&F 122:7).
- Berätta om dina svårigheter för någon som vill stötta och älska dig på din resa mot läkning. Men se till att bibehålla gränser och be dem respektera ditt privatliv.

ANVÄND både praktiska och andliga verktyg

Vår himmelske Fader och Jesus Kristus finns alltid där för att hjälpa och vägleda oss i helandeprocessen. De har gett oss otaliga andliga verktyg som bön, fasta, skrifter och regelbundna besök i kyrkan och templet som kan utgöra en kraftfull påverkan på vår väg mot att bli helade.

Vår himmelske Fader har också gett oss andra resurser, förutom andliga, som hjälper oss att helas och han vill att vi ska använda dem. Äldste Kyle S. McKay i de sjuttios kворum talade till exempel om en kvinna som var beroende av droger. Och trots att hon kände "Guds omedelbara godhet" när hon mådde som värst behövde hon fortfarande hjälp av andra också. Äldste McKay förklarade: "[Emelies] tillfrisknande och slutliga befrielse tog lång tid – månader av behandling, utbildning och rådgivning, under vilka hon stöttades och ibland bars upp av hans godhet."³

Vår läkning kommer att kräva ansträngning och verktyg. Läkare, medicin, personal inom psykiatri och stödgrupper är fantastiska resurser som hjälper oss att helas. Äldste Jeffrey R. Holland i de tolv apostlarnas kворum har sagt: "Sök råd från seriösa människor med godkänd utbildning, yrkesfärdigheter och goda värderingar. ... Vår Fader i himlen förväntar sig att vi använder *alla* de underbara gåvor han har gett oss i den här härliga tidsutdelningen."⁴

KOM IHÅG Jesu Kristi helande kraft

Var vi än befinner oss på stigen mot helande bör vi veta att alla kan bli helt helade tack vare vår Frälsare Jesus Kristus och hans försoning.

Ibland talar vi om Jesu Kristi försoning utan att faktiskt veta hur vi får tillgång till hans helande balsam, men processen för att få det är ganska enkel – och personlig (se 1 Ne. 15:14). När vi implementerar de andliga verktyg vi har fått – som bön, fasta, regelbundna besök i kyrkan och templet – kan vi få kontakt med Frälsaren på ett personligt sätt. När vi söker efter hans inflytande i våra liv varje dag kan det också hjälpa oss förstå att han är med oss.

Kom ihåg att helande sker gradvis när vi närmar oss Frälsaren, men det är också viktigt att förstå att en viss av våra djupaste sår och problem kanske inte blir helade i det här livet. Men hans nåd kan bära oss och upprätthålla oss, ändra våra perspektiv eller ge oss styrkan att fortsätta och hitta sann glädje ändå.

Låt oss till dess hålla äldste Ulisses Soares i de tolv apostlarnas kворums löfte i våra hjärtan: "Jag vittnar om att när vi oupphörligt strävar efter att övervinna våra svårigheter kommer Gud att välsigna oss med gåvan att ha tro till att bli helade och gåvan att utföra under. Han kommer att göra det för oss som vi inte klarar av att göra för oss själva."⁵

En dag ska "allt återställas" (se Alma 11:44), och vi ska kunna säga: "Jag är fullständigt helad."

Och vilken underbar dag det kommer att bli. ■

SLUTNOTER

1. Russell M. Nelson, "Föra in Jesu Kristi kraft i våra liv", *Liahona*, maj 2017, s. 42.
2. Russell M. Nelson, i Joy D. Jones, "En särskilt ädel kallelse", *Liahona*, maj 2020, s. 16.
3. Kyle S. McKay, "Guds omedelbara godhet", *Liahona*, maj 2019, s. 106.
4. Jeffrey R. Holland, "Som ett krossat kärll", *Liahona*, nov. 2013, s. 41.
5. Ulisses Soares, "Ta vårt kors", *Liahona*, nov. 2019, s. 114.

Var fanns mitt omedelbara mirakel?

När jag läste om hur Frälsaren helade andra omedelbart blev jag missmodig, för jag hade inte sett sådana välsignelser i mitt liv.

Erika Lamb

Jag har bett om ett underverk i flera månader. I september 2019 skulle jag opereras för bihålorna och det uppstod oväntade komplikationer som gjorde att jag inte längre kunde använda ett öga. Jag akutopererades för att försöka fixa det skadade ögat och min kirurg kände sig säker på att det skulle läka helt inom tre månader. Jag fick också flera prästadömsvälsignelser där jag varje gång lovades full återställelse.

Men de tre månaderna kom och gick och ingenting förändrades.

Jag har blivit lovad läkedom. Många gånger. Men flera operationsdatum har skjutits upp och andra motgångar och besvikelser har uppstått och mitt öga är långt ifrån läkt.

Den här erfarenheten har lett till månader av psykiska, känslomässiga, andliga och fysiska provningar. Men varje gång jag får en ny välsignelse får jag alltid löftet att jag ska bli helad.

Det fick mig att tänka till. Vad gör vi när vi väntar på underverk som inte tycks komma och när himlen verkar ha tystnat? Hur kan vi gå framåt när vi har fastnat i de där väntrummen som vi stöter på ibland?

Jag har funderat på den här frågan ett tag nu och försökt skapa någon reda i min situation. Jag har också tänkt på de underverk som jag har läst om i skrifterna.

Jag läste om alla de gånger som Jesus utförde ett underverk eller helade någon under sin jordiska verksamhet. Och för att vara helt ärlig var jag upprörd först, för varje gång som någon fördes till Kristus så helade han dem på en gång.

- Kvinnan med blödningar rörde vid hans mantel och hon blev genast botad. (Se Mark. 5.)
- Mannen som föddes blind ber om att få bli botad, så Kristus säger till honom att tvätta sig i dammen Siloam. Och i samma stund som han gör det blir han botad. (Se Joh. 9.)
- Den spetälske ber om att bli helad, och han blir fullständigt ren – på en gång. (Se Matt. 8.)
- Jairus dotter som har dött blir tillsagd att stå upp från de döda av Frälsaren, och det gör hon. På en gång! (Se Mark. 5.)
- Mannen med en oren ande blir omedelbart befriad när Kristus talar till honom. (Se Luk. 4.)



Det här kändes inte logiskt för mig. Alla de här underverken skedde omedelbart, så hur kom det sig att jag fortfarande väntade på mitt? Det kändes så orättvist.

Men efter lite begrundan så slogs jag av sanningen: Trots att alla dessa underverk skedde omedelbart så hade de som botades gått igenom svårigheter och lidande under lång tid dessförinnan.

- Kvinnan med blödningar hade lidit i 12 år och hade uttömt både sina känslomässiga och ekonomiska resurser innan hennes underverk skedde.
- Den blinde mannen hade varit blind i hela sitt liv innan han välsignades med att kunna se.
- Den spetälske angreps av den fruktansvärda spetälskan och plågorna som följde med sjukdomen, och vem vet hur länge han levde som utstött i innan han blev botad?
- Jairus dotter hade plågats ända till döds innan hennes underverk kom.
- Mannen med en oren ande hade bundits av orena andar under en lång tid innan han kunde befrias.

Det här fick mig att förstå att ibland kommer inte underverken precis när lidandet börjar. Varje person genomgick en resa med sitt lidande och sina plågor

innan de botades. Och medan vissa resor var längre än andras kom underverkens mirakel *alltid*.

Jag önskar att jag visste hur lång min resa med den här prövningen kommer att vara, men att inte veta är kanske just poängen. Utmaningar medför möjligheter. Vi kan välja att låta våra svårigheter forma oss till vårt bästa jag. Vi kan använda den här väntetiden till att komma närmare Gud som skapade oss. Vi kan få kontakt med och visa empati för andra i deras lidande.

Vi har alltid möjligheten att göra gott, växa och utvecklas medan vi väntar på ett underverk.

Jag fortsätter hoppas och tro på att mitt helande underverk kommer och att de löften jag har fått en dag ska infrias. Men under tiden kan jag vara närvarande under min resa med den här plågan. Jag kan använda den här väntetiden till att bli bättre, klokare, starkare, snällare, tålmodigare och ödmjukare. Jag kan fördjupa min relation till min himmelske Fader och min Frälsare Jesus Kristus.

Vilket underverk eller löfte du än väntar på nu, oavsett hur länge du har väntat – förlora inte hoppet. Vad din himmelske Fader än har lovat dig kommer. Men underverk sker i hans tid och inte i vår. Sluta inte hoppas på honom. Tro inte att himlen har tystnat. Han bereder vägen för dig. Fokusera på nuet och gör det du kan för att gå framåt i dag på din resa. Ett steg i taget. Fortsätt hålla fast vid hoppet medan du väntar på ditt underverk.

Det kommer. ■

Författaren bor i Utah, USA.

MER FÖR DIG!

Du hittar fler artiklar särskilt riktade till unga vuxna i den digitala versionen av juninumret av *Liahona* i Evangeliebiblioteket (på JesuKristiKyrka.org, eller i mobilappen).

Den här månaden hittar du fler artiklar om helande – från misshandel, trauma, sorg och mer – genom Frälsarens försoning.

DIGITALA ARTIKLAR

Förtrösta på Kristus som amputerad och homosexuell medlem i kyrkan

Sheyla Ruiz Leon, Utah, USA

Hur kan jag förlåta när det är så svårt?

Sierra Shirk, Tennessee, USA

UV: AKTUELLT

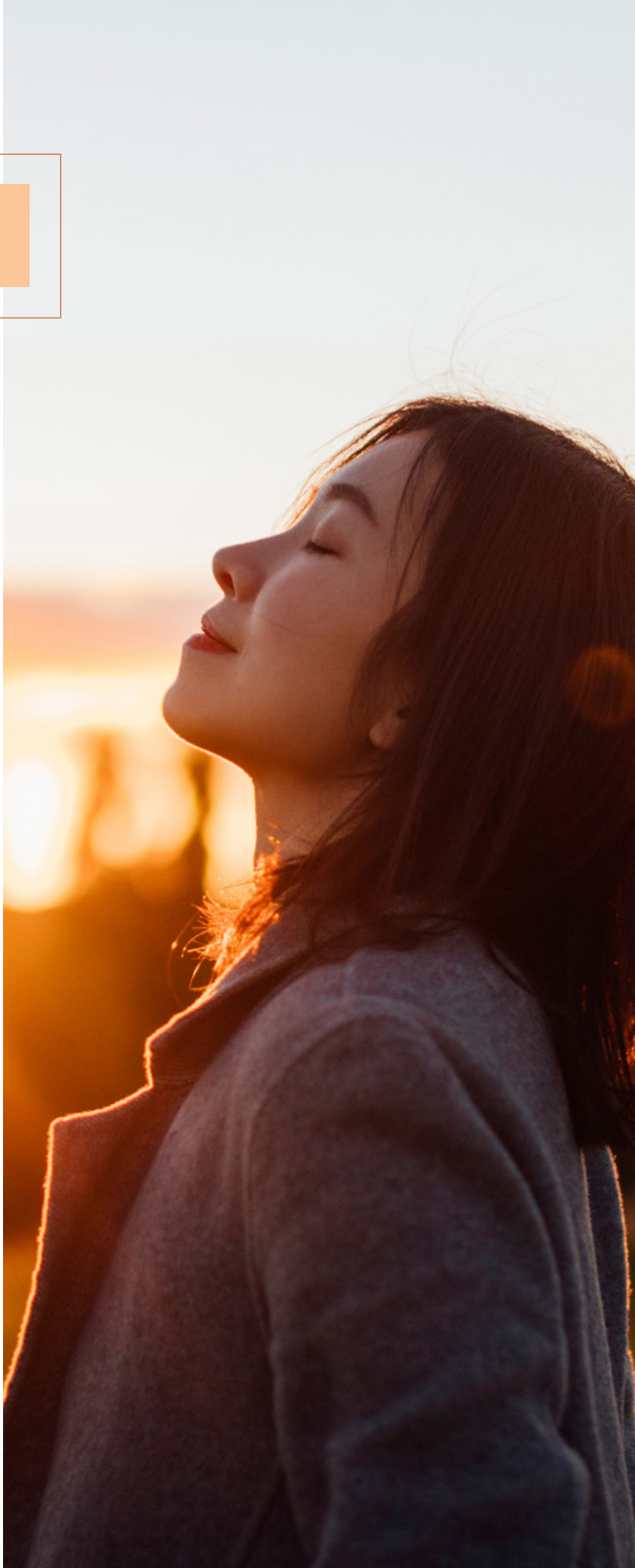
Du hittar också nya artiklar varje vecka i UV: Aktuellt som finns i Unga vuxnas del under Målgrupp i appen Evangeliebiblioteket.

Från missionsfältet:

Vad min himmelske Fader lärde mig om förändrade hjärtan

Anonym

FOTOGRAF FRÅN GETTY IMAGES



Flyktingar och hur kyrkan hjälper till

Miljontals människor har tvångsförflyttats från sina hem de senaste åren vilket gör det till en av de största humanitära kriserna världen någonsin har ställts inför.



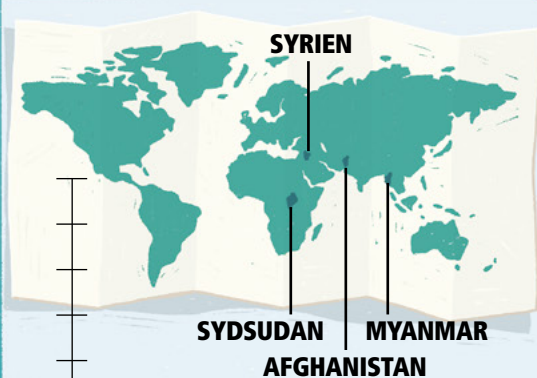
100 miljoner

människor har tvångsförflyttats det senaste årtiondet



67% stannar kvar i sina hemländer men kan inte uppfylla sina basbehov

33% är flyktingar som har tvingats fly sina länder – hälften är under 18 år



53% av tvångsförflyttade människor kommer från

4
länder

Latter-day Saint Charities deltog i

387
projekt
för flyktingar

i **48** länder och territorier under 2019



UGANDA



8 centrum för småbarnsutveckling byggdes för att hjälpa närmare

3 000 flyktningbarn och

210 utbildade lärare

JEMEN



1 100 elever fick läromaterial

40 klassrum byggdes

48 000 barn fick näringsrika måltider



60 bärbara klassrum till

1 800 barn som fördrivits inom landet och inte går i skolan

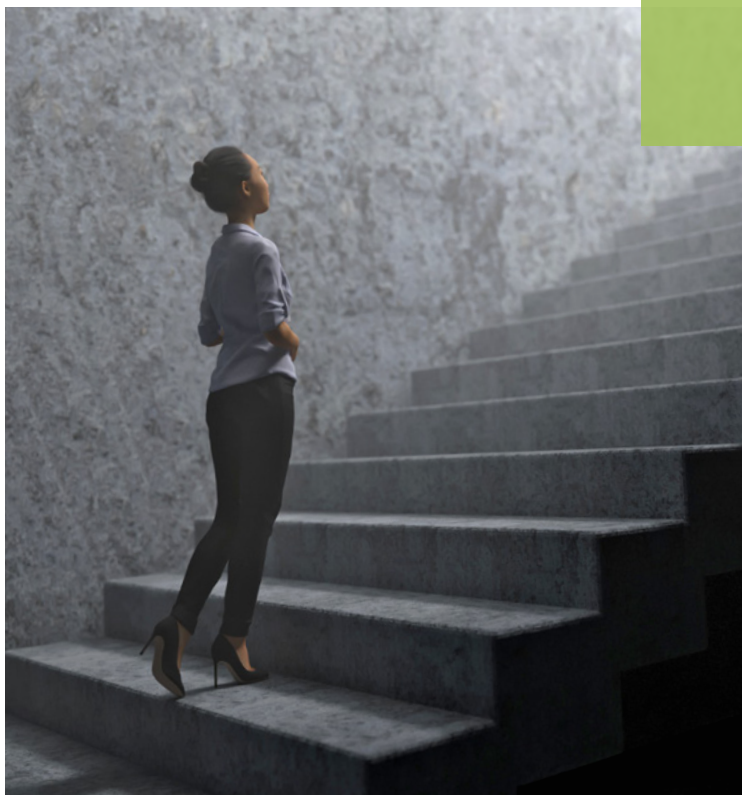
AFGHANISTAN



UNGA VUXNA

*Steg för helande
genom Kristus*

s. 42



GUDOMEN

**TRE PERSONER,
ETT SYFTE**

s. 6

NÄR BOET BLIR TOMT

**HUR DU BIBEHÅLLER
RELATIONEN TILL
DIN ÄKTA HÄLFT**

s. 30

LÄRAN OCH
FÖRBUNDEN

**INSIKTER I
KAPITEL 60–70**

s. 34, 38





Lokala sidor

L2 Programmet för barns och ungdomars utveckling – en värdefull möjlighet
Äldste Massimo De Feo

L3 I tacksamhet
Eva Malm

L4 Om *Liahonas* lokala sidor
Terez Nilsson

L5 En svensk pionjär – Bo Georg Wennerlund, 1926–2020

L7 Hemvändande missionärer

L7 Avresande missionärer

L8 Varje god tanke: "Du behöver prata med den där kvinnan."
Magdalena Sahlin

L8 Det bästa beslut jag någonsin tagit
Changa Kibasomba

L9 Nya sätt att sprida Mormons bok

L10 Den motvillige undersökaren
Inger Höglund

L10 Ett möte i tiden för ämbetsmän i norra Europa

L11 Lägg inte på!
Äldste Christan Spellacy

L12 Avlidna

L14 Med ömsesidig respekt
Ingrid Nilsson

L15 Nygifta

L15 Bland årets ljusbärare

L15 Små och stora svenska mirakel
Gerti Stenberg

L16 Historia skriven med få eller inga ord
Lisa Nyberg





Programmet för barns och ungdomars utveckling – en värdefull möjlighet

Äldste Massimo De Feo, Italien

Förste rådgivare i presidentskapet för området Europa

I ett samhälle som håller på att förlora kontakten med Jesu Kristi gudomliga mission blir det allt viktigare att hitta sätt att återuppta kontakten med Herren, att skapa en personlig relation med honom och leva ett rikare och lyckligare liv.

Om många medlemmar i kyrkan å ena sidan för länge sedan har valt att följa honom, och håller sin tro intakt trots livets utmaningar, finns det andra som ännu kämpar med att skapa en sann andlig kontakt med Frälsaren och känner att livets utmaningar är mer överväldigande.

Forskning visar att det finns ett allmänt minskande intresse för religion nu för tiden, och det uppväxande släktet verkar få kämpa mer än någonsin för att hitta en roll, en identitet och glädjen i en organiserad kyrka. Detta är också fallet för många av våra barn

och ungdomar i den återställda kyrkan, som når en punkt i sin personliga tillväxt när de måste bestämma sig för om de ska bli personer som "handlar av sig själva" eller "påverkas" av världens starka vindar och inflytanden.¹

För att hjälpa dem hitta ett mer fokuserat sätt att närma sig Frälsaren har kyrkan tagit fram programmet Barn och ungdomar.

När ni sätter värdiga mål för er andliga, sociala, intellektuella och fysiska utveckling så växer ni så som Herren gjorde i sin ungdom

Det här initiativet möter behoven hos alla unga i kyrkan, men kan anpassas för medlemmar och familjer var som helst, och det finns inget som är "det enda rätta sättet" att genomföra det på.

Eftersom kulturer och omständigheter skiljer sig väldigt mycket åt världen över, och i vårt område, är programmet en principbaserad insats snarare än ett standardiserat program.

Syftet är alltså detsamma, "att hjälpa varje individ, barn och ungdomar inkluderade, att gå framåt på förbundsstigen och möta livets utmaningar med en förstärkt tro på Jesus Kristus genom kraften i hans försoning".

President Nelson har sagt: *"Ni behöver söka personlig uppenbarelse. Ni behöver själva välja hur ni ska handla efter den. Ibland kan Anden mana er att göra sådant som är svårt. Jag tror ni kan klara av utmaningen. Ni kan göra sådant som är svårt."*²

När ni söker personlig uppenbarelse för att få veta hur ni ska tillämpa det nya barn- och ungdomsprogrammet i era familjer och enheter, vill jag be alla föräldrar, ungdomar och ledare i området Europa att se detta som *en möjlighet* och inte så mycket som ett program. De här förenade insatserna för med sig gudomliga välsignelser till oss alla när vi *sammanfattar allt i Kristus*.³

Låt mig därför ge er tre uppmaningar i era särskilda roller i detta helgade initiativ:

För det första: Jag vill be alla **föräldrar** till Herrens uppväxande släkte att se denna gudomliga insats som **ett tillfälle att välsigna** era barn när ni hjälper dem att finna Frälsaren tidigt i sina liv, med er kärlek och uppriktiga omsorg. Ert kärleksfulla sätt som föräldrar öppnar era barns hjärtan och hjälper dem att finna Frälsaren. Något som är avgörande när de försöker *höra Frälsaren* och slutligen *finna honom* är att ni visar vägen och pekar ut riktningen mot honom.

För det andra: Jag vill be alla **ledare** att se denna gudomliga insats som **ett tillfälle att tjäna** de ungdomar som Herren andligen har gett er omsorg om. När ni tjänar dem i era ämbeten hjälper ni dem att lättare veta hur de ska finna Frälsaren. Med er kunskap och kärlek, när ni vittnar om viktiga evangelieprinciper som ni vet är sanna, hjälper ni dem att veta hur de ska finna honom.

För det tredje: Jag vill be alla **unga** i området Europa att se denna gudomliga



insats som **ett tillfälle att växa** i ert personliga sökande efter Frälsaren.

Kära ungdomar, jag vittnar om att i er uppriktiga önskan att finna Frälsaren *så finner han er* när ni följer råden från era föräldrar och ledare i kyrkan att tillämpa det här programmens goda principer.

När ni sätter värdiga mål för er andliga, sociala, intellektuella och fysiska utveckling så växer ni så som Herren gjorde i sin ungdom, och genom att följa i hans fotspår blir ni mer och mer som honom, tills ni finner honom.

Må Herren välsigna våra förenade ansträngningar att hjälpa våra unga att finna Frälsaren och leva ett lyckligare liv. ■

SLUTNOTER

1. Se L&F 58:28; 2 Ne. 2:14, 16, 24.
2. Se Videopresentation av programmet Barn och ungdomar [sändes den 29 sep. 2019].
3. Se Ef. 1:10.

LOKALA NYHETER

I tacksamhet

Eva Malm

Västra Frölunda församling

Många minns uppmaningen som president Nelson gav oss att uttrycka vår tacksamhet på sociala medier under en veckas tid. Eva Malm gjorde detta.

Jag vill avsluta tacksamhetsveckan med att uttrycka min tacksamhet för mannen som räddade mitt liv när jag var 22 år.

Det var Kristi himmelsfärd och jag åkte ut till pappas släkts sommarstuga på Barnvik med min lillasyster Elisabet och hennes tre kompisar Sophia, Lina och Jonna. De var 8-9 år yngre och jag skulle hålla koll på dem.

Stugan ligger vid havet och farmor och farfars gamla eka med åror låg vid stranden. Sophia, Jonna och jag ville ut och ro och gav oss i väg – utan flytvästar. Vi turades om att ro och kom ut en bra bit från stranden när ena åran tappades i vattnet. Vi skrattade först, men insåg snabbt att det blir svårt att komma iland med bara en åra. Jag kände ansvar som äldst och "barnvakt" och hoppade i vattnet för att hämta åran som bara flutit i väg några meter.

Det gick inte alls lika fort att simma till åran som jag trott. Manchesterbyxorna och polo-tröjan blev tunga i det kalla vattnet. När jag fick fatt i åran vände jag mig om för att simma tillbaka. Jag blev lite chockad över att se hur långt båten hade flutit i väg med vågorna. Jag började simma med åran, men såg att avståndet till båten bara ökade. Jag släppte åran för att kunna simma fortare och lyckas ta mig till båten, men kroppen var kall, armtagen långsamma och avståndet till båten fortsatte att öka. Jag kände hur



Eva (f. Bertilson) och Daniel Malm med sina fyra barn.

armarna började bli stela och insåg krasst att det inte fanns en chans att jag skulle kunna simma till båten (och stranden var än längre bort). Jag ropade till Sophia och Jonna: "Jag orkar inte simma till er." De ropade något tillbaka och sedan blev det tyst. De bad för mig fick jag veta sedan (inombords eller tillsammans minns jag inte). Inga andra båtar eller människor syntes till. Allt gick så fort och det kändes så snopet. Skulle mitt liv ta slut så här? Jag skulle ju bara hämta åran.

Då såg jag en man springa nedför berget mot sin båt. Jag ropade "hjälp" och använde alla mina krafter för att hålla mig över vattenytan. Mannen startade sin båt och körde sitt snabbaste ut till oss. Han var stressad/skärrad och undrade vad tusan vi gjorde ute på havet - utan flytvästar! "Ni kunde ha dött!" (Sedan lugnade han sig och blev mildare.) Jag förstår honom. Jag hade drunknat om han inte kommit så snabbt. Mitt liv hängde på honom.

Vi tackade för att han räddat oss och lovade att aldrig mer åka ut på havet utan flytvästar. Sedan gick vi upp till stugan för att värma oss. Allt kändes lite överkligt.

Jag var så klart mycket tacksam då, men tacksamheten har växt sig större med åren

allteftersom händelsen har sjunkit in och jag har reflekterat.

Vad fint det är med medmänsklighet. Att en människa kan bli så ivrig/stressad över att hinna rädda livet på någon den inte känner eller ens har träffat.

Mer än 10 år efter händelsen gick jag med min man och fyra barn till mannens stuga för att ge något symboliskt, uttrycka min tacksamhet och visa att tack vare honom så finns även mina barn. Han var inte där, men hans föräldrar var det. När jag berättade vem jag var tårades deras ögon. De hade varit med vid tillfället och menade att det hade varit som ett mirakel.

De hade åkt ut till sin stuga med slakten och var i färd med att förbereda mat eller något när deras son hade gått till fönstret och sett oss ute

på havet. Han hade uttryckt oro över situationen, men de andra i sällskapet hade sagt att vi nog klarar oss (deras stuga ligger högt upp på ett berg och avstånden på havet nedanför ser kortare ut där uppifrån). Sedan hade sonen bara sprungit ut nedför berget, och båten som alltid brukade krångla vid start hade startat på första försöket.

Man kan se det som tur/lyckosamma tillfälligheter (att de var ute vid stugan då, att mannen såg oss i tid, att han inte missbedömde, att han agerade med en gång och att båten startade direkt), men jag tror att Gud hade sitt finger med. Jag tror att han har en vakande hand över oss alla - vare sig vi tror på honom eller inte. Han räddar oss inte från allt – det tillhör jordelivet att också dö – men jag tror att han "räddar" oss mer än vi kan se. Ofta genom andra människor.

I dag och för alltid är jag tacksam till mannen som räddade mitt liv och för min tro på Gud som gör att jag, även i livets mörkaste stunder, känner att det finns hopp. ■

Om *Liahonas* lokala sidor

Terez Nilsson

Liahonas lokalredaktör

Tio gånger om året fylls sexton sidor av den internationella tidskriften *Liahona* med lokalproducerat innehåll. Hur ofta och hur många sidor med lokala artiklar kan skilja från språkområde till språkområde. Sverige tillhör de länder som kan ta tillvara denna service till våra läsare maximalt.

Vem bestämmer över innehållet i de lokala sidorna?

En redaktör är kallad att ansvara för att artiklar med lokalt innehåll fyller de givna sidorna. Sedan maj 2018 innehas detta ämbete av **Terez Nilsson** från Lunds församling. Redaktören för de lokala sidorna ingår i det Nationella kommunikationsrådet (tidigare Informationstjänsten) som leds av broder **Daniel Palm** från Handens församling. Överinseende stavspresident för kommunikationsrådets verksamhet är **Joseph Bautista**, president för Stockholms södra stav. Alla texter i *Liahonas* lokala sidor granskas på två sätt. Innehållet godkänns av en nationellt ansvarig prästadömsledare, ett ämbete som innehas av broder **Håkan Palm**. Därefter granskas artiklarna ur språklig synvinkel. Detta görs av personal som arbetar på det svenska

språkkontoret. Hur texter och bilder läggs ut i tidningen, den så kallade "layouten", omhändertas på kyrkans huvudkontor av en medarbetare som heter **Bryan Gygi**. Han skickar sedan tillbaka ett korrektur som både språkkontoret och lokalredaktören återigen går igenom och skickar i retur.

Det lokala innehållet är större nu, stämmer det?

Ja, de lokala sidorna har gått från åtta sidor till sexton sidor. I samband med detta har lokalredaktören fått välkommen assistans. **Inger Höglund** och **Anja Olergård** har kallats som medarbetare i lokalredaktionen. De hjälper till med att skriva artiklar, redigera



Inger Höglund.

Nya medlemmar i Liahonas lokalredaktion.



Anja Olergård.

och på andra sätt. Inger Höglund sköter kontakten med skribenter ute i landet som tagit på sig att bidra med artiklar utöver deras nuvarande kallelser. Vi tar fortfarande tacksamt emot uppslag och färdiga artiklar från medlemmar runt om i Sverige. Man behöver inte vänta på att bli tillfrågad. Vi är också tacksamma för det stöd vi fått från Sverigemissionen. Syster **Ruth Johnson** hjälper oss med artiklar från nya medlemmar och från missionärer. Syster Johnson och hennes make äldste Paul Johnson är seniormissionärer som huvudsakligen arbetar med unga vuxna. En annan syster som är till stor hjälp är **Gunnel Hedberg** från Örebro. Flera av artiklarna i *Liahona* har sitt ursprung i den blogg där Gunnel lyfter fram medlemmar i Örebro församling. **Lisa Nyberg** från Lunds församling har genom sin specialkunskap om de tidiga medlemmarna och grenarna i södra Sverige bidragit med flera artiklar om kyrkans svenska historia. Hjälp med idéer till artiklar kommer också från grupper på sociala medier.

I de lokala sidorna finns information om missionärer från Sverige, om nygifta och om syskon som avlidit. Hur kommer den informationen till er?

Alla som vill bidra med information och bilder om sig själva eller sina avlidna uppmuntras att vända sig till Liahonas lokalredaktion. Detta är något vi verkligen önskar. **Ingen information lämnas med automatik till oss från församlingarna.** När vi hör om dödsfall brukar vi låta det gå lite tid varefter vi kontaktar familj eller vänner till den som avlidit och påminner om möjligheten att skriva minnesord i *Liahona*. Likaså kontaktar vi ungdomar som vi hört har fått sin missionskallelse eller som nyligen kommit hem från missionen. Nygifta är en ny grupp som vi vill uppmärksamma. Med det här lite slumpmässiga arbetssättet missar vi helt säkert en del information. Hjälp oss därför genom att påminna om denna möjlighet. Vi vill att alla som vill ska få vara med.

Vi läser inte längre om nya biskopsråd och andra nya ämbetsmän i de lokala sidorna. Varför?

Detta har att göra med Liahonas långa framförhållning. De artiklar vi skickar till Salt Lake City i slutet av exempelvis februari månad når prenumeranternas brevlådor i slutet av maj. Ämbetstillställningar av nationellt intresse läggs ut på Kommunikationsrådets Facebookgrupp "Kommunikationsrådet informerar". Mer lokala förändringar av ämbetsmän kan läggas upp i stavarnas och församlingarnas egna grupper. Att i *Liahona* skriva om en ämbetsman som har eller har haft stor betydelse för en själv eller för andra är fortfarande en möjlighet.

Välkomna med tips och ytterligare frågor till någon av oss i redaktionen för de lokala sidorna.

Terez Nilsson, terez.nilsson@gmail.com

Inger Höglund, inger.bengt.hoglund@gmail.com

Anja Olergård, anjaolergard@gmail.com ■

En svensk pionjär – Bo Georg Wennerlund, 1926–2020

Bo föddes i Örebro och trots att hans far var ateist under hans uppväxt hade Bo en fast tro på att Gud fanns. Hans far, Georg, träffade missionärerna år 1947 och under två år tilltalades han mer och mer av deras budskap och förstod att det var sant. Han blev dock aldrig medlem i detta liv. Bo träffade missionärerna och



lyssnade till dem när han var förlovad med Maud och tillfälligt bodde hos sin far i Örebro.

Julen 1948, då Bo flyttat tillbaka till Stockholm och gift sig med Maud, var Georg och tant Märta på besök. Georg föreslog att två missionärer, Ronald Folkersen och Spencer Jensen, skulle komma hem till dem under julen. Så skedde. De hade trevligt och sjöng tillsammans som de brukade. Innan missionärerna gick övertalade Bos far honom att träffa missionärerna varje vecka. Efter någon månad började Georg ringa varje fredag, när han visste att missionärerna varit hos Bo och Maud. Georg började varje gång med frågan: – "Nåå?"

"Vad då nåå?" svarade Bo.

"Du vet vad jag menar", sa hans far. "Är du inte medlem i kyrkan än?"

Under de veckovisa samtalen blev Georg mer och mer otålig.

"Förstår du inte vad de säger? Du har aldrig haft svårt att fatta. Det är ju sant!"

I mars 1949 bestämde sig Bo för att för första gången be till Gud. Bo skriver i sin levnadshistoria: "När både Maud och barnen sov gick jag in i barnens rum för att be. Då kom några hånfulla ord så starkt inom mig att jag blev förvånad: Bo, vad tänker du göra? Den spydiga tonen var tydlig.



Bo och Maud Wennerlund.



Bo underhåller tillsammans med svågern Gunnar Balck.

Plötsligt svarade jag nästan högt. Jag tänker be! Jag gick ner på knä, för första gången i mitt liv.

’Gud, om du finns, så låt mig få veta om den här kyrkan är sann. Om den är det så kommer jag att bli medlem och ska göra mitt bästa. Låt mig få veta.’”

Dagen efter begrundade han allt han lärt sig och blev övertygad om att det återupprättade evangeliet var sant. Bo döptes 3 april 1949 av Ronald Folkersen och konfirmerades av Spencer F. Jensen. Bo ringde och berättade för sin far Georg nästa dag.

”Pappa var tyst en lång stund innan han svarade med rörelse i rösten: - ’Vad glad du gör mig, Bosse.’ Pappa kallade mig bara Bosse då det gällde allvarliga saker.” Maud blev medlem fyra år efter Bo.

Strax efter att Bo förlänats det melkisedekska prästadömet, ett år efter sitt dop, blev han undersökt av Anden i form av en intervju. Bo skulle tala på ett sakramentsmöte och dagen innan blev han och Maud osams. Bo försökte försonas flera gånger under dagen, men Maud var som förbyt. Hon svarade inte och förblev ”stentyst”. På kvällen höll Bo ensam bön i förtvivlan. Han visste inte vad han skulle göra. Han ville inte framstå som hycklare i kyrkan med denna situation i hemmet. Anden påminde honom om Mauds sanna natur, att han hade prästadömet och att han kunde lägga händerna på hennes huvud. Bo skriver: ”Jag kände hur kraft fyllde mig. Jag drog ett djupt andetag och tänkte: Det är precis vad jag ska göra! Maud hade släckt sin lampa och låg med ryggen mot mig, fortfarande helt tyst. Jag sträckte ut min vänstra hand och

lade den på hennes kudde alldeles ovanför hennes huvud. Jag kände hennes hår kittla mig i handflatan.” Bo nämnde hennes namn och återopade prästadömet och gav henne en välsignelse i Jesu Kristi namn. Efteråt var han andfådd av kraften i välsignelsen. När andetagen lugnat sig, gjorde han ett nytt försök till försoning. Denna gång vände Maud sig om och de försonades. Bo visste nu att han hade prästadömet och kunde handla i Guds namn.

Innan Maud döptes ville hon inte att Bo skulle betala tionde på grund av deras ansträngda ekonomi. Han respekterade det. Men efter en tid kände Bo att han behövde betala tionde, så han började betala tionde i hemlighet, vilket ledde till att ekonomin förbättrades. Bo fick dock dåligt samvete över att betala tionde bakom ryggen på sin fru. Han frågade henne på nytt om han kunde få betala tionde. Maud tyckte att eftersom ekonomin hade blivit stabil så ville hon vänta. Då kunde han inte hålla det kvar längre och berättade att det berodde på att han hade betalat tionde under en tid. Denna händelse hjälpte Maud att få ett vittnesbörd och vilja bli döpt. Hon döptes 26 juli 1953. De hade då fem barn.

I juni 1956 skulle den första svenska resan till templet i Schweiz gå av stapeln. Bo var då grenspresident i Stockholms andra gren. Han blev uppmanad av missionspresident Eben Blomqvist att åka till templet. När han förklarade att de inte hade råd, sade president Blomqvist: - ”Gå då hem ikväll och påminn Herren om att du håller tiondelagen, och säg till honom att välsigna dig så att du också kan följa hans bud att gå till templet.”

När Bo kom hem sa han till Maud att de skulle åka till templet den sommaren. Efter att de räknat och dragit in på matkostnaderna (familjen skulle få gröt till middag flera gånger i veckan), sa Maud: - ”Det går ändå inte ihop. Du behöver få 100 kronor i månaden i löneförhöjning.” De la undan alla räkenskaper, kopplade ihop sina armar och Bo höll en bön med samma självklarhet som om han ringt sin egen pappa i Örebro och bett om hjälp. Tre veckor senare blev han inkallad till sin chef på jobbet, som meddelade att Bo skulle få löneförhöjning på 200 kronor i månaden retroaktivt från 1 januari. Bo och Maud kunde nu åka till templet och bli beseglade. Deras då sex barn, Dick, John, Ronald, Sylvia, Gerald och Hanneli

fick vänta till år 1958 för att bli beseglade till dem. De hade inte planerat att föda fler barn, men efter deras första tempelresa var deras glädje och tacksamhet stor. De välkomnade sedan Nancy år 1957 och Linda år 1958.

Herren fortsatte välsigna familjen och Bo kallades sedermera till många viktiga uppgifter i kyrkan, däribland rådgivare till flera

missionspresidenter, regionrepresentant samt missions- och tempelpresident tillsammans med Maud. En tid efter Mauds bortgång gifte sig Bo med Birgitta Strandberg och de tjänade tillsammans i olika ämbeten, bland annat som grenspresident i Kristianstads gren. ■

Hemvändande missionärer

Emma Stenberg från Utby församling har återvänt från sin mission. Hon har tjänat i Frankrike missionen Paris. Emma är dotter till Johannes och Linda (f. Blomberg) Stenberg.



Marielle Karttunen har kommit hem från sin mission i Albanien, som är del av den Adriatiska missionen syd. Marielle är dotter till Arto och Margareta Karttunen och tillhör Sundsvalls gren.



Simon Carlsson från Umeå gren har kommit hem från sin mission. Han har verkat som volontär i Rysslandmissionen Novosibirsk. Simon är son till Erik och Ann-Charlotte Carlsson. ■

Avresande missionärer

Josef Gilbert från Sundsvalls gren har kallats på mission. Han kommer att tjäna i Sverigemissionen Stockholm. Josef är son till Yohann och Ingrid (f. Malmqvist) Gilbert.



Leif G. Mattsson och hans hustru **Eva Mattsson** (f. Ringheim) har kallats på mission. De kommer att verka som missionspresidentpar i Danmarkmissionen Köpenhamn. Leif och Eva är hemmahörande i Västra Frölunda församling. ■



Varje god tanke: "Du behöver prata med den där kvinnan."

Magdalena Sahlin

Jönköpings församling

Tanken kom oväntat. Ett par meter framför oss stod en rödhårig kvinna och rökte. Hon hade hörlurar i öronen och såg ut över kanalen som rann genom staden. Jag tittade på min missionskamrat Syster Beesley för att se om hon kanske fått en liknande tanke men hon fortsatte prata på som vanligt medan vi gick förbi kvinnan. Då kanske det bara var jag som inbillade mig, tänkte jag och tryckte undan den olägliga tanken. Det var trots allt vår enda lediga dag på veckan och vi var på väg till biblioteket för att skriva mejl till våra familjer.

Men tanken kom igen, tydligare denna gång.

"Du behöver prata med henne."

Jag avbröt Syster Beesley mitt i en mening. Vi hade under veckorna som ledde upp till detta fokuserat mycket på att försöka bli bättre på att lyssna till Andens maningar. Även om vi ibland var osäkra på om en tanke kom från oss själva eller från Anden ville vi visa Herren att vi var villiga att lyssna och agera när han talade till oss. Därför visste jag redan innan jag avbröt Syster Beesley, även om jag först hade tvekat, att hon skulle stötta mig när jag sa att vi behövde vända tillbaka.



Magdalena Sahlin (t.v.) som missionär.

Kvinnan tog av sig hörlurarna när vi närmade oss. Jag fumlade nervöst fram några ord om att vi var missionärer för vår kyrka och ibland pratade med personer vi mötte om Gud. Hennes ansiktsuttryck förändrades på en sekund.

Hon sa: "Jag stod precis här och funderade på om Gud ens visste vem jag var."

Det visade sig att kvinnan var medlem i vår kyrka och hade döpts för många år sedan men på grund av flera flyttar och olika omständigheter hade hon tappat kontakten med medlemmarna och visste inte ens om att det fanns en kyrka i närheten. Hon stod inte med i medlemslistan som vi hade och ingen i församlingen kände till henne. Men det gjorde Gud. Han visste precis vem hon var och var hon skulle befinna sig den där lediga dagen när två missionärer skulle till biblioteket.

Genom att lyssna och sedan agera kan vi bli verktyg i Guds händer för att hjälpa hans barn känna gudomlig kärlek. Vad tacksam jag är för att just jag fick möjligheten att vara det vid detta tillfälle. Denna erfarenhet, och allt som kom på grund av den, påverkade mig på djupet och är i dag en stark rot till det levande träd som är mitt vittnesbörd.

"Det som är av Gud inbjuder och lockar till att ständigt göra gott. Därför är allt som inbjuder och lockar till att göra gott, och till att älska Gud och att tjäna honom, inspirerat av Gud" (Moro. 7:13). ■

Det bästa beslut jag någonsin tagit

Changa Kibasomba

Örebro församling

Mitt namn är Changa Kibasomba, jag är 25 år gammal och detta är mitt dopvittnesbörd. Jag föddes i en kristen familj och jag har alltid haft en kristen övertygelse och moral. Från ung ålder gick jag i kyrkan regelbundet. Vanan att gå i kyrkan varje söndag planterade en tro hos mig, det var dock en tro utan förståelse. Jag minns att när jag bad, bad jag på ett egoistiskt sätt. Jag bad bara om sådant jag ville ha eller ville skulle ske. Min tro minskade när jag började gymnasiet eftersom jag hade många frågor om Gud och kristendomen och jag började tvivla på Guds existens. Men trots alla tvivel behöll jag min tro eftersom den var min grund.

Saker och ting började förändras när jag flyttade till Sverige med min familj. Jag gick i kyrkan men det vara bara på skoj. En verklig förändring började när jag träffade missionärerna för arton månader sedan. De ville prata, men i början ville jag bara ha ett trevligt samtal. Senare märkte jag att det var en bra erfarenhet att träffa dem och läsa skrifterna tillsammans. Vi började vår resa med att studera Bibeln och Mormons bok. Det gick bra och de bjöd med mig till kyrkan. Mitt första besök i kyrkan var anmärkningsvärt fint



Changa Kibasomba efter sitt dop.

och jag var imponerad av hur människor kunde vara så vänliga och välkomnande. Tyvärr fick dessa missionärer ge sig av eftersom deras tid i Sverige var ute. Min tro försvagades eftersom jag inte hade motivation nog att läsa skrifterna och be ensam. Några månader senare kontaktade andra missionärer mig men jag tyckte inte om tanken att studera med dem. Jag hade bestämt mig för att leva utan att vara fäst vid någon religion. Men något fortsatte att pressa mig att träffa missionärerna och studera. Vi studerade i några månader och då var det dags för mig att bevisa att jag verkligen var troende. Det var dags för mitt dop.

När de först berättade om dopet blev jag rädd och osäker, trots att jag visste att dopet var nödvändigt. Jag har vetat sedan

barndomen att dopet innebär att acceptera Jesus Kristus som Herre och Frälsare, men det var fortfarande obekvämt för mig. Jag behövde tid att be varje dag och fråga Gud om jag var redo att ta det stora steget i mitt liv. Jag fortsatte att be och läsa skrifterna tills Gud visade mig att det var dags.

När systemmissionärerna talade om vilket datum jag skulle döpas fick jag en chock igen. Var jag redo? Jag berättade för mina föräldrar att jag skulle bli döpt. Jag var rädd för att säga till dem att jag tagit det stora beslutet utan deras tillstånd. Jag bestämde mig för att bli döpt och ge mitt liv till Jesus och de stödde mig. Jag insåg att ungdom inte är en ursäkt för svaghet. Dopet är mitt personliga åtagande att följa Kristus.

Jag kommer alltid att minnas den 26 september 2020, min dopdag. Det är en dag att minnas. Sedan dess har allt förändrats till det bättre i mitt liv. När vi gick hem från kyrkan efter dopet sa min yngre bror till mig: "Broder, du tog det bästa beslutet i ditt liv." Den tanken är alltid i mitt sinne och får mig att tänka att jag gjorde rätt val och jag är stolt över det. ■

Nya sätt att sprida Mormons bok

Som vi berättat om tidigare i de lokala sidorna har man behövt anpassa missionsarbetet till den rådande pandemin på olika sätt. Våra missionärer har varit mycket kreativa i sina försök att nå ut till Sveriges befolkning med det glada budskapet. Systrarna i Lund ställde exempelvis en Mormons bok i sitt fönster som vätter ut mot gatan. De skrev en skylt och bad

den som ville ha en gratis Mormons bok att knacka på fönstret. Tre exemplar av Mormons bok hittade nya ägare på det sättet.

Dessa systrar och systrarna i Västerhaninge testade också en annan metod. De erbjöd Mormons bok gratis via köp-och-säljsidan Facebook Marketplace. Systrarna hade stor framgång i detta. Lundasystrarna

fick 50 svar och systrarna i Västerhaninge fick 75 beställningar. De gick personligen till adresserna när det var möjligt, resterande exemplar skickades med post. Detta distributionssätt har fått en snabb spridning bland missionärer i hela Sverige.

Från en rapport som skrivits av medarbetare i Sverigemissionen:

"I januari månad 2021 postades mer än 80 exemplar av Mormons bok till människor i Sverige. Många fler har levererats personligen av missionärerna. Detta är ett resultat av att använda Facebook Marketplace där missionärer erbjuder boken till dem som är intresserade. Att erbjuda information om kyrkan på sociala medier har fördelen att vi når människor som bor i mer avlägsna delar av Sverige. Distributionen av böckerna på detta unika sätt resulterar ibland i att människor väljer att lära sig mer. Flera möten med missionärer har bokats och minst ett dop har hittills ägt rum." ■



Systrarna Davis och Mendez utanför sin lägenhet i Lund.

Den motvillige undersökaren

Inger Höglund

För precis 30 år sedan fanns det en intressant artikel i *Liahona*. Siv Tapani hade intervjuat Louise och Ingemar Nyman som bodde i Luleå. Ingemar hade då bara varit medlem i drygt tre år, Louise betydligt längre. Idag är det många medlemmar som känner paret Nyman sedan deras tid som presidentpar i templet i Stockholm, men om någon hade sagt till Louise för 35 år sedan att så skulle det bli, hade hon antagligen blivit mycket förvånad.

Så här berättar Louise i dag: "Alla människor kan ändra sig, även min man, trots att det i början såg mörkt ut. Jag hade undersökt kyrkan i smyg, vilket kanske inte alltid var sjyst men nödvändigt. Så det blev en stor överraskning för honom när jag började gå till kyrkan på söndagarna, trots hans mindre positiva inställning. Jag döptes och den missionär som döpte mig, Ken Jonsson, skrev i sin dagbok från missionen att Ingemar Nyman var så negativ till kyrkan att de kände sig rädda."

Men efter nio år och undervisning av 28 missionärer tog han steget till dopet den 4 oktober 1987. Ingemar själv berättar och ler åt den överrumplande händelsen: "Vi åkte till distriktskonferensen på morgonen. Jag hade ingen aning om att jag redan innan dagen var slut skulle vara döpt." Missionspresident Max Kimball spelade en viss roll i det som skedde.



Familjen Nyman för trettio år sedan.



Familjen Nyman på senare år.

Louise säger: "Det har nu gått många år sedan dess och den 'motsträvigade mannen' har blivit mycket brinnande. Han har varit lärare i söndagsskolan, grenspresident, president för äldstestevorumet, biskop, stavspresident samt tempelpresident. Det har varit fantastiskt spännande att se hur hans vittnesbörd om evangeliet har vuxit varje år och med varje ny uppgift. Missionärerna kom med den största gåvan av alla, kunskapen om hur vi ska leva för att vi en dag ska få möjlighet att leva det eviga livet tillsammans med nära och kära. Vi skäms ibland över att vi inte var mer entusiastiska i början, men vi kände ju då inte alls evangeliets fulla värde.

Evangeliets värde är Herrens present till hela mänskligheten (se Johannes 3:16). 'Så älskade Gud världen att han utgav sin enfödde Son, för att var och en som tror på honom inte ska gå förlorad utan ha evigt liv.' ■

Ett möte i tiden för ämbetsmän i norra Europa

En kallelse hade gått ut från områdespresidentskapet i Europa till följande syskon: områdessjuttio, missionsledare, stavs- och distriktspresidenter, biskopar och grenspresidenter, presidenter för äldstestevorum och hjälpföreningar på stavs-, distrikts-, församlings- och grensnivå i Danmark, Finland, Island, Irland, Norge, Skottland och Sverige.

Lördagen den 30 januari 2021 samlades man så till ett digitalt möte som leddes av områdespresident äldste Gary B. Sabin och hans rådgivare äldste Massimo De Feo och äldste Erich W. Kopischke. De syskon som närvarade hade fått noggranna instruktioner om hur dags de skulle vara uppkopplade inför mötet och om att de skulle sitta på en ostörd plats i sitt hem med passande bakgrund. Mer än 600 personer deltog i detta speciella ledarskapsmöte.

Områdespresidentskapets undervisning gavs på engelska. Den var väl förberedd med bilder och citat som visades under



Områdespresidentskapet: Äldste Gary B. Sabin (mitten) med rådgivarna äldste Massimo De Feo och äldste Erich W. Kopischke.

respektive presentation. Filmen "Treasure in Heaven: The John Tanner Story" visades under mötet. Filmen handlar om en man som fritt gav bort allt han ägde och blev ett föredöme i att tjäna Herren med generositet och helgelse. (Filmen kan ses genom det engelskspråkiga evangeliebiblioteket under Videos/Scripture videos/Doctrine and Covenants videos.)

"Känslan jag tar med mig från ledarskapsmötet är att jag är så rikligt välsignad som får leva i den här tiden. En tid som så många sett fram emot och många profeterat om. Jag känner mig också tacksam över att ledas av män och kvinnor som känner Herren och som vittnar om vad vi behöver göra för att förbereda oss och världen för Guds Sons ankomst."

Michael Nilsson, president för äldstekvorumet i Lunds församling

"Jag upplevde Herrens kraft genom våra bröder i områdespresidentskapet. De förstärkte budskapet från generalkonferensen i april 2020 då profeten och apostlarna visade oss att återställelsen är ett pågående skeende och att förberedelsen för Messias ankomst är ett arbete där vi alla behövs."

Kerstin Saffer, president för Hjälpföreningen i Lunds församling ■



FOTO: WIVECA DRAMONT

Lägg inte på!

Äldste Christian Spellacy

Missionär i Sverigemissionen

För flera månader sedan fick jag en idé. Med väldigt lite information om en av mina svenska förfäder och ingen aning om var jag skulle börja leta efter mer, vände jag mig till en pålitlig forskningskälla. Jag gick online till en svensk släktforskningsgrupp på Facebook.

Med ett namn, födelsedatum och några svartvita bilder skapade jag ett inlägg. Jag frågade personerna i denna grupp om någon var släkt med mig eller om någon kunde hjälpa mig att hitta någonstans där jag kunde börja forska själv.

När jag kom hem samma kväll hade jag ett nytt meddelande på Facebook. En svensk man hade sett min fråga och gjort lite efterforskningar på egen hand. Genom sina insatser hittade han en person i Sverige som jag är släkt med. Han till och med gav mig telefonnumret till denna person!

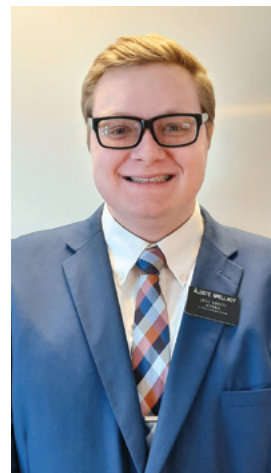
Så nervöst tog jag telefonen och slog numret. Telefonen ringde tre gånger och varje signal tycktes längre än den förra och slutligen hörde jag en man svara. Jag frågade honom om han var den person som jag letade efter. Han bekräftade det. Jag berättade vem jag var, talade om mitt namn, var jag kom ifrån, hur jag hittade honom, hur vi var släkt och hur glad jag var att få prata med en levande släkting i Sverige.

Han var tyst några sekunder och så sa han: "Hur ska jag kunna tro på DET?"

Sedan lade han på luren.

Jag kände mig chockad. Besegrad. Jag visste inte vad jag skulle göra. Men då fick jag en annan tanke: "Skriv till honom!" Så jag skickade ett sms med all information som jag hade sagt under vårt samtal. Jag var noga med att ta med att jag inte ville ha hans adress, pengar eller något annat. Jag ville bara ha kontakt med mina släktingar i Sverige.

Tjugo minuter senare ringde telefonen. Han svarade mig! Han sa att jag skulle pröva på att



Äldste Christian Spellacy.

ringa hans syster i stället och gav mig hennes telefonnummer. Än en gång slog jag nervöst ett nummer. Tre signaler gick fram och sedan hörde jag en kvinnas röst. Återigen förklarade jag vem jag var och hur jag hittat henne. Jag tystnade och väntade att hon skulle lägga på. Men hon lade inte på, hon var faktiskt väldigt ivrig. Hon hade ingen aning om att en del av hennes släktingar hade flyttat till Amerika för många år sedan eller att de hade ättlingar som lever idag. Hon gav mig glatt sin e-postadress och lade upp mig på Facebook och vi har haft kontakt med varandra sedan dess.

Jag vet att Herren gav mig idén att gå in på den där släktforskningsgruppen. Genom detta inlägg har jag hittat information om dussintals människor till synes förlorade i tiden, namn, födelsedatum, foton, adresser och naturligtvis levande människor.

Nu har jag hittat över 20 levande människor som jag har haft kontakt med. Genom en enda andlig maning har jag fört samman separerade familjer för första gången på 125 år. Jag har ett starkt vittnesbörd om släktforskningsarbetets kraft. Jag skulle vilja säga en sak till alla som funderar på att påbörja sin egen släkthistoria: Sätt i gång bara! Även om du inte har någon aning om hur du ska göra kommer du med lite ansträngning och tid att bli förvånad över vilka mysterier du kan lösa och vad eller vem du kan hitta. Lägg inte på när det finns stora möjligheter alldeles runt hörnet! ■

Avlidna



Lennart Johanson från Utby församling avled 2 januari 2021, 88 år gammal. Han växte upp i Sätla i Västergötland som barn nummer nio i en familj med nitton barn.

Lennart och hans hustru verkade som missionärer för Frälsningsarmén i Bolivia och Chile i 25 år. Där öppnade de, med hjälp av faddrar i Sverige och SIDA, nya församlingar, barnhem och skolor i

fattigdistrikten. Som pensionär fortsatte han göra en årlig resa till Chile där han med insamlade pengar hjälpte fattiga familjer med matkassar till julen och deras barn med ekonomisk hjälp till skolmaterial.

Efter undervisning av våra missionärer fick han en andlig manifestation i en dröm, med uppmaningen att döpas. Missionsverksamheten låg honom alltid varmt om hjärtat och han lät missionärerna träna sina budskap och sin svenska hos honom två dagar i veckan.

Han var en kraftfull man, både fysiskt och andligt, genuin och positiv berikade han vår församling med sin starka personlighet.

När **Odd Uhrbom** gick bort i november 2020 var det inte bara syskonen i Uppsala församling som uttryckte tacksamhet för hans livsgärning. Hans bortgång belystes också av TV och tidningar.

Odd hade bakom sig en framgångsrik karriär som dokumentärfotograf. Han gjorde många internationella reportageresor till utsatta platser för att skildra politiska skeenden. I sin fotografiska gärning var han envis och modig. I Afghanistan hamnade han en gång i en allvarlig skottlossning. Odd gjorde också reportage inom den tunga industrin i Sverige. Fotoboken "Gruva" gjorde han tillsammans med Sara Lidman. Så sent som 2020 användes Odds bilder i utställningen "Svärta". 2017 visades 130 av hans bilder på Uppsala konstmuseum.

Odd Uhrbom blev medlem i kyrkan 1992. Han gifte sig med Salme från Tamerfors som han lärde känna under ett konvent för ensamstående vuxna. Tillsammans har de tjänat flitigt i Stockholms tempel. Odd efterlämnar två barn från ett tidigare äktenskap, Mia och Simon.

Min hustru **Ann Törngren Andersson** har lämnat jordelivet efter en lång tids sjukdom, vilket lämnat mig i djupaste saknad. För mer än 30 år sedan blev Ann och jag ett par och hon berättade att hon hade en önskan att återigen bli aktiv i sin kyrka. Hon bad mig följa med henne, och när vi kom till kyrkan i Malmö hörde jag en kraftfull röst inom



Odd Uhrbom med hustrun Salme.



mig säga: "Här hör du hemma." Jag döptes en tid senare.

Ann var en trosvis krigare med ett hjärta av guld. Alldeles särskilt klappade hennes hjärta för gamla och barn. Hon arbetade inom åldringsvården. Ann behövde gå igenom 15 olika operationer och om det inte varit för den prästadömsvälsignelse hon fick av mig och vår nuvarande patriark, Jörgen Svensson, hade hon avlidit redan år 2000. Vi fick ytterligare 20 år tillsammans och i full förtröstan på Gud avled Ann nu stilla och fridfullt den 16 december 2020.

Ett skriftställe som Ann älskade var 2 Nephi 11:7. Hon citerade det utantill varje gång hon bar sitt vittnesbörd. Det handlar om vårt beroende av Kristus. Jag vill tacka för allt fantastiskt stöd vi fått av syskonen i Malmö församling.

Tony Andersson



Johan Larsson från Utby församling har hastigt gått bort i hjärtinfarkt, 53 år gammal. Han efterlämnar hustru Shirley och fyra barn. Johan växte upp i kyrkan. Han har tillhört Karlstad gren och församlingarna i Trollhättan och Utby. Johan arbetade som ingenjör på Saab Space i Göteborg.

Som en del av sin utbildning studerade Johan vid Ricks Collage (nuvarande BYU Idaho) där han träffade sin svenskättade hustru Shirley. Johan, som var en hängiven släktforskare, lärde sig grunderna av sin mor Jenny och deltog i flera av Ricks kurser i släktforskning. Johan var aktiv som genealog inte bara i kyrkan. Han tillhörde och var kursledare i Göteborgsregionens släktforskare GRS. I sitt minnesord beskrev medarbetarna honom där som hjälpsam, omtänksam, intresserad och med huvudet fullt av idéer och planer. De berättar vidare att Johan representerade FamilySearch i olika släktforsksammanhang.

Johans familj upplever stor sorg och en svår omställning. Shirley tackar för goda grannar och för stödet från Utby församling.

I juli 2020 lämnade **Aino Uusitalo** från Västerås gren jordelivet. Aino föddes 1937 i Rovaniemi i Finland och kom till Sverige som tjugoåring. Hon träffade sin blivande make Harald på en dans i Surahammar. De gifte sig 1960. De fick döttrarna Monika och Marina som nu är bosatta i USA. 1968 flyttade familjen till Västerås där Harald fick arbete som ingenjör på ASEA.

Aino har berättat att hon trott på Gud och ett liv efter döden sedan hon var liten, trots att ingen i hennes familj var troende. När



Aino och Harald Uusitalo.

missionärerna besökte deras hem i Västerås 1969 upplevde hon deras budskap som rätt och förnuftigt. Hon ville snart bli medlem i kyrkan. Efter att ha inväntat sin makes process för att komma till tro döptes de båda den 31 december 1969.

Det har berättats om Aino att hon aldrig höjde sin röst, att hon läste döttrarnas böcker först för att se om de var lämpliga. Aino och Harald var mycket omtänksamma. De stöttade och hjälpte många syskon i all tysthet.

Arne Tillander från Uppsala har gått bort. Arne föddes 1935 i Nyköping. 1946 flyttade familjen till Steninge säteri, där pappa Ivar var förvaltare. I de yngre tonåren fick Arne ansvaret för Steninges fotbollsplan. Under vinterhalvåret tog han hand om bandyplanen. Arne gick först på läroverk i Uppsala. Studenten tog han 1957 på Sigtunaskolan. Sedan studerade han vid Ultuna.

I mitten av 1960-talet blev Arne medlem i kyrkan. Han ansvarade för möteshuset i Kåbos trädgård med dess fruktträd och bärbuskar. Han var lärare i institutet.

Arne tyckte om att besöka de sjuka och de äldre. Han läste psalmverser och skriftställen för dem. Arne engagerade sig också i nykterhetsrörelsen. Under en tid var han även aktiv inom Kristdemokraterna. Närmast sörjande är hustrun Kerstin Sandell och två bröder med familjer.



Johans hustru Shirley med barnen.



Ingvar Karlsson från Umeå gren har stillsamt gått över till den andra sidan i en ålder av 76 år. Ingvar föddes 1944, nära Vuollerim i Norrbotten. Som tjugoåring kom han till Stockholm för

att studera till polis. Där träffade han Maj-Lis från Haparanda som blev hans hustru för evigt. De fick sönerna Kent och Tomas, och nio barnbarn, inklusive Jennifer som hann före sin farfar till andevärlden. Ingvar jobbade som hundförare inom polisen och var tränare för Björklövens ungdomslag i ishockey under tjugo år. Ingvar var trofast och omtänksam. Med ett mycket varmt hjärta engagerade han sig i alla, och särskilt i dem som var långt nere på samhällsstegen.

1998 döptes både Ingvar och Maj-Lis i Jesu Kristi Kyrka av Sista Dagars Heliga. Det tog inte lång tid innan de blev kallade till tempeltjänare och åkte till templet två veckor åt gången tre gånger per år. När de gick i pension utökade de tempeltjänsten än mer. Släktforskning var ett stort intresse för honom. Ingvar hade också andra kallelser i kyrkan. Han var bland annat grenspresident i Umeå gren. ■

Med ömsesidig respekt

Ingrid Nilsson

Vendelsö församling

I samband med World Interfaith Harmony Week som varje år infaller första veckan i februari arrangerade Sveriges Interreligiösa Råd (SIR) ett digitalt panelsamtal under rubriken Religionsfrihet – en mänsklig rättighet med utmaningar. Kyrkan har varit en del av SIR under cirka fyra år och Ingrid Nilsson tillsammans med Daniel Palm och president Josef Bautista är kyrkans representanter i detta råd. Undan för undan har kyrkan blivit mer engagerad i arbetet inom SIR. Därför föll det sig naturligt när planerna för World Interfaith Harmony Week 2021 skulle ta sin början att Ingrid blev en del av denna arbetsgrupp. Erfarenheterna från att ha arrangerat seminarium under Almedalsveckan i kyrkans regi kom väl till pass även i detta uppdrag. Under arbetets gång (att enas om ämne, målgrupp, paneldeltagare, moderator, upplägg etc.) blev de olika specifika kompetenser som var och en hade värdefulla bidrag. För mig, Ingrid, blev det en ny och berikande erfarenhet att få arbeta sida vid sida med personer med annan religiös tillhörighet. Ömsesidig respekt och vänskap utvecklades i gruppen och i förlängningen bidrog det även till att kyrkan blev mer synliggjord och respekterad.

I panelsamtalet som modererades av Elisabeth Sandlund medverkade Antje Jackelén, ärkebiskop i Svenska kyrkan, Shahram Mansoori, ordförande i Sveriges Interreligiösa Råd, Anneli Rådestad, chefredaktör för Judisk Krönika, Mohammad Fazlhashemi, professor vid Uppsala universitet och Ferdinando Sardella, docent vid Stockholms universitet.

Under samtalet framkom värdet av mångfald, att det krävs mod att våga visa vem man är och vad man tror på, att det är fullt möjligt att ha både ett vetenskapligt och ett religiöst perspektiv och att vi kan lära av varandra. Vi behöver stå upp för varandra i ord och handling vilket det finns många exempel på, exempelvis att grannar av annan tro ställer upp och visar medkänsla och empati när en religiös grupp blivit utsatt på något sätt. Att skapa mötesplatser där dialog kan uppstå i god anda, där vi kan ses ansikte mot ansikte, lära känna varandra, att våga inbjuda, visa intresse för andras kultur och traditioner var några av de goda tankar som framfördes.

Trosartikel 11 lyder:
Vi gör anspråk på förmånen att tillbe Gud

den Allsmäktige i enlighet med vårt eget samvetes maningar och erkänner alla människors rätt till samma förmån, att tillbe hur, var, eller vad de vill.

Denna trosartikel är grunden till varför kyrkan aktivt vill försvara och främja religionsfrihet överallt. Vår tro, att alla bokstavligen är söner och döttrar till Gud och älskade av honom, motiverar oss att visa respekt, lyhördhet och god vilja mot alla. Konkreta exempel på detta är att kyrkan officiellt finns med i olika religionsdialoger runt om i världen. Var och en som enskild medlem kan också i sitt sammanhang bidra till att sprida Kristi ljus till alla Guds barn genom det sätt som vi ser på och behandlar andra. Min förhoppning är att vi alla kommer att få många fler tillfällen att visa att vi tror på den elfte trosartikeln! ■



Nygifta

Louise Lövgren från Umeå gren har gift sig med Boyd Williamson från Houston, Texas. Paret träffades våren 2018 när de båda tjänade som missionärer i Sydney, Australien. Nu är de bosatta i Umeå. Louise är dotter till Thomas och Camilla Lövgren och Boyds föräldrar är Aaron B. Williamson och Linda Williamson.



Louise Lövgren och Boyd Williamson.

THOMAS LÖVGREN



Ann-Marie Bogren och Lasse Lindberg.



Bland årets ljusbärare

Måndagen den 21 december fick Willy och Gerd Herrey fint besök i sitt hem i Visby. Det var en reporter på P4 Gotland som under pågående sändning överraskade med en ljuslykta. Paret Herrey hade blivit utsedda till årets ljusbärare, ett evenemang som under december 2020 lyfte fram människor som på olika sätt skapat ljus och glädje. De hade nominerats av Christina Wärrf för att "de alltid ger stöd åt den som behöver". Willy och Gerd tillhör Visby gren och trots sin höga ålder letar de verkligen efter möjligheter att sprida ljus bland sina medmänniskor. ■



Willy och Gerd Herrey.

Små och stora svenska mirakel

Gerti Stenberg

Borlänge församling



Gerti Stenberg.

I december 2014 kom jag till Akademiska sjukhuset i Uppsala för att opereras för ett malignt lymfom på vänster binjure. Det hade gått så långt

att man behövde ta bort både njure och mjälte. I januari påbörjades sedan en väldigt tuff cellgiftsbehandling där jag tappade allt hår. En vecka efter den sista cancerbehandlingen blev jag mycket sjuk. Jag kom in till Avesta lasarett där man satte dropp och hjälpte mig till toaletten. När sköterskan vände sig om för att binda fast ringledningen på droppställningen såg han i ögonvrån hur jag avsvimmad gled ner på golvet. När nattsköterskan sedan såg hur dålig jag var tog hon på egen hand initiativet att skicka mig med ambulans till Falu lasarett. Jag minns ingenting av detta. Mina barn blev underrättade eftersom jag inte förväntades överleva.

De första gångerna jag orkade öppna ögonen stod en vitklädd gestalt på min högra sida. Jag vaknade till undan för undan och efter fyra månader kunde jag komma hem i rullstol. Jag har fått lära mig att gå på nytt.

De säger att jag är ett medicinskt under. Jag vet att Herren stod för det undret. Idag mår jag bra och jag är så tacksam för att jag lever. ■

Historia skriven med få eller inga ord

Lisa Nyberg

Lunds församling

När man söker efter historiska sammanhang är det lätt att slås av ett välkänt faktum. Det finns förhållandevis få berättelser av och om kvinnorna. De döljer sig snarare i historiens kulisser. Föreningen *Daughters of Utah Pioneers* grundades 1901 i Utah, USA av Annie Taylor Hyde. Syftet var att lyfta fram den viktiga, men svårfångade historien som bars av alla kvinnor som vandrade över prärien mellan 1847 och 1869, innan järnvägen gjorde resandet så mycket enklare. I *Tom Perry Special Collection* (Brigham Young University) och *Phillips Camp Biographies* (University of Utah) finns några livsberättelser samlade. En kvinnas berättelse ur samlingarna får här lite utrymme eftersom hennes berättelse också har relevans ur ett svenskt perspektiv.

När Ida Dorothea Hanna Fredericke Krüger, gift med Johann August Heinrich Tietjen, en sommar dag 1887 sluter sina ögon för sista gången i det lilla nybyggarsamhället Santaquin i södra Utah avslutar hon en lång och osannolik resa. Hon föddes 1825 i byn Liepen i grevskapet Mecklenburg-Strelitz i norra Tyskland. Hon skriver i sina minnen att mycket ensamhet i unga år fick henne att förtrösta på Herren. Under skoltiden fick hon flytta in hos sin styvmors gamla mamma. Där lärde hon sig allt om mjölkning, smörtillverkning och ystning. Det hade hon stor nytta av framöver i livet. 18 år gammal fick hon tjänst hos friherren von Maltzen. Här lärde hon känna August Tietjen som också arbetade i en överordnad ställning på godset. August var lite äldre än Ida, född 1814 i staden Rühn där pappa Carl var organist. August och Ida gifte sig 22 oktober 1847 och dagen efter steg de tillsammans ombord på ett kustepp med destination Sverige.

August hade säkrat ett litet jordbruk i byn Arrarp i Härslövs socken strax utanför Landskrona. Han hade köpt marken av en Fritz von Ekensteen. Det är inte helt klart hur August kände von Ekensteen, men vi får förmoda att det fanns gemensamma nämnare i det sociala umgänget som möjliggjort kontakten. Trakten kring Greifswald och Rügen hade sedan länge starka historiska band med södra Sverige. Von Ekensteens mor kom dessutom från Rügen. Efter ett par år i Arrarp flyttade familjen några mil norrut till ett jordbruk i byn Kingelstad i Ottarp socken.

1857 var August och äldste sonen Ernst Albert på väg hem från en marknad när de blev vittnen till hur två för dem okända personer blev trakasserade av lokala bybor. August berättar hur han körde upp bredvid de två okända männen och sa till dem att springa så fort de kunde ner mot den näraliggande ån. Efter att de befriat sig från sina plågoandar sprang de ner mot ån där August mötte dem och de fick följa med hem. De två missionärerna stannade en längre tid hos familjen Tietjen. Med missionärer i huset blev det tillfälle till mycket undervisning och samtal och August omfattade evangeliet omgående och lät döpa sig 21 juni 1857.

Ida berättar hur illa hon tyckte om det här tilltaget att ta med sig missionärerna hem. Hon trodde dem inte alls och när nu August hade låtit döpa sig och börjat prata om Sion i Saltsjödalen vad skulle det bli av henne och barnen? Ida fick inget vittnesbörd, men ville inte skiljas från sin man så hon bad till Herren och förklarade att hon skulle låta sig döpas och om det hon gjorde var rätt, ville han då ge henne ett vittnesbörd? Om hon hade fel bad hon Herren att han skulle förlåta henne.



Ida Fredericka Krüger Tietjen.

Ida döptes 25 juli 1857 och hon beskriver att i det ögonblick som händer lades på hennes huvud för att ge den Helige Andes gåva fick hon ett vittnesbörd.

August och Ida fick en stark önskan att samlas med de heliga och lämnade med sina fem barn Kingelstad 1858. Familjen stannade en kort tid i Helsingborg varifrån de reste 1 april 1859 via England. Efter fem veckors resa över Atlanten anlände de till New York och passerade genom Castle Gardens. Därefter järnväg och ångbåt. Från gränsen mellan Iowa och Nebraska vandrade de sedan i ett oxkärrekompani över den stora slätten och anlände i Saltsjödalen 15 september 1859.

Men allt blev inte omedelbart bra i det nya landet. August blev sjuk och Ida fick försörja familjen under flera år, men Ida var ändå nöjd över att vara där hon var för, som hon skriver: "Det predikades samma evangelium här som det vi hörde i Sverige."

Idas starka berättelse och långa resa, hennes stolthet över sina åtta barn, avslutas med en uppmaning att familjen ska samlas 1930 och läsa hennes berättelse och ta del av hennes vittnesbörd.

Vilket också gjordes. I varje generation har Idas efterkommande delat sin anmoders starka vittnesbörd med världen, också till Sverige där allting en gång började.

Familjen Tietjen bodde lite mer än 11 år i Sverige innan resan fortsatte. Liksom många som missionärerna möter idag som bor i vårt land finns många som delar erfarenheten att resan började vid en annan strand. ■